

Giochi di rinvio: Con la racchetta – Street racket

Lo «street racket» si basa su scambi di palla lunghi, controllati e fluidi. Esistono diverse forme e varianti. È il gioco ideale per familiarizzarsi con i giochi di rinvio. Ogni persona è stimolata e sfidata in modo ludico a seconda del proprio livello. A partire dalle regole di base, i giocatori possono sviluppare il gioco creando forme nuove e creative.

→ [Forme e di gioco per lo «street racket»](#)

Lo «street racket» è un esempio palese di come una necessità permetta di far nascere una nuova idea. Nel 2015, Rahel e Marcel Straub stavano lavorando in un paese in via di sviluppo dove volevano introdurre il tennis tavolo per l'educazione fisica. Sul posto osservarono però che non c'erano tavoli. Per questo decisero di usare del gesso o della pittura per tracciare la superficie di un tavolo per terra. Ed è così che nacque lo «street racket».

Idee del gioco/regole

Il campo da gioco è composto di tre quadrati adiacenti (dimensioni standard 2×2 m). Nel quadrato centrale non è permesso giocare. Le dimensioni del campo possono essere adattate in modo flessibile allo spazio a disposizione.

- [Un campo singolo](#) è fondamentalmente composto di quadrati adiacenti. In un campo singolo sono possibili esercizi a coppie, partite di doppio, partite con squadre più grandi e anche l'apprezzato circuito.
- [Un campo disposto a croce](#) consiste in due campi che si incrociano. Questa configurazione permette delle combinazioni di forme, direzioni e interazioni quasi illimitate.

Regole principali:

- La palla non può essere diretta verso il basso (niente «schiacciata»).
- La palla non può essere ricevuta direttamente dall'alto (niente «volley»).
- Il numero di giocatori, le dimensioni del campo e la quantità di campi nonché la direzione di gioco possono essere adattati a piacimento. In questo modo, il gioco si sviluppa in modo creativo e nascono molte forme di gioco.

→ [Regole del gioco ufficiali](#) (in tedesco)

Abilità

Lo «street racket» è adatto a tutti e può essere giocato ovunque e in qualsiasi momento. Basta tracciare un paio

di linee per terra e il campo da gioco è segnato. Lo «street racket» si gioca sia all'interno che all'esterno ed è adatto a tutte le età e ai livelli. Siccome si basa maggiormente sulla coordinazione occhio-mano – e non sulla forza e solo in misura limitata sulla velocità – è il gioco ideale da giocare insieme, ragazzi e ragazze e generazioni diverse.

Lo «street racket» si presta molto bene per fare movimento a scuola (lezioni, pause, apprendimento in movimento, giornate sportive e altri eventi), per le associazioni sportive oppure da giocare con gli amici, la famiglia e i vicini di casa.

Materiale

- Racchette ufficiali da «street racket» oppure altre racchette (ad es. da Goba, squash, o tennis). È possibile fabbricarle da soli
- Softball (la softball ufficiale da «street racket» è solida e morbida nel contempo)
- Gesso, spray, nastro adesivo, coni per segnare il campo

Sicurezza

Le sequenze di movimento fluide e solitamente controllate garantiscono un gioco molto sicuro e ritmico. Poiché il campo da gioco è solo una linea su una superficie piana, non ci sono rischi di inciampare. Inoltre, grazie all'intensità controllabile individualmente, non c'è quasi nessun rischio di infortunio. Ogni persona interviene nel gioco secondo le proprie possibilità.

Fonte: Marcel Straub, Street Racket



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO