

Utilizzo alternativo: Le carte da Jass nelle forme di gioco e allenamento

Oltre all'abbigliamento sportivo e ai materiali specifici, anche le carte da Jass fanno parte dell'equipaggiamento di base dei monitori G+S, che non le usano soltanto come forma di intrattenimento nelle serate organizzate durante i campi sportivi o per evitare di annoiarsi durante i lunghi spostamenti a bordo di mezzi pubblici. Questi mazzi di carte possono essere utilizzati anche negli allenamenti. mobilesport.ch mostra alcuni esempi di attività ludiche in cui integrarli.



Le nuove carte da Jass di G+S riprendono il nuovo linguaggio visivo di Gioventù+Sport e incoraggiano a praticare sport e movimento.

Se il compito da svolgere consiste nel «Costruire un castello di carte» dai giocatori sono richieste destrezza e mani ferme. Se la costruzione del castello di carte avviene dopo uno sprint attraverso la palestra, l'attività in questione sollecita ulteriori capacità e aspetti, fra cui la resistenza, la reattività e lo spirito di squadra.

In una lezione basata su sport e movimento si possono utilizzare le carte da Jass nei modi più svariati. Il nuovo set di carte di Gioventù+Sport riprende il nuovo linguaggio visivo di G+S ed è facile da integrare negli allenamenti, ad esempio nelle staffette oppure nei giochi che promuovono lo spirito di squadra.

I suggerimenti sull'uso delle carte possono essere applicati alla lettera oppure adattati allo sport praticato e introdotti nella fase di riscaldamento, alla fine dell'allenamento oppure, a seconda del fil rouge, nella parte principale dell'allenamento.

- [Giochi di corsa e staffette](#)
- [Forme di organizzazione](#)

Cercasi idee

Conoscete per caso altri giochi da fare con un mazzo di carte da Jass e vorreste condividerle con altri insegnanti di educazione fisica? Inviare le vostre idee complete di testo e immagini all'indirizzo e-mail:

- mobilesport@baspo.admin.ch

Le idee migliori saranno esaminate dai nostri esperti e poi pubblicate sulla piattaforma.

Dove procurarsi le carte da Jass

Le carte da Jass sono distribuite ai partecipanti di corsi di formazione G+S. Se non avete la possibilità di partecipare ad uno di questi corsi ma vorreste comunque procurarvi un mazzo di queste carte potete ordinarlo nel webshop dell'UFSPPO dietro versamento di un contributo alle spese. Attenzione: la quantità è limitata!

- [Ordina le carte](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPPO