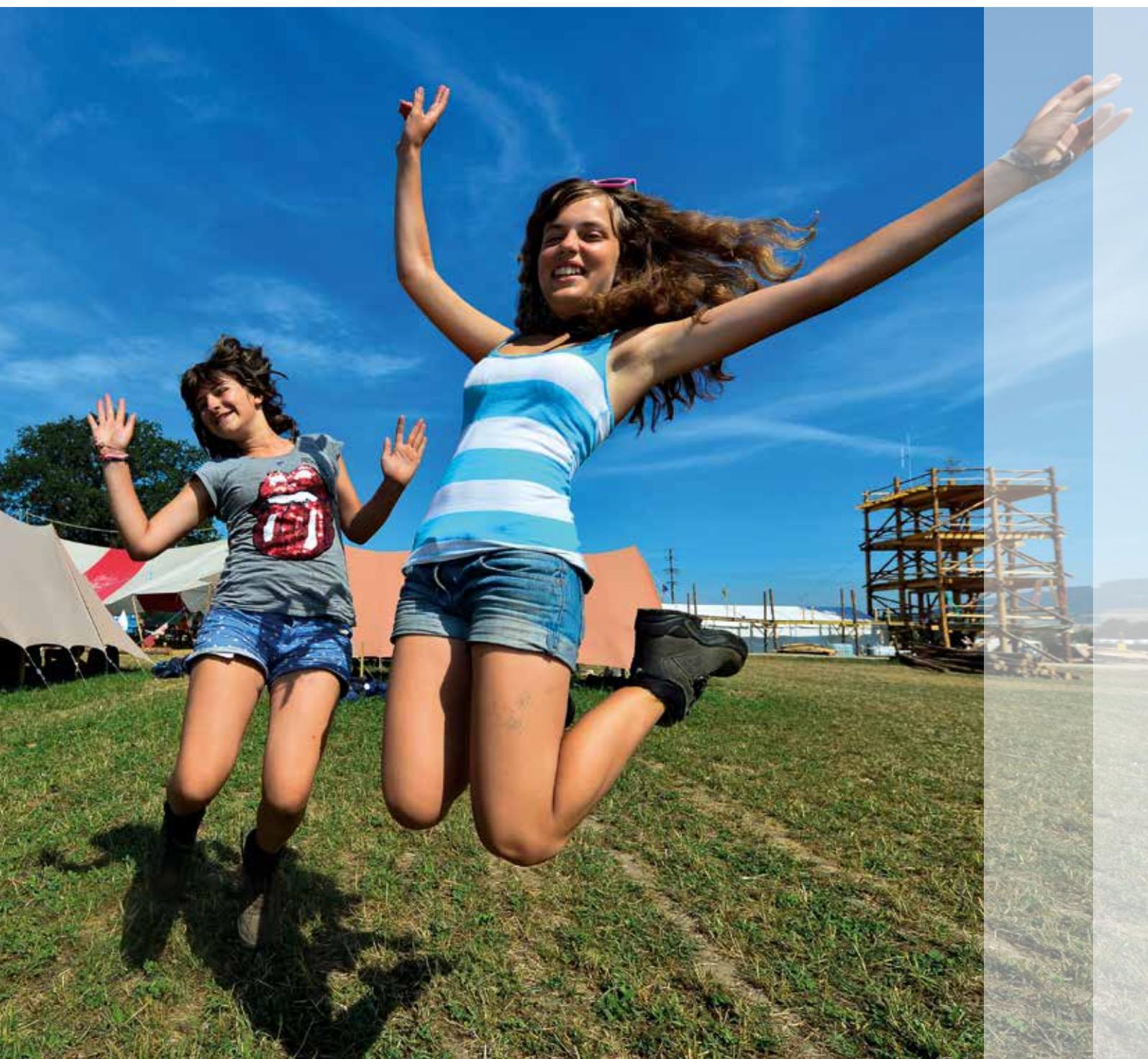




# Sport di campo/Trekking

## Basi





## Indice

<b>G+S: partner delle associazioni giovanili</b> _____	3
Come funziona G+S? _____	3
Cosa offre G+S alle associazioni giovanili? _____	3
Obblighi dei monitori G+S _____	4
Gruppo di utenti 3: disciplina sportiva Sport di campo/Trekking ____	4
Obiettivi dello Sport di campo/Trekking _____	6
<b>Attività nello Sport di campo/Trekking</b> _____	7
Attività G+S _____	7
Attività negli ambiti «montagna», «inverno», «acqua» _____	10
<b>Responsabilità dei monitori G+S</b> _____	11
Responsabilità legale _____	12
<b>Sicurezza nello Sport di campo/Trekking</b> _____	14
Riflessioni di base sulla sicurezza _____	14
3 x 3 _____	16
Dispositivo di sicurezza _____	18
<b>Organizzare le attività</b> _____	20
Attività adeguate all'età _____	20
Processo di pianificazione: pianificare, realizzare e valutare _____	21
Come strutturare le attività _____	26
Schema della pianificazione _____	30
Glossario _____	32

## Care monitorici, cari monitori

Benvenuti nello Sport di campo/Trekking, la disciplina sportiva delle associazioni giovanili. Grazie a voi tanti bambini e giovani hanno la possibilità di fare movimento e praticare sport nei campi delle associazioni giovanili. Il vostro prezioso impegno e il tempo messo a disposizione a titolo onorifico rappresentano un contributo essenziale alla promozione dello sport in Svizzera e consentono a tanti ragazzi di vivere esperienze indimenticabili nei campi G+S Sport di campo/Trekking. Il presente fascicolo contiene i principi fondamentali utili all'organizzazione dei campi G+S e rappresenta un ausilio alla vostra attività di monitori G+S.

Buon divertimento nel vostro nuovo ruolo di monitori G+S.

Nel manuale incontrerete una serie di simboli (piccole immagini), che rinviano ad altre informazioni all'interno e all'esterno del manuale.



Sicurezza



Sport per i bambini



Sport per i giovani



Rinvio a documentazione online Sport di campo/Trekking



Rinvio a ulteriore documentazione



Rinvio a fascicoli Sport di campo/Trekking

# G+S: partner delle associazioni giovanili

## Come funziona G+S?

Gioventù e sport (G+S) è il programma di promozione dello sport della Confederazione. Le basi legali sono costituite dalla legge sulla promozione dello sport e dalle relative ordinanze.

La Confederazione coordina, per il tramite dell'Ufficio federale dello sport UFSPO, il programma di promozione dello sport «Gioventù e Sport» (l'istituzione G+S). Per l'attuazione pratica di G+S, l'UFSPO si avvale della collaborazione e del partenariato con Cantoni, Comuni e organizzazioni private, in particolare associazioni sportive e giovanili.

La Confederazione sostiene società, associazioni e Cantoni nelle loro attività a favore dei giovani nonché nelle iniziative di formazione e perfezionamento con un contributo annuo di circa 70 milioni di franchi. Mette inoltre a disposizione offerte di formazione e perfezionamento nonché materiale didattico e materiale in prestito.

Con i rispettivi uffici cantonali G+S, i Cantoni sono i partner principali dell'UFSPO e svolgono molteplici funzioni nella formazione dei quadri per i monitori G+S.

Il coach G+S è il trait d'union tra l'istituzione G+S e i monitori delle varie organizzazioni giovanili e ha la funzione di coordinare le attività di uno o più gruppi, offrendo loro assistenza e consulenza. Annuncia le offerte G+S al Cantone, si occupa dell'amministrazione e garantisce il rispetto delle regole.

Le associazioni giovanili e i loro gruppi cantonali, regionali e locali organizzano in autonomia la formazione di bambini e giovani nei campi nonché la formazione dei quadri per i monitori. Le associazioni giovanili offrono attività sportive adeguate a bambini e giovani e impiegano i contributi G+S per la pianificazione, la realizzazione e la valutazione dei campi G+S.

## Cosa offre G+S alle associazioni giovanili?

G+S sostiene l'organizzazione di campi e corsi di formazione con contributi finanziari e altri servizi. In particolare, G+S mette a disposizione materiale in prestito; le FFS offrono riduzioni per i viaggi di gruppo; la REGA mette a disposizione di monitori e partecipanti i propri servizi durante corsi e campi; Swisstopo offre il prestito gratuito delle carte topografiche; G+S produce materiale per la formazione e documentazione che illustra l'organizzazione delle attività e dei campi a livello di contenuti. Il programma G+S è sinonimo di qualità e sicurezza, è conosciuto dalla popolazione e gode di una buona reputazione.



### Una collaborazione fondata sulla fiducia

La fiducia è alla base della collaborazione tra associazioni, monitori G+S, Cantoni e G+S in quanto istituzione. Questi organi si prefiggono di promuovere e attuare un'educazione fisica su misura per bambini e giovani nonché di offrire ai monitori una formazione in linea con le esigenze della disciplina. La collaborazione si fonda sulla fiducia reciproca per le persone, i mezzi impiegati e la competenza nello svolgimento del lavoro.

[www.gioventuesport.ch](http://www.gioventuesport.ch)  
> Guida per materiale in prestito



## Obblighi dei monitori G+S

Per i monitori G+S il programma di promozione dello sport G+S comporta oltre a servizi e sovvenzioni anche obblighi. In particolare i monitori G+S sono chiamati a:

- Attenersi a regole e direttive di G+S.
- Svolgere attività e campi secondo i requisiti G+S Sport di Campo/Trekking.
- Garantire la sicurezza dei partecipanti.
- Tenere una documentazione ordinata del campo (dossier del campo, lista dei partecipanti, SPORTdb).
- Trattare con cura il materiale in prestito G+S (incl. pulizia prima della restituzione).
- Consentire in ogni momento al coach G+S o all'istanza competente l'accesso alla pianificazione.

## Gruppo di utenti 3: disciplina sportiva Sport di campo/Trekking

Nell'ambito di G+S la promozione dello sport è suddivisa in sette gruppi di utenti (GU). Le associazioni giovanili sono riunite nel gruppo di utenti 3. Una lista delle associazioni giovanili è pubblicata sulla pagina Internet di G+S Sport di campo/Trekking.

Sport di campo/Trekking è la disciplina sportiva delle associazioni giovanili ed è concepita per rispondere alle esigenze dei loro campi. I campi offrono a bambini e giovani la possibilità di praticare sport in compagnia, sviluppare i contatti sociali e imparare a gestire le responsabilità nella vita quotidiana del campo.

L'attuazione e l'orientamento della disciplina sportiva vengono determinati e sviluppati grazie alla collaborazione tra le principali associazioni giovanili e la direzione della disciplina Sport di campo/Trekking.

[www.gioventuesport.ch](http://www.gioventuesport.ch)  
> Sport di campo/Trekking



## Destinatari

G+S distingue due gruppi di destinatari: Sport per i bambini (5-10 anni) e Sport per i giovani (10-20 anni). Lo Sport di campo/Trekking prevede la possibilità di annunciare campi separati per le due fasce d'età, ma anche di organizzare campi misti aperti a entrambi i gruppi di destinatari. Le attività devono essere adeguate alle esigenze dei destinatari.

Le attività per i destinatari «bambini» (5-10 anni) si rifanno ai tre elementi «divertimento», «apprendimento» e «prestazione». I bambini vengono messi in condizione di svolgere un'attività motoria variata e di acquisire una solida base di capacità e abilità a livello motorio e sportivo. Le forme di movimento praticate nei campi sono numerose e il più varie possibile.

Nelle attività per i destinatari «giovani» (10-20 anni), oltre alla varietà del movimento, diventano importanti anche la resistenza e la gara sotto forma di gioco. I ragazzi più grandi imparano ad assumersi le proprie responsabilità entro limiti ben definiti. Acquisiscono così competenze individuali e sociali e vengono preparati a svolgere a loro volta il ruolo di monitori G+S.



Forme base di movimento illustrate nel fascicolo «G+S Sport per i bambini – Basi teoriche».

## Gruppi di utenti

GU 1: allenamento regolare nell'ambito di società sportive (p. es. tutte le discipline sportive con la palla, ginnastica, ciclismo).

GU 2: allenamento regolare nell'ambito di società sportive con restrizioni stagionali (p. es. alpinismo, sci escursionismo, sci, canoismo, vela).

### GU 3: campi G+S delle associazioni giovanili

GU 4: campi e corsi G+S di Cantoni, Comuni e federazioni nazionali

GU 5: campi e corsi G+S di scuole al di fuori dell'educazione fisica obbligatoria

GU 6: discipline sportive alle quali viene attribuita un'importanza marginale a causa del numero ristretto di partecipanti

GU 7: corsi G+S nell'ambito del sostegno delle giovani leve delle federazioni sportive nazionali



Forme base di movimento Sport per i bambini

## Obiettivi dello Sport di campo/Trekking

Un campo G+S nell'ambito della disciplina sportiva Sport di campo/Trekking è un'esperienza unica e avventurosa.



### **Bambini e giovani possono essere coinvolti nell'organizzazione del campo e assumersi diverse responsabilità.**

- Partecipano con modalità a loro adeguate all'organizzazione del campo (pianificazione, realizzazione e valutazione); esprimono la propria opinione e hanno l'opportunità di far valere le proprie idee.
- Si assumono responsabilità individuali e nei confronti degli altri; imparano a prendere decisioni in gruppo e ad esserne responsabili.



### **Bambini e giovani vengono avvicinati allo sport con attività ludiche e sportive che risvegliano il loro interesse.**

- Vengono motivati a praticare lo sport attraverso esperienze mirate, varie e creative e vengono così orientati verso un'attività fisica sana e positiva.
- Praticano attività sportive focalizzate sull'esperienza di gruppo e possono misurarsi tra loro senza pressione in gare che privilegiano l'aspetto ludico.



### **Nella comunità del campo bambini e giovani affinano le loro competenze sociali e la capacità di collaborare all'interno di un team.**

- Per un lasso di tempo limitato entrano a far parte di una comunità. Si assumono responsabilità individuali e nei confronti degli altri e condividono la responsabilità della buona riuscita del campo.
- Sperimentano la tolleranza e il rispetto per il prossimo e imparano a vedersi sia come membri della comunità del campo sia individui indipendenti.



### **Bambini e giovani imparano ad apprezzare la natura, rispettandola e comportandosi in modo responsabile.**

- Durante il campo vivono con consapevolezza nella natura e iniziano a comprenderne i meccanismi. Vengono introdotti a un approccio rispettoso e responsabile con la natura.
- Imparano l'uno dall'altro rinunciando per un po' ai soliti comfort. Gestiscono situazioni nuove e imparano così a risolvere i problemi in modo creativo.

# Attività nello Sport di campo/Trekking



Le varie attività svolte nei campi G+S SC/T si rifanno agli obiettivi sovraordinati dello SC/T. Nei campi si svolgono sia le attività G+S, gestite secondo le direttive G+S, sia le attività delle singole associazioni giovanili, organizzate secondo le prescrizioni di queste ultime.



Capitolo «G+S: partner delle associazioni giovanili»

G+S sovvenziona i campi delle associazioni giovanili nel loro complesso. Nell'organizzazione delle singole giornate come in quella del campo in generale è necessario prevedere un programma sufficientemente variato, in cui le attività sportive, manuali, artistiche, sociali e tecniche siano proposte in un rapporto equilibrato.

## Attività G+S

Per beneficiare del sostegno finanziario di G+S, è necessario comprovare lo svolgimento di almeno quattro ore di attività G+S per ogni giorno di campo. Tali attività devono essere ripartite su almeno due periodi della giornata (mattina, pomeriggio, sera).

La durata, i contenuti, le forme sociali e i metodi delle attività G+S devono essere adeguati ai requisiti, all'età e alle capacità dei partecipanti e rispondere alle necessità dei bambini e dei giovani.

- Le attività G+S durano almeno 30 minuti.
- Per ogni giorno di campo devono essere svolte almeno quattro ore di attività G+S, di cui al massimo due possono essere attività di campo. (p. 9)
- Le attività G+S devono svolgersi in due periodi della giornata: mattina, pomeriggio o sera.



### Sport di campo (SC)

Lo SC/T prevede molteplici attività ludiche e sportive diversificate, che comprendono un'ampia varietà di sport, giochi ed escursioni. Le attività sono volte in primo luogo a risvegliare l'entusiasmo per il movimento e a favorire l'esperienza di gruppo, sono spesso realizzate con strumenti semplici e si svolgono solitamente nella natura. Le attività ludiche e sportive hanno luogo nell'ambito della vita comunitaria al campo, mentre le escursioni sono programmate e si svolgono perlopiù in piccoli gruppi.

L'elenco seguente indica le attività che possono essere definite come sport di campo (SC). Attenzione: non tutte le attività dell'elenco sono adatte a tutte le età!

#### Escursioni

- Escursioni a piedi
- Escursioni con le racchette da neve
- Escursioni in bicicletta, bike, pattini inline
- Attività negli ambiti di sicurezza «montagna», «inverno» e «acqua» (solo con modulo per il rispettivo ambito e solo per i campi con i giovani)

Fascicoli «Montagna», «Inverno», «Acqua»



#### Sport

- Giochi con la palla: calcio, pallavolo, unihockey, rugby, pallacanestro, baseball, badminton, pallamano
- Sport non tradizionali: slackline, intercrosse, lacrosse, frisbee, indiaca, flag-football, hornuss
- Altre discipline sportive: danza, corsa d'orientamento, nuoto, slittino, sci di fondo, pattinaggio su ghiaccio, arrampicata (solo su pareti artificiali)

#### Giochi

- Tornei ludici o sportivi
- Grandi giochi
- Fiera del gioco
- Giochi liberi
- Giochi di gruppo: giochi di coordinazione, giochi di dinamica di gruppo, giochi all'aperto (con poco o senza materiale), giochi in cerchio, new games (senza vincitori), staffette, giocare a prendersi, giochi nel bosco, sulla neve, nell'acqua o vicino all'acqua
- Lotta e attività affini

Fascicolo «Gioco e sport»



### **Attività di campo (AC)**

Con le attività di campo G+S, i bambini e i giovani imparano a vivere nella natura e al campo e acquisiscono conoscenze specifiche, capacità e abilità necessarie allo svolgimento della disciplina sportiva SC/T. Le attività di campo G+S hanno carattere formativo e presuppongono il coinvolgimento attivo di tutti i partecipanti. Le attività di campo devono privilegiare l'aspetto pratico e ludico.

Per ogni giorno di campo possono essere svolte fino a due ore di attività di campo ai fini del raggiungimento delle quattro ore minime di attività G+S.

L'elenco seguente indica gli ambiti tematici nei quali è possibile svolgere un'attività di campo G+S (AC). Attenzione: non tutte le attività dell'elenco sono adatte a tutte le età!

#### **Tecniche outdoor**

Pianificazione delle escursioni, lettura delle carte topografiche (p. es. NORDA), schizzi topografici, strumenti di supporto (p. es. bussola, GPS, altimetro, ecc.), orientamento sul terreno.

#### **Sicurezza**

Sicurezza durante le attività al campo, organizzazione in caso di infortuni e sistema di allerta, primi soccorsi, riflessioni sulla sicurezza.

#### **Natura e ambiente**

Flora e fauna, tutela dell'ambiente al campo, meteorologia e astronomia, tecniche di trasmissione, accensione di un fuoco.

#### **Tecnica pionieristica**

Installare il bivacco, costruire un igloo, tecniche relative a materiali ed equipaggiamento, effettuare la manutenzione del materiale, montare e smontare le costruzioni pionieristiche, tecniche delle corde e dei nodi, tirolese, ponti di corda, discesa in corda doppia.

#### **Campo/casa/dintorni**

Allestire campo/casa/dintorni, smontare le costruzioni, preparare le installazioni per il terreno da gioco e le attrezzature sportive.

#### **Prevenzione e integrazione**

Attività volte a promuovere la prevenzione e l'integrazione nonché a migliorare le competenze dei partecipanti in questo ambito.



## Attività negli ambiti «montagna», «inverno», «acqua»

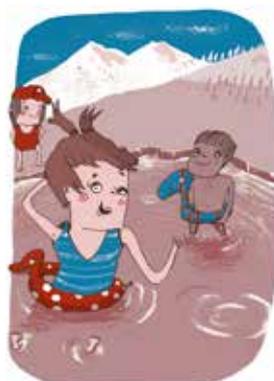


Nello SC/T si distingue tra attività nell'ambito generale e attività nell'ambito di sicurezza. Gli ambiti di sicurezza «montagna», «inverno» e «acqua» richiedono maggiore attenzione alla sicurezza. Un'escursione di due giorni in montagna, ad esempio, presuppone conoscenze specifiche più dettagliate e un dispositivo di sicurezza più accurato rispetto a un'escursione in un territorio pianeggiante.

Tutte le attività dello Sport di campo/Trekking devono essere conformi alle disposizioni generali di G+S (p. es. dimensione del gruppo o durata) e rispettare le prescrizioni della documentazione G+S relativa alla disciplina sportiva.



Per le attività negli ambiti di sicurezza è inoltre necessario attenersi ai requisiti di sicurezza specifici per i singoli ambiti. Le attività negli ambiti di sicurezza presuppongono una pianificazione dettagliata e un'adeguata preparazione. Ciò comprende un dispositivo di sicurezza conforme al capitolo «Sicurezza» del presente fascicolo e del fascicolo riguardante il rispettivo ambito di sicurezza.



Per le attività negli ambiti di sicurezza deve essere presente almeno un monitore G+S che disponga di una formazione approfondita nel relativo ambito di sicurezza (cosiddetta formazione complementare nell'ambito di sicurezza «montagna», «inverno» e «acqua») e che sia quindi in grado di valutare al meglio i rischi. A seconda dell'attività, si raccomanda di coinvolgere più monitori che dispongano di una formazione complementare o di esperienza nel relativo ambito di sicurezza. A seconda dell'attività, è consigliabile inoltre formare gruppi più piccoli (meno di 12 partecipanti per ciascun monitore) e assegnare a ogni gruppo un monitore esperto o debitamente formato.

Se all'atto dell'annuncio del campo il coach rileva che nel corso del campo è prevista un'attività in un ambito di sicurezza, per valutarne la portata e ottenere l'autorizzazione dovrà coinvolgere un esperto G+S Sport di campo/Trekking con formazione complementare capocorso e con modulo di perfezionamento per esperti nel rispettivo ambito di sicurezza.

Promemoria «Sport di campo/Trekking –  
Direttive di sicurezza negli ambiti  
montagna, inverno, acqua»



Definizioni dettagliate e ulteriori informazioni sugli ambiti di sicurezza si trovano nel promemoria Sport di campo/Trekking sui requisiti di sicurezza negli ambiti «montagna», «inverno» e «acqua».



## **Responsabilità nei confronti dei partecipanti**

Durante un'attività o un campo un monitore G+S è responsabile per il benessere dei bambini e dei giovani a lui affidati, di cui deve garantire in particolare la protezione e la sicurezza. La pianificazione e la realizzazione delle attività vanno dunque sempre adeguate alle capacità dei partecipanti. Per assicurare il benessere dei bambini e dei giovani, un monitore ha la facoltà di definire regole ragionevoli e di ottenerne il rispetto adottando misure adeguate.

## **Responsabilità nei confronti dei genitori**

Durante un'attività o un campo un monitore G+S si assume una parte degli obblighi e delle responsabilità dei genitori. Il monitore ha inoltre il dovere di fornire ai genitori informazioni complete e tempestive.

## **Responsabilità nei confronti di se stesso**

Un monitore G+S deve saper rispondere in ogni momento delle proprie azioni. Decide quali attività possono essere realizzate e definisce gli eventuali limiti. In linea generale, un monitore dovrebbe fare unicamente ciò che è effettivamente in grado di controllare e valutare.

## **Responsabilità nei confronti del team di monitori**

Il capocampo ha il compito di creare un buon clima nel team di monitori, organizzare e coordinare il gruppo, delegare in modo efficace gli incarichi all'interno del team nonché offrire aiuto e assistenza agli altri monitori.

## **Responsabilità nei confronti dell'associazione giovanile**

Ogni campo e ogni attività influenza la percezione dell'associazione giovanile nel suo complesso, in quanto raramente l'opinione pubblica distingue tra i diversi gruppi locali. Questa affermazione vale per le situazioni positive come per quelle negative. Per tale ragione è importante che nella pianificazione e nella realizzazione dei campi i monitori tengano conto delle disposizioni e delle aspettative dell'associazione giovanile e siano consapevoli del proprio ruolo di ambasciatori dell'associazione.

## **Responsabilità nei confronti di G+S**

G+S sostiene finanziariamente le attività delle associazioni giovanili e offre ai monitori l'opportunità di una formazione di base completa con numerose possibilità di perfezionamento. In cambio, i monitori s'impegnano a rispettare le disposizioni e ad attenersi agli obiettivi di G+S e in particolare dello Sport di campo/Trekking nella pianificazione, nella realizzazione e nella valutazione di campi e attività.

## **Responsabilità legale**

Oltre ai compiti interessanti e all'ampio margine di manovra che caratterizza la sua attività, il monitore G+S ha anche una responsabilità legale. In caso di incidente nel corso di un'attività G+S si pone la questione della responsabilità legale e di chi debba rispondere delle conseguenze. In questo contesto si distingue tra conseguenze civili e penali.

## **Responsabilità civile**

Per legge i monitori hanno l'obbligo di fare quanto in loro potere per garantire la sicurezza dei partecipanti. Se un monitore G+S non adempie all'obbligo di vigilanza e assistenza, può essere citato in giudizio direttamente dalla persona danneggiata.

A tal fine devono sussistere le seguenti condizioni:

- l'effettiva presenza del danno
- una correlazione tra il comportamento del monitore e il danno
- l'illiceità del comportamento
- una colpa del monitore

Per valutare se l'azione contravviene all'obbligo di vigilanza e assistenza, in primo luogo vengono verificati i seguenti aspetti:

- se siano stati rispettati i provvedimenti di sicurezza
- se, oltre a tali provvedimenti o in mancanza di essi, siano stati applicati i comuni principi di vigilanza e assistenza esigibili da una persona che agisce con responsabilità e prudenza in una situazione analoga
- le circostanze concrete in cui è avvenuto il danno

Alcuni punti importanti concernenti il rispetto dell'obbligo di vigilanza e assistenza

- Adattare le attività alle proprie competenze e alla propria esperienza.
- Adeguare le attività all'età e alle capacità dei partecipanti.
- Seguire e rispettare le regole in vigore (norme di legge, G+S, SSS, ...).
- Frequentare formazioni specifiche per la funzione (corsi monitori, brevetti SSS, corsi samaritani).
- Chiedere assistenza (coach G+S).
- Raccogliere le informazioni rilevanti (ricognizione, dati sullo stato di salute dei partecipanti).
- Informare per tempo partecipanti e genitori sulle attività pianificate e sull'equipaggiamento necessario.
- Mettere a punto un dispositivo di sicurezza per le attività che richiedono maggiore attenzione alla sicurezza e pianificare la procedura in situazioni d'emergenza.
- Sorvegliare adeguatamente i partecipanti (definire inizio e fine dell'attività, fissare regole e limiti chiari, garantire il rispetto delle regole).
- Durante la realizzazione rivalutare e ridiscutere sempre la situazione (3 x 3).
- Delegare la coordinazione dei gruppi solo a persone in possesso delle competenze necessarie.

### Responsabilità penale

Oltre alle conseguenze sul piano civile, un'azione può comportare anche responsabilità penali. Una persona può essere perseguita penalmente solo se ha concretamente commesso un reato e se può esserle attribuito un comportamento illecito e colpevole. In presenza di fatti gravi, come ad esempio importanti lesioni o omicidio colposo, le autorità penali devono attivarsi indipendentemente dalla volontà del danneggiato o dei suoi familiari, chiarendo le circostanze dell'incidente e le relative responsabilità (principio dell'intervento d'ufficio). Solo i reati minori, come ad esempio lievi lesioni, vengono perseguiti unicamente se il danneggiato sporge denuncia.

Come si deve comportare il monitor G+S? Quali misure può adottare per adempiere alla propria responsabilità legale?

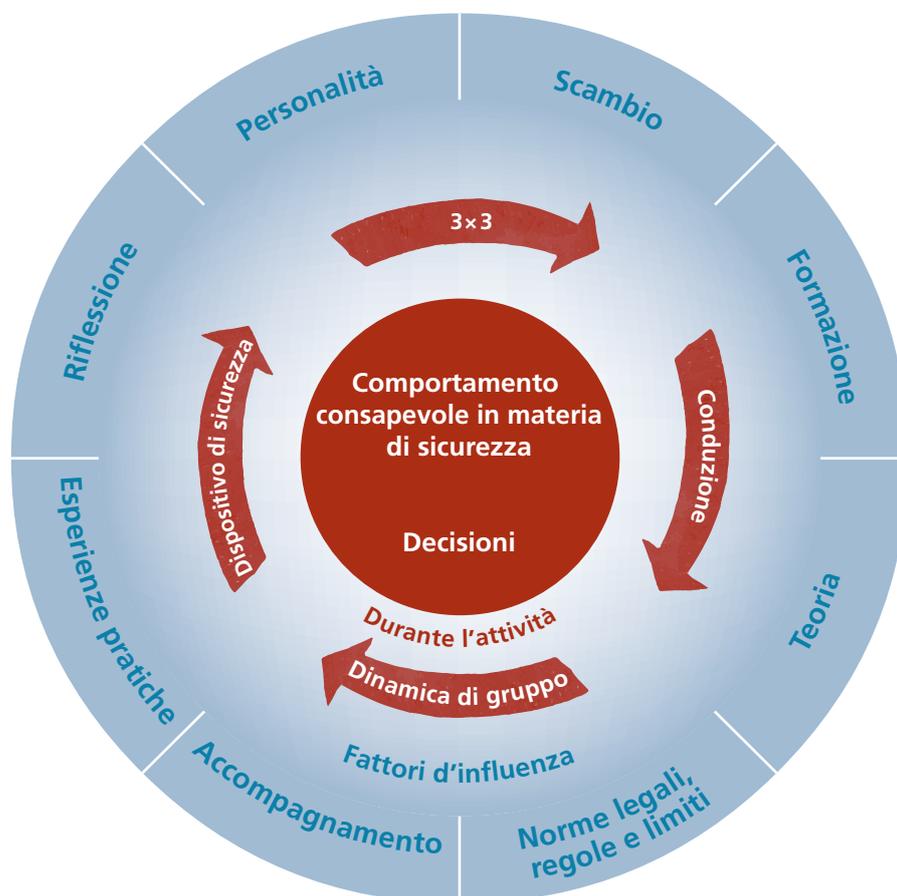


Capitolo «3 x 3»



«Alles was Recht ist. Rechtshandbuch für Jugendarbeitende», okaj zürich, «encadrer des mineurs: la responsabilité juridique», cemea Genève

# Sicurezza nello Sport di campo/Trekking



## Riflessioni di base sulla sicurezza

La disciplina sportiva Sport di campo/Trekking comprende varie attività in diversi ambiti. Offre a bambini e giovani la possibilità di vivere esperienze indimenticabili e avventure entusiasmanti nell'acqua, in montagna, nel bosco, in bicicletta o sulla neve. Le escursioni possono essere effettuate su terreni piani e semplici ma anche su percorsi più ripidi e impegnativi. Vi troverete a costruire un semplice scolapiatti ma anche strutture più complesse con più pali di sostegno. I ponti di corda possono congiungere due alberi a pochi centimetri dal suolo o le sponde di un fiume sopra un vuoto di diversi metri.

## La sicurezza attraverso l'esperienza

Per garantire la sicurezza un monitore deve iniziare con attività semplici e sicure. Solo quando avrà acquisito maggiore esperienza sarà in grado di realizzare anche attività più complesse. L'esperienza non si matura con la teoria, ma solo sperimentando le situazioni in prima persona. Le esperienze positive si verificano quando un monitore valuta le attività in autonomia o idealmente insieme ad altri monitori più esperti dopo averle pianificate e realizzate con cura. Prima di iniziare un'attività, il monitore dovrà sempre chiedersi se ha l'esperienza sufficiente o se è il caso di coinvolgere una persona più esperta.

### **La sicurezza attraverso lo scambio e la formazione**

Per garantire la sicurezza un monitore deve confrontarsi e verificare le proprie esperienze e competenze con altri monitori. Ciò avviene all'interno delle associazioni in occasione di riunioni di monitori, incontri di perfezionamento e formazioni specifiche per i vari settori. Formazione e perfezionamento danno la possibilità di riunire esperienze pratiche, competenze e teoria in un determinato ambito, con lo scopo di completare e ampliare l'orizzonte del monitore e le sue riflessioni concernenti la sicurezza.

### **La sicurezza attraverso l'accompagnamento**

Per garantire la sicurezza il team di monitori deve discutere con il coach G+S il programma del campo e i dispositivi di sicurezza già al momento dei preparativi. La valutazione del coach G+S rappresenta un punto di vista esterno che può fornire nuove idee e stimoli a livello di contenuti. Il coach analizza in modo critico le idee e le aspettative dei monitori sulle attività in programma, i metodi tradizionali e gli aspetti concernenti la sicurezza. Questa procedura aiuta il team di monitori a pianificare attività sicure.

### **La sicurezza attraverso la pianificazione accurata**

Per garantire la sicurezza le attività devono essere pianificate in modo accurato: il monitore ha il compito di informarsi in anticipo sui possibili rischi e di riflettere su come limitarli. Una pianificazione accurata è il presupposto per decisioni corrette. È opportuno riflettere in anticipo su decisioni difficili, quali interrompere un'escursione o un'attività, e parlarne anche con i partecipanti.

### **La sicurezza attraverso decisioni corrette**

Per garantire la sicurezza il monitore deve conoscere e applicare le regole esistenti. Queste regole non devono tuttavia essere usate come giustificazione per realizzare attività possibili in teoria, ma ritenute inopportune dal monitore stesso sulla base delle sue esperienze e competenze. Le attività devono essere adeguate alle competenze del monitore e mettere alla prova il monitore e i partecipanti senza però richiedere un impegno eccessivo.

L'obiettivo è di proporre l'attività giusta al momento opportuno e con le modalità adeguate. Per farlo non esistono principi sempre validi e applicabili universalmente: le circostanze e le situazioni cambiano a seconda del luogo e delle persone che vi prendono parte e questo aspetto va sempre tenuto presente quando si pianifica un'attività. Il metodo 3 x 3 aiuta a prendere decisioni corrette e precise, che contemplino il maggior numero possibile di informazioni.

### **La sicurezza attraverso una coordinazione chiara**

La sicurezza di un'attività dipende anche da come il monitore coordina il gruppo. Soprattutto per le attività che richiedono particolari misure di sicurezza è importante che i monitori siano consapevoli del proprio compito e adeguino il loro modo di dirigere il gruppo alla situazione.

#### **Quando si parla di sicurezza è importante...**

- ...giocare d'anticipo
- ...mantenere la visione d'insieme
- ...stabilire regole chiare
- ...parlare apertamente dei dubbi
- ...prendere decisioni chiare e comunicarle in modo altrettanto chiaro

Ciò non significa assolutamente che i monitori debbano comandare i bambini e i giovani e controllare ogni loro mossa. Al contrario, la libertà è fondamentale per permettere ai partecipanti di fare le proprie esperienze e di imparare dai propri errori. Il monitore deve creare le condizioni favorevoli allo svolgimento di attività sicure.



## 3 x 3

Sono diversi i fattori da considerare e rivalutare regolarmente al momento di pianificare e realizzare un'attività. Il metodo 3x3 è un approccio sistematico che aiuta il monitore a mettere in correlazione tutte le informazioni importanti e a prendere così decisioni corrette.

Rivalutando sempre i tre fattori «meteo», «terreno/ambiente» e «fattore umano», il monitore è sempre un passo avanti rispetto al gruppo e alla situazione. Riconoscere per tempo i possibili pericoli può ridurre i rischi adottando misure adeguate e ha un margine di manovra sufficiente per reagire in caso d'imprevisti.

Il modello 3x3 distingue tre fattori, che determinano le condizioni quadro di un'attività:

- le **condizioni** (p. es. stagione, momento della giornata, condizioni meteo)
- il **terreno** e l'ambiente in cui si svolge l'attività
- il **fattore umano** (incl. il team di monitori)

La valutazione di questi tre fattori avviene in tre momenti diversi:

- in fase di **pianificazione**
- **sul posto**, poco prima dell'inizio dell'attività
- **durante l'attività**

Il modello 3x3 è un ausilio per il monitore:

- in fase di pianificazione, perché permette di considerare in modo sistematico le informazioni e gli aspetti rilevanti di un'attività e far confluire le considerazioni concernenti la sicurezza in una buona pianificazione. Il modello 3x3 aiuta il monitore a identificare tutti i possibili rischi e ad adottare misure adeguate
- nella valutazione dei rischi e nell'adozione di misure adeguate a garantire la sicurezza
- sul posto per confermare supposizioni e idee formulate in fase di pianificazione e per adottare misure adeguate ed eventuali cambiamenti di programma
- durante l'attività per prendere decisioni corrette basate sull'osservazione costante dei cambiamenti dei tre fattori «condizioni», «terreno/ambiente» e «fattore umano»

La seguente tabella illustra il modello 3 × 3 e offre ai monitori un elenco (non esaustivo) di domande. Porsi le domande giuste per ogni attività è fondamentale. Le informazioni così raccolte vengono messe in correlazione allo scopo di giungere a decisioni corrette.

	Condizioni	Terreno	Fattore umano	
			Il gruppo	I monitori
<b>A casa</b> Prima dell'attività <i>Come sarà?</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Quali condizioni dovrò aspettarmi durante l'attività considerando la stagione e il momento della giornata?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Quali difficoltà presenta il territorio?</li> <li>Quali misure sono necessarie per adattare l'attività al territorio?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Qual è la composizione del gruppo prevista?</li> <li>Quali prerequisiti hanno i partecipanti?</li> <li>Qual è l'equipaggiamento necessario per l'attività?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Come dovrà essere strutturato e coordinato il gruppo?</li> <li>Quali competenze servono per l'attività e quale monitor è in grado di possederle?</li> </ul>
<b>Quali sono i rischi?</b> <b>Quali misure devono essere adottate per contrastarli</b>				
<b>Sul posto</b> Poco prima dell'attività <i>Le supposizioni fatte in fase di pianificazione sono confermate?</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Quali sono le condizioni reali?</li> <li>Le condizioni consentono di svolgere l'attività?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>L'attività si svolge nel luogo/sul percorso previsto?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Qual è l'effettiva composizione del gruppo?</li> <li>La dimensione del gruppo è adeguata all'attività?</li> <li>Quali prerequisiti fisici e psichici hanno i partecipanti?</li> <li>I partecipanti sono ben equipaggiati?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Il numero dei monitori è sufficiente?</li> </ul>
<b>Sono emersi nuovi rischi?</b> <b>Le misure devono essere adeguate o integrate?</b>				
<b>Durante l'attività</b> Sul campo, costantemente <i>Le supposizioni fatte in fase di pianificazione sono confermate? Come cambiano i diversi fattori?</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Come cambiano le condizioni durante l'attività?</li> <li>Le condizioni consentono di svolgere l'attività? L'attività deve essere modificata o addirittura interrotta?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Il terreno corrisponde alle attese?</li> <li>In quale modo posso adeguare l'attività alle effettive condizioni del terreno?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>In quale modo si evolve la condizione fisica e psichica del gruppo/dei partecipanti?</li> <li>Quale influenza esercita la dinamica del gruppo sull'attività stessa?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>I monitori hanno un atteggiamento positivo?</li> <li>I monitori sono in grado di assumersi le responsabilità previste?</li> <li>I monitori riescono a imporsi?</li> </ul>
<b>Sono emersi nuovi rischi?</b> <b>Le misure devono essere adeguate o integrate?</b>				

## Dispositivo di sicurezza



Un dispositivo di sicurezza si fonda sulla valutazione dei rischi rilevanti per l'ambito in questione, definisce le misure da adottare per evitare incidenti e descrive la procedura nelle situazioni d'emergenza.



Capitolo «3 x 3»

La base di ogni dispositivo di sicurezza è costituita dalla conoscenza e dalla valutazione accurata di rischi concreti presenti durante un'attività o un campo. Un ausilio pratico alla valutazione dei rischi è il modello 3 x 3.



Esempio «Dispositivo di sicurezza di un campo in tenda»

Nell'ambito della disciplina Sport di campo/Trekking esistono due tipi di dispositivi di sicurezza:

- dispositivo di sicurezza generale per tutto il campo
- dispositivi di sicurezza per le singole attività

Un dispositivo di sicurezza può essere strutturato e organizzato formalmente in vari modi. La forma concreta è secondaria: essenziale è che il dispositivo risponda alle due domande sopra riportate sulla base di una valutazione accurata dei rischi.

Se in fase di pianificazione emerge che le attività richiedono particolari misure di sicurezza o si svolgono in uno dei tre ambiti di sicurezza («montagna», «inverno», «acqua»), oltre al dispositivo di sicurezza generale per tutto il campo verrà messo a punto anche un dispositivo aggiuntivo.

In virtù della conoscenza e della valutazione accurata dei rischi, due sono le domande a cui un dispositivo di sicurezza deve rispondere.

### Domanda 1

Quali misure posso adottare per far fronte agli eventuali rischi?

### Domanda 2

Come posso prepararmi a eventuali situazioni d'emergenza?

In virtù della conoscenza e della valutazione accurata dei rischi, due sono le domande a cui un dispositivo di sicurezza deve rispondere.

### Dispositivo di sicurezza per singole attività

#### Domanda 1

Quali misure posso adottare per far fronte agli eventuali rischi?

- Chiarire le responsabilità all'interno del team di monitori (competenze, ruoli).
- Definire alternative e criteri per un'eventuale interruzione dell'attività.
- Stabilire le regole di comportamento concernenti la sicurezza e definire limiti chiari.
- Mettere a disposizione un equipaggiamento adeguato per partecipanti e monitori e utilizzare materiale sicuro e appropriato.
- Adottare altre misure specifiche come il rispetto degli standard di sicurezza (p. es. regole di balneazione SSS, 5 regole fondamentali per l'ambito «inverno»).

### Domanda 2

Come posso prepararmi a eventuali situazioni d'emergenza?

- Definire la procedura in caso d'emergenza (procedimento e attribuzione dei ruoli).
- Preparare il materiale per le situazioni d'emergenza: avere sempre a portata di mano una farmacia di gruppo, strumenti specifici per il salvataggio (p. es. sacco per il lancio della corda di salvataggio) un cellulare sempre carico con i principali numeri d'emergenza e i numeri dei monitori.

### Dispositivo di sicurezza generale per tutto il campo

Quali misure posso adottare per far fronte agli eventuali rischi?

- Riassumere le informazioni importanti sul campo: organizzatore, luogo incl. coordinate, data, orari, contatti del team di monitori, numero d'emergenza per i genitori, elenco dei pericoli specifici al luogo del campo (p. es. zecche, corsi d'acqua).
- Definire le misure di sicurezza generali: regole del campo concernenti la sicurezza, uso delle sostanze nocive, attrezzi e materiale, veicoli al campo, gestione dei pericoli specifici al luogo del campo, misure per tutelare la sfera intima dei partecipanti.

### Domanda 1

### Domanda 2

Come posso prepararmi a eventuali situazioni d'emergenza?

- Raccogliere i numeri telefonici importanti: servizi di pronto intervento, coach, numeri d'emergenza dell'associazione.
- Indirizzi e mappe: medico, farmacia, ospedale più vicini.
- Farmacia del campo: dove si trova? Chi ne è responsabile? Come è regolato l'utilizzo del suo contenuto? Chi è informato del contenuto della farmacia e dell'uso che ne viene fatto?
- Descrizione del percorso per arrivare al campo e coordinate: è utile ad esempio per guidare i servizi di pronto intervento al luogo del campo.
- Fogli informativi dei partecipanti: devono essere compilati da partecipanti, team dei monitori e addetti alla cucina.
- Sistemazione d'emergenza: luogo, percorso, accesso.
- Procedura in caso d'emergenza: definire uno schema adeguato e discuterlo all'interno del team dei monitori prima dell'inizio del campo.



Fascicolo «Campo»



# Organizzare le attività

Tutte le attività del campo, sia quelle specifiche delle associazioni sia quelle G+S, sono incentrate su bambini e giovani. Le attività devono rispondere alle esigenze dei partecipanti ed essere adeguate alla loro fase di sviluppo e ai loro desideri.

Sport per i bambini



I bambini vogliono: muoversi e sfogarsi, fare nuove esperienze, vivere l'avventura, essere a proprio agio in un gruppo, sentirsi protetti e sicuri, avere degli esempi da seguire, giocare, dare sfogo alla fantasia.

Sport per i giovani



I ragazzi vogliono: stare in compagnia dei coetanei, avere un ruolo ben definito nel gruppo, sperimentare l'amicizia, misurarsi con gli altri, vedere riconosciuto il proprio impegno, dialogare e discutere, spingersi al limite, farsi valere, assumersi le proprie responsabilità, essere indipendenti, avere le proprie libertà.

Capitolo «Obiettivi dello Sport di campo/Trekking»



Le attività migliori sono quelle create su misura per i partecipanti, che tengono conto della loro fase di sviluppo individuale e generale, delle loro capacità, domande, interessi e necessità presenti e future. Tali attività devono al tempo stesso rifarsi agli obiettivi della disciplina Sport di campo/Trekking.

## Attività adeguate all'età

Nei campi con gruppi di età mista e nei campi che comprendono un'ampia fascia di età è opportuno proporre sia attività comuni sia attività dedicate ai singoli gruppi di destinatari. Nella pianificazione è importante tenere sempre a mente le diverse esigenze.

In un campo con ragazzi dagli otto ai dodici anni sono necessarie meno attività separate, nonostante siano presenti entrambi i gruppi di destinatari G+S. Le esigenze dei partecipanti di quest'età sono simili al punto che non sarà difficile trovare attività adatte a tutti i presenti.

In un campo con ragazzi dai cinque ai diciassette anni invece le esigenze e le fasi di sviluppo sono molto diverse. Per soddisfare le esigenze di tutti sarà quindi necessario predisporre molte attività specifiche. Una soluzione può essere ad esempio di proporre attività diverse con contenuti adeguati alla fascia d'età per i tre gruppi 5-8, 9-13 e 14-17.

Le attività comuni non dovranno essere troppo complesse per i più giovani, ma nemmeno troppo elementari per i più grandi. Nei gruppi misti, oltre a proporre contenuti diversi (p. es. funzioni con responsabilità maggiori, incarichi diversi), vi è anche la possibilità di differenziare le attività a livello metodologico, ad esempio facendo in modo che i partecipanti più grandi si assumano la responsabilità del gruppo o insegnino qualcosa ai più piccoli.

#### Un programma ben riuscito è...

- ... adeguato all'età
- ... vario
- ... equilibrato



Fascicolo «Campo»

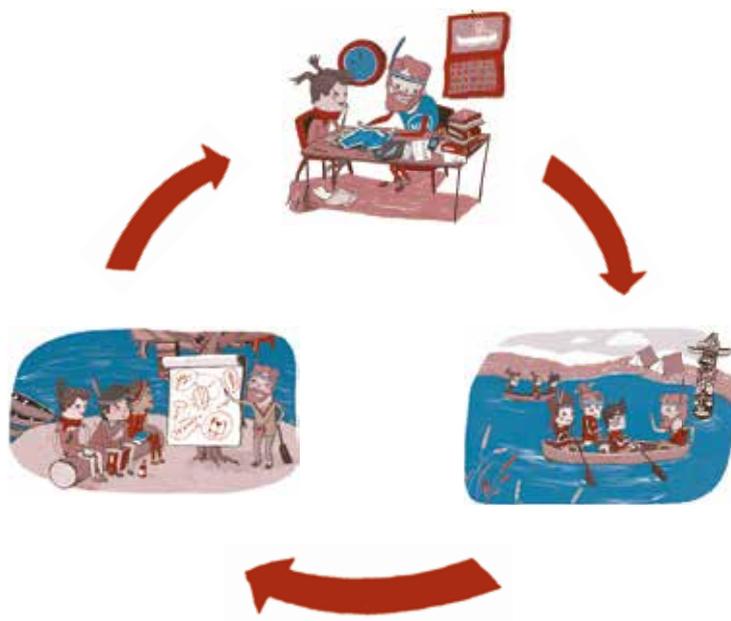
## Processo di pianificazione: pianificare, realizzare e valutare

L'organizzazione di un'attività ben riuscita prevede tre fasi: pianificare, realizzare e valutare. Ciascuna di queste tre fasi contribuisce al successo dell'attività.

**Pianificare:** definizione di un «piano dettagliato» (cosa, come, quando, dove?). In questa fase confluiscono anche le esperienze e le valutazioni delle attività precedenti.

**Realizzare:** quello che finora esisteva solo sulla carta e nella mente dei monitori, viene ora messo in pratica insieme ai partecipanti.

**Valutare:** all'interno del team di monitori e con i partecipanti vengono discussi e analizzati gli aspetti positivi ma anche gli errori commessi nelle fasi di pianificazione e realizzazione. Si verifica inoltre se le aspettative sono state soddisfatte.





## Pianificare

Nella fase di pianificazione i monitori riflettono sullo svolgimento delle attività. Nel fare questo considerano le condizioni quadro e chiariscono le domande inerenti alla sicurezza. Le esperienze e le valutazioni di attività precedenti dovranno confluire nella pianificazione.

Al momento della preparazione i monitori riflettono su come creare un'atmosfera positiva, in cui i partecipanti si sentano sicuri e a proprio agio.

I monitori devono essere consapevoli dei propri punti di forza e delle proprie debolezze, in modo da non pianificare attività troppo complesse ma nemmeno troppo elementari per loro (e per i partecipanti). A seconda dell'età dei partecipanti, i monitori dovrebbero inoltre riflettere sulle varie possibilità di coinvolgerli nell'organizzazione delle attività o della cornice in cui si svolgono.

Una pianificazione dettagliata facilita la realizzazione dell'attività e risponde alle domande riportate di seguito.

- Chi? Età e numero dei partecipanti.
- Perché? Significato e scopo.
- Cosa? Tema e contenuto.
- Come? Svolgimento e metodo.
- Dove? Luogo.
- Quando? Giorno e ora.

Altri punti da considerare nella pianificazione:

- Struttura/contenuto suddivisi in tre parti: introduzione, parte principale, ritorno alla calma.
- Dispositivo di sicurezza.
- Programma alternativo in caso di maltempo.

Capitolo «Sicurezza in Sport di campo/Trekking»



## Suddivisione delle attività in tre parti

Spesso è utile suddividere le attività in tre parti. La struttura prevede un'introduzione, una parte principale e una fase di ritorno alla calma. Le singole parti dovrebbero comunque essere legate da un tema comune.

**L'introduzione** prepara i bambini e i giovani sul piano emotivo e fisico allo svolgimento della parte principale. I ragazzi vengono coinvolti e motivati a partecipare al programma che li attende. I rituali di riunione (p. es. iniziare mettendosi in cerchio) e le ambientazioni sono elementi importanti. Nelle attività sportive è essenziale anche effettuare il riscaldamento e la preparazione fisica alla parte principale nonché prendere confidenza con il materiale ludico e sportivo. Durante l'introduzione viene spiegato lo svolgimento dell'attività e vengono formati i gruppi.

**La parte principale** è dedicata al nocciolo dell'attività e al suo contenuto. È molto più lunga e articolata delle altre due parti. I partecipanti lavorano in autonomia o sotto la guida dei monitori.

**Il ritorno alla calma** serve a concludere l'attività e a radunare i partecipanti. Questa fase deve dare la possibilità di rilassarsi e dare un riscontro sull'attività appena svolta.

### **Controllo della qualità durante la pianificazione**

Il programma dovrebbe essere osservato e discusso in modo critico già nella fase di pianificazione. Se si riconoscono per tempo i punti deboli, sarà più facile apportare eventuali correzioni.

Le seguenti domande aiutano ad analizzare il programma in modo critico.

- Il programma è adeguato all'età dei partecipanti?
- Il programma è abbastanza vario?
- Qual è il punto saliente?
- Quali sono i possibili punti critici?
- Per quali parti del programma è necessario un dispositivo di sicurezza?
- Come sono suddivise le responsabilità per quanto concerne i singoli punti del programma?
- Per quali parti del programma bisogna prevedere una variante in caso di maltempo?
- Quali parti del programma possono essere prolungate o accorciate in caso di bisogno?
- La pianificazione dei tempi è realistica?
- Quali adattamenti sono ancora necessari prima della realizzazione?

### **Realizzare**

La pianificazione è un presupposto importante per realizzare con successo un'attività. Durante la realizzazione è inoltre essenziale tenere conto della situazione del momento (orario, atteggiamento dei partecipanti, ecc.). È importante considerare i punti illustrati di seguito.

#### **Punti generali per la realizzazione di un'attività**

- Pianificare in modo accurato i rituali di saluto iniziali e finali.
- Usare un linguaggio adeguato all'età dei partecipanti.
- Stabilire con chiarezza le regole di comportamento.
- Consentire la partecipazione attiva dei ragazzi attraverso una suddivisione flessibile dei compiti.
- Riconoscere e valorizzare i progressi dei partecipanti.
- Sostenere i partecipanti osservando, valutando e consigliando.
- Mantenere sempre un contatto aperto con i partecipanti e porsi sempre come persone di riferimento.
- Coordinare l'attività in modo adeguato alla situazione.
- Adattare l'attività alle condizioni del momento.
- Affrontare e tematizzare le difficoltà.
- Avere sempre sotto controllo la gestione dei tempi.
- Interpellare i partecipanti per risolvere i problemi che si presentano durante l'attività.



Creare sicurezza



### **Sicurezza durante la pianificazione**

La sicurezza di un'attività dipende dalle modalità con cui viene realizzata. Un dispositivo di sicurezza ha un senso solo se trova un'applicazione effettiva e consapevole anche nella pratica.

Con ogni probabilità, tuttavia, scoprirete solo una volta cominciata l'attività o poco prima di iniziarla che le supposizioni fatte in sede di pianificazione erano sbagliate. Possono presentarsi nuovi pericoli. Ad esempio può succedere che i partecipanti siano più numerosi del previsto o che sopraggiunga un temporale improvviso.

Un cambiamento delle condizioni e la presenza di nuovi rischi possono richiedere un adeguamento della pianificazione o impedire lo svolgimento di un'attività. Per questo è indispensabile che i monitori affrontino con regolarità il tema della sicurezza, analizzino le misure previste in sede di pianificazione e apportino eventuali adeguamenti. In questo caso il modello 3x3 aiuta i monitori a mettere in relazione le informazioni rilevanti sui fattori «condizioni», «terreno/ambiente» e «fattore umano» e di conseguenza a prendere decisioni corrette.

Se la sicurezza non può essere garantita nemmeno adottando tutte le misure del caso, l'attività va annullata o interrotta.

### **Valutare**

Valutare significa esaminare in modo critico e analizzare un'attività o un campo dopo averli realizzati. Una valutazione ha innanzitutto due obiettivi:

- migliorarsi in generale
- migliorare le condizioni di sicurezza

#### **Migliorarsi in generale**

La valutazione di un programma deve definire quali attività sono state realizzate secondo i piani, quali sono riuscite particolarmente bene, quali non hanno funzionato e dove sono emersi i problemi. Altrettanto importante è stabilire se le aspettative della fase di pianificazione sono state soddisfatte. Nella valutazione complessiva del campo si potrà anche verificare in quale misura sono state effettivamente attuate le priorità scelte per il campo. La valutazione segna sempre anche l'inizio della pianificazione dell'attività successiva: i risultati della valutazione dovranno infatti confluire direttamente nella pianificazione delle parti successive del programma. Gli elementi positivi vengono mantenuti, mentre gli errori vanno corretti. Può essere utile valutare se i ricordi del campo o dell'attività sono ancora attuali. Le attività di campo e i blocchi di sport possono essere valutati subito dopo la loro conclusione, mentre per la valutazione complessiva del campo è necessario un incontro specifico (ev. in presenza del coach).



Le domande elencate di seguito possono aiutare a effettuare la valutazione.

- Cosa ci è riuscito bene? Cosa ha funzionato? Perché?
- Cosa non ha funzionato? Perché?
- Quali aspettative sono state soddisfatte? Quali no?
- Quali elementi generali vogliamo mantenere?
- Cosa vorremmo rifare allo stesso modo la prossima volta?
- Cosa non vorremmo assolutamente rifare allo stesso modo?
- Quali sono gli insegnamenti che possiamo trarre da questa esperienza individualmente e come team di monitori?
- Quali tre punti desideriamo ricordare per la prossima attività/per il prossimo campo?

### **Migliorare le condizioni di sicurezza**

Il tema della sicurezza andrebbe sempre affrontato in sede di valutazione. Questa regola è particolarmente importante per la valutazione delle attività che richiedono particolari misure di sicurezza.



Aumentare la sicurezza

L'obiettivo è di stabilire se le misure pianificate si sono rivelate valide o meno. Le misure efficaci saranno mantenute, mentre le altre saranno debitamente adeguate.

La valutazione delle situazioni critiche è particolarmente importante. Durante l'attività si è verificato un episodio che non ha avuto conseguenze negative, ma che avrebbe potuto creare problemi in un'altra situazione? Questi episodi devono assolutamente essere tematizzati in sede di valutazione e analizzati sulla base delle seguenti domande.

- Perché si è arrivati a una situazione critica?
- Come poteva essere evitata questa situazione?
- Quali misure andranno prese in futuro per evitare situazioni simili?

Gli esperti ritengono che ogni incidente grave sia preceduto da situazioni di pericolo molto simili, che si sono risolte con conseguenze limitate o nulle (p. es. lievi infortuni, incidenti quasi accaduti o azioni poco sicure). Per questo è importante fare tesoro anche delle situazioni potenzialmente pericolose e lavorare con costanza e in modo preventivo al miglioramento della sicurezza dei campi e delle attività.



Fascicolo «Gioco e sport» e «Campo»

## Come strutturare le attività

Di seguito sono illustrati vari modi di strutturare le attività: l'elenco comprende le consuete forme sociali e alcune indicazioni metodologiche utili all'organizzazione delle attività nei campi SC/T e non pretende di essere esaustiva.

Nella pianificazione delle attività è fondamentale fare in modo che la scelta dei metodi e delle forme sociali sia adeguata agli obiettivi e ai contenuti ma anche ai monitori e ai partecipanti.

### Forme sociali

- Lavoro individuale** Gli incarichi vengono svolti individualmente, ognuno esegue e porta a termine il compito da solo. Dato che i partecipanti lavorano ognuno per conto suo, non devono per forza ricevere tutti lo stesso incarico.
- Lavoro a coppie** I compiti che non possono essere eseguiti da soli vengono svolti e portati a termine in coppia grazie allo scambio reciproco. In questo caso i partecipanti più esperti del tema possono aiutare gli altri.
- Lavoro di gruppo** I compiti che richiedono la partecipazione di almeno tre persone vengono svolti e portati a termine in piccoli gruppi grazie allo scambio e alla collaborazione reciproca.
- Lavoro in plenum** I partecipanti si riuniscono, perché tutti i contributi richiedono l'attenzione dell'intero gruppo. I partecipanti vengono coordinati dai monitori, ascoltano, rispondono alle domande dei monitori o eseguono un compito su loro indicazione.

### Forme metodologiche di base

- Presentazione** I monitori raccontano, comunicano, spiegano o leggono qualcosa a voce alta. I partecipanti ricevono le informazioni e hanno poche possibilità di essere attivi a loro volta. Linguaggio comprensibile, mimica, gesti, immagini, esempi, schizzi e altri ausili simili aiutano i ragazzi ad assimilare i contenuti. È possibile anche la variante in cui i ragazzi stessi presentano un tema agli altri partecipanti.
- Esibizione e imitazione** I monitori mostrano un certo comportamento che i partecipanti imparano con l'imitazione e l'esercizio.
- Colloquio didattico** I monitori conoscono già la struttura dell'argomento che i partecipanti devono ancora apprendere. Ai ragazzi viene data la possibilità di avvicinarsi a questa struttura per gradi o di scoprirla con i propri strumenti. La trasmissione del contenuto avviene con un gioco di alternanze tra le spiegazioni dei monitori e i contributi dei partecipanti.

I partecipanti arrivano alla soluzione autonomamente o si costruiscono un'opinione fondata su un argomento. I monitori pongono domande aperte, ma non esprimono la propria opinione sul tema proposto. Non vengono poste domande che potrebbero influenzare i ragazzi, esprimere un giudizio o rivelare il proprio punto di vista, perché in questo modo l'opinione dei ragazzi verrebbe condizionata dal pregiudizio.

**Colloquio socratico**

I partecipanti si scambiano esperienze, opinioni e punti di vista e arrivano insieme a un'idea comune su un determinato tema. I monitori coordinano il colloquio e per quanto possibile danno a tutti l'opportunità di intervenire e di essere ascoltati dagli altri, animano il colloquio, riportano l'attenzione sul tema se la discussione diventa dispersiva, fanno ordine tra i contributi, sintetizzano i risultati e concludono il colloquio. La coordinazione può anche essere delegata ai partecipanti.

**Colloqui/discussione**

Una persona ha il ruolo di animare la discussione all'interno del gruppo e di condurre gli altri all'obiettivo accompagnandoli, più che sul piano dei contenuti, su quello della struttura e della riflessione.

**Moderazione**

I partecipanti imparano attraverso il contatto pratico con oggetti reali; apprendono attraverso un'azione concreta. Particolarmente importante è il collegamento tra azione e pensiero: le fasi della riflessione e dell'azione vengono eseguite concretamente e rese effettivamente tangibili.

**Apprendimento attivo**

I partecipanti cercano, trovano e verificano supposizioni e soluzioni in modo autonomo. La scoperta di soluzioni richiede un pensiero produttivo e flessibile, che aiuta a riconoscere e creare nuovi nessi logici e correlazioni.

**Apprendimento autonomo**

I partecipanti si immedesimano in situazioni prestabilite o da loro proposte. I giochi di ruolo hanno diversi scopi: chiariscono o approfondiscono una situazione, permettono di acquisire un comportamento sociale o di analizzare il proprio o quello degli altri.

**Gioco di ruolo**

## **Elementi organizzativi metodologici**

- Officina** I partecipanti possono scegliere tra varie offerte didattiche su un determinato tema. I ragazzi hanno inoltre a disposizione materiali e strumenti per svolgere il lavoro. Le officine sono utili per diversi scopi: acquisire capacità e abilità, assimilare conoscenze e competenze, comprendere, scoprire, sperimentare, agire, esercitarsi. I partecipanti lavorano perlopiù in modo autonomo e scelgono da soli tra l'offerta obbligatoria e quella facoltativa. Possono scegliere in quale ordine eseguire i compiti. I partecipanti registrano il proprio percorso su uno speciale «pass» dell'officina. I monitori hanno il ruolo di stimolare, assistere e consigliare i ragazzi, ma possono anche intervenire per guidarli..
- Lavoro pianificato** Un piano scritto riporta un elenco di incarichi in diversi settori. I partecipanti si organizzano autonomamente e preparano un proprio piano di lavoro. I compiti devono essere eseguiti in vari momenti distribuiti su vari giorni di campo. Spesso viene offerta anche una scelta libera. I monitori aiutano e consigliano i partecipanti sul piano metodologico e sui contenuti.
- Progetto** Il gruppo si pone un obiettivo comune (compito, prodotto) all'interno di una cornice proposta dai monitori. Il gruppo pianifica in autonomia le fasi del lavoro e lavora in modo pratico per raggiungere l'obiettivo..
- Giochi di simulazione** In questo tipo di giochi la realtà viene simulata ricreando determinate situazioni. I giochi di simulazione sono utili per trasmettere meccanismi e processi complessi e strutturati, gestiti e determinati essenzialmente dall'uomo.
- Postazioni** I partecipanti lavorano in piccoli gruppi. Vengono creati varie postazioni in cui vengono proposti diversi temi. Il gruppo passa da una postazione all'altra.
- Gruppi d'interesse** I partecipanti si riuniscono in gruppi d'interesse, elaborano un tema che interessa tutto il gruppo ed eventualmente lo presentano a tutta la comunità del campo.
- Concorso** I partecipanti devono svolgere un compito secondo determinati criteri chiari e stabiliti in precedenza. I partecipanti lavorano insieme sviluppando competenze sociali e di cooperazione. Alla fine il migliore contributo viene premiato da una giuria. La giuria può essere composta da un rappresentante di ciascun gruppo o dai monitori.

I partecipanti elaborano un aspetto di un tema in piccoli gruppi in autonomia o con il sostegno di un monitore. Alla fine trasmettono le conoscenze acquisite agli altri gruppi. Tutti diventano quindi esperti e al tempo stesso trasmettono le proprie conoscenze agli altri. I partecipanti assumono il ruolo di esperti nel momento in cui ricevono un compito particolare. In una seconda fase trasmettono agli altri le conoscenze acquisite.

#### **Puzzle di gruppo**

Due partecipanti fanno una breve passeggiata, si conoscono (meglio) o discutono di un determinato tema.

#### **Passeggiata a coppie**

I partecipanti effettuano un'escursione di alcune ore insieme (a piedi, in bicicletta, sui pattini inline o su una zattera). Sono accompagnati da un monitore. Un'escursione può comprendere anche un pernottamento fuori dal campo o dalla casa.

#### **Escursione**

In una prima fase dell'attività vengono praticati una tecnica o un gioco nuovo in modo globale e sperimentati spontaneamente. I monitori aiutano i partecipanti. Nella parte analitica i partecipanti approfondiscono singoli elementi. I monitori consigliano i partecipanti mentre si esercitano e apprendono la nuova tecnica. La terza fase, di nuovo globale, serve a mettere in pratica quanto appreso nella fase analitica. I monitori hanno un ruolo di osservazione e consulenza. In questo modo possono rendersi conto dei progressi dei ragazzi.

#### **Principio GAG (globale – analitico – globale)**

La difficoltà di un compito in un certo settore tematico viene aumentata nel corso di tre fasi. Con visualizzazioni, presentazioni e spiegazioni mirate i partecipanti acquisiscono e consolidano le conoscenze di base, che possono sperimentare, provare e scoprire. Le conoscenze acquisite vengono poi esercitate, applicate e adattate in modo autonomo a diverse condizioni. Infine il nuovo elemento viene eseguito e completato in combinazione con elementi già noti.

#### **AAC (acquire – applicare – creare)**



Manuale di base Gioventù+Sport  
«Il concetto metodologico»

## Schema della pianificazione



### Dossier del campo

Per la pianificazione dell'intero campo i monitori mettono a punto un dossier del campo, che viene consegnato al coach e discusso con lui.

Il dossier del campo comprende la seguente documentazione:

- programma di massima
- tre priorità del campo (riflettere sugli obiettivi del campo)
- programma dettagliato di tutte le attività (attività G+S e specifiche dell'associazione giovanile)
- pianificazione dei percorsi, estratti delle carte topografiche, tempi di svolgimento di escursioni e altre iniziative
- dispositivo di sicurezza per tutto il campo
- dispositivi di sicurezza per singole attività che richiedono maggiore attenzione alla sicurezza o per attività negli ambiti di sicurezza
- regole del campo (per partecipanti e monitori)
- informazioni sul campo per i partecipanti
- programma in caso di maltempo.

### Programma di massima del campo

Elementi del programma di massima (griglia settimanale):

- organizzatore (nome dell'organizzazione giovanile)
- tipo di campo (campo sotto tetto, in tenda, itinerante, estivo, autunnale)
- date del campo (incl. anno)
- luogo e nome dell'alloggio o del terreno del campo
- nome(i) della direzione del campo
- nome del coach G+S
- giorno, data e responsabile della giornata
- titolo di ogni attività e persona responsabile
- le attività G+S devono essere contrassegnate come SC o AC
- tempo necessario per viaggio di andata e ritorno
- tema del campo

## Attività G+S

Di seguito è riportato un esempio di rappresentazione della pianificazione dettagliata delle attività G+S, che contiene tutte le informazioni necessarie. È utile numerare sempre tutte le attività del campo. I numeri sono formati da due cifre separate da un punto. La prima cifra rappresenta il giorno del campo, la seconda l'attività nel corso di quella giornata.

1.1 <input type="checkbox"/> AC <input type="checkbox"/> SC Titolo dell'attività		
Nome del gruppo		
Luogo, data, ora	Luogo, giorno della settimana, giorno/mese/anno, da che ora a che ora	
Destinatari e numero di partecipanti	<input type="checkbox"/> __ Bambini <input type="checkbox"/> __ Giovani	
Responsabili del blocco	...	
Allegati	<input type="checkbox"/> Pianificazione del percorso <input type="checkbox"/> Estratto della carta topografica <input type="checkbox"/> Tempo di svolgimento	
Tempo	Programma	Materiale
14:15 10'	Introduzione: ...	
14:25 40'	Parte principale: ... ... ...	
15:05 10'	Ritorno alla calma: ...	
15:15	Fine del blocco	
Sicurezza	Dispositivo di sicurezza <input type="checkbox"/> sì <input type="checkbox"/> no  Riflessioni sulla sicurezza: ...	
Variante in caso di maltempo	...	

## Glossario

<b>Direzione dell'associazione</b>	Responsabile della branca, della sezione, del gruppo locale (capobranca, caposezione, ...), presidenza, comitato.
<b>Direzione del campo</b>	Persona responsabile della direzione del campo.
<b>Associazione giovanile</b>	Scout, Jubla, Cevi, Besj, Jemk, ...
<b>Organizzazione giovanile</b>	Sezione scout locale, branca locale, branca locale di lupetti, gruppo locale.
<b>Programma di massima</b>	Sintesi del programma del campo sotto forma di tabella; anche detto «Picasso».
<b>Riunione dei monitori</b>	Riunioni giornaliere del team di monitori.
<b>Foglio informativo dei partecipanti</b>	Foglio contenente informazioni sui partecipanti; foglio sullo stato di salute; foglio dei provvedimenti in caso d'emergenza.
<b>Bambini</b>	Partecipanti dai 5 ai 10 anni; destinatari dell'offerta di Sport per i bambini.
<b>Giovani</b>	Partecipanti dai 10 ai 20 anni; destinatari dell'offerta di Sport per i giovani.
<b>SC/T</b>	Sport di campo/Trekking
<b>SC</b>	Sport di campo
<b>AC</b>	Attività di campo
<b>SPORTd</b>	Banca dati nazionale per lo sport
<b>Swisstopo</b>	Ufficio federale di topografia
<b>SSS</b>	Società svizzera di salvataggio



Autori: Marco Gyger, Kaspar Wüthrich, Reto Züblin  
Consulenza tecnica: Gruppo specializzato Sport di campo/Trekking  
Collaborazione: Gruppo di autori Manuale G+S Sport di campo/Trekking  
Traduzione: Servizi linguistici UFSPÖ  
Controllo terminologico: Cristina Barenco

Foto: Rudi Eiermann  
Illustrazioni: Sandra Gujer, Illuhouse, Biel/Bienne  
Impaginazione: Media didattici SUFSM

Edizione: 2014

Editore: Ufficio federale dello sport UFSPÖ  
Internet: [www.ufspo.ch](http://www.ufspo.ch), [www.gioventuesport.ch](http://www.gioventuesport.ch)  
Fonte di riferimento: [dok.js@baspo.admin.ch](mailto:dok.js@baspo.admin.ch)  
N. di ordinazione: 30.401.500 i

Tutti i diritti riservati. Riproduzione o diffusione con ogni mezzo – anche parziali – di questo volume sono ammesse solo previo consenso dell'editore e con indicazione della fonte.