

Formazione di base – G+S

Attestato di competenza Pratica e teoria

Corso monitori sci e snowboard allround

Obiettivi guida della formazione per monitori G+S negli sport giovanili	2
Sapere.....	2
Saper fare	2
Atteggiamento.....	2
Valutazione competenza pratica.....	3
Sci	4
SNOWBOARD.....	5
Valutazione competenza teoriche - procedura.....	6
Domende sulla sicurezza nello sci e nel snowboard risposte	7

MAIN PARTNER

Sunrise

PREMIUM PARTNER

RAIFFEISEN

helvetia

BKW

GOLD PARTNER

Audi

MEDIA PARTNER

SRG SSR

EQUIPMENT PARTNER

SRG

DESCENTE

SCATTA

Obiettivi guida della formazione per monitori G+S negli sport giovanili

In sostanza, dobbiamo porci la seguente domanda:
 "Come genitore, affiderei a questo monitore*ce i miei figli?"

Sapere

Gli monitori G+S sono in grado di :

- ... trasmettere la **comprensione della formazione**,
- ... comprendere il rapporto tra **neve, attrezzatura e corpo**,
- ... pianifica le fasi successive del suo **percorso di formazione G+S**.

Saper fare

Gli monitori G+S sono in grado di:

- ... pianificare, realizzare e valutare **lezioni di qualità**.
- ... descrivere le **forme** dello sport.
- ... presentare le **forme richieste** sul proprio attrezzo.

COMPETENZA SPECIALISTICA
SAPERE
 COMPETENZA METODOLOGICA
SAPER FARE
 COMPETENZA SOCIALE
ATTEGGIAMENTO
 COMPETENZA INDIVIDUALE



Atteggiamento

Gli monitori G+S si assumono la loro responsabilità :

- ... incarnando nella pratica i **valori dello Sport Svizzero**,
- ... rispettando i vari quadri e documenti **etici** (carta etica, principi di comportamento di J+S, FTEM Svizzera, ecc.)
- ... rispettando i propri **diritti e doveri** (obbligo di assistenza, obbligo di segnalazione, obbligo di formazione continua).

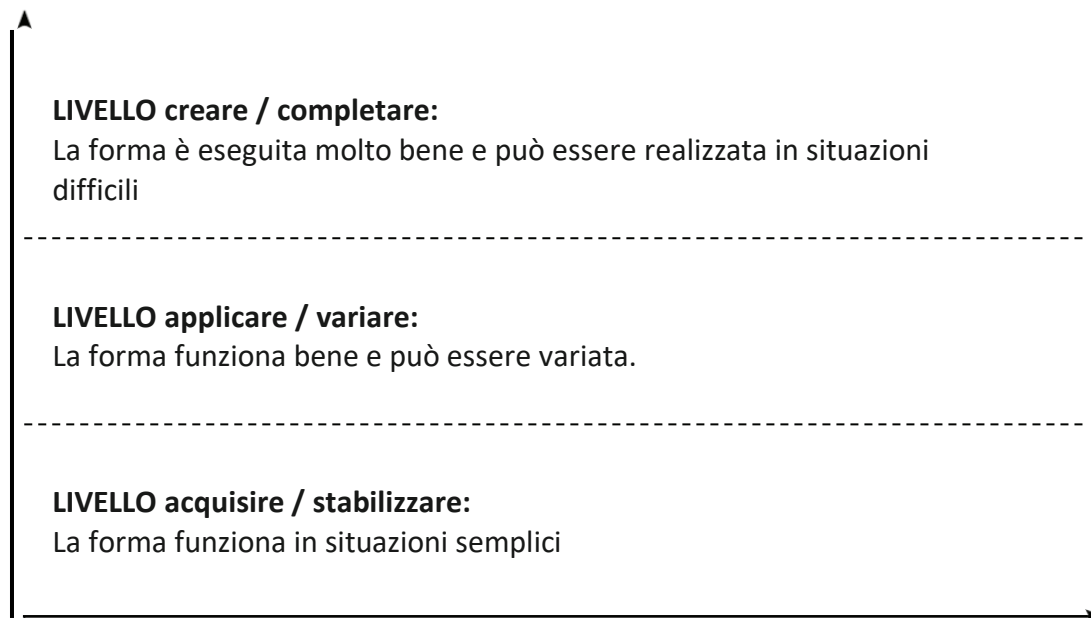
Valutazione competenza pratica

/ SPIEGAZIONE

Nella pratica, i percorsi di apprendimento per raggiungere forme complesse sono sviluppati partendo da forme semplici e strutturalmente simili.

Le forme devono essere realizzate in più varianti possibili.

Le tue prestazioni tecniche sono documentate con una stella per ogni livello d'apprendimento raggiunta. Per orientarti tieni in considerazione le seguenti suddivisioni:



/ PREPARAZIONE

Durante la settimana, nella valutazione della giornata, prendi il tuo giornale di apprendimento e cerca di autovalutare le forme esercitate.

- Che cosa so a riguardo del tema/forma? Qual è il mio approccio al tema?
- In quale documentazione di G+S trovo le spiegazioni sul tema?
- Che cosa trovo sulla pagina internet www.gioventuesport.ch ?
- Che altro posso trovare su Internet?

/ VALUTAZIONE

Valutazione con „riuscito / non riuscito“,

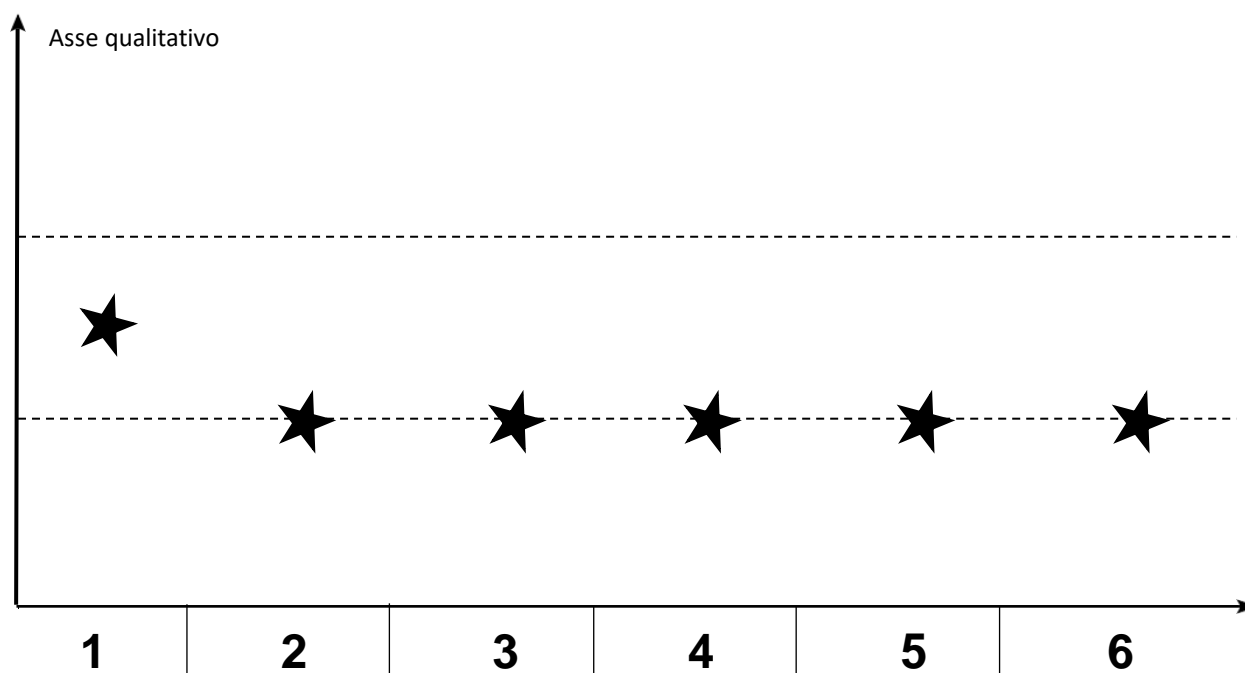
Alla fine della settimana, quando certifichi le tue competenze pratiche, compila questo grafico nel tuo giornale di apprendimento e confrontalo con quello del tuo formatore.

- Qual è il mio livello di apprendimento nelle rispettive forme?
- Quali esercizi mi hanno aiutato?
- Cosa mi è piaciuto in particolare?
- A quale concetto di insegnamento posso fare riferimento alle esperienze odierne?

Sci

	Forme	Manuale vol. 2	Best Practice	Criteri di qualificazione minimale
1	Libera interpretazione del pendio Variazioni di curva adattate al terreno	p. 129	p. 42	
2	Curva parallela condotta / Curva carving 6-8 curve condotte e concatenate	p. 172-175	p. 54	
3	Curva su uno sci 6-8 curve concatenate su uno sci, compreso il cambio del piede d'appoggio	p. 186-189	p. 47	
4	Salto / Basic-Air Salto Basic-Air su di un kicker	p. 202-203	p. 41	
5	Progressione curva a spazzaneve – curva parallela 6-8 curve concatenate 3-4 spazzaneve e 3-4 parallele	Curva a spazzaneve: p. 144-147 Curva parallela: p. 150-153	p. 30 p. 36	
6	Switch – Curva parallela Switch 4 – 6 curve concatenate	p. 182-185	p. 46	

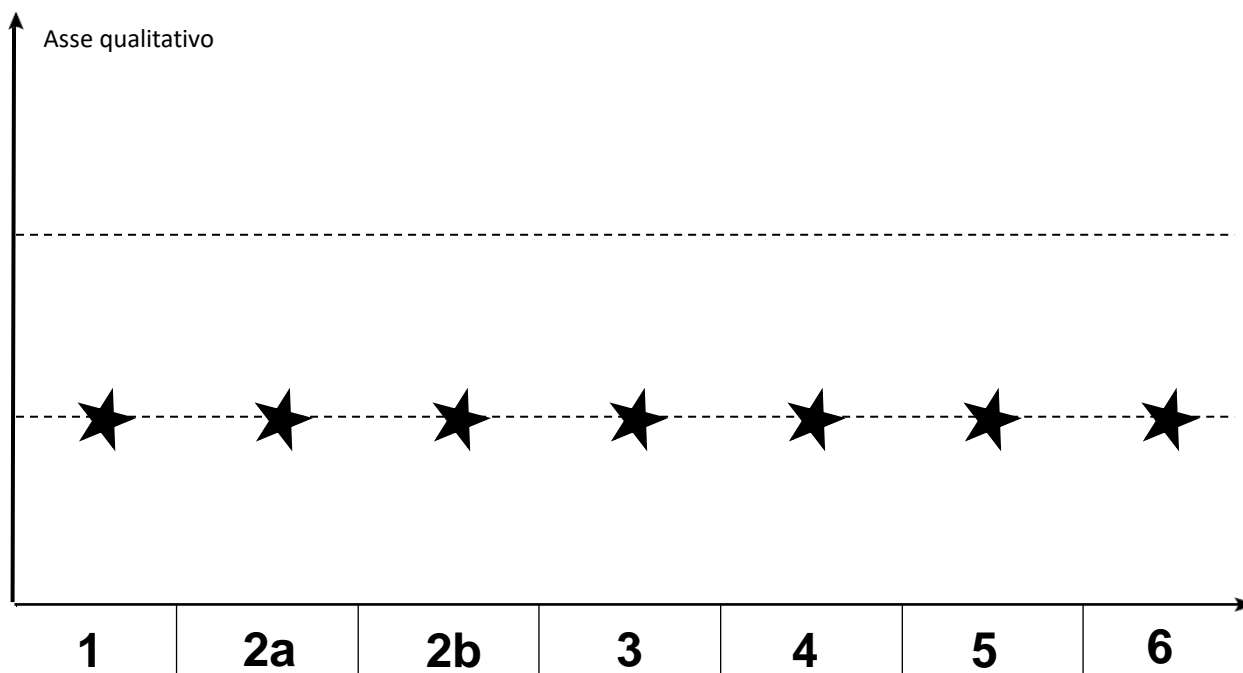
QUALIFICHE	
Valutazione delle Attitudini	Per aver successo nell'autovalutazione della propria capacità, almeno due forme su tre devono essere eseguite al livello della sufficienza. Richiesto : può fornire assistenza agli allievi su tutti i terreni e in tutte le condizioni, se necessario.
Valutazione delle competenze pratica	<ul style="list-style-type: none"> • Vedi allegato "Valutazione delle competenze pratiche". • Valutazione con „riuscito / non riuscito“,



SNOWBOARD

Forme		Manuel vol. 3
1	Basic Turn condotta 4-6 curve condotte su terreno facile	p. 118-121
2a/b	Ollie, Walzer 2 Ollie in linea di pendio (Fullbase) 2 Walzer con rotazione di 360° eseguiti sulla traversa	Ollie: p. 152-155 Walzer: p. 90-93
3	Curva per rotazione switch 4 - 6 curve con pre- e co-rotazione su pendio medio	p. 122-25
4	Basic Air Kicker Preparazione (Fullbase) Stacco (adattato al salto) Fase di volo (compatta) Atterraggio (Fullbase attivo)	p. 158-161
5	Spin in pista 2 differenti 180°	p. 172-177
6	Noseturns 1 Nose Turn e 1 Nose Turn switch (dalla punta dei piedi alla punta dei piedi)	p. 198-201

QUALIFICHE	
Valutazione delle Attitudini	Per aver successo nell'autovalutazione della propria capacità, almeno due forme su tre devono essere eseguite al livello della sufficienza.
VDC pratica	<ul style="list-style-type: none"> • Vedi allegato "Valutazione delle competenze pratiche". • Valutazione con „riuscito / non riuscito“,



Valutazione competenza teoriche - procedura

/ OBIETTIVO

La validazione delle competenze viene effettuata in piccoli gruppi sulla base di un colloquio pedagogico (Comprensione - Livello 2).

/ CONTENUTO

Domande derivanti dalla pratica, dai campi d'azione del settore di attività "Trasmettere" e dal concetto di motricità sportiva e della sicurezza, che il candidato deve trattare e a cui deve rispondere in vista delle sue attività future.

/ ORGANIZZAZIONE

20-40 minuti per colloquio con 2-4 candidati (10' / candidato) e 1-2 esperti G+S. Il giornale d'apprendimento può essere utilizzato durante il colloquio.

/ SVOLGIMENTO

Ogni candidato estrae a caso 2-3 domande (almeno una relativa ai campi d'azione "Trasmettere" e una della tecnica) e risponde secondo questo schema:

In primo luogo, ogni candidato risponde da solo alla domanda. Su richiesta e con l'accordo degli esperti, gli altri possono completare ed essere inclusi nelle domande di approfondimento che seguono.

L'esperto, che dirige il colloquio, può porre domande di approfondimento con lo scopo di approfondire e, se necessario, completare le conoscenze dei candidati.

/ VALUTAZIONE

Gli esperti valutano il colloquio con „riuscito / non riuscito“, come segue:

- La situazione è stata capita e valutata in modo comprensibile?
- Il monitore è stato in grado di collegare e giustificare le sue risposte e spiegazioni con i 4 campi d'azione e il modello tecnico?
- È riuscito a rispondere alle domande dell'esperto in maniera pertinente?
- Il monitore è riuscito a portare elementi nuovi e corretti con i complementi degli altri partecipanti?

Il risultato viene comunicato durante il colloquio di qualifica. Se la valutazione delle competenze non è "riuscita", deve essere ripetuto l'intero corso.

Test sulla sicurezza nello sci e nel snowboard

Va raggiunto un punteggio di 20 su un totale di 23 possibili punti.

Le informazioni sul tema figurano nel **promemoria «Prevenzione degli infortuni nello sci e nel snowboard»**, nel fascicolo dell'upi «Sci e snowboard – Sicurezza sulle piste» e nel fascicolo SKUS «Sci e Snow – Sulle piste divertendosi» e sono tratte dalle lezioni in classe.

Aspetti generali di rilevanza per la sicurezza

No.	Domanda	Risposta (sintesi)	Punti
1	Formula la prima regola FIS (regola fondamentale).		1
2	Secondo quali temi sono strutturate le regole FIS (2-5, 6+7, 8, 9+10)?	<p>Regole numero: 2-5:</p> <p>6+7:</p> <p>8:</p> <p>9+10:</p>	2
3	Formula le quattro direttive SKUS per gli snowpark.		1
4	Il rispetto delle regole FIS e delle direttive SKUS serve alla prevenzione degli infortuni. Quale portata hanno nel caso di un'indagine su un infortunio?		1
5	Come procedi nel caso di un incidente sulla pista? Cita i primi 3 passi.		1.5
6	Quale materiale porti con te per procedere nel caso di un infortunio?		1.5
7	Quando ti alleni in altre discipline fuori neve (off snow) di quali aspetti tieni conto per prevenire eventuali infortuni?		1

Equipaggiamento personale

No.	Domanda	Punti
8	A quali due elementi dedichi un'attenzione particolare nell'esame dell'attrezzo da neve e dell'equipaggiamento? Cita due punti per l'attrezzo e due per l'equipaggiamento.	2
9	Come va indossato il casco correttamente?	1.5
10	Perché è consigliabile indossare un paraschiena nello snowpark?	1

Misure di prevenzione per l'attività sportiva

11	Tre fattori (condizioni, terreno, fattore umano) condizionano essenzialmente la struttura della tua lezione. Cita un elemento per ogni fattore.	Condizioni: Terreno: Fattore umano:	1.5
12	Rispetto alle piste, come sono contrassegnate le (discese) varianti di pista (o itinerari)?		1
13	Cosa si intende con il termine «(impianti speciali) Strutture speciali»?		1
14	Come procedi se vuoi immetterti con il tuo gruppo su un percorso naturale (al di fuori di piste, discese e impianti speciali)?	Istruttori: Servizio di manutenzione e di pronto intervento:	2
15	Come procedi se vuoi allestire un impianto per l'allenamento o la competizione?		1
16	Tu devi provvedere a un'intensità adeguata dell'allenamento e della competizione Cita un esempio per un'intensità troppo elevata e uno per un'intensità troppo bassa.	Intensità troppo alta: Intensità troppo bassa:	1
17	Nel registrare delle riprese video come ti assicuri che questo avvenga nelle condizioni più sicure per tutti? Cita due criteri.		1
18	A cosa presti attenzione quando usi la seggiovia con bambini di statura inferiore a 1,25 m?		1

Punteggio totale raggiunto: di 23

Test superato: sì no

Nome e cognome:

Informazioni generali

Link:

www.jugendundsport.ch

www.swiss-ski.ch

www.snowsports.ch



Gioventù+Sport

UFSP

2532 Magglingen

www.jugendundsport.ch

SWISSKI

Swiss-Ski

Home of Snowsports

Arastarsse 6

CH-3048 Worblaufen

www.swiss-ski.ch

The logo for Swiss Snowsports, featuring the text "SWISS SNOWSPORTS" in white on a blue background, with a red stylized cross symbol integrated into the word "SNOWSPORTS".

SWISS SNOWSPORTS

Home of Snowsports

Arastarsse 6

CH-3048 Worblaufen

www.snowsports.ch