

Tema del mese 11/2020: Golf indoor

Per molto tempo il golf è stato appannaggio di una ristretta cerchia di persone abbienti. Tuttavia, come per altre discipline, anche questo sport ha vissuto un'evoluzione che lo ha portato a diventare pressoché popolare. È quindi tempo di dedicare spazio all'argomento e fornire così le basi per introdurre il golf nelle lezioni di educazione fisica. In questo modo i docenti possono svelare agli allievi tutti i segreti del golf già in palestra, in vista di un futuro allenamento in un vero campo da golf.



Oltre ai classici campi da golf con diversi percorsi a 18 buche, negli ultimi anni anche i cosiddetti Driving Ranges, vale a dire delle aree con percorsi a 6 o a 9 buche che possono essere utilizzate a tariffe convenienti, hanno conosciuto una notevole evoluzione.

Nel frattempo, i circoli di golf hanno riconosciuto l'importanza di una clientela più giovane, tanto da spingere all'elaborazione di nuove strategie per introdurre il golf a scuola. Una delle conoscenze acquisite vuole che l'uso di un'area a 9 buche presupponga l'introduzione al golf già durante le lezioni di educazione fisica in palestra.

Introduzione del golf nella lezione di educazione fisica

A completamento del tema del mese [10/2014 «Alla scoperta del golf»](#), il presente documento contiene indicazioni metodologiche, didattiche e pedagogiche per avvicinarsi in modo ludico al golf durante la lezione di educazione fisica in palestra.

Riducendo e concentrando contenuti, obiettivi e forme di movimento sugli elementi base, i docenti privi di conoscenze e capacità specifiche possono introdurre in maniera opportuna l'attività nelle lezioni in palestra e consentire agli allievi di acquisire le nozioni di base, divertirsi e sperimentare i primi successi. Forniamo qui suggerimenti mirati su organizzazione, tecnica, strutture per esercitarsi, forme di competizione, sicurezza e indicazioni di errore.

Testato nella scuola professionale

I contenuti di questo tema del mese sono stati verificati nell'ambito dello sport nelle scuole professionali. Motivo per cui ricorrono indicazioni sul [piano di studio quadro per l'insegnamento dell'educazione fisica nella](#)

formazione professionale iniziale. Ciò nonostante, la maggior parte dei contenuti può essere utilizzata con lievi modifiche anche nelle altre scuole.

Estratto dal PQ Educazione fisica durante la formazione professionale

Sfida – Competenza personale: gli allievi si impegnano in nuove sfide e classificano le loro emozioni.

La crescente digitalizzazione nel settore della formazione riguarda anche la didattica sportiva. Nell'ambito della «Tecnica» si presta l'impiego di video feedback che facilitano la visualizzazione dei movimenti e la formulazione di feedback. L'argomento viene approfondito nel capitolo «Video feedback», dove sono fornite anche altre informazioni.

Tema del mese

- [Golf indoor](#) (pdf)

Articoli

- [Orientamenti didattici e metodologici](#)
- [Aspetti pedagogici](#)
- [Video feedback](#)

Aiuti

- [Materiale](#)
- [Tecnica – Swing](#)
- [Tecnica – Putting](#)

Pratica

- Campi pratica
- Forme di competizione

Fonte: Stefan Buhl e Urs Böller, docenti di educazione fisica presso la AGS Basel



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO