

# Campi sportivi scolastici – Attività: Sport e movimento

Di regola, tutte le attività svolte durante il campo devono essere adeguate all'età, al livello di sviluppo e alle esigenze dei bambini e dei giovani.



Un campo sportivo scolastico può essere programmato e realizzato con una o più attività G+S. Un monitore G+S garantisce uno svolgimento del campo di qualità e in sicurezza nelle [discipline sportive G+S](#).

## Gioco e sport

il programma del campo deve prevedere attività sportive variate e mirate. Di preferenza, lo sport viene integrato nel tema del campo, ossia: le attività sportive vengono scelte in funzione del tema (ad es. tema Indiani: indiana, nuoto, canoa, inseguimento). È molto interessante praticare una disciplina sportiva più volte durante il campo, seguendo un percorso in crescita che si conclude con una gara (ev. un torneo). Questo permette a ogni partecipante di verificare i propri progressi personali.

## Idee di attività sportive

### Giochi attorno a casa

- [Giochi con la palla](#)
- [Giochi di rinvio](#)
- [Mini pallavolo](#)
- [Giochi in capanna](#)

### Spiele ums Haus

- [Frisbee](#)
- [Baseball](#)
- [Pattinaggio in linea](#)
- [Parkour](#)

### Altre attività

- [Mountainbike](#)
- [Giochi in acqua/nel lago](#)
- [Corsa di orientamento](#)
- [Circo](#)

## Escursioni / giochi all'aperto

- **Escursioni:** le escursioni o le gite giornaliere a gruppi o con tutti i partecipanti del corso sono sempre molto apprezzate. Devono tuttavia essere abbinate a una meta, un'attrazione o un luogo di particolare interesse e non svolgersi mai lungo una strada principale. Un'escursione è un'esperienza di gruppo che lascia bellissimi ricordi. Deve essere programmata nei minimi particolari: l'opuscolo «[Sport di campo/Trekking Montagna](#)» è molto utile in questo senso. Si può prevedere anche un'escursione di due giorni con pernottamento all'aperto.
- **Giochi all'aperto:** boschi e colline diventano terreni di gioco, adattando le regole e il gioco all'ambiente. Le regole devono essere stabilite in maniera comprensibile per i bambini e anche per i giovani; prevedere un punto di incontro fisso per coloro che si smarriscono. In certi casi, per utilizzare il terreno ci vuole un'autorizzazione (legge forestale). Un gioco all'aperto non implica lotte e risse, né atti eroici o prove di coraggio. [I giochi all'aperto](#) sono attività divertenti e avventurose, che richiedono tattica e collaborazione.

## Sala giochi, tenda da gioco

Materiale per attività di giocoleria, palle, un gioco «Scale & Serpenti» nella tromba delle scale ecc. devono essere a disposizione dei partecipanti al corso. Un chiaro sistema di disposizione (cartelli sui contenitori) aiuta a riordinare dopo il gioco.

## Scatola dei giochi all'aperto

- Palle (softball, palloni da calcio, palline da tennis)
- Bocce, palline per attività di giocoleria, giochi di saltelli, elastici
- Frisbee, indiana, devilstick, diavolo
- Set per volano (racchette, volani, rete)
- Anelli per lanci, corde per saltare
- Racchette in legno, racchette da beach tennis, racchette da goba
- Piccolo materiale (corda, nastro adesivo, metro a nastro, fischietto, numeri)

## Scatola per giochi in casa

- Set da ping pong
- Diversi giochi di carte (jass, scala 40, Uno)
- Giochi di società, dadi



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Ufficio federale dello sport UFSPO**