



| Sommario | Pagina |
|--|--------|
| Prefazione/Introduzione | 1 |
| Informazioni di base | 2 |
| Relazione con i concetti | 3 |
| Introduzione agli esempi pratici | 6 |
| Esempi pratici Sci alpino | 7 |
| Esempi pratici Snowboard | 8 |
| Esempi pratici Telemark | 9 |
| Esempi pratici Sci di fondo | 10 |
| Documentazione, programmi e strumenti di lavoro | 11 |
| Conclusione, Bibliografia, Impressum | 12 |

Imparare con le immagini Un aiuto per l'apprendimento motorio

Prefazione

Riet R. Campell, direttore SSSA

Sfruttare tutti i sensi!

Esattamente come spiegato nei manuali, ogni percezione, sia interna che esterna, può contribuire a trovare punti di riferimento e migliorare l'orientamento. Un insegnamento efficace deve potersi riferire alla vista, all'udito, alle sensazioni e agli aspetti cinestetici e vestibolari. Facendo appello ai sensi, che ci offrono diversi sistemi di comunicazione e basandoci sui progressi tecnici di questi ultimi anni, possiamo sviluppare la nostra percezione. Questa nuova edizione di Academy è dedicata alla visualizzazione delle immagini e alle nuove tecnologie che ne facilitano la comprensione. Le immagini possono arricchire l'insegnamento e trasformarlo in esperienze indimenticabili.

Introduzione

Andri Poo, Head of Education SSSA

L'impiego delle immagini video nell'apprendimento offre innumerevoli possibilità anche per migliorare la qualità dell'insegnamento. L'uso di questi strumenti richiede conoscenze tecniche di base, una buona pianificazione ed una chiara definizione dei compiti. In questa edizione di Academy sono presentati i differenti aspetti appena citati e la loro relazione con i concetti chiave. Durante i corsi di aggiornamento i maestri di sport sulla neve devono prendere coscienza che nel lavoro quotidiano nessuno strumento video può rimpiazzare l'insegnante. Ogni sequenza ben filmata può comunque contribuire ad instaurare un clima d'apprendimento ideale.

Introduzione

L'obiettivo per i corsi di aggiornamento «Imparare con le immagini» è di familiarizzare con le possibilità offerte dalla nuova tecnologia. L'impiego delle immagini non è una novità, ma recentemente queste opportunità si sono evolute al punto che l'analisi può avvenire in tempi strettissimi con la possibilità di visionare i filmati in slow motion o in fermo immagine praticamente sul posto e con un'eccellente qualità.

I maestri di sport sulla neve, i monitori, gli allenatori non devono essere dei tecnici dell'immagine, ma devono conoscere queste possibilità per poter lavorare con obiettivi mirati senza dimenticare che l'efficacia di una nuova tecnologia dipende soprattutto dalla qualità della preparazione della lezione, dalla sua messa in pratica e dall'elaborazione dei risultati. I migliori strumenti tecnici del mondo non possono in nessun caso sostituire la dimensione umana dell'insegnamento.

Relazione con i concetti

Le immagini video permettono analisi e confronti e sovente contribuiscono a creare le basi per una collaborazione tra allenatore e atleta o tra maestro e allievo. Permettono anche un processo d'osservazione. Ogni video suscita emozioni. Questo permette svariate possibilità per lavorare sulla motivazione e sulla coesione di un gruppo, di una squadra. I paragrafi seguenti mostrano, basandosi sui tre grandi concetti chiave, come utilizzare efficacemente queste nuove opportunità negli sport sulla neve.

Concetto pedagogico

Il video permette di osservare meglio di quanto vede l'occhio nudo. Per raggiungere l'obiettivo richiesto la valutazione e i consigli devono poter essere attentamente elaborati. Per l'allievo il lavoro svolto con l'ausilio di immagini video costituisce una sfida più intrigante che un semplice feedback verbale.

L'allievo è così confrontato con l'immagine che ha di sé stesso e con due interessanti possibilità d'analisi: quella esterna e quella interna.

Concetto metodologico

Le registrazioni video possono essere utilizzate come strumento metodologico per formare l'allievo su aspetti tecnici, metodologici e pedagogici. Ma il suo impiego corretto dal punto di vista metodologico rappresenta una sfida importante per l'insegnante. La scelta del buon metodo si rivela infatti decisiva per il successo dell'insegnamento.

Concetto di motricità sportiva

Sul piano tecnico le immagini video offrono opportunità incredibili, per esempio nel confronto tra il livello attuale e quello che si desidera raggiungere. I paragoni diretti e la possibilità di utilizzare software altamente performanti permettono di affrontare analisi molto precise. I filmati contribuiscono ad un apprendimento autonomo dell'allievo. Queste possibilità sono utilizzate in particolare nel settore del freestyle.

Relazione con il tema del corso di perfezionamento 2013/14 «L'apprendimento motorio»

L'ultimo tema di perfezionamento «L'apprendimento motorio» si è basato sulle tre tesi seguenti:

- Più apprendimento – meno insegnamento (more learning – less teaching)
- Non esiste nessuna informazione senza interpretazione
- Apprendere significa collegare

«Imparare con le immagini» si basa principalmente sulle stesse tesi. Le registrazioni favoriscono la dimensione individuale attiva dell'apprendimento ed esigono una certa comprensione da parte di chi apprende sotto la supervisione del maestro o dell'allenatore. L'immagine è il migliore aiuto per veicolare un'informazione, perché tutti vedono la stessa identica cosa. Questo facilita il dialogo, la comprensione e la messa in relazione dei movimenti.

Immagini video – concetto pedagogico

Generalità

Il concetto pedagogico presentato nel volume 1 dei manuali sottolinea la necessità di mettere l'individuo al centro del processo d'insegnamento con l'obiettivo di ottimizzare l'apprendimento, la motivazione e l'esperienza. Il video mette automaticamente l'accento sull'individuo, sia che si tratti di un atleta, di un allievo, o di un partecipante ad una settimana bianca. È il compito dell'insegnante (maestro o allenatore) gestire i vantaggi e gli inconvenienti di questo metodo d'apprendimento e di farne buon uso. L'impiego di filmati video presuppone un approccio globale della situazione e si spinge oltre al semplice modello conosciuto O/V/C – P/E/R. Si tratta di imparare ad osservare, ad analizzare quello che si vede, a differenziare l'importante da quello che non lo è.

Ricordiamoci anche l'importanza di garantire la privacy delle persone filmate.

Il buon senso impone prudenza nell'uso delle immagini e di eventuali produzioni derivate: valutate per tempo le questioni legate ai diritti d'immagine, rispettatele ed informate gli interessati.

Osservare – Valutare – Consigliare

I filmati video permettono di visualizzare più volte e al rallentatore la sequenza per una valutazione più precisa. Certe riprese permettono di visualizzare situazioni uniche. La ripresa video rivela molto più di quanto noi possiamo percepire durante una normale osservazione. È importante definire cosa si desidera osservare e valutare. A dipendenza dell'obiettivo definito è possibile osservare persone o situazioni date, concentrandosi su aspetti tecnici o metodologici.

Durante la valutazione, le foto o le immagini video possono essere visualizzate più volte e autorizzano, di conseguenza, un'analisi più precisa. I confronti, in particolare, contribuiscono ad offrire una dimensione nuova alla fase di valutazione. Le immagini possono essere affiancate o sovrapposte. Le vecchie registrazioni confrontate con quelle più recenti. Le possibilità di registrazione e di comunicazione permettono di paragonare le immagini con altre discese, con altre forme, con altre situazioni e altri atleti indipendentemente dal luogo e dalla data del filmato.

Non sempre la prima ipotesi o la prima impressione portano alla soluzione del problema. Le immagini video aiutano a rendere sempre più precisa la valutazione. Grazie alle immagini, i consigli diventano più comprensibili, perché permettono all'insegnante e all'allievo di discuterli e di dividerli.

Percepire – Elaborare – Realizzare

La registrazione video più volte ripetuta e rivista può essere un vantaggio, in particolare per l'elaborazione delle informazioni. Sia che si tratti di movimenti o di situazioni, un'immagine vale molto più di lunghi discorsi. Esempi visivi chiari, precisi, accompagnati dalle necessarie informazioni verbali, sono senza ombra di dubbio i modi più semplici per classificare, confrontare e memorizzare. In poche parole per elaborare le informazioni!

Ogni ospite, allievo o atleta si differenzia dall'altro e reagisce a suo modo davanti all'apparecchio video. Il principale obiettivo pedagogico del maestro o dell'allenatore è di saper scegliere quelle immagini che possano far scattare emotivamente e in ognuno di loro la capacità di scoprirle, di interpretarle e di elaborarle in maniera ottimale.



Immagini video – concetto metodologico

Modelli metodologici

L'impiego di immagini video come aiuto metodologico non è una novità. Filmare forme, esercizi e situazioni d'insegnamento/apprendimento permette di visualizzare la messa in pratica di consigli e di particolari spiegazioni.

Da un punto di vista metodologico le nuove tecnologie ed il loro uso offrono prospettive innovatrici per l'insegnamento e per le modalità d'apprendimento. Se chi insegna approfitta del considerevole valore aggiunto che possono offrire, l'insegnamento ai giovani potrà trarre grande beneficio.

I metodi d'insegnamento possono evolversi verso un processo che permette all'allievo di essere sempre più attivo e autonomo. I confronti permettono all'allievo di capire il livello raggiunto e di confrontarsi con i suoi compagni. Il materiale registrato permette un lavoro individuale e di gruppo continuo.

L'apprendimento diventa quindi un processo attivo condotto dall'allievo. Se l'allievo possiede le conoscenze tecniche richieste, il compito dell'insegnante si avvicina a quello del coach. Questo non significa che l'insegnante debba allontanarsi dalla fase d'insegnamento, al contrario deve supervisionare il buon uso di questi metodi ed essere in grado di valutare il grado di autonomia dei propri allievi con uno sguardo sempre attento sugli aspetti concernenti la sicurezza.

Queste nuove opportunità di lavoro danno origine a nuove forme di organizzazione.



Principi metodologici per una buona utilizzazione

I principi metodologici seguenti descrivono brevemente come applicare i modelli O/V/C e P/E/R per poter garantire uno svolgimento dell'insegnamento focalizzato al raggiungimento dell'obiettivo.

Osservazione

Cosa desidero visualizzare (tecnica, tattica, comportamento, impressione generale)?

Valutazione

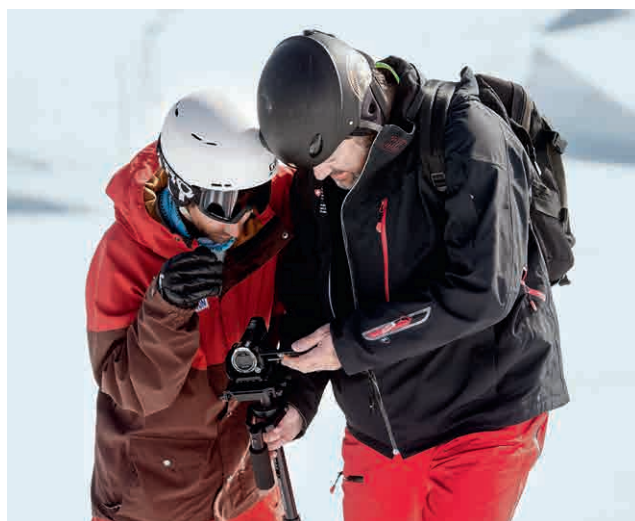
Approccio scelto per valutare e confrontare:

- **Visione interiore/esteriore**
- **Auto-valutazione/valutazione di terzi**
- **Confronto tra il livello desiderato e il livello attuale**

Consigliare

Su cosa bisogna insistere? Quali capacità possiede l'allievo per potersi auto-valutare e auto-consigliarsi?

- **La nuova dimensione del «Fai da te».**
- **La possibilità di controllare gli obiettivi a medio e lungo termine.**
- **Rischio di feed-back negativo!**



Immagini video – concetto di motricità sportiva

Sul piano della motricità sportiva, l'impiego delle immagini video deve favorire la comprensione e la valutazione dettagliata dei gesti tecnici e dei movimenti soprattutto in una prospettiva di auto-valutazione. L'uso di questi mezzi può variare sul piano tecnico in relazione al luogo e alla particolarità della situazione d'insegnamento (Scuole di sci, allenamento performante, campi G+S). L'atleta si concentrerà sull'analisi direttamente dopo la sua prestazione valutando i gesti ad ogni frazione di secondo, i partecipanti al campo si divertiranno la sera durante la visione dei loro momenti più emozionanti mentre l'allievo

della Scuola di sci potrà osservare le sue curve durante la pausa per poterle migliorare alla ripresa della lezione.

L'insegnante, ancora una volta, deve essere cosciente di queste opportunità che, se opportunamente utilizzate possono permettere un sostanziale miglioramento tecnico. Addirittura, a partire da un certo livello di competenze, ampliaranno ancora le possibilità di migliorare certi movimenti in relazione alle funzioni degli attrezzi.



Esempi pratici

Gli esempi pratici seguenti mostrano come utilizzare la video in maniera pertinente, specifica ed efficace. Devono servire come informazioni di base per i corsi di perfezionamento.

L'obiettivo dell'esercizio è sempre presentato nel titolo. Esempi specifici alla disciplina a volte possono essere utilizzati anche per altri attrezzi di scivolamento. Le forme, gli esercizi e i compiti possono essere adattati al livello d'apprendimento.

Gli esempi propongono una struttura tale da poter essere utilizzata anche per le altre forme scelte. Più si posseggono conoscenze tecniche e metodologiche, più sarà facile effettuare un transfer verso le altre discipline.

Certi esempi corrispondono anche a sequenze filmate disponibili sulla piattaforma di dartfish.tv. Più informazioni si possono trovare a pagina 11.

Spiegazioni sugli esempi pratici

obiettivo: attrezzo:

| Forma | Esercizio | Compito | Osservazioni |
|-------|-----------|---------|--------------|
| | | | |

Forma

Le forme sono state scelte dai manuali specifici (2, 3, 4, 5). I numeri delle pagine permettono di ritrovare le spiegazioni degli esercizi.

Esercizio

Gli esercizi sono stati scelti per adattare l'impiego delle immagini nei differenti livelli d'apprendimento.

Compito

Per poter offrire una valutazione e dei consigli efficaci approfittando delle immagini video, è importante disporre di un compito concreto. Definiti gli aspetti motori, si deve chiaramente procedere anche con i seguenti punti:

- sicurezza
- situazione del momento
- livello d'apprendimento / gruppo d'allievi

Nota

Un uso ponderato degli strumenti a disposizione è indispensabile per poter ottenere immagini che si possano utilizzare. Specifiche raccomandazioni sono formulate per ogni esempio.

È opportuno definire un quadro generale della situazione in funzione dello strumento che si desidera impiegare, del software, del momento dove avrà luogo la valutazione, ecc. Si tenga quindi presente:

- luogo della presa d'immagine (distanza, prospettiva)
- forme d'organizzazione
- terreno e questioni relative alla sicurezza

Questi aspetti sono presentati in dettaglio sul documento di G+S «Apprendere con le immagini».

Obiettivo: Visualizzazione a 180° – attrezzi: sci, snowboard, telemark, sci di fondo

| Forma | Esercizio | Compito | Osservazioni |
|---|---|---|--|
| Spin 180° su kicker facile o trick 180° in pista (Vol. 2, p. 214/257) | Direzione dello sguardo dal punto di vista della camera sul casco. Direzione dello sguardo dal punto di vista della visione esteriore. | Movimento di rotazione e direzione dello sguardo: – visualizzare – eseguire sul posto e senza sci – eseguire sulla pista e su piccoli kicker | Buona coordinazione tra le riprese realizzate con la camera sul casco e quelle esterne. Filmare da dietro. Quali sono le immagini più significative? |



Obiettivo: copiare uno stile di sciata – attrezzi: sci, snowboard, telemark, sci di fondo

| Forma | Esercizio | Compito | Osservazioni |
|--|--|--|---|
| Curva carving (Vol. 2, p. 172) o un'altra forma adattata alla situazione attuale | Imitare lo stile di un compagno di classe. | Un partecipante sceglie un altro membro del gruppo e cerca di imitarne lo stile. | Ripresa video di lato e a metà del pendio. Il partecipante è ripreso sia dal basso che dall'alto. Il resto del gruppo deve osservare e indovinare chi è stato imitato subito dopo la sua discesa. |



Obiettivo: curva parallela derapata – attrezzi: sci, telemark

| Forma | Esercizio | Compito | Osservazioni |
|---|--|--|---|
| Curva parallela derapata (Vol. 2, p. 150) | Curve parallele derapate su una pista ben preparata. | Curvare con gli sci paralleli. Derapare in maniera consapevole e disegnare delle tracce derapate sulla neve. | Il cameraman segue il partecipante e filma le ultime curve. Confronto tra il livello attuale e quello desiderato. |




Obiettivo: posizione di base stabile – attrezzi: sci, telemark, snowboard

| Forma | Esercizio | Compito | Osservazioni |
|------------------------------------|---|---|---|
| Corto raggio race (Vol. 2, p. 170) | Corto raggio race su una pista ben preparata. | Una discesa senza controllo della tensione muscolare del tronco e una con tensione muscolare controllata. | Riprendere entrambe le discese e confrontarne l'efficacia in funzione di una posizione di base stabile. |




8 Esempi pratici Snowboard


Obiettivo: stimolare la coordinazione – attrezzi: snowboard, sci, telemark

| Forma | Esercizio | Compito | Osservazioni |
|---|--|---|---|
| Carving (Vol. 3, p. 118) | Confrontare la visione interna con quella esterna. Percepire consapevolmente la posizione. | Guardare al video la posizione del corpo e copiarla. È possibile restare stabili? | Ripresa video di lato e a metà del pendio. Il partecipante è ripreso sia dal basso che dall'alto. |
|  | | | |


Obiettivo: ripetizioni consapevoli – attrezzi: snowboard, sci

| Forma | Esercizio | Compito | Osservazioni |
|---|--|--|---|
| Ollie (Vol. 3, p. 152) | Aumentare le funzioni dell'attrezzo. Favorire la collaborazione. | A due e da realizzare in due discese. Con l'aiuto di un cellulare controllare fino a che punto lo snowboard si piega durante l'esecuzione di un Ollie su pista piatta. Riprendere all'inizio e alla fine. Vedi un miglioramento? | Ripresa laterale. Eventualmente scivolando accanto. |
| Slide (Vol. 3, p. 98) | Aumentare le funzioni dell'attrezzo. Migliorare la posizione. | Tenere la posizione Slide il più basso e il più a lungo possibile. Esercitarsi durante una discesa. Ripresa passando vicino al cameraman. | Ripresa da metà (basso / metà / alto) |
|  | | | |

Obiettivo: attività in gruppo – attrezzi: snowboard, sci, telemark


| Forma | Esercizio | Compito | Osservazioni |
|---|--|--|---|
| Tutte | Favorire la coesione del gruppo. Presentare le forme imparate. | Da realizzare in due discese. Sul pendio presentare tutti insieme gli obiettivi della settimana. | Il capoclasse filma dal basso. Portare eventualmente delle idee. Controllare la sicurezza in pista. |
|  | | | |

Obiettivo: capire il movimento – attrezzo: snowboard


| Forma | Esercizio | Compito | Osservazioni |
|---|------------------------------------|--|--|
| Spin Air (Vol. 3, p. 180) | Adattare l'esecuzione della forma. | Confrontare l'esecuzione della forma con l'immagine che si desidera realizzare. Visualizzare i movimenti. Adattare la linea e controllare l'esecuzione grazie all'aiuto della videocamera. | Ripresa rettilinea da dietro. Obiettivo posto sulla zona di rincorsa e sullo stacco. |
|  | | | |

9 Esempi pratici Telemark


Obiettivo: freestyle challenge – attrezzi: telemark, snowboard, sci, sci di fondo

| Forma | Esercizio | Compito | Osservazioni |
|---|---|---|---|
| Corto raggio super combi (Vol. 5, p. 124/186) | Effettuare una discesa di corto raggio con delle forme combinate (Walzer sinistra/destra, Power-slide, Teledog, Tail-turn, ...). Lo sciatore deve ricordarsi una sequenza di figure più lunga. | A due: la discesa è ripresa dal compagno che scia dietro. Visionare insieme la discesa e memorizzarne le forme. Filmare il secondo passaggio e confrontare i due video. | Cambiare il ruolo sciatore / cameraman. Scendere a velocità ridotta. |
|  | | | |

Obiettivo: risvegliare nuove emozioni – attrezzi: telemark, snowboard, sci

| Forma | Esercizio | Compito | Osservazioni |
|---|--|--|---|
| Basic air (Vol. 5, p. 158) | Visualizzare le differenti fasi di salto. Sicurezza nella fase di volo. | Il capo classe salta per primo e filma il suo salto grazie ad una videocamera GoPro. I partecipanti osservano il salto da bordo pista e poi guardano insieme il video. Dopodiché i partecipanti effettuano il loro salto. | Filmare nella direzione del salto. Animare la zona d'atterraggio con della musica. Grazie all'udito si può mantenere una posizione in volo più tranquilla. Ogni partecipante può filmare una volta. |
|  | | | |

Obiettivo: percezione positiva – attrezzi: telemark, snowboard, sci

| Forma | Esercizio | Compito | Osservazioni |
|---|---|--|---|
| Curva carving (Vol. 5, p. 134) | «Photoshooting». Migliorare il movimento di angolazione nella curva. | Eseguire 4–6 curve con un movimento di angolazione consapevole. Grazie alle riprese effettuate, scegliere la miglior posizione e utilizzarla come base per i feedback. | Filmare due volte utilizzando entrambi i lati della pista. Selezionare la migliore posizione di entrambe le riprese e compararla con le altre. Attenzione alla sicurezza! |
|  | | | |

Obiettivo: base d'appoggio – attrezzo: telemark

| Forma | Esercizio | Compito | Osservazioni |
|---|---|---|--|
| Curva Heels up | Curve con il tallone rialzato. Capire il principio di equilibrio. | Sollevarre i due talloni e curvare lentamente, in seguito ritornare alla posizione telemark. Come stabilizzo il busto? Come faccio a mantenere il mio baricentro all'interno della base d'appoggio? | Un compagno segue a lato e riprende la discesa. Utilizzare la funzione «rallentatore» per scovare sul video le situazioni di perdita di equilibrio. |
|  | | | |

Obiettivo: stimolare il ritmo – attrezzo: sci di fondo

| Forma | Esercizio | Compito | Osservazioni |
|--|--|--|---|
| Passo pattinatore asimmetrico (Vol. 4, p. 118) | A gruppi di tre, su un terreno leggermente in salita, camminare / muoversi in maniera sincronizzata. | Filmare la prova generale e mostrare il video al gruppo per permettergli di migliorare. Infine proclamare il gruppo vincitore basandosi sulle riprese video. | Comunicare il tempo a disposizione e i criteri di valutazione, come ad esempio la sincronizzazione, la tecnica, la velocità, ecc. |



Obiettivo: velocità – attrezzi: sci di fondo, sci, telemark

| Forma | Esercizio | Compito | Osservazioni |
|---|---|--|---|
| Passo del pattinatore 1:1 (Vol. 4, p. 96) | Aumentare la cadenza dei passi su un pendio inizialmente piatto e poi leggermente in discesa. | Cercare di confrontare la velocità dei movimenti analizzando le riprese video al rallentatore. | Confrontare le riprese video con l'applicazione sci di fondo (One skating). Come cambiano i movimenti? Trovare l'applicazione adatta. |



Obiettivo: percezione di sé stessi – attrezzi: sci di fondo

| Forma | Esercizio | Compito | Osservazioni |
|-------------|------------------------------------|--|--|
| Individuale | Eseguire il proprio miglior passo. | Dimostra il tuo passo durante una ripresa video. Spiega, con l'aiuto del video, ciò che ti piace della tua esecuzione. | Osservare e sottolineare insieme i punti forti supplementari. Cercare di ritrovare questi punti in altri movimenti (p. es. struttura del movimento). Filmare gli aspetti positivi da differenti prospettive. |



Obiettivo: visualizzare – attrezzo: sci di fondo

| Forma | Esercizio | Compito | Osservazioni |
|----------------------------------|--|---|---|
| Passo alternato (Vol. 4, p. 124) | Visualizzare il movimento al rallentatore. | Osservare un movimento che ti piacerebbe migliorare, p. es. la flessione del ginocchio al momento dell'avanzamento dello sci. Cerca di immaginare il movimento al rallentatore e prova a metterlo in pratica. | Utilizzare l'app sci di fondo. Il costante allenamento delle capacità di visualizzazione, associato ad un allenamento mentale, aumentano la capacità di percezione dei movimenti. |



Documentazione per i corsi di perfezionamento

Swiss Snowsports mette a disposizione, in collaborazione con G+S e Swiss-Ski, una piattaforma di dartfish.tv. Si possono scaricare delle sequenze filmate, utili per confrontare il livello richiesto per le differenti forme e livelli di apprendimento.

Gli esempi pratici si riferiscono in parte alle forme disponibili su dartfish.tv.

I video sono disponibili e scaricabili nel modo seguente:

- **www.dartfish.tv**
- iscriversi
- creare un conto (gratuito)
- ricercare il canale «Snowsports»
- il canale «Snowsports 2015/16» contiene i video dei MP/CA
- per scaricare i video bisogna «abbonarsi» alla collezione
- le sequenze possono venir salvate sul proprio Browser preferito

Prodotti/strumenti/mezzi ausiliari

Attualmente non é possibile definire una lista completa dei prodotti disponibili per la registrazione e l'analisi dei video. La tabella qui sotto mostra una classificazione dei prodotti più importanti.

In generale bisogna tener conto del costo, della compatibilità, del formato delle cartelle disponibili, ecc.

Scoprite voi stessi quali siano le soluzioni a voi più appropriate.

| Categoria | Descrizione |
|-----------------------------------|---|
| App | Coaches Eye, Dartfish Express, app sci di fondo Swiss-Ski (i passi di riferimento) App GoPro, Ubersense Magisto, Replay, MovieStars |
| Programmi e Software per PC e Mac | Adobe Premiere Elements 8 (elaborazione dei video) MovieMaker (Windows) Programma Dartfish Programma Kinovea |
| Computer | iPad, notebooks Smartphones (iPhone, ecc.) Videocamere GoPro Hero3 (videocamera per il casco) |
| Schermi, TV | TV, beamer, Beamer integrato nella videocamera |
| Supporto di Backup | CD, DVDs, chiavi USB Dropbox, YouTube Memory card dei clienti/ospiti, con capacità di salvataggio video |

Conclusione

Andri Poo, Head of Education SSSA

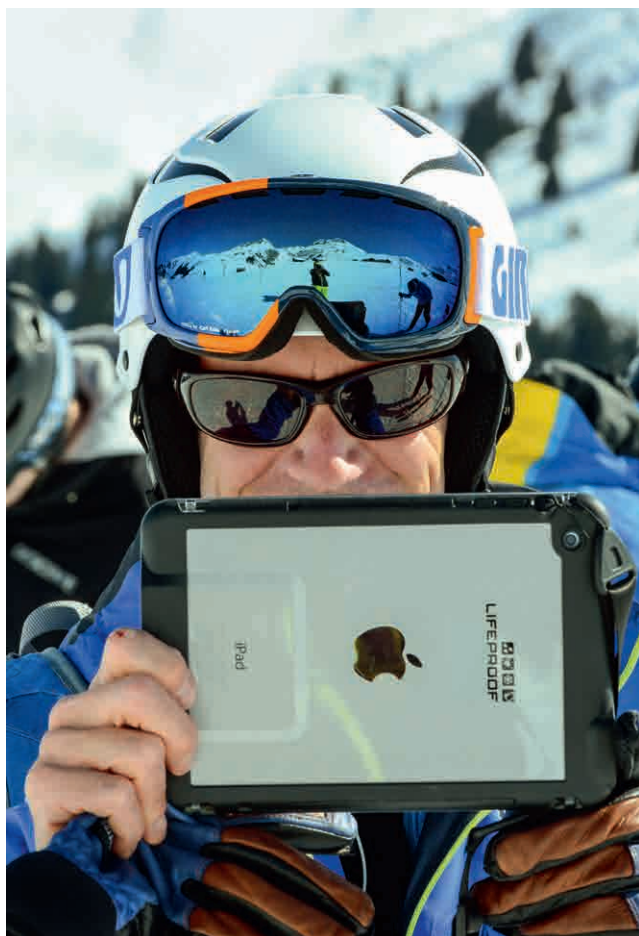
Raccontare con le immagini – esperienze indimenticabili!

Le immagini video non solo rappresentano un legame molto stretto con i concetti dell'insegnamento e per gli aspetti legati alla motivazione, ma anche per un'importante relazione sociale.

I filmati dei corsi di sci, degli allenamenti, o delle settimane bianche rappresentano un ricordo indimenticabile per il gruppo o per la squadra.

Con i software attuali tutti possono montare un video-clip, aggiungere un accompagnamento musicale, inserire delle animazioni. Durante un corso ogni gruppo ha la fortuna di avere a disposizione un regista. Diamo ai nostri allievi la possibilità di creare ricordi stupendi!

Auguro a tutti un inverno ricco di soddisfazioni con stupende esperienze sulla neve, con numerose immagini e tante emozioni che potranno essere immortalate su video o semplicemente incise nella vostra memoria!



Bibliografia

Müller, Stephan/Gadient, Vali/Semadeni, Renato/
Marugg, Jürg/Bonny, Michel/Berther, Aldo/Steiner, Jan (2010):
La serie dei manuali di formazione 2010
«Sport sulla neve in Svizzera».

Belp: Swiss Snowsports Association

UFSPÖ Magglingen, D. Käsermann:

«Apprendere con le immagini», Edizione 2014

UFSPÖ Magglingen, W. Stadelmann:

«L'apprendimento nello sport», Edizione 2012

Swiss Snowsports, Belp:

Academy 21

Trovate tutti i manuali di SWISS SNOWSPORTS e le riviste Academy su www.snowsports.ch

Impressum

Direzione progetto Andri Poo

Direzione redazione Andri Poo

Autori Arsène Page, Domenic Dannenberger, Peter Läubli,
Isa Jud, Davide Melena, Jürg Marugg, Daniel Friedli,
Harry Sonderegger

Interlocutori Membri dello Swiss Snow Education Pool

Revisione tedesca rublix Stephan Rubli

Traduzione e revisione francese Ines Mangisch,
MT – Mangisch Translations

Traduzione e revisione italiana Ticino Snowsports

Foto SSSA, Mario Curti, Swiss-Ski, BASPO, M. Homberger

Indirizzo redazione Redaktion Swiss Snowsports,
Hühnerhubelstr. 95, 3123 Belp, info@snowsports.ch

Realizzazione grafica e stampa Somedia Production,
Kasernenstr. 1, CH-7000 Chur, www.somedia-production.ch

Cambiamenti d'indirizzo direttamente a Swiss Snowsports,
Hühnerhubelstr. 95, 3123 Belp, info@snowsports.ch

Prezzo Compreso nella tassa per i membri dell'Associazione
Swiss Snowsports.

Diritti di riproduzione Le fotografie e gli articoli pubblicati
nell'ACADEMY sono protetti dai diritti d'autore. Ogni riproduzione
o copia sono possibili solo con accordo preventivo
della redazione. La redazione declina ogni responsabilità per i
testi e le fotografie inviate senza il suo accordo.

Stampa 16 500 copie, di cui 10 700 in tedesco,
3800 in francese e 2000 in italiano.