

# Campi invernali – Attività variate: Programma speciale – Fuori pista

Oltre all'apprendimento della tecnica, i momenti trascorsi insieme e le attività svolte fuori dalle piste contribuiscono a trasformare un campo in un ricordo indimenticabile.



Sono diverse le varianti sotto forma di moduli di una giornata o di una mezza giornata che possono arricchire il contenuto della settimana: introduzione al curling e piccoli tornei con l'aiuto di uno specialista della disciplina, partite di hockey su ghiaccio allievi contro monitori, giochi nella natura, ecc. Si consiglia anche di informarsi presso l'ufficio del turismo se sul posto sono previsti eventi speciali durante la settimana in questione.

I link di mobilesport.ch proposti qui in seguito daranno idee per attività, lezioni ed esercizi in discipline sportive diverse.

## Slittino

Slittare è davvero un gioco da ragazzi? In slitta si possono raggiungere velocità molto elevate. I bambini e i giovani in particolare tendono a sottovalutare questo aspetto e non hanno sempre il controllo del proprio mezzo.

Per divertirsi in modo sicuro e in condizioni ottimali si consiglia di scendere lungo piste segnalate e aperte. Se non ve ne sono, si può scegliere un pendio privo di ostacoli quali alberi o recinzioni.

- [Schede didattiche per slittino](#) (pdf)
- [Piste per slittini in Svizzera](#)

## Pattinaggio

Il pattinaggio è un'attività molto popolare ed è anche un'alternativa agli sport sulla neve. Le superfici ghiacciate, sia quelle artificiali che naturali, invogliano a calzare i pattini e a muoversi respirando l'aria frizzante invernale.

- [Esercizi e lezioni](#)

## Curling

Precisione, concentrazione e un talento per la strategia: il curling richiede molte cose dai giocatori. Delle abilità, che possono già essere acquisite dai bambini.

- [Esercizi e lezioni](#)

## Hockey su ghiaccio

Se è ben organizzato, il l'hockey su ghiaccio offre un contesto favorevole all'apprendimento di questo sport, permettendo ai partecipanti di [ridere, imparare e fornire una prestazione](#).

- [Esercizi e lezioni](#)

## Piscina coperta

Chi lavora con i bambini in acqua deve essere paziente, sensibile, flessibile e avere anche un po' di fantasia. Per bambini e ragazzi è molto utile imparare a nuotare perché così si sentono a loro agio in e sott'acqua, si divertono facendo moto e nel contempo imparano a respirare, scivolare, galleggiare e a percepire la propulsione dell'acqua.

- [Esercizi e lezioni](#)

## Altre attività

Una settimana bianca non è solo un campo di sci o di snowboard. Oltre a spigolare e curvare sulla neve, vi sono attività ed occasioni per stare insieme fuori dalle piste che contribuiscono a farne un'esperienza indimenticabile.

- [Giochi nella neve e nello chalet](#) (pdf)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO