

Il gioco: Una scuola di vita

Il gioco, il movimento, l'esperienza di attività in comune e la soddisfazione di una riuscita consentono ai bambini di scoprire la vita e l'ambiente che li circonda. In questo mini dossier proponiamo degli allenamenti ludici adatti a ogni età in discipline sportive outdoor, che si basano su queste constatazioni e permettono di fare esperienze gratificanti da soli o in gruppo.



22.11.2015; Biel; Tennis – Kids Tennis Champion Games; (Urs Lindt/freshfocus)

I bambini vogliono giocare e hanno il diritto di farlo. E per garantire loro il divertimento occorre proporre loro delle attività su misura. L'importante è che tutti i bambini partecipino! Grazie ai consigli e alle lezioni proposti di seguito tutti i partecipanti si divertiranno a giocare e a scoprire uno o diversi nuovi sport

Imparare e insegnare a giocare

È importante innanzitutto affrontare il gioco nell'ottica del bambino e formulare due messaggi principali: i bambini vogliono giocare e il gioco risponde alle loro esigenze.

- Imparare a giocare

In seguito occorre anche considerare il gioco dal punto di vista dei monitori, offrendo loro tutta una serie di informazioni di base e di consigli pratici che facilitano il compito durante le lezioni e gli allenamenti.

- Insegnare a giocare

Lezioni outdoor

- [Nuoto](#) (pdf)
- [Lottare](#) (pdf)
- [Tennis](#) (pdf)
- [Unihockey](#) (pdf)
- [Calcio](#) (pdf)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO