

Tema del mese 08/2021: Forme di allenamento – Good Practice

Con il manuale Basi, Gioventù+Sport da questa estate dispone di un nuovo strumento per la formazione di base G+S. Il manuale contiene in forma condensata i temi interdisciplinari affrontati durante i corsi monitori G+S e funge da riferimento per i futuri opuscoli specifici ai diversi sport sviluppati dalle federazioni sportive. Questo tema del mese presenta i capisaldi del manuale per aiutare gli insegnanti di educazione fisica che non hanno ancora seguito una formazione di base G+S o un modulo di formazione continua G+S a capire il concetto di tale formazione.



Durante la pianificazione e la preparazione di attività fisiche e sportive, la monitrice o il monitore G+S riflette con cura a ciò che insegnerà (Comprendere la disciplina sportiva – Cosa insegnare) e come insegnarlo (Insegnare la disciplina sportiva – Come insegnare). La domanda «cosa» riguarda i contenuti dell'allenamento veri e propri. Al centro vi sono in questo caso le forme caratteristiche nonché le forme di allenamento interdisciplinari e/o quelle specifiche della disciplina sportiva. Le forme di allenamento interdisciplinari si basano a loro volta sulle forme di base del movimento e del gioco.

Bambini preparati grazie ad una promozione diversificata

Questo tema del mese offre una panoramica sul capitolo «Good Practice» del manuale. Presenta forme di allenamento (giochi ed esercizi) interdisciplinari sperimentate, in modo che ogni monitore e insegnante di educazione fisica possa offrire delle lezioni variate a bambini e giovani, tenendo in considerazione tutti i fattori di sviluppo.

Le forme di allenamento interdisciplinari dei livelli F1/F2 sono molto importanti per lo sviluppo. Nella misura del possibile dovrebbero essere integrate in ogni lezione per aiutare i bambini a sviluppare le loro abilità e la sicurezza nei loro mezzi. Si consiglia quindi di prendere in considerazione le forme di base del movimento e del gioco qui presentate durante la pianificazione e la preparazione delle lezioni.

Un antipasto, per iniziare

Con il manuale G+S Basi, Gioventù+Sport persegue obiettivi a lungo termine a livello di formazione dei bambini e dei giovani: salute sportiva per tutta la vita, sviluppo della personalità e prestazioni sportive. Il materiale didattico multimediale è pratico, compatto, attrattivo con il suo nuovo linguaggio visivo e il materiale aggiuntivo e funge da riferimento per i futuri ausili didattici di tutte le discipline sportive G+S, per le quali entro il 2025 sono previsti dei nuovi manuali di formazione.

Il presente tema del mese pone l'accento sulla parte pratica del manuale G+S ed è destinato a stuzzicare l'appetito in attesa del piatto forte.

Tema del mese

[Forme di allenamento – Good Practice](#) (pdf)

Articoli

- [FTEM Svizzera](#)
- [Comprendere la disciplina sportiva](#)
- [Forme di base del movimento e del gioco](#)

Good practice

- [Forme di base del movimento](#)
- [Forme di base del gioco](#)

Lezione

- [Percorso «Escursione in montagna»](#)

Fonte: Ufficio federale dello sport UFSP0 (ed.)(2021): Manuale G+S Basi. (Distribuito durante la formazione G+S)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSP0