

# Curling – Forme di allenamento: FC 5 – Comunicare efficacemente all'interno della squadra e interagire in modo mirato: Curling muto

I bambini e i giovani imparano a comunicare in maniera non verbale.

## Leggete cosa potete osservare in questa forme caratteristiche

Una comunicazione positiva e mirata dentro e fuori dalla pista costituisce un fattore decisivo per un gioco piacevole ed efficace. Quando giocano un sasso, i giocatori si scambiano numerose informazioni tra loro. L'analisi efficiente di un tiro è importante quando si è sotto pressione, per evitare possibili errori al sasso successivo. Per una collaborazione efficace e una buona sintonia all'interno della squadra, i giocatori si esprimono liberamente e riflettono insieme sulle decisioni tattiche da prendere. Sono inoltre consapevoli della postura del loro corpo. Per indicare i sassi da giocare e nello sweeping, si presta perfettamente la comunicazione non verbale, in quanto spesso in pista c'è parecchio rumore.

Aumentare il numero di comunicazioni relative alla lunghezza bambini e i giovani giocano senza comunicazione verbale. Questa modalità si presta sia per un normale end che per una specifica forma di allenamento.

---

## Forme di allenamento

### Curling: Forme di allenamento relative alle forme caratteristiche

Le forme caratteristiche sono modelli di movimento, di comportamento e / o di gioco che si osservano in situazioni sportive concrete. La tabella in basso ti illustra le forme caratteristiche del curling rilevanti per la tua attività. Sono formulate da esperti di curling e si orientano alla soluzione ideale di un compito sportivo.



## Tutte le forme di allenamento per la FC 5



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSP