

Swiss-Ski Skills: Trilogia di materiali didattici

Swiss-Ski Skills

Con l'introduzione di questi tre manuali didattici, Swiss-Ski e Swiss Snowsports hanno creato la base per la formazione dei bambini nelle discipline invernali sulla neve ma anche durante le altre stagioni dell'anno. Ecco come usare questi tre utili strumenti.

Partiamo dal presupposto di lavorare con un gruppo di bambini nella fase F2, in cui si tratta di applicare e variare le forme di movimento di base. Durante i periodi dell'anno senza neve, si allenano le capacità Off-snow. Si tratta dunque di scegliere una disciplina sportiva di base, per esempio la ginnastica, e allenare contenuti come la capriola o le posizioni dell'asse durante tre-cinque unità di allenamento.

L'opuscolo «Allenamento nei periodi senza neve per bambini» (disponibile solo in tedesco o in francese) offre esercizi corrispondenti al tema. Ogni esercizio ha un obiettivo concreto che i bambini devono raggiungere per poter segnare l'esercizio come completato. Ogni capitolo fornisce idee concrete per il riscaldamento e il ritorno alla calma.

Il docente conferma il raggiungimento del livello sul quaderno con la firma e consegna il rispettivo adesivo a ogni allievo che soddisfa almeno 10 delle 17 capacità Off-snow (skills). Sulla neve, invece, l'allenamento si basa sulle forme riportate nell'opuscolo Best Practice (sci/snowboard). Si tratta di esercizi modulari che includono anche varianti più difficili e delle forme di gara.

Dopo essere riusciti a svolgere il percorso in base ai criteri menzionati, i bambini ottengono un altro adesivo confermato dalla firma del docente. Un allievo che soddisfa le capacità Off-snow e On-snow della fase F2, rispettando gli obiettivi e i criteri prestabiliti, riceve dal docente il grande adesivo rosso che comprova l'intera fase e che può essere incollato nel quaderno personale Swiss-Ski Skills per bambini (sci/snowboard).

Le guide Lea e Luc

I due appassionati di sport invernali Lea e Luc accompagnano i bambini durante tutta la loro progressione e figurano in tutti e tre documenti. Sin dalla prima nevicata, i due sono impazienti di andare sulle piste.

Nell'opuscolo «Swiss-Ski Skills per bambini», mostrano ai bambini come muovere i primi passi grazie a percorsi interessanti, indovinelli stimolanti e a una divertente illustrazione che nasconde degli oggetti



La trilogia di materiali didattici ha funto da base per la realizzazione di questo tema del mese. Tutti i contenuti provengono dai vari opuscoli di Swiss-Ski e Swiss Snowsports.

Fonte: Pia Alchenberger Kempf, responsabile Sport per bambini Swiss-Ski



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO