

Lezioni sport per i bambini: Un'ottima introduzione in ogni disciplina sportiva G+S

Su mobilesport.ch sono a disposizione numerose lezioni introduttive nelle discipline G+S provenienti dal settore sport per i bambini, precedentemente «G+S-Kids».

Oltre a proporre delle forme di gioco e degli esercizi utili per lo sport principale, queste lezioni forniscono anche consigli ai monitori su come allenare altri sport simili o per scoprire attività nuove. Per ogni disciplina si possono trovare e scaricare fino a 21 lezioni, tutte collegate fra di loro.

Ogni lezione fornisce indicazioni sulle condizioni quadro e sul modo corretto di svolgere la disciplina. Il documento di base contiene invece informazioni importanti sulla disciplina in questione, sugli aspetti legati alla sicurezza, sui temi da trattare a lezione e sui vari livelli di difficoltà dell'attività.

A

- [Atletica leggera](#) (21 lezioni)
- [Arrampicata sportiva](#) (8 lezioni)

B

- [Badminton](#) (10 lezioni)
- [Baseball](#) (10 lezioni)

C

- [Calcio](#) (10 lezioni)
- [Canoismo](#) (10 lezioni)
- [Ciclismo](#) (10 lezioni)
- [Corsa d'orientamento](#) (10 lezioni)
- [Curling](#) (10 lezioni)

G

- [Ginnastica](#) (12 lezioni)
- [Ginnastica e danza](#) (10 lezioni)

H

- [Hockey inline](#) (5 lezioni)
- [Hockey su ghiaccio](#) (10 lezioni)
- [Hockey su prato](#) (10 lezioni)

I

- [Immersione libera](#) (4 lezioni)

J

- [Judo](#) (10 lezioni)

L

- [Lotta](#) (10 lezioni)
- [Lotta svizzera](#) (10 lezioni)

N

- [Nuoto](#) (5 lezioni)
- [Nuoto di salvataggio](#) (3 lezioni)
- [Nuoto sincronizzato](#) (3 lezioni)

P

- [Pallacanestro](#) (10 lezioni)
- [Pallamano](#) (10 lezioni)
- [Pallanuoto](#) (5 lezioni)
- [Pattinaggio su ghiaccio](#) (10 lezioni)
- [Pallavolo](#) (10 lezioni)

R

- [Rugby](#) (10 lezioni)

S

- Salto con gli sci (10 lezioni)
- Sci (10 lezioni)
- Sci di fondo (10 lezioni)
- Snowboard (10 lezioni)
- Sport equestri (10 lezioni)
- Squash (10 lezioni)

T

- Tchoukball (10 lezioni)
- Tennis (10 lezioni)
- Tennis da tavolo (10 lezioni)
- Tiro sportivo (10 lezioni)
- Tuffi (3 lezioni)

U

- Unihockey (10 lezioni)

V

- Vela (10 lezioni)

Fonte: Gioventù+Sport G+S



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSP