



Le buone attività G+S – Trasmettere

Dirigere un gruppo in modo sicuro ed efficiente

Garantire la sicurezza



Prevenire è meglio che curare

Il monitore è responsabile dei bambini e giovani affidatigli per tutta la durata dell'attività G+S ed è garante per la loro integrità fisica e psichica. Per prevenire gli infortuni, nella pianificazione il monitore tiene conto dell'età, del livello e della condizione fisica dei partecipanti. Inoltre egli è consapevole delle proprie capacità e abilità. Il suo dovere di diligenza comprende fra l'altro anche il controllo del materiale e la valutazione delle condizioni ambientali.

Sii pronto

Un proverbio svedese dice: *spera per il meglio ma preparati al peggio*, e quindi il monitore deve sempre portare con sé una mini farmacia, i numeri d'emergenza e i numeri di telefono dei genitori.



Promemoria per la prevenzione degli infortuni (UPI)

16

Essere un leader autorevole e comprensivo

Proporre un massimo di tempo di apprendimento o di movimento

Gestire adeguatamente i disturbi

...> Prima di svolgere la lezione visualizzala mentalmente e rifletti sulle eventuali fonti di pericolo. Puoi basarti allo scopo sul promemoria dell'UPI in materia di sicurezza nel tuo sport. Se necessario fai degli adeguamenti (esercizi più facili, ripensa gli spazi, metti in sicurezza gli spazi di caduta, ecc.).

...> *Procedi gradatamente dal facile al difficile.* Aumenta progressivamente il livello di difficoltà degli esercizi impegnativi. Forma dei gruppi in funzione del livello per proporre dei compiti adatti a tutti. Questo evita sforzi esagerati o al contrario un compito troppo facile. Inoltre diminuisce il rischio di infortuni.

...> _____

...> _____

Responsabili della formazione G+S UFSP. *Set di carte «Le buone attività G+S – Trasmettere»* (2019). Ed. Ufficio federale dello sport.