



Domande sulla sicurezza nello sci e nel snowboard.

Le informazioni sul tema figurano nel promemoria [«Prevenzione degli infortuni nello sci e nel snowboard»](#), e l'applicazione web [“Snowsafety.ch”](#).

Aspetti generali di rilevanza per la sicurezza			
No.	Domanda	Risposta (sintesi)	
1	Formula la prima regola FIS (regola fondamentale).	1	
2	Secondo quali temi sono strutturate le regole FIS. Quale?	Regole numero: 2-5: 6+7: 8: 9+10:	2
3	Formula due delle 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 allenai 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)?		1
13	Cosa si intende con il termine «(impianti 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 seggiola con bambini di statura inferiore a 1,25 m?		1

Nome e cognome: