

Giochi di rinvio con bambini: Imparare giocando – Insegnare a giocare

I bambini vogliono giocare. Gli insegnanti e i monitori devono quindi in primo luogo offrire condizioni quadro che permettano di soddisfare questo loro desiderio.



I giochi di rinvio sono molto esigenti per quanto concerne le capacità di coordinazione, visto e considerato che non esiste il concetto di possesso palla. Per i bambini devono quindi essere utilizzate forme semplificate, che permettano loro di rispettare le consegne. Una possibilità è di consentire agli allievi di prendere la palla o di spostare il gioco a terra, limitando così la terza dimensione del campo da gioco.

Giocare in modo adattato per i bambini

Tutti i bambini giocano, sono in movimento e vivono esperienze positive.

- Nessun tempo morto o tempi morti molto corti
- Rimanere in gioco piuttosto che essere eliminati
- Numerosi tocchi palla/colpi
- Favorire l'utilizzazione di entrambe le parti del corpo

Trasmettere in modo adattato ai bambini

- Il gioco e il piacere del gioco sono centrali
- Lasciare spazio e tempo ai bambini affinché scoprano da soli i diversi strumenti di gioco
- Scegliere delle forme di gioco adattate alla capacità individuali.

Evoluzione: da...

1. far rotolare la palla (ridurre il campo da gioco a due dimensioni) a
2. lanciare/ricevere (tenere la palla) a
3. far rimbalzare/palleggiare (gioco di rinvio) e a
4. scambi in un gioco di rinvio

Materiale idoneo per bambini

- Oggetti volanti dalle caratteristiche diverse – veloci o lenti, pesanti o leggeri – come palloncini, palloni da pallanuoto, palle di carta, pompon, footbag, indiana, palloni soffici di grandezza diversa, palline da tennis, da squash, da tennis tavolo, volani, ecc.
- Racchette con manico corto o lungo (distanza tra la mano e il punto dove viene colpita la palla), con un piatto più o meno grande e una tensione più o meno forte.
- Attrezzi destinati alla ricezione



Evoluzione: da...

1. la mano come strumento per ricevere/racchetta a...
2. racchetta nella mano (ad esempio Goba) a...
3. racchette con manico corto (racchette per bambini o juniori) e poi a...
4. racchette di dimensioni normali.

Regole di gioco adatte ai bambini

Qui trovate le regole di gioco adattate:

- [Badminton](#) (pdf)
- [Squash](#) (pdf)
- [Tennis](#) (pdf)
- [Tennis tavolo](#) (pdf)

Basi – forme di gioco 4x4

Le forme di gioco descritte nelle pagine seguenti permettono di allenare le forme di movimento più importanti per i giochi di rinvio (in particolare lanciare/prendere, correre/saltare, stare in equilibrio, muoversi a ritmo). Costituiscono la base per un ulteriore sviluppo delle capacità tattiche e di coordinazione necessarie per giocare con successo a badminton, squash, tennis e tennis tavolo. I bambini e i principianti che hanno poca dimestichezza coi movimenti nei giochi di rinvio, possono così essere introdotti a questi sport in maniera ludica. In queste forme di gioco bisogna prestare attenzione al fatto di allenare costantemente entrambi i lati del corpo. In altre parole bisogna prendere e lanciare la palla anche con la mano debole.

→ [Forme di gioco 4x4](#)

Giochi introduttivi Goba e Street Racket

Dei giochi come il [Goba](#) (pdf), lo [Street Racket](#) e il gioco [Table Tennis X \(TTX\)](#), tutti invenzioni svizzere, si prestano molto bene quali introduzioni ai giochi di rinvio. Nel Goba si fissa su ogni mano un'apposita racchetta. In questo modo non bisogna concentrarsi sul modo di tenere «correttamente» la racchetta. L'ambivalenza viene stimolata in maniera ottimale. Le racchette sono a buon mercato e possono anche essere fabbricate durante le lezioni di lavoro manuale e individualmente.

Anche lo Street Racket è di facile approccio. Si può giocare praticamente ovunque, senza nessuna infrastruttura. Questo sport è quindi adatto per i cortili delle scuole o le strade poco trafficate. Le regole semplici, le racchette grandi e le palle soffici garantiscono il divertimento sin dalle prime battute.

Il TTX è una forma semplificata e ludica del tennis tavolo, particolarmente adatta per il gioco all'esterno. Si gioca con delle racchette che danno vita a colpi con poco effetto e con palline leggermente più grandi e pesanti rispetto a quelle del tennis tavolo. Nella sua forma più semplice, il TTX si gioca addirittura con la mano e una pallina, ciò che consente di imparare le basi dei giochi di rinvio.

→ [Giochi introduttivi](#)

Fonte: Thomas Richard, capodisciplina G+S Badminton, responsabile G+S Sport / Gabriel Schelble, responsabile Sport per i bambini Swiss Badminton, responsabile del progetto Shuttle Time



Schweizerische Eidgenossenschaft

Confédération suisse

Confederazione Svizzera

Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO