

**Zeitschrift:** Mobile : la rivista di educazione fisica e sport

**Herausgeber:** Ufficio federale dello sport ; Associazione svizzera di educazione fisica nella scuola

**Band:** 4 (2002)

**Heft:** 6

**Artikel:** Un supporto per corsi con un nuovo look

**Autor:** Vanay, Joanna

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1002093>

### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 11.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Un supporto per corsi con

Alcuni appassionati di sci di Neuchâtel hanno creato un cd-rom destinato ai monitori di sport sulla neve che desiderano perfezionare il loro insegnamento. Vera e propria miniera di consigli metodologici e tecnici questo supporto didattico ha anche un valore pedagogico che può interessare tutti gli insegnanti.

*Joanna Vanay*

**P**reparare una lezione di sci per dei bambini, forse più degli altri sport, ha bisogno di molta riflessione e preparazione. Gli sport sulla neve riservano sempre sorprese. La qualità di una lezione dipende, tra l'altro, dalle condizioni della neve, da quelle metereologiche e dal materiale disponibile. Una situazione dei corsi, all'improvviso, può non corrispondere più alle attese ed alle previsioni. Il monitore deve giocare su tutti questi elementi. Puntando il dito su questo problema, il cd suggerisce una preparazione intelligente e ben studiata, accompagnata da consigli didattici e tecnici.

## Riflettere e prevedere: le parole d'ordine per una lezione efficace

Il menu principale del cd-rom è formato da otto grandi parti. La prima insiste sull'aspetto metodologico ed affronta il problema della programmazione di una lezione. Il primo tempo dell'insegnamento è la riflessione. Quali sono le domande giuste, il metodo più opportuno? Occorre analizzare la situazione iniziale, determinare gli obiettivi, prevedere, pianificare i mezzi necessari per ottenere lo scopo voluto. Gli obiettivi debbono essere appropriati, misurati, differenziati e sempre motivanti. L'insegnante deve prevedere una successione di esercizi che siano adatti al momento ed all'allievo, senza dimenticare attività sostitutive nel caso di modifica della situazione. Per migliorare al massimo la qualità dell'allenamento è consigliabile un pro-memoria. La gestione del tempo è d'importanza fondamentale, l'allievo non deve essere soffocato da una valanga di esercizi.

Questi consigli per una programmazione efficace di una lezione interesseranno non soltanto i monitori di sci, ma anche tutti gli allenatori che cercano di fare in modo che la qualità ed il rendimento del loro insegnamento siano ottimali.

## Il bambino: atteggiamenti fisici e mentali particolari

Se questo cd-rom affronta soprattutto i problemi che possono incontrare i monitori di sci, i capitoli dedicati al bambino forniscono informazioni preziose per tutti coloro che lavorano con i giovani. Per esempio, cataloga per categorie le particolarità psichiche e fisiche del bambino, proprie di un periodo specifico d'età. Suggerisce quale deve essere l'atteggiamento ideale del monitore conforme a questi dati, propone un metodo d'insegnamento adattato e consigli pratici. Un'altra parte descrive quali siano i fattori che compongono l'abilità motoria del bambino e come lavorare su di essi.

## Delucidazioni multiple

Questo supporto per i corsi ha ancora altre corde al suo arco. Infatti contiene una grande quantità di informazioni pratiche: le regole FIS, i comportamenti nel caso di infortuni. Nel capitolo dedicato alle valanghe vengono spiegate le cause per le quali si producono e si danno informazioni su come fronteggiarle. Per gli appassionati di storia, gli autori hanno elaborato una breve storia degli sport sulla neve. Occorre aggiungere, inoltre, che questo cd-rom è di piacevole consultazione, perché ottimamente illustrato attraverso schemi esplicativi e tabelle riassuntive. Le immagini proposte sono tutte molto belle ed affascineranno gli amanti dello sci.

**Questo cd-rom** è disponibile presso il Servizio per lo sport di Neuchâtel, casella postale 3016, 2001 Neuchâtel, al costo di 10 franchi.

# un nuovo look



## «Creare una dinamica di scambi tra i monitori di sci»

Per saperne di più «mobile» ha incontrato l'ideatore di questo nuovo strumento didattico, Yves l'Eplattenier.

**P**erché un cd-rom diretto ai monitori G+S? Yves l'Eplattenier: l'idea di partenza è stata quella di utilizzare i nuovi strumenti informatici per modernizzare e migliorare la qualità dei corsi G+S e le informazioni dirette ai monitori. Per prima cosa ho proposto di dare un nuovo look (relooker) alle teorie per i corsi e metterle prima su Powerpoint e successivamente sul cd-rom. Questo nuovo supporto per i corsi potrà essere utilizzato durante le lezioni, ed il cd-rom distribuito alla fine dell'insegnamento, sostituendo le tradizionali fotocopie, permette economie a livello della distribuzione.

**Questo cd-rom si pone altri obiettivi?** Lo scopo primario non è quello di rivoluzionare l'insegnamento dei monitori, ma di fornire un supporto diverso, grazie al quale tutti possono ritrovare le informazioni del corso. Poi ad ampliare lo scopo primario sono venuti diversi suggerimenti. Il contenuto è stato arricchito soprattutto con informazioni sui corsi G+S di Neuchâtel, sulle esigenze degli esami, od, ancora, sul problema delle valanghe. Ma, la novità più interessante sta nell'idea di sfruttare i vantaggi d'Internet trasferendo i dati del cd-rom sul server di G+S di Neuchâtel. Così, gli interessati possono tenersi al corrente sulle ultime novità e fornire i loro contributi. Spero che questo sistema creerà una dinamica di scambi tra monitori, od anche tra monitori ed esperti. I suggerimenti e le osservazioni proposte da chi visita il sito saranno preziose anche per l'elaborazione di future versioni del cd-rom.

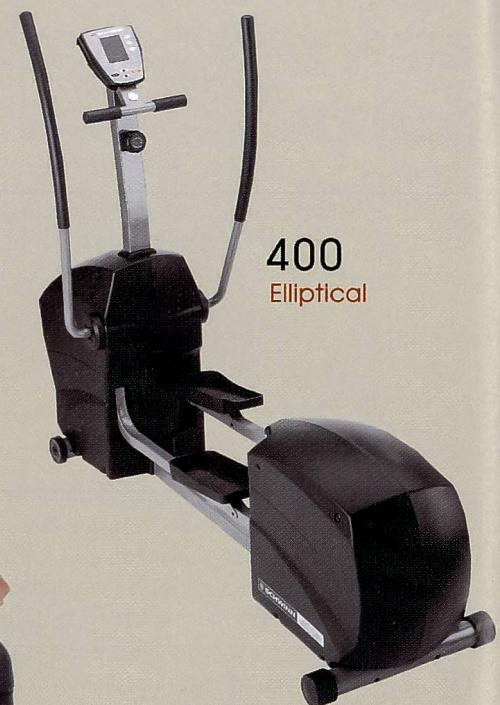
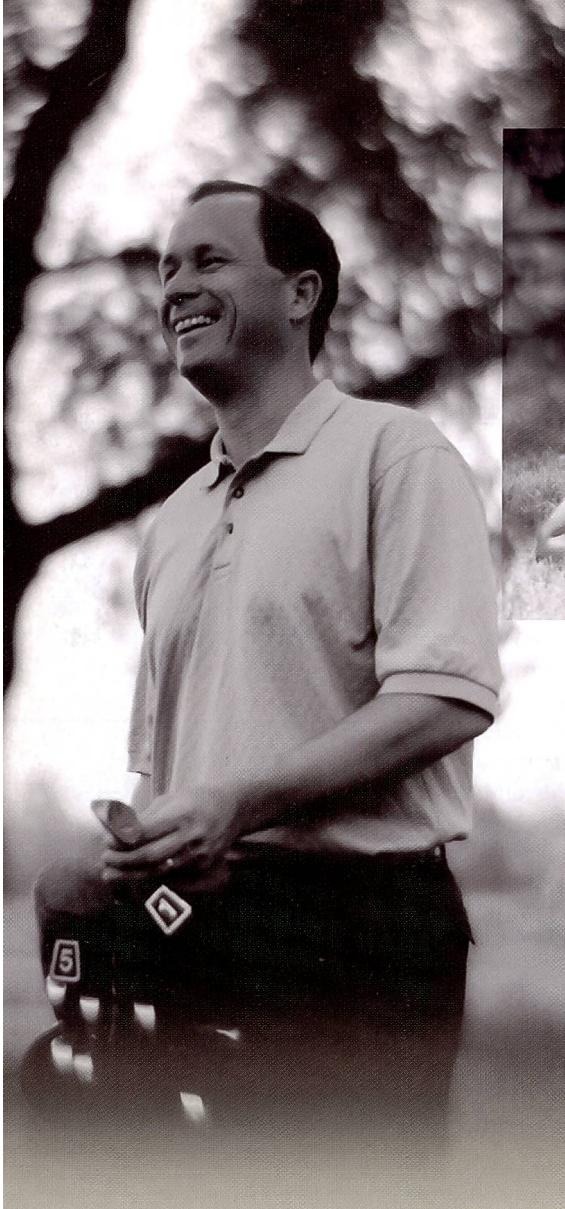
**Ha lavorato da solo o in gruppo?** La creazione e la realizzazione di questo cd-rom sono il risultato di un lavoro di squadra. Laurent Montandon, Dominique Gindraux ed io, abbiamo formato un gruppo di lavoro che ha raccolto i dati teorici ed altre informazioni. Per fare ciò, ciascuno di noi ha lavorato con un gruppo di esperti. Io, invece, ho ripreso tutti questi dati da solo per metterli nel cd. Il risultato non è perfetto: l'obiettivo è quello di sviluppare continuamente questo cd-rom per migliorarne continuamente la sua presentazione e la qualità delle informazioni.

**C'è un aspetto di questo cd-rom che le piace particolarmente?** Oltre ai consigli tecnici o metodologici, il cd-rom offre agli insegnanti di educazione fisica idee d'esercizi originali, come, ad esempio, storie mimate. Sarà poi interessante sviluppare questo aspetto, raccogliendo altre idee originali ed inedite proposte dai monitori e dagli insegnanti per sviluppare una vera rete di scambi.

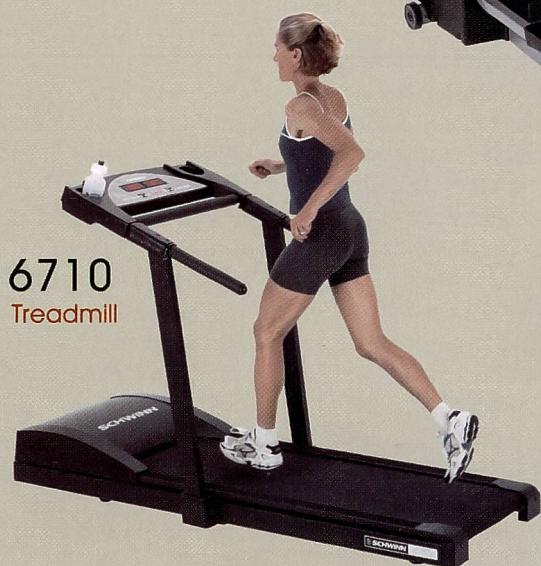
**Yves l'Eplattenier,** 35 anni, è insegnante di educazione fisica a Neuchâtel. Sposato e padre di due bambini, è responsabile della formazione per G+S e capo-experto di sci di Neuchâtel.

# SCHWINN® FITNESS

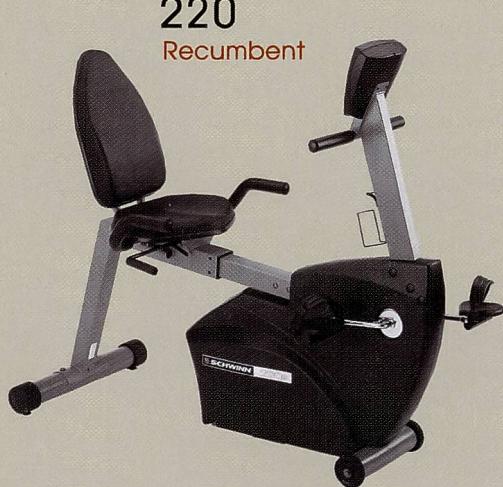
equipment for the good life...



**400**  
Elliptical



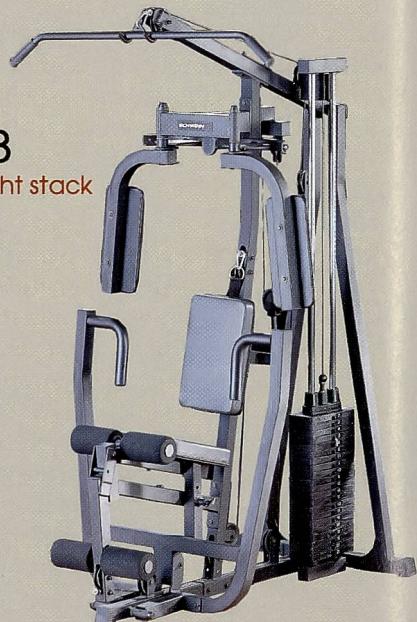
**6710**  
Treadmill



**220**  
Recumbent



**Airdyne**  
Evolution Pro



**733**  
Weight stack

**Leader Spa,** Rue de Lausanne 54, 1110 Morges  
**Vaucher Sport AG,** Hallmattstr. 4, 3172 Niederwangen b. Bern  
**Shark Vertriebs AG,** Landstrasse 129, 5430 Wettingen  
**Fitness Shop,** Zweierstrasse 99-105, 8003 Zürich  
**Helmi Sport AG,** Albisstr. 20, 8134 Adliswil,  
**Kuster Sport AG,** St. Gallerstrasse 72, 8716 Schmerikon  
**Hausmann AG,** Marktgasse 11, 9000 St. Gallen

021 636 22 11  
031 981 22 22  
056/427 02 25  
01 463 11 63  
01 710 20 70  
055/286 13 73  
071 227 26 26

**The Nautilus Health & Fitness Group**  
**Switzerland SA**  
Rue Jean Prouvé 6  
1762 Givisiez  
info@schwinn.com  
www.schwinn.com

