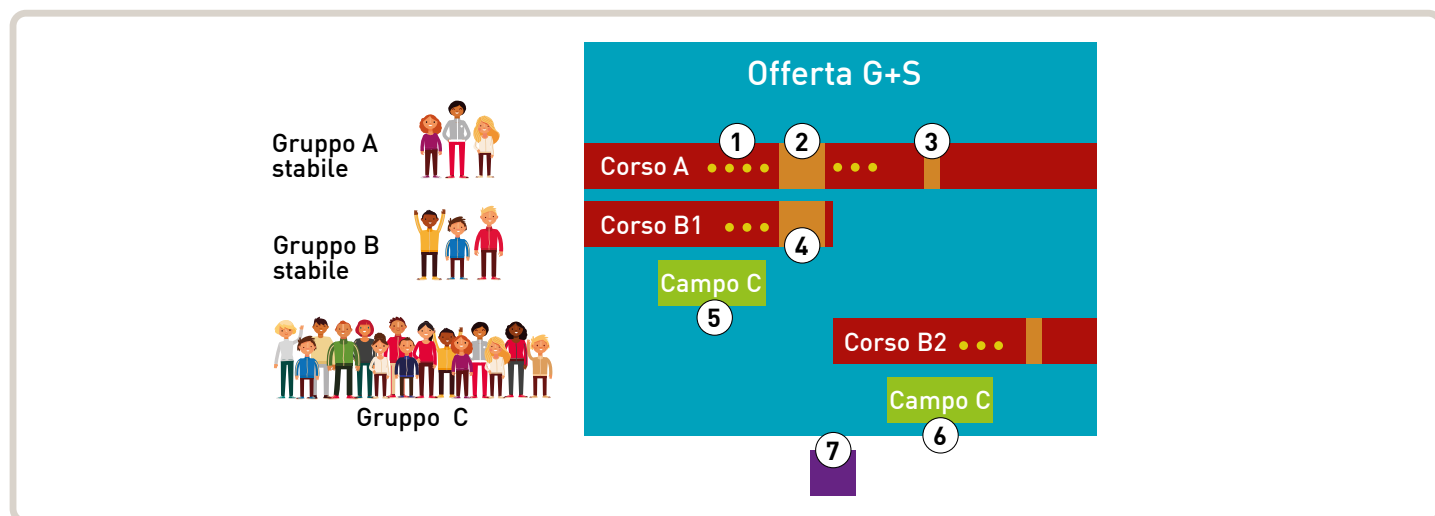


# Guida per campi G+S e giorni di allenamento nei gruppi di utenti 1, 2, 3 e 5



## Attività nel quadro di un corso G+S

### Allenamenti

#### ① Allenamenti regolari

Allenamenti settimanali presso la società di badminton ogni lunedì e giovedì dalle ore 18:00 alle 19:30.

### Giorni di allenamento

#### ② Giorni di allenamento senza pernottamento

Esempio: due giorni di allenamento durante le vacanze estive con i giovani della società di calcio.

Possibili caratteristiche dell'evento: organizzare momenti di socialità/programma quadro al di fuori dell'allenamento della disciplina sportiva (ad es. programma serale in comune). Questa parte non è considerata un'attività G+S.

#### ③ Giorno di allenamento «porte aperte» con la partecipazione di familiari

Esempio: giorno di allenamento con la sezione/squadra giovanile organizzato di sabato. Durante la giornata, fra le altre cose viene mostrata al pubblico la combinazione agli attrezzi prevista il giorno della gara. I familiari sono invitati a partecipare ad alcuni allenamenti.

Possibili caratteristiche dell'evento: programma quadro del giorno di allenamento con coinvolgimento dei familiari (ad es. grigliata a fine giornata). Questa parte non è considerata un'attività G+S.

#### ④ Giorni di allenamento come fine settimana di allenamento con pernottamento

Esempio: fine settimana di allenamento della società ciclistica con pernottamento in un ostello della gioventù.

Possibili caratteristiche dell'evento: organizzare momenti di socialità/programma quadro/pernottamento al di fuori dell'allenamento della disciplina sportiva

Durante ogni giornata devono essere svolte 4-5 ore di attività sportiva, affinché possano essere registrate come giorni di allenamento nella BDNS (giorni allenamento). Queste attività sportive devono essere suddivise in almeno due sessioni e separate l'una dall'altra da un momento di socialità (ad es. il pranzo).

Inserimento nella BDNS: tutti i giorni di allenamento possono essere registrati nella BDNS in un corso G+S da coach G+S così come da monitorici e monitori G+S (per le condizioni quadro si prega di consultare la guida per lo svolgimento delle offerte G+S della rispettiva disciplina sportiva → giorni di allenamento).

## Attività nel quadro di un campo G+S

### ⑤ Campo G+S con pernottamento

Esempio: campo estivo di 5 giorni della società di pallacanestro con pernottamento a Tenero.

Possibili caratteristiche dell'evento: organizzare momenti di socialità/programma quadro/programma serale/pernottamento al di fuori dell'allenamento della disciplina sportiva

### ⑥ Campo G+S senza pernottamento

Esempio: campo di 5 giorni del gruppo di corsa di orientamento con 5 giorni di attività sportiva al giorno. L'intero gruppo trascorre ogni giorno svolgendo insieme dalla prima all'ultima attività G+S, incluso il pranzo.

Possibili caratteristiche dell'evento: organizzare momenti di socialità/programma quadro al di fuori dell'allenamento della disciplina sportiva

Un campo G+S dura almeno 4 giorni. Le attività G+S devono essere svolte per almeno 4 ore al giorno, suddivise in almeno due sessioni e separate l'una dall'altra da un momento di socialità (ad es. il pranzo). Per ulteriori dettagli si prega di consultare la guida per lo svolgimento delle offerte G+S nella rispettiva disciplina sportiva → campi G+S.

Inserimento nella BDNS: ogni campo G+S viene registrato nella BDNS dal coach G+S (guida per lo svolgimento delle offerte G+S della disciplina sportiva → campi G+S)

## Altre attività della società sportiva

### ⑦ Gita/evento della società sportiva

Esempio: gita della società sportiva, come ad esempio un'escursione con tutti i membri della società (bambini, giovani, adulti) o una visita al mercatino di Natale locale. Eventi di questo tipo sono molto interessanti per un'organizzazione, ma non possono essere registrati nella BDNS come attività G+S.

Possibili caratteristiche dell'evento: organizzare momenti di socialità/programma quadro

## Contenuti del programma e attività durante il campo G+S

I campi sono esperienze uniche che i bambini e i giovani ricordano a lungo e che a volte possono persino avere un impatto sulla loro vita in generale. Per questo motivo, i campi G+S devono permettere di vivere delle esperienze in un contesto sicuro e rispettoso dei valori etici.

Sport – vita da campo – senso di comunità – avventura e molto altro ancora.

### Organizzazione delle attività G+S

Dal punto di vista sportivo, un campo G+S pone l'accento su una singola disciplina o su più discipline sportive G+S. Per rendere un campo più attrattivo e favorire il senso di comunità tra partecipanti, monitrici e monitori, è opportuno proporre anche blocchi di movimento supplementari e attività sociali di qualità. Ad esempio, durante un campo della disciplina sportiva balestra si potrebbe organizzare una partita di pallacanestro o un evento sotto forma di olimpiade nel quadro delle attività G+S. Tali attività devono essere svolte in base alle disposizioni in materia di sicurezza, all'esperienza delle monitrici e dei monitori e alle capacità dei bambini e dei giovani.

Oltre alle discipline sportive registrate e agli orari di allenamento ufficiali, è possibile proporre e svolgere anche un'ampia gamma di attività sportive ed extra sportive, come ad esempio escursioni a piedi o in bicicletta oppure attività in piscina (coperta o all'aperto) o sulla neve. Tutte queste attività devono sempre essere pianificate in modo accurato (comprese le alternative). La responsabilità è sempre a carico dell'organizzazione nonché delle monitrici e dei monitori G+S presenti.

### Esempi

- Durante il campo G+S dell'ASV Magglingen sono previste tre ore di allenamento con la balestra al giorno. Ogni giorno viene svolto anche un blocco di movimento alternativo (ultimate, unihockey, yoga, box fit) della durata di un'ora. Inoltre gli impianti di Tenero sono utilizzati per l'organizzazione di altre offerte spontanee. La sera vengono svolti dei programmi alternativi come, ad esempio, dei giochi da tavolo.
- La scuola di Macolin annuncia un campo di cinque giorni senza pernottamento durante il quale si praticano le discipline football americano, pallacanestro, calcio e nuoto; tutte le discipline sono dirette da monitrici e monitori G+S in possesso di un riconoscimento valido. I partecipanti sono suddivisi in quattro gruppi e apprendono una disciplina sportiva al giorno. Durante il terzo giorno di campo, tutto il gruppo intraprende un'escursione di un giorno (T2) poco impegnativa come blocco di movimento alternativo; in precedenza l'itinerario è stato oggetto di una ricognizione da parte di una delle monitrici G+S presenti. L'escursione si conclude in serata con una grigliata a cui partecipa tutto il gruppo. Per l'intera durata del campo, i quattro giorni dedicati alle attività nelle diverse discipline sportive G+S e il giorno di escursione come blocco di movimento alternativo contano in totale come 5 giorni di campo validi.

Il promemoria generale sulla prevenzione degli infortuni contiene le disposizioni minime in materia di sicurezza ed elenca anche le attività generalmente escluse da G+S.

**Promemoria:**  
«Prevenzione degli infortuni e lesioni sportive»



## Condizioni quadro e calcolo dei contributi G+S sulla base di esempi concreti

Fine settimana di allenamento dell'SC Magglingen		
	Condizioni quadro	Esempio dell'SC Magglingen
<b>Inserimento in un'offerta G+S</b>	Uno o più giorni di allenamento, come ad esempio un fine settimana di allenamento, sono registrati come attività all'interno di un corso G+S.	L'SC Magglingen organizza un fine settimana di allenamento per preparare la stagione agonistica. Le due giornate sono registrate nella pianificazione delle attività come giorni di allenamento all'interno del corso in svolgimento (discipline sportive ginnastica e ginnastica agli attrezzi).
<b>Durata minima</b>	Un giorno di allenamento deve prevedere almeno 4 ore di attività G+S. Possono essere conteggiate 4 o 5 ore.	Il fine settimana di allenamento dell'SC Magglingen dura 2 giorni e viene registrato nella BDNS come 2 giorni di allenamento all'interno di uno o più corsi dell'offerta G+S della stessa società sportiva. Durante ogni giornata vengono svolte 5 ore di attività G+S.
<b>Numero minimo di partecipanti</b>	I giorni di allenamento non rientrano nei requisiti minimi previsti per un corso, ciò significa che per i giorni di allenamento non viene imposto alcun numero minimo di partecipanti.	Al fine settimana di allenamento dell'SC Magglingen partecipano 32 bambini e giovani.
<b>Numero minimo di monitrici e monitori G+S</b>	Il numero minimo di monitrici e monitori G+S con riconoscimento valido dipende dai requisiti della disciplina sportiva o delle discipline sportive registrate nel corso.	Per poter impiegare la totalità dei contributi G+S, in occasione del campo dell'SC Magglingen sono presenti 3 monitrici e monitori G+S con riconoscimento valido. [Base di calcolo: ginnastica o ginnastica agli attrezzi 16+12+12].
<b>Accompagnatori</b>	Per i giorni di allenamento non è previsto alcun requisito relativo agli accompagnatori.	I genitori e i membri della società, che si mettono volentieri a disposizione, aiutano a pianificare il fine settimana di allenamento, contribuendo, in particolar modo, all'organizzazione e alla preparazione dei pasti. Ciò consente alle monitrici e ai monitori di concentrarsi al massimo sugli allenamenti.
<b>Pernottamento</b>	Nel caso in cui fossero previsti più giorni di allenamento consecutivi è possibile organizzare un pernottamento comune, che non influisce in alcun modo sui contributi G+S.	L'SC Magglingen ha organizzato per l'intero gruppo la possibilità di pernottare in una palestra. Venticinque partecipanti scelgono questa opzione. Per i bambini e i giovani si tratta di una fantastica esperienza e di un'ottima opportunità per rafforzare lo spirito di squadra.  Il pernottamento non influisce in alcun modo sui contributi G+S.
<b>Ore di allenamento Momenti di socialità</b>	4 o 5 ore al giorno, suddivise in un minimo di due blocchi di allenamento, che a loro volta devono essere intervallati da un momento di socialità sorvegliato, come ad esempio il pranzo. Regola generale: prima di iniziare il secondo allenamento i partecipanti devono eseguire nuovamente un riscaldamento completo.	Durante il fine settimana in questione l'SC Magglingen si allena per 5 ore sia il sabato che la domenica. A mezzogiorno è prevista una pausa pranzo comune di 90 minuti. Questa ora e mezza viene sfruttata anche per svolgere delle attività che rafforzano lo spirito di squadra.
<b>Contributi G+S</b>	Il contributo per partecipante/ora è di CHF 1.30, a cui si aggiunge il contributo coach del 10%.	Calcolo per il fine settimana dell'SC Magglingen.  Partecipanti: 32 Totale attività G+S (ore): 10 (2 giorni × 5 ore) Partecipante/ora: 320 (32 partecipanti × 10 ore) Contributo per partecipante/ora: CHF 1.30  Contributi G+S – CHF 416.– (320 partecipanti-ora × CHF 1.30) – Contributo coach 10%: CHF 41.60 – Totale contributo G+S: CHF 457.60 (416 + 41.60)  Il fine settimana di allenamento dell'SC Magglingen è sovvenzionato con un contributo G+S di CHF 457.60, che viene indicato nella decisione di pagamento del corso, insieme ai contributi destinati agli allenamenti regolari.

## Campo G+S con pernottamento della società di tiro con la balestra ASV Magglingen

	Condizioni quadro	Esempio dell'ASV Magglingen
<b>Inserimento in un'offerta G+S</b>	Campo G+S autonomo, che viene registrato separatamente nella BDNS.	L'ASV Magglingen organizza un campo di allenamento a Tenero per i giovani membri della società e altri bambini e giovani interessati.  Il campo viene registrato e fatturato nella BDNS come campo G+S autonomo all'interno dell'offerta G+S.
<b>Durata minima</b>	Un campo G+S dura almeno 4 giorni.	Il campo dell'ASV Magglingen dura 6 giorni e si svolge dal lunedì al sabato.
<b>Numero minimo di partecipanti</b>	Almeno 12 bambini e/o giovani.	Al campo dell'ASV Magglingen partecipano 20 tra bambini e giovani.
<b>Numero minimo di monitrici e monitori G+S</b>	Durante un campo G+S devono sempre essere presenti almeno 2 monitrici o monitori G+S con riconoscimento valido nella disciplina sportiva registrata. Per la fatturazione si applicano i requisiti della rispettiva disciplina sportiva.	Per poter garantire l'utilizzo integrale dei contributi G+S sono necessari almeno due monitrici o monitori G+S con riconoscimento valido (esigenza minima 16+12+12). Per garantire l'assistenza necessaria ai partecipanti, in occasione del campo dell'ASV Magglingen sono presenti tre monitrici e monitori G+S.
<b>Discipline sportive Riconoscimento G+S</b>	La disciplina o le discipline sportive devono essere registrate nel campo corrispondente. Nel caso in cui si trattasse di più discipline occorre specificare la disciplina sportiva principale. Per tutte le discipline sportive e i gruppi di destinatari è necessaria la presenza di una persona con un riconoscimento G+S valido.	Durante il campo dell'ASV Magglingen sono presenti monitrici e monitori G+S riconosciuti nella disciplina sportiva balestra e per il gruppo di destinatari «bambini» e «giovani».
<b>Accompagnatori</b>	In linea di massima, non vi è alcun requisito per gli accompagnatori. Si raccomanda tuttavia di averne a disposizione un numero sufficiente per garantire il corretto svolgimento del campo.	Durante il campo dell'ASV Magglingen sono presenti due accompagnatori supplementari che si occupano della gestione e della preparazione dei pasti per l'intero gruppo.
<b>Pernottamento</b>	Un campo G+S può essere organizzato con o senza pernottamento.  In caso di pernottamento, i contributi G+S sono più elevati.	L'ASV Magglingen pernotta a Tenero nelle tende per gruppi. L'organizzazione riceve CHF 16.– per giornata di campo di allenamento e per partecipante, oltre a un contributo coach del 10%.
<b>Ore di allenamento Momenti di socialità</b>	Ogni giorno, devono essere svolte come minimo 4 ore di attività G+S, suddivise in almeno due blocchi di allenamento che, a loro volta, devono essere separati da un momento di socialità sorvegliato, come ad esempio il pranzo. Regola generale: prima di iniziare il secondo allenamento i partecipanti devono eseguire nuovamente un riscaldamento completo.	Durante il campo di allenamento dell'ASV Magglingen, per ogni mezza giornata sono previste 2 ore di allenamento, completate da attività ludiche e sociali, soprattutto a fine giornata e la sera.  I pasti sono consumati congiuntamente durante una pausa sufficientemente lunga.
<b>Programma quadro</b>	G+S non specifica alcun requisito per i programmi quadro durante un campo G+S. Tuttavia, è consigliabile proporre un programma di attività accessorie interessante in particolare per la seconda parte della giornata.	Durante il campo di allenamento dell'ASV Magglingen, ogni giorno il pranzo e la cena sono previsti a un orario fisso. Oltre alle sessioni di allenamento, il tempo libero viene sfruttato per svolgere delle attività in comune, tra cui figura anche il programma serale. Tra il blocco di allenamento pomeridiano e la cena i partecipanti hanno del tempo a disposizione per svolgere delle attività individuali negli impianti liberamente accessibili del CST.
<b>Primo e ultimo giorno di campo</b>	In questi due giorni, a causa del viaggio di andata e di ritorno, spesso non è possibile organizzare un numero di attività G+S sufficienti per un intero giorno di campo.  Il primo e l'ultimo giorno contano insieme come un giorno di campo unicamente se sono previste complessivamente almeno quattro ore di attività G+S (suddivise tra i due giorni).	L'ASV Magglingen si reca a Tenero il lunedì e svolge una prima sessione di allenamento di due ore nel tardo pomeriggio.  Prima del viaggio di ritorno, il sabato il gruppo si allena ancora per due ore. Insieme, il primo e l'ultimo giorno di campo contano come un giorno di campo avente diritto a sovvenzioni.

	Condizioni quadro	Esempio dell'ASV Magglingen
<b>Giorni senza allenamento</b>	<p>I giorni senza allenamento sono giorni di campo in cui non è prevista alcuna attività G+S oppure ne vengono svolte, ma per meno di quattro ore. I giorni in cui non sono previsti allenamenti non vengono tenuti in considerazione per il calcolo dei contributi G+S.</p> <p>Per i campi della durata di almeno cinque giorni è consentito prevedere un giorno senza allenamento. Inoltre, è ammesso un ulteriore giorno senza allenamento dopo due altri giorni di campo validi.</p> <p>Anche durante i giorni senza allenamento, i bambini e i giovani sono seguiti da monitrici e monitori G+S e la giornata viene trascorsa insieme con tutto il gruppo.</p>	<p>Mercoledì, l'ASV Magglingen organizza una gita ad Ascona e alle Isole di Brissago e durante tutto il giorno non vengono svolti allenamenti.</p> <p>Questa giornata non può quindi essere registrata come attività G+S.</p>
<b>Giorni di campo aventi diritto a sovvenzioni</b>	<p>Il numero di giorni di campo aventi diritto a sovvenzioni viene calcolato in base al numero totale di giorni che soddisfano i requisiti minimi relativi a una giornata di campo. I seguenti giorni sono esclusi o vengono solo parzialmente calcolati:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– primo e ultimo giorno di campo (cfr. regole indicate in precedenza)</li> <li>– Giorni senza allenamento</li> </ul>	<p>Nel caso specifico del campo dell'ASV Magglingen si possono calcolare 4 giorni di campo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Lunedì e sabato = 1 giorno</li> <li>– Martedì, giovedì e venerdì = 3 giorni</li> <li>– Mercoledì = giornata senza allenamenti (non può quindi essere calcolata)</li> </ul>
<b>Contributi G+S</b>	<p>Viene versato un contributo di CHF 16 per giorno di campo e per partecipante. A questo si aggiunge il contributo coach del 10%.</p>	<p>Calcolo per il campo dell'ASV Magglingen:</p> <p>Partecipanti: 20 Giorni di campo: 4 Partecipanti-giorni: 80 (20 partecipanti × 4 giorni)</p> <p>Contributi G+S</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Partecipanti-giorni: CHF 1280.– (80 partecipanti × CHF 16.–)</li> <li>– Contributo coach del 10%: CHF 128.–</li> <li>– Totale contributo G+S: CHF 1408.– (1280.– + 128.–)</li> </ul> <p>Il campo di allenamento dell'ASV Magglingen è sovvenzionato con un contributo G+S di CHF 1408.–</p>

## Campo G+S senza pernottamento della scuola di Macolin

	Condizioni quadro	Esempio della scuola di Macolin
<b>Inserimento in un'offerta G+S</b>	Campo G+S autonomo.	La scuola di Macolin organizza nella propria regione un campo di allenamento per i bambini e i giovani del Comune.  Il campo viene registrato e fatturato nella BDNS come campo autonomo all'interno dell'offerta G+S.
<b>Durata minima</b>	Quattro giorni.	Il campo della scuola di Macolin dura 5 giorni, dal lunedì al venerdì.
<b>Numero minimo di partecipanti</b>	Almeno 12 bambini e/o giovani.	Al campo della scuola di Macolin partecipano 30 bambini e giovani.
<b>Discipline sportive Riconoscimento G+S</b>	La disciplina sportiva o le discipline sportive vengono registrate nella BDNS. Nel caso in cui si trattasse di più discipline occorre specificare la disciplina sportiva principale. Per tutte le discipline sportive e i gruppi di destinatari è necessaria la presenza di una persona con un riconoscimento G+S valido.	Il campo della scuola di Macolin è registrato per le discipline sportive football americano, pallacanestro, calcio e nuoto; tutte le discipline sono dirette da monitrici e monitori G+S in possesso di un riconoscimento valido nella disciplina corrispondente e per il gruppo di destinatari «bambini» e «giovani».  Il mercoledì, la scuola di Macolin organizza un'escursione di un giorno poco impegnativa (T2) come blocco di movimento alternativo; l'itinerario in precedenza è stato oggetto di una ricognizione da parte di una delle monitrici G+S presenti. Durante questa giornata non vengono svolti allenamenti nelle discipline annunciate/iscritte. Questa giornata non può quindi essere registrata come attività G+S.
<b>Numero minimo di monitrici e monitori G+S</b>	Durante un campo G+S devono sempre essere presenti almeno 2 monitrici o monitori G+S con riconoscimento valido nelle discipline sportive annunciate/iscritte. Per la fatturazione si applicano i requisiti della rispettiva disciplina sportiva.	Per poter pianificare efficacemente gli allenamenti e impiegare la totalità dei contributi G+S, in occasione del campo della scuola di Macolin sono presenti 4 monitrici e monitori G+S con riconoscimento valido.
<b>Accompagnatori</b>	In linea di massima, non vi è alcun requisito per gli accompagnatori. Si raccomanda tuttavia di averne a disposizione un numero sufficiente per garantire il corretto svolgimento del campo.	Durante il campo della scuola di Macolin, altri due accompagnatori si occupano di preparare il pranzo e gli spuntini per tutto il gruppo.
<b>Pernottamento</b>	Un campo G+S può essere organizzato con o senza pernottamento.  In caso di pernottamento, i contributi G+S sono più elevati.	Il campo della scuola di Macolin si svolge senza pernottamento. I bambini e i giovani tornano a casa a dormire.
<b>Ore di allenamento Momenti di socialità</b>	Ogni giorno, devono essere svolte come minimo 4 ore di attività G+S, suddivise in almeno due blocchi di allenamento che, a loro volta, devono essere separati da un momento di socialità sorvegliato, come ad esempio il pranzo. Regola generale: prima di iniziare il secondo allenamento i partecipanti devono eseguire nuovamente un riscaldamento completo.	Durante il campo della scuola di Macolin, sono previste ogni giorno 2 ore di attività sportiva la mattina e 2 il pomeriggio. Il pranzo viene consumato durante una pausa di 90 minuti.
<b>Primo e ultimo giorno di campo</b>	Il primo e l'ultimo giorno contano come giorni di campo solo se sono previste almeno quattro ore di attività G+S.	La scuola di Macolin organizza 4 ore di attività sportiva sia il primo che l'ultimo giorno di campo. Di conseguenza, entrambi i giorni sono integralmente sovvenzionati.

	Condizioni quadro	Esempio della scuola di Macolin
<b>Giorni senza allenamento</b>	<p>I giorni senza allenamento sono giorni di campo in cui non è prevista alcuna attività G+S oppure ne vengono svolte ma per meno di quattro ore. I giorni in cui non è previsto l'allenamento non vengono tenuti in considerazione per il calcolo dei contributi G+S.</p> <p>Per i campi della durata di almeno cinque giorni è consentito prevedere un giorno senza allenamento. Inoltre, è ammesso un ulteriore giorno senza allenamento dopo due altri giorni di campo validi.</p> <p>Anche durante i giorni senza allenamento, i bambini e i giovani sono seguiti da monitrici e monitori G+S e la giornata viene trascorsa insieme con tutto il gruppo. Questa regola si applica anche per i campi senza pernottamento.</p>	<p>La scuola di Macolin organizza ogni giorno delle attività sportive.</p>
<b>Contributi G+S</b>	<p>Viene versato un contributo di CHF 6.50 per giorno di campo e per partecipante, a cui si aggiunge un contributo coach del 10%</p>	<p>Calcolo per il campo della scuola di Macolin:</p> <p>Partecipanti: 30  Giorni di campo: 5  Partecipanti-giorni: 150 (30 partecipanti × 5 giorni)</p> <p>Contributi G+S</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Contributo per giorno di campo e partecipante: CHF 6.50</li> <li>– Partecipanti: CHF 975.– (150 × 6.50)</li> <li>– Contributo coach del 10%: CHF 98.–</li> <li>– Totale contributo G+S: CHF 1073.– (975.– + 98.–)</li> </ul> <p>Il campo di allenamento della scuola di Macolin è sovvenzionato con un contributo G+S di CHF 1073.–.</p>