

Tema del mese 10/2018: Swiss-Ski Skills per bambini

I manuali didattici di Swiss-Ski e Swiss Snowsports forniscono materiale adatto alla pratica nell'insegnamento degli sport invernali ai bambini. Allenatori, genitori e bambini possono registrare i progressi compiuti grazie al quaderno munito di test e valutazioni dell'apprendimento «Swiss-Ski Skills per bambini». Il quaderno riporta tutte le forme del programma di formazione sulla neve e nei periodi senza neve della Federazione Swiss-Ski e serve anche come documentazione degli allenamenti. Il presente tema del mese è una guida all'uso dei tre materiali didattici Swiss-Ski Skills.

Per non perdere nessun tema del mese abbonatevi alla [nostra newsletter!](#)



Il primo settore chiave «Foundation» nello [Sviluppo dello sport e degli atleti FTEM di Swiss-Ski](#) è fondamentale perché getta le basi di un'attività sportiva duratura. Il quaderno «Swiss-Ski Skills» mira a motivare fornendo un filo conduttore ludico in queste prime fasi, dalla scoperta dell'elemento neve fino alle prime gare. I due personaggi Lea e Luc accompagnano i bambini fin dall'inizio offrendo loro tanti compiti, percorsi interessanti, indovinelli stimolanti e una divertente illustrazione con diversi elementi da scoprire.

Allenamento nei periodi senza neve

È importante prepararsi anche durante le stagioni senza neve. Un concetto che vale per lo sport agonistico ma non solo: anche i bambini ne possono trarre profitto. Il materiale didattico «Allenamento nei periodi senza neve per bambini» (v. pag. 3), basato sulle forme di movimento di base, mostra quali contenuti delle diverse fasi del settore chiave «Foundation» è possibile allenare con discipline vicine agli sport invernali. L'obiettivo è di aumentare la capacità di prestazione dei bambini tutelando contro infortuni e sovraccarichi. Per i periodi con

neve, il materiale didattico di riferimento per la formazione è la «Raccolta di idee per l'insegnamento dello sci – Best Practice» (disponibile solo in francese e in tedesco), di Swiss Snowsports e Swiss-Ski.

Il presente tema del mese serve da guida all'uso della trilogia di materiali didattici. Presenta esercizi per lo sci e lo snowboard delle fasi F1 e F2 del settore chiave «Foundation» si rivolgono ad allenatori di sci club, esercizi per il periodo senza neve. I contenuti si rivolgono ad allenatori di sci club, ma possono anche fornire spunti utili a docenti che desiderano approfondire i tre materiali didattici. Tema del mese – Sommario

Il tema del mese

- [Swiss-Ski Skills per bambini](#)

Articolo

- [Sviluppo dello sport e degli atleti FTEM](#)
- [Utilizzo dei tre materiali didattici
Swiss-Ski Skills](#)

Pratica

- [Allenamento sulla neve
«Best Practice»](#)
- [Allenamento nei periodi senza neve per bambini](#)
- [Swiss-Ski Skills compiti e indovinelli](#)

YouTube

- [Playlist «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