

## Scopri il mondo dell'apprendimento con Cherries



**Materiali didattici per istruttori e istruttrici di Cherries**

*Versione 2.0 / Ottobre 2024*

## Indice

1	Introduzione e spiegazioni .....	2
1.1	Fase di sviluppo .....	2
1.2	Attuazione .....	3
2	Fogli di allenamento .....	6
2.1	Inizio - Il riscaldamento allegro .....	6
2.2	Il mio amico, il ghiaccio .....	8
2.3	Slittamento, divertimento per principianti .....	10
2.4	Scoprire e giocare con i sassi.....	13
2.5	Maestro dello spazzolamento sul ghiaccio .....	15
2.6	Divertimento tattico per piccoli strateghi.....	17
2.7	Conclusione gioiosa.....	19
3	Conclusione e ringraziamenti.....	21

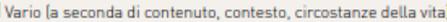
## 1 Introduzione e spiegazioni

*L'allenamento dei Cherries differisce in parte notevolmente da quello di altre fasce di età. Stones più piccole e leggere, comportamento di scivolamento delle stones, bisogno di movimento e capacità di concentrazione dei bambini, modo di trasmettere la materia da parte degli istruttori, ecc. Questi componenti non possono essere sufficientemente trattati in un corso di istruttori G+S. Pertanto, è stato deciso di sviluppare materiali di formazione specifici per Cherries/principianti.*

### 1.1 Fase di sviluppo

I Cherries si trovano nella fascia di età 7-11 anni, quindi nella tarda età scolastica. Questo gruppo di età si caratterizza per le seguenti peculiarità:

Sono sicuri di sé e coraggiosi. Amano provare cose nuove. Sebbene l'IO prevalga ancora, cercano sempre più la comunità e sviluppano lentamente un senso di lavoro di squadra. Il desiderio di partecipazione non è ancora molto pronunciato. Le competizioni organizzate non li divertono molto. D'altra parte, il bisogno di movimento e la volontà di apprendere sono elevati. La capacità di apprendimento e concentrazione, invece, sono piuttosto nella media.

	<b>Prima età scolare</b> 5-9 anni	<b>Tarda età scolare</b> 9-12 anni	<b>Pubertà</b> ♀: 11/12-13/14 anni ♂: 12/13-14/15 anni	<b>Adolescenza</b> ♀: 13/14-17/18 anni ♂: 14/15-18/19 anni
				
<b>Caratteristiche psicologiche e sociali</b>	Buon equilibrio mentale, visione piuttosto ottimistica della vita, più che altro spensierati ma spesso egocentrici.	Consapevoli, non dubitano ancora di sé stessi e delle proprie competenze, sono perlopiù coraggiosi e pronti al rischio, ma continuano a essere egocentrici, cercano sempre di più una comunità (gruppo, allenamento) e sviluppano la capacità di far parte di una squadra.	Alla ricerca della propria identità, diventano facilmente insicuri e molti soffrono di mancanza di autostima (spesso non hanno il coraggio di eseguire esercizi difficili); conseguenza: il gruppo e l'opinione di chi lo compone è sempre più importante (tienine conto per la composizione dei gruppi di allenamento).	Integrazione sociale e personalità sempre più marcata.
<b>Desiderio di avere voce in capitolo</b>				
<b>Necessità di movimento</b>				
<b>Disponibilità all'apprendimento</b>				
<b>Disponibilità alla prestazione</b>				
<b>Piacere della competizione</b>				
<b>Capacità di concentrazione e di assimilazione</b>				
				

#### G+S MDA: Comprendere i bambini



[Al sito web](#)

#### G+S MDA: Trasmettere a misura di bambino



[Al sito web](#)

## 1.2 Attuazione

Per te come istruttore/trice, questo significa che devi rendere gli allenamenti molto vari. Oltre a sequenze di apprendimento relativamente brevi, è fondamentale porre in primo piano l'aspetto ludico e il movimento dei bambini. Organizza i tuoi allenamenti in modo che tu possa trasmettere i contenuti di allenamento ai bambini in modo giocoso. Piccole competizioni sono molto adatte a questo scopo e aumentano la motivazione.

### Incorporare i rituali

I rituali offrono ai bambini stabilità e sicurezza. Usa i rituali come punti fissi per strutturare una lezione. Aiutano i tuoi bambini a orientarsi e a dirigere la loro attenzione. Inoltre, i processi ricorrenti contribuiscono a un'organizzazione speditiva e a più tempo di movimento.

### Dirigere un gruppo in modo sicuro ed efficiente

Come istruttore/trice, sei responsabile per l'integrità fisica e psicologica dei bambini. Assicura loro la massima sicurezza. Pianifica con anticipo, osserva attentamente, rifletti criticamente e riconosci i potenziali pericoli in anticipo. Lavora con regole chiare e conseguenze per il mancato rispetto. Comunica queste regole in modo trasparente.

#### Scheda di sicurezza Curling



[Al documento](#)

#### G+S MDA: Dirigere un gruppo in modo sicuro ed efficiente



[Al sito web](#)

### Gestire i disturbi in modo adattivo

Cerca di evitare i disturbi con una pianificazione accurata. Se si verificano, rimani calmo e analizza prima la situazione. Quindi agisci in modo appropriato, comprensibile e, se possibile, in modo che l'allenamento possa continuare senza intoppi.

#### G+S MDA: "Disturbi durante la lezione"



[Al sito web](#)

### Alto tempo di apprendimento e movimento

Assicurati di avere un alto tempo di apprendimento e movimento con transizioni fluide, forme organizzative sensate, brevi spiegazioni/dimostrazioni e una gestione intelligente del materiale.

### **Definire compiti impegnativi e fornire una guida professionale**

Utilizza metodi di apprendimento diversificati, ciò motiva il processo di apprendimento. Adatta le forme di allenamento al livello dei tuoi bambini e integra molte attività che richiedono loro di prendere decisioni rilevanti per il gioco. Fornisci feedback professionali e assistili con consigli e azioni pratiche.

Adatta le tue forme di allenamento al livello e alle esigenze dei singoli bambini o del tuo gruppo. Ad esempio, se stai allenando per la prima volta la distanza con la tua squadra, inizia con una forma di esercizio semplice (come centrare la casa al centro della pista). Una volta che la tua squadra padroneggia questa distanza, aumenta la complessità (giocare davanti/nel centro della pista). Aumenta gradualmente la difficoltà nel corso di vari allenamenti. Se qualcosa non funziona, fai un passo indietro e scegli un esercizio più semplice.

### **Struttura e contenuti di una lezione di allenamento**

Una buona sessione di allenamento consiste in tre componenti: 'Introduzione', 'Parte Principale' e 'Conclusione'.

- I contenuti, gli obiettivi, il materiale e la forma organizzativa devono essere coordinati tra loro.
- Integra già nell'introduzione forme di gioco e di esercizio che preparano i bambini alla parte principale.
- Il materiale necessario per la parte principale può essere utilizzato anche nell'introduzione e nella conclusione. In questo modo guadagni tempo e aumenti il tempo di apprendimento e movimento.
- La forma di allenamento scelta dovrebbe sempre includere un obiettivo osservabile. In questo modo puoi valutare l'esecuzione e fornire feedback. Lavora con forme di allenamento di base, cerca di variare secondo i principi di 'semplificare' e 'complicare'. In questo modo puoi aumentare la motivazione dei tuoi bambini.

### **Punti Importanti nella pianificazione delle lezioni**



[Al documento](#)

#### **Preparazione delle lezioni 1**



[Al documento](#)

#### **Preparazione delle lezioni 2**



[Al documento](#)

## **Utilizzo dei fogli di allenamento**

Qui di seguito troverai i seguenti documenti:

- Fogli di formazione modulari che puoi utilizzare individualmente in base al tema.
- Tutti i fogli di formazione hanno lo stesso formato standardizzato.
- Inclusi sono consigli importanti sulla sicurezza nel trattare con bambini fino a 11 anni.
- Le foto aiutano a comprendere meglio il materiale.
- Nella sezione "Video Sequenze" troverai un breve video sul tema, che ti fornirà idee per possibili esercizi

## 2 Fogli di allenamento

### 2.1 Inizio - Il riscaldamento allegro

#### Introduzione

I bambini arrivano a scuola o a casa per l'allenamento con mille cose in testa. È importante radunarsi e prepararli per la lezione sul ghiaccio. Ciò avviene attraverso un rituale di inizio ben definito e un riscaldamento giocoso di gruppo.

#### Basi

I bambini che vengono ad allenarsi vogliono muoversi e divertirsi. È fondamentale che per loro sia chiaro il punto di inizio della lezione, ad esempio attraverso un rituale di benvenuto. Il passo successivo è il riscaldamento di gruppo, dove tu come istruttore puoi dare indicazioni, ma anche i bambini possono contribuire con le loro idee.



#### Principi

Il riscaldamento e l'impostazione dell'umore appartengono a ogni inizio di lezione.

#### Struttura e obiettivi

- Esercizi semplici.
- Creare esperienze condivise.
- Integrarsi e sentirsi a proprio agio nel gruppo.
- Prepararsi per la lezione di allenamento imminente.

#### Punti di osservazione

Come è il morale dei bambini, devi attivarli o calmarli per l'allenamento imminente. Puoi adattare gli esercizi di riscaldamento di conseguenza.

#### Sicurezza

- Riunire il gruppo e guidarlo chiaramente.
- Esercizi di riscaldamento in piedi sul ghiaccio all'inizio con l'Anti slider.
- Instaurare nei bambini un senso di comunità nel gruppo.

#### Riassunto

l'impostazione dell'umore e il riscaldamento sono punti centrali all'inizio di una lezione di allenamento. Questo assicura sicurezza, esperienze condivise e divertimento.

Video sul tema



[Al video](#)

## 2.2 Il mio amico, il ghiaccio

### Introduzione

Il ghiaccio è una superficie scivolosa e ciò comporta un rischio di caduta. Generalmente, una caduta da "altezza bambino" non è problematica e raramente causa infortuni. Tuttavia, è importante che i bambini si abituino di nuovo alle condizioni del ghiaccio ad ogni lezione e facciano i primi passi con attenzione.

### Basi

Ci sono bambini che di natura hanno meno fiducia in sé stessi e quindi non si avventurano subito in sfide maggiori. Presta attenzione a questo e inizia con esercizi semplici che diano sicurezza ai bambini sul ghiaccio. Trovare il giusto equilibrio tra sfida e sovraccarico in un gruppo non è facile. Occorre buona capacità di osservazione ed empatia. Ma è importante credere nelle capacità dei bambini, ciò motiva, rafforza la loro autostima e li diverte. L'obiettivo è ridurre la paura della caduta e familiarizzare i bambini con il ghiaccio.



### Principi

Gli esercizi di base devono essere definiti in modo che "complicare" o "semplificare" sia sempre possibile e possano essere eseguiti dai bambini in modo parzialmente individuale.

### Struttura

- Primi passi con l'Anti slider.
- Movimenti senza Anti Slider con sicurezza.
- Movimenti senza Anti Slider, autonomamente.
- Forme di gioco con/senza Anti Slider.

### Punti di osservazione

Valutare la fiducia in sé, la destrezza, la capacità di assorbimento e l'attuazione del feedback.

### Sicurezza

- Dal semplice al difficile.
- Spiegare e dimostrare gli esercizi.
- Stabilire regole di comportamento chiare.
- Scegliere forme di gioco che siano facili da eseguire all'inizio.
- Adattare la velocità all'interno delle forme di esercizio ai bambini.

## Riassunto

L'obiettivo è togliere ai bambini la paura della "materia scivolosa" del ghiaccio. Tuttavia, rispetto e sicurezza sono sempre in primo piano. Ogni bambino è diverso. Cerca di rispondere ai bisogni individuali, guidali, motivati e dà loro sicurezza. Sfida i bambini, ma senza sovraccaricare.

## Video sul tema



[Al video](#)

## 2.3 Slittamento, divertimento per principianti

### Introduzione

Lo slittamento è un prerequisito fondamentale per il gioco del curling. Importante in questo contesto è la corretta tecnica. La sua realizzazione dovrebbe avvenire gradualmente e attraverso esercizi ausiliari. Pensa a quali componenti svolgono un ruolo principale nello slittamento.

### Fondamentali

Oltre all'equilibrio, forza, postura, ritmo, differenziazione e orientamento sono componenti importanti. Pertanto, l'obiettivo principale è allenare queste componenti per avvicinarsi passo dopo passo al "perfetto Sliding Delivery". Inoltre, si dovrebbe puntare all'"automatizzazione del movimento" dall'ingresso nell'Hack fino al rilascio dello stone.



### Principi

Usa strumenti ed esercizi ausiliari per allenare le varie componenti dello sliding, procedendo gradualmente.

### Stuttura

Nei primi passi, è utile esercitare puntualmente i punti più importanti dello sliding, come:

- "Entrare" da dietro nell'Hack;
- Allineare il piede verso il manico di scopa (coni);
- Nel primo movimento, il piede di scivolamento va indietro, sollevando leggermente l'anca;
- Lo spingere deve essere il più possibile dritto dall'Hack;
- Durante lo sliding, tenere la gamba il più possibile estesa all'indietro, mantenendo l'equilibrio;
- Slidare solo con la scopa o strumenti ausiliari, senza sasso (che verrà aggiunta in seguito);
- Variare la direzione e la lunghezza dello sliding (coni).

In una fase successiva, si dovrebbe allenare una corretta postura del corpo (Set Up) nell'Hack, con ulteriori dettagli su posizionamento e movimento. Questo include:

- l'allineamento del piede nell'hack rispetto al manico di scopa (cono),
- posizionare il sasso davanti al piede di spinta,

- formare un triangolo con il piede, la scopa e il sasso.
- La scopa deve essere sempre tenuta sotto il braccio
- lo sguardo deve essere sempre rivolto verso l'obiettivo.

Successivamente, inizia con punti mobili come descritto sopra (incluso il sasso).

Varia gli esercizi per distogliere l'attenzione dei bambini dal movimento dello sliding. Ad esempio, fai loro risolvere problemi matematici o riconoscere oggetti durante lo sliding. Questo aiuta a rendere il movimento più naturale, la postura più rilassata e automatizza il movimento.

### Strumenti sussidiari



### Manuale del modello dello Sliding-Delivery in 5 Fasi



[Al documento](#)

### Punti di osservazione

- Posizionarsi sempre nello stesso ordine nell'Hack;
- Corretto allineamento e tenuta della scopa;
- Automatizzazione dei movimenti, mantenimento dell'equilibrio, flusso ritmico dei movimenti;
- Il piede rimane sempre piatto sul ghiaccio.

### Sicurezza

- Il prossimo bambino scivola solo quando il precedente si è spostato di lato;
- Assicurarli di una postura rilassata ma il più possibile corretta;
- In caso di caduta di un bambino, chiedere come sta.

### Riassunto

- Procedere gradualmente per trasmettere e implementare i singoli punti;
- Sfida i giovani ma senza sovraccaricare. A volte un passo indietro è più prezioso;
- Gli esercizi non dovrebbero durare troppo a lungo (capacità di concentrazione);
- L'entrata nell'Hack dovrebbe sempre avvenire con lo stesso rituale;
- Cercare di raggiungere un'"automatizzazione" dei movimenti, meglio se la concentrazione è rivolta altrove.

### Forme di base del movimento e del gioco



[Al sito web](#)

### G+S MDA: Tattica e tecnica



[Al sito web](#)

Video sul tema



[Al video](#)

## 2.4 Scoprire e giocare con i sassi

### Introduzione

Le stones possono essere usate come supporto; vengono spinte, in assenza di spinta dall'Hack, e corrette nella direzione dopo la spinta. Non appena si introduce l'elemento "stone", gli errori nell'esecuzione aumentano.

### Basi

All'inizio, qualsiasi squilibrio nello sliding dovrebbe essere compensato sul lato della scopa. Se viene compensato sul lato della stone, questa non può più essere "giocata liberamente", limitando così la rotazione e il movimento circolare. Per raggiungere una postura ottimale durante il rilascio della stone, è necessario prestare attenzione a diversi punti nel processo di sliding delivery. Questi punti devono essere esercitati ripetutamente con i bambini in modo giocoso.



### Principi

La distanza viene sempre raggiunta mediante la spinta dall'Hack e mai spingendo il sasso. Per questo, utilizza la tecnica della "Backward- und Forward-Motion".

### Struttura

- Piede, sasso e scopa formano un triangolo nell'Hack, il che permette una postura stabile durante lo sliding successivo;
- Il sasso nell'Hack è sempre correttamente allineato alle 10 o alle 14;
- Durante il "caricamento", il corpo viene mosso all'indietro e leggermente in alto attraverso il flessore dell'anca. Il piede di scivolamento viene spostato fino al massimo all'altezza dell'Hack (parallelo al piede di spinta);
- Nel movimento in avanti, assicurati che il sasso sia leggermente spostata in avanti prima che il piede la segua e termini con la spinta. Il leggero sollevamento del corpo durante il movimento all'indietro lo rende già basso e quindi dà stabilità al bambino all'inizio dello sliding;
- Prova a scivolare il più a lungo possibile e ruota la stone durante la fase di scivolamento dalle 10 o dalle 14 alle 12;
- L'intero movimento avviene senza spingere ulteriormente la stone con il braccio.

### Punti di osservazione

- Postura rilassata e corretta nell'Hack (allineamento, spalle dritte);
- Tenere la scopa sotto il braccio;
- Stone posizionato alle 10/14;

- Non "impuntare", il piede rimane piatto sul ghiaccio durante tutta la fase di movimento;
- Sequenze nel movimento in avanti: la stone - piede - spinta;
- Non spingere il sasso;

### **Sicurezza**

- Non sollevare mai le stones;
- Gestire i sassi nell'Hack. Nei bambini ciò richiede una tecnica speciale poiché la stone è troppo pesante;
- Assicurati di sistemare completamente gli stones prima di iniziare il prossimo esercizio;
- Il prossimo bambino scivola solo quando il precedente si è spostato di lato;
- Rimuovi le stones giocate troppo corti nel campo (pericolo di incidente);
- Ferma le stones giocati troppo velocemente prima che raggiungano la fine del campo;
- Assicurati che il piede di scivolamento sia sempre piatto sul ghiaccio (prevenzione degli infortuni);
- In caso di caduta di un bambino, chiedere come sta.

### **Riassunto**

Il gioco del curling richiede una buona organizzazione sia sul ghiaccio che fuori. Assicurati che gli aspetti di sicurezza siano adeguatamente considerati.

In giovane età, è importante concentrarsi su alcuni componenti fondamentali dello sliding e della consegna. Implementare costantemente. (Ciò che non si impara da piccoli...)

Durante l'esecuzione, osserva un punto alla volta, valutalo e correggilo se necessario. Evita di sovraccaricare i bambini con troppi input (considera la loro capacità di assorbimento e il fattore divertimento).

#### **Foglio di osservazione 5-Fasi-Sliding**



[Al documento](#)

#### **Video sul tema**



[Al video](#)

## 2.5 Maestro dello spazzolamento sul ghiaccio

### Introduzione

Lo spazzolamento richiede abilità coordinative nei bambini. Contemporaneamente al movimento in avanti vengono eseguiti movimenti laterali di spazzolamento. Ciò significa che devono essere eseguite due forme di movimento opposte. Inoltre, la stone non deve essere toccata durante lo spazzolamento. Pertanto, durante lo spazzolamento, diversi fattori sono cruciali e devono essere insegnati e allenati.

### Basi

Inizia con movimenti statici di spazzolamento per i principianti. Qui, l'obiettivo principale è esercitare la corretta posizione della scopa e la movimentazione di base dello spazzolamento. In un secondo passo, aggiungi il movimento in avanti durante lo spazzolamento con l'Anti slider. In questo modo, senza l'uso di stone, alleni le capacità coordinative. In un terzo passo, applica ciò con le stones in movimento. È importante che i bambini spazzolino da entrambi i lati della stone. In questo modo, i bambini hanno un ampio spettro di movimento e si muovono più sicuramente sul ghiaccio. Una volta acquisita sufficiente sicurezza, l'Anti slider può essere lasciato da parte. I bambini si abituano così gradualmente a scivolare durante lo spazzolamento.



### Principi

Per raggiungere un ampio spettro di applicazione dello spazzolamento, dovrebbe essere praticato da entrambi i lati. I movimenti di spazzolamento dovrebbero inizialmente essere eseguiti con l'Anti slider. La difficoltà può essere aumentata successivamente, eliminando l'Anti slider. In questa fascia di età, non si insegna lo spazzolamento direzionale.

### Struttura

- Istruire sulla corretta tenuta della scopa durante lo spazzolamento.
- Inizia con movimenti di spazzolamento eseguiti sul posto.
- Combina poi lo spazzolamento con il movimento in avanti, inizialmente con l'Anti slider e poi senza quando la sicurezza aumenta.
- Il passo successivo sono movimenti di spazzolamento davanti a stones in movimento. Inizia con una velocità lenta in modo che i bambini possano seguire la stone.
- Aumenta la velocità delle stones ed esegui gli esercizi senza Anti Slider quando la sicurezza è sufficiente.
- Fai eseguire i movimenti di spazzolamento da entrambi i lati fin dall'inizio.
- Cerca di combinare lo spazzolamento con la comunicazione (comandi di spazzolamento).

### **Punti di osservazione**

- Corretta tenuta della scopa.
- Movimento sicuro in avanti con sasso scivolante.
- Movimenti di spazzolamento corretti davanti alla stone senza toccarla.
- Spazzolamento bilaterale con e senza Anti Slider.
- Combinazione di spazzolamento e comunicazione.

### **Sicurezza**

- Inizia sempre con l'Anti slider.
- Spazzolamento di gruppo come base.
- Movimenti in avanti controllati in combinazione con lo spazzolamento.
- Lascia che le stones siano giocati in maniera controllata e lentamente.
- La prossima stone è giocato solo quando i giocatori di spazzolamento si trovano ai margini della pista.
- Fermare le stones giocati troppo velocemente che non possono essere spazzolati.
- Sfida i bambini nello spazzolamento bilaterale, ma senza sovraccaricare.
- Lo stesso vale quando l'Anti slider viene omissso.

### **Riassunto**

Il corretto spazzolamento richiede apprendimento. I diversi elementi devono essere insegnati separatamente e poi continuamente integrati. Nell'allenamento dei Cherry, la corretta esecuzione e la sicurezza sono al centro. Sfida i bambini con lo spazzolamento bilaterale con e senza Anti Slider. Questo aumenta l'autostima e la motivazione. Poco utili sono gli allenamenti

### **Video sul tema**



[Al video](#)

## 2.6 Divertimento tattico per piccoli strateghi

### Introduzione

Insegnare la tattica ai bambini di età compresa tra 8 e 11 anni è probabilmente una delle maggiori sfide nel curling. Una lavagna magnetica con spiegazioni teoriche sicuramente non è adatta. La tattica deve essere tangibile e divertente per i bambini, e deve essere insegnata in un modo e a una velocità che possano capire. La tattica può quindi essere trasmessa solo "a piccole dosi". L'insegnamento deve essere realizzato in un contesto giocoso. A quest'età, la tattica non è l'aspetto più importante, lascia che i bambini giochino e cerca di trasmettere punti tattici attraverso esempi visibili direttamente sul ghiaccio.

### Basi

Prova a scomporre la tattica in singole componenti e tradurla in un linguaggio adatto ai bambini. Il termine "Schema X" non dovrebbe essere usato in questa fase. Ci sono modi per rendere questo più accessibile ai bambini, ad esempio usando caricature. Forme di gioco semplici, come il mini-curling o il gioco verso la casa al centro della pista, sono più efficaci. Lascia che i bambini discutano insieme quale sasso giocare successivamente. Non è necessario un capitano in questa fase. È importante che tutti possano contribuire e cercare insieme soluzioni.



### Principi

Insegna la tattica attraverso forme di gioco a breve distanza. Fai giocare i sassi a media distanza così che raggiungano l'obiettivo e la comprensione della tattica possa essere meglio trasmessa. Evita una chiara distinzione tra gioco offensivo e difensivo all'inizio. Più importante è lo scambio comune e la ricerca di soluzioni di squadra.

### Struttura

- Inizia con il Mini Curling.
- Stabilisci regole chiare per il rilascio dei sassi. Fai discutere brevemente ogni sasso da giocare in squadra. Assicurati che i bambini trovino una soluzione comune.
- Poni domande e dai suggerimenti. Interrompi l'esercizio dopo ogni due sassi per squadra e discuti con i bambini quale squadra ha al momento le migliori possibilità di segnare punti, considerando tutte e 8 gli stone da giocare.
- Successivamente, permetti loro di giocare verso la casa al centro della pista. I bambini dovrebbero discutere e decidere in modo più indipendente. Imposta un limite di tempo per questa fase. Anche qui, puoi interrompere dopo ogni due stone e discutere la situazione attuale con i bambini.
- Fai giocare un end (una sequenza completa di gioco) dalle due hack. Questo è una sfida perché cambia la situazione e costringe i bambini a pensare in modo diverso.
- Dopo di che, puoi trasferire le diverse configurazioni di allenamento su tutta la lunghezza della pista.

### **Punti di osservazione**

- Comunicazione tra i bambini;
- Sulla base di cosa prendono decisioni i bambini;
- Ci sono bambini che comprendono rapidamente il sistema e lo mettono in pratica in parte? Possono spiegarlo agli altri;
- Reazioni ai tiri riusciti e a quelli non riusciti;
- Comprensione rapida e adattamento rapido alle diverse configurazioni di allenamento.

### **Sicurezza**

- Le discussioni non devono mai avvenire nel "house" (zona bersaglio); bisogna sempre valutare la situazione da fuori;
- Discutere la tattica e poi assegnare le posizioni di giocatori e spazzolatori;
- I sassi durante il Mini Curling vengono rimossi in modo collaborativo e con attenzione;
- Questo vale anche per i sassi che sono stati giocati a metà del campo.

### **Riassunto**

La tattica non deve e non può essere insegnata in questa fascia d'età in modo teorico. Attraverso elementi ludici e l'esperienza sul ghiaccio, i bambini impareranno gradualmente i dettagli tattici. Il focus principale deve essere sulla ricerca di soluzioni comuni. In queste categorie di età, non è fondamentale quale posizione si giochi. Il motto per l'insegnamento della tattica è: Dal semplice al complesso.

#### **MDA G+S Tattica e tecnica**



[Al sito web](#)

#### **Video sul tema**



[Al video](#)

## 2.7 Conclusione gioiosa

### Introduzione

Spesso sono gli ultimi minuti di un allenamento o di una partita a rimanere impressi nella memoria. Per questo motivo, è importante concludere ogni allenamento con chiare regole e celebrarlo con gioia. Questo dovrebbe essere accompagnato da un rituale di commiato all'interno del gruppo e da un saluto personale tra l'allenatore e il bambino.

### Basi

I bambini devono essere consapevoli che l'allenamento sta per terminare. Inizia la fase di conclusione 5-10 minuti prima della fine della lezione. Ripassa con i bambini i punti più importanti dell'allenamento e chiedi loro come lo hanno vissuto. Si tratta del divertimento e delle esperienze fatte, non del numero di lanci buoni o cattivi. Spiega loro cosa li attende nel prossimo allenamento. In questo modo, trasmetti l'entusiasmo. Elementi importanti in questo contesto sono un rituale ricorrente e un congedo personale.



### Principi

La conclusione appartiene a ogni lezione. Per il bambino deve essere chiaro che l'allenamento è ora finito e può dedicarsi di nuovo ad altre cose.

### Struttura

- Fai rimuovere i sassi e materiali;
- Porta i bambini di nuovo dentro la struttura. Non guardare verso il ristorante/gli spettatori (distrazione);
- Usa un linguaggio semplice quando fai un resoconto;
- Chiedi ai bambini delle loro esperienze e momenti salienti dell'ora;
- Spiega brevemente cosa li aspetta nel prossimo allenamento;
- Eseguire un rituale di chiusura comune;
- Saluta ogni bambino con un saluto di addio personale.

### Punti di osservazione

- Se i bambini sono attenti fino alla fine;
- Se riescono a ricordare i contenuti dell'allenamento;
- Se si sono divertiti;
- Se ci sono bambini che non vogliono andare a casa.

### Sicurezza

- Nessun punto particolare.

### Riassunto

La conclusione è il punto centrale alla fine di una unità di allenamento. Garantisce comunità, esperienze condivise, divertimento e anticipazione.

### Video sul tema



[Al video](#)

### 3 Conclusione e ringraziamenti

Speriamo tu abbia potuto trarre vantaggio dai materiali di formazione e applicarli nei tuoi allenamenti con i bambini. Se hai trovato piacere in ciò e hai bisogno di ulteriori consigli pratici, considera di partecipare al "Corso di formazione avanzata per istruttori di Cherry" tenuto da Urs Guler, che si svolge ogni fine ottobre. Puoi trovare l'annuncio sul sito web di SWISSCURLING sotto la sezione formazione a partire da aprile.

Un ringraziamento speciale per la realizzazione di questi materiali di formazione va ai Cherries delle palestre di Glarus e Wallisellen, a Urs Guler (responsabile del ghiaccio), Sandra Glattfelder e Josephine Schafer (assistenti).



Autori: Erich Nyffenegger, Bastian Wyss, Isabelle Maillard (f), Michele Pedrioli (i)

