

Per i bambini – Giocare: Sette allenamenti specifici

I bambini vogliono giocare e hanno il diritto di farlo. E per garantire loro il divertimento occorre proporre loro delle attività su misura. Questo articolo presenta degli allenamenti ludici adatti a ogni età in sette diverse discipline sportive, che si basano su queste constatazioni e permettono di fare esperienze gratificanti da soli o in gruppo.



Il bambino trasforma in un gioco tutto ciò che vede, sente, percepisce o che afferra con le proprie mani. Il gioco, il movimento, l'esperienza di attività in comune e la soddisfazione di una riuscita gli consentono di scoprire la vita e l'ambiente che lo circonda. Il bambino gioca per crescere.

«Giocare», un manuale di G+S

Il gioco ha una tale valenza nell'insegnamento e nell'allenamento dei bambini che diventa oggetto di un fascicolo specifico, destinato ai monitori e agli esperti G+S Sport per i bambini. Consente ai bambini di acquisire e sperimentare le basi motorie nonché di ampliare il repertorio dei movimenti. Le 17 categorie proposte comportano tutte diversi giochi assortiti di molteplici varianti.

Un gioco, diversi sport

Un altro atout di questo fascicolo sono i numerosi giochi che possono essere svolti in combinazione con uno sport. Una decina di esperti G+S lo hanno dimostrato in questo tema del mese componendo sette allenamenti (v. «Sommaro») adattandone i contenuti alle specificità dello sport in questione. Va inoltre ricordato che i giochi e le condizioni quadro (regole, materiale, ecc.) possono nuovamente essere adeguati all'età e ai bisogni dei vostri allievi. La piattaforma www.mobilesport.ch propone un ampio ventaglio di altri giochi e lezioni.

Dei giochi per tutti i gusti

L'importante è che tutti i bambini partecipino! Grazie ai consigli e alle astuzie che figurano in questo tema del

mese (v. articolo «Imparare a giocare»), tutti i partecipanti si divertiranno a giocare e a scoprire uno o diversi nuovi sport.

Tema del mese (pdf)

- [Giocare](#) (pdf)

Articoli

- [Imparare a giocare](#)
- [Insegnare a giocare](#)

Lezioni

- [Sport sulla neve](#) (pdf)
- [Nuoto](#) (pdf)
- [Lottare](#) (pdf)
- [Tennis](#) (pdf)
- [Unihockey](#) (pdf)
- [Pallamano](#) (pdf)
- [Calcio](#) (pdf)

Fonte: Patricia Steinmann, Responsabile G+S Sport per i bambini



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSP