Strumento di benvenuto e di onboarding per i nuovi arrivati

guida tascabile per allenatori

Co-funded by the European Union

EQUAL PLAY

Indice

1. Introduzione e obiettivi di apprendimento Pagina 03

2. Componente 1: Lista di controllo per la prima sessione per gli allenatori Pagina 05
2.1 Perché la prima sessione è fondamentale per la fidelizzazione dei clienti.
2.2 Fase 1: Prima della sessione (Preparazione e allestimento)
2.3 Fase 2: Durante la sessione (Accoglienza e inclusione attiva)
2.4 Fase 3: Dopo la sessione (Follow-up e pianificazione delle azioni)

3. Componente 2: Sistema di abbinamento tra pari Pagina 09
3.1 Scegliere il compagno giusto: 4 criteri di abbinamento fondamentali
3.2 Responsabilità del compagno (prima, durante e dopo l'addestramento)
3.3 Durata, rotazione guidata e istruzioni per il passaggio di consegne

4. Componente 3: Foglio di benvenuto visivo (Risorsa per i partecipanti) Pagina 13

5. Componente 4: Guida all'assistenza "Chi contattare" Pagina 14
5.1 Matrice di riferimento rapido: chi può fornire assistenza per cosa?
5.2 Modello di rubrica contatti del club (tabella personalizzabile)

6. Implementazione pratica e adattamento Pagina 17
6.1 Adattamento per sport individuali e di coppia (padel, tennis, atletica leggera)
6.2 Adattamento alle squadre giovanili rispetto a quelle adulte
6.3 Soluzioni per le società di base prive di personale specializzato
6.4 Integrazione digitale: condivisione mobile e onboarding di WhatsApp

Co-funded by the European Union

EQUAL PLAY

1. INTRODUZIONE E OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

Entrare a far parte di una nuova società sportiva può essere intimidatorio per chiunque, ma è particolarmente difficile per i nuovi arrivati migranti e rifugiati, che possono trovarsi ad affrontare barriere linguistiche, norme sociali sconosciute o esperienze passate di esclusione. Nell'allenamento sportivo inclusivo, l'inclusione non è automatica; si sviluppa attraverso una pratica quotidiana mirata e routine prevedibili.

Questo strumento è progettato per far passare i club da un'inclusione passiva (semplicemente consentire a qualcuno di partecipare) a un'inclusione attiva (garantendo che si sentano accolti, al sicuro, valorizzati e integrati fin dal primo giorno).

Co-funded by the European Union

EQUAL PLAY

Obiettivi di apprendimento per gli allenatori:

Strutturare l'accoglienza: ridurre l'ansia dei nuovi arrivati attraverso routine prevedibili prima, durante e dopo la sessione.

Favorire la connessione tra pari: implementare un sistema di tutoraggio strutturato che crei fiducia e amicizie senza generare dipendenza.

Comunicare con chiarezza: utilizzare strumenti visivi e di facile comprensione per spiegare i valori del club e le regole del fair play.

Attivare la rete di supporto: sapere esattamente quando e come indirizzare i partecipanti a ruoli di supporto in materia di tutela, logistica o linguistica, sia all'interno che all'esterno del club.

Co-funded by the European Union

EQUAL PLAY

2. COMPONENTE 1: LISTA DI CONTROLLO PER LA PRIMA SESSIONE PER GLI ALLENATORI

Utilizzate questa checklist da utilizzare a bordo campo per prepararvi e gestire la prima sessione di allenamento di un nuovo arrivato. L'obiettivo è infondere fiducia, evitare di mettere pressione al partecipante e fare in modo che, al termine dell'allenamento, desideri tornare.

Fase 1: Prima della sessione (Preparazione e allestimento)

- Esamina gli ostacoli noti: verifica se il nuovo arrivato ha identificato esigenze specifiche (ad esempio, lingua, trasporto, digiuno religioso o necessità di equipaggiamento) utilizzando la Lista di controllo degli ostacoli per i partecipanti.

Co-funded by the European Union

EQUAL PLAY

Seleziona e istruisci un Peer Buddy: assegna un partecipante attuale e disponibile che funga da guida per il nuovo arrivato (vedi Componente 2).

- Verifica gli ausili visivi: tieni a portata di mano coni, lavagne tattiche o il foglio di benvenuto visivo per dimostrare esercizi e regole in modo non verbale.

Impara i saluti di base: impara a pronunciare correttamente il nome del nuovo arrivato e, se possibile, impara un semplice saluto ("Ciao" o "Benvenuto") nella sua lingua madre.

Fase 2: Durante la sessione (Accoglienza e inclusione attiva)

- Accoglienza calorosa e personale: incontra il nuovo arrivato all'ingresso o a bordo campo prima dell'arrivo dell'intero gruppo. Presentati calorosamente e presenta anche il suo compagno di classe.
- Introduzione senza pressioni: integrate un riscaldamento cooperativo o un esercizio di mobilità di gruppo in cui i partecipanti si presentano e condividono i loro sport preferiti. Non forzate il nuovo arrivato a fare un discorso o a mettersi al centro del gruppo.

Co-funded by the European Union

EQUAL PLAY

Dimostra, non fare lezioni: spiega gli esercizi usando dimostrazioni fisiche, supporti visivi e parole semplici e brevi.

Verifica la comprensione in privato: effettua brevi colloqui individuali o osserva gli studenti durante le esercitazioni in piccoli gruppi per accertarti che abbiano compreso le regole. Non evidenziare mai gli errori in pubblico.

Applicare regole cooperative: modificare i giochi a ranghi ridotti per incoraggiare il lavoro di squadra (ad esempio, nel calcio o nel basket, richiedere che tre compagni di squadra diversi tocchino la palla prima di segnare).

Monitorare le dinamiche di gruppo: prestare attenzione a sussurri, isolamento o esitazioni durante le esercitazioni di contatto. Reagire immediatamente e con calma a qualsiasi commento [illegible] comportamento esc[illegible]

Co-funded by
the European Union

EQUAL PLAY

Fase 3: Dopo la sessione (Follow-up e fidelizzazione)

Conduci un momento di riflessione finale: riunisci il team in cerchio per fare stretching. Chiedi ai partecipanti di condividere un aspetto positivo che hanno osservato in un compagno di squadra (lodando l'impegno piuttosto che l'abilità tecnica).

- Colloquio individuale: Parla in privato con il nuovo arrivato. Poni domande semplici: "Ti è piaciuta la giornata?", "Come ti senti fisicamente?" e "Hai qualche domanda?".

Conferma i passi successivi: invia loro un promemoria, cartaceo o digitale, con la data, l'ora e il luogo esatti della prossima sessione.

Ringrazia il tuo compagno di classe: riconosci la sua leadership e il suo comportamento di supporto.

Registra le osservazioni: annota eventuali ostacoli persistenti (ad esempio, mancanza di attrezzatura per l'allenamento, difficoltà di trasporto) sullo strumento di mappatura degli ostacoli per i partecipanti, al fine di pianificare il supporto successivo.

Co-funded by the European Union

3. COMPONENTE 2: SISTEMA DI ABBINAMENTO TRA PARI

Un Peer Buddy è un membro affermato e affidabile del club che funge da pari accogliente, guida e compagno di formazione per un nuovo arrivato durante il suo periodo iniziale di inserimento. Questo sistema riduce l'isolamento, supera le barriere linguistiche e promuove la solidarietà interculturale.

Fase 1: Scegliere il compagno giusto (criteri di corrispondenza)

Non assegnare automaticamente il ruolo di capitano o quello del giocatore più competitivo. Scegli i compagni in base all'empatia, alla pazienza e al fair play.

Co-funded by the European Union

EQUAL PLAY

Utilizzare i seguenti criteri:

- Lingua e background: Quando possibile, abbinate i partecipanti a un coetaneo che parli la stessa lingua o che abbia un background culturale simile.

Personalità sociale: scegli partecipanti che dimostrino ascolto attivo, rispetto per i diversi livelli di competenza e un atteggiamento incoraggiante.

Compatibilità di abilità: abbina i principianti a partecipanti di livello atletico simile o leggermente superiore. Evita di abbinare un principiante assoluto a un giocatore eccessivamente competitivo che potrebbe frustrarsi.

Età e genere: abbinare i giocatori all'interno di una fascia d'età simile e rispettare le preferenze di genere, in particolare per gli esercizi di contatto o in contesti culturali conservatori.

Co-funded by the European Union

Fase 2: Responsabilità del compagno (Cosa fare)

- Prima dell'allenamento: incontra il nuovo arrivato 10 minuti prima dell'inizio della sessione. Mostragli le strutture a disposizione (spogliatoi, servizi igienici, fontanella, deposito attrezzature).

Durante il riscaldamento: fate sempre coppia con il nuovo arrivato per gli esercizi in coppia, lo stretching e le esercitazioni di base sul controllo della palla.

Durante gli esercizi: dimostra prima l'esercizio fisicamente. Usa gesti, batti il cinque e semplici parole di incoraggiamento ("Bravo", "Riprova", "Con me").

Durante le pause: sedetevi insieme durante le pause per bere. Presentate il nuovo arrivato ad almeno due compagni di squadra per sessione, chiamandoli per nome.

Dopo l'addestramento: accompagnateli all'uscita o al punto di ritrovo, salutateli e confermate quando si rivedranno.

Co-funded by the European Union

EQUAL PLAY

Fase 3: Durata e indicazioni per il passaggio di consegne

Settimane 1–2 (Sessioni 1–4): Tutoraggio attivo: il compagno di pari è il partner principale del nuovo arrivato per tutte le attività strutturate in coppia e le presentazioni.

Settimana 3 (Sessione 5): Rotazione guidata: l'allenatore fa ruotare intenzionalmente le coppie durante gli esercizi principali. Il compagno presenta il nuovo arrivato al nuovo partner e li incoraggia a lavorare insieme.

- Settimana 4 (Sessione 6+): Integrazione completa: il nuovo arrivato si inserisce naturalmente nella squadra come qualsiasi altro giocatore. L'amico torna a ricoprire il ruolo di compagno di squadra standard, ma rimane un punto di riferimento amichevole.

Co-funded by
the European Union

4. COMPONENTE 3: SCHEDA DI BENVENUTO VISIVA

Questo foglio di benvenuto, pensato per un pubblico con difficoltà di lettura, è progettato per essere stampato, plastificato o condiviso digitalmente tramite app di messaggistica (ad esempio, WhatsApp). Spiega le aspettative del club utilizzando frasi semplici.

Qui trovi il link per ogni lingua:

EN: https://canva.link/krte2fni1u3jisb ES: https://canva.link/yhdgmtfip9ldy53 IT: https://canva.link/3wyh6m2ntphpa5k LT: https://canva.link/bam1nym0w48a0s1 TR: https://canva.link/aeof878f2thb2dy

Co-funded by the European Union

EQUAL PLAY

5. COMPONENTE 4: GUIDA ALL'ASSISTENZA "CHI CONTATTARE"

Gli allenatori sono facilitatori a bordo campo, non assistenti sociali. Quando un nuovo arrivato si trova ad affrontare ostacoli complessi (legali, finanziari, emotivi o gravi problemi logistici), gli allenatori devono adottare un approccio collaborativo per indirizzare il partecipante verso la figura di supporto più adatta.

Co-funded by the European Union

EQUAL PLAY

Guida rapida: Chi può aiutarvi in cosa?

Type of Issue / Barrier	What You Might Observe	Who to Contact	What They Can Do
Pitch-side Safety & Injuries	Physical injury during play, unsafe equipment, or physical exhaustion.	Head Coach / First Aid Trainer	Provide immediate first aid, modify physical drills, or adjust session intensity.
Language & Translation Needs	Participant cannot follow basic safety rules; severe misunderstanding between peers.	Bilingual Volunteer / Peer Buddy / Language Support Service	Assist with pitch-side translation, translate critical club schedules, or provide peer interpretation.
Equipment & Financial Barriers	Missing boots, worn-out clothes, inability to pay membership fees or travel costs.	Club Inclusion Coordinator / Club Manager	Provide access to the club's shared gear bank, waive membership fees, or access municipal inclusion funds.
Transport & Scheduling	Frequent late arrivals, missing evening sessions, reliance on long foot travels.	Community Coordinator / Municipal Sport Officer	Coordinate car-sharing among parents/players, provide bus passes, or adjust session timetables.
Wellbeing & Safeguarding	Discriminatory comments, bullying, signs of abuse, or sudden withdrawal from the group.	Club Safeguarding Officer / Designated Lead	Follow formal safeguarding protocols, intervene in harassment cases, and ensure a safe pitch environment.
Emotional & Social Support	Extreme shyness, visible anxiety, isolation, or distress related to life outside sport.	Local Migrant Support NGO / Youth Worker / Family Support	Provide specialized social work support, family counseling, mentoring, or integration guidance.

Co-funded by the European Union

EQUAL PLAY

Guida rapida: Chi può aiutarvi in cosa?

Tipo di problema / Barriera	Cosa potresti notare	Chi contattare	Cosa possono fare
Sicurezza durante l'attività sportiva e infortuni	Infortunio durante l'attività, utilizzo di attrezzature non sicure o evidente affaticamento fisico.	Allenatore responsabile / Addetto al primo soccorso	Prestare immediatamente il primo soccorso, modificare gli esercizi, adattare l'intensità della sessione o sospendere temporaneamente
Barriere linguistiche e necessità di traduzione	Il partecipante non comprende le regole di sicurezza, le istruzioni o si verificano gravi incomprensioni con gli altri partecipanti.	Volontario bilingue / Peer buddy / Servizio di supporto linguistico	Fornire assistenza nella traduzione durante l'attività, chiarire le regole del club o favorire la comunicazione tra i partecipanti.
Mancanza di attrezzature o difficoltà economiche	Assenza dell'attrezzatura necessaria, abbigliamento usurato, difficoltà nel pagamento delle quote o delle spese di trasporto.	Referente per l'inclusione del club / Coordinatore del club	Consentire l'accesso all'attrezzatura del club, ridurre o esentare dalle quote di partecipazione oppure indirizzare verso fondi o servizi di sostegno locali.
Problemi di trasporto e organizzazione	Ritardi frequenti, assenze alle sessioni serali o difficoltà dovute a lunghi spostamenti.	Coordinatore della comunità / Referente comunale per lo sport	Favorire il car sharing tra i genitori, fornire informazioni sui trasporti pubblici o adattare gli orari delle attività.
Benessere e tutela dei partecipanti (Safeguarding)	Commenti discriminatori, episodi di bullismo, possibili segnali di abuso oppure isolamento dal gruppo.	Responsabile safeguarding del club / Referente designato	Applicare le procedure di safeguarding del club, intervenire nei casi di molestie o discriminazione e garantire un ambiente
Supporto emotivo e sociale	Timidezza marcata, ansia evidente, isolamento o segnali di disagio non direttamente collegati all'attività sportiva.	Servizio locale di supporto ai migranti / ONG / Educatore / Assistente sociale	Attivare un supporto socio-educativo, un percorso di mentoring o indirizzare il partecipante ai servizi di sostegno più adeguati.

Co-funded by the European Union

EQUAL PLAY

Modello per la rubrica dei contatti del club

Traduzione e personalizzazione necessarie

Prima di stampare o distribuire il documento, compilate questa tabella con i nomi specifici del personale della vostra organizzazione, i numeri di telefono attivi e i contatti delle ONG locali con cui collaborate.

Qui trovate il link per ogni lingua:

EN: https://canva.link/5clcdkowkukta6h ES: https://canva.link/revzdr27qhreeok IT: https://canva.link/kkmwo5nj7dsflsa LT: https://canva.link/povivpuv5477t69 TR: https://canva.link/re6u74c4euzzp48

Co-funded by the European Union

EQUAL PLAY

Modello per la rubrica dei contatti del club

Traduzione e personalizzazione necessarie

Prima di stampare o distribuire il documento, compilate questa tabella con i nomi specifici del personale della vostra organizzazione, i numeri di telefono attivi e i contatti delle ONG locali con cui collaborate.

Qui trovate il link per ogni lingua:

EN: https://canva.link/5clcdkowkukta6h ES: https://canva.link/revzdr27qhreeok IT: https://canva.link/kkmwo5nj7dsflsa LT: https://canva.link/povivpuv5477t69 TR: https://canva.link/re6u74c4euzzp48

Co-funded by the European Union

EQUAL PLAY

6. COME ADATTARE QUESTO STRUMENTO AL TUO CLUB

Questo modello di onboarding è progettato per essere flessibile e adattarsi a diversi sport, dimensioni organizzative e contesti culturali. Ecco come adattarlo al tuo contesto specifico:

Per sport individuali o di coppia (ad esempio, padel, tennis, atletica leggera):
Sistema Buddy: Adatta il sistema Peer Buddy da un modello di "squadra" a un modello di "compagno di allenamento". Nel padel o nel tennis, mantieni il compagno fisso come partner di doppio o di scambio per le prime 3–4 sessioni prima di introdurre le rotazioni del box-league.

- Per gruppi di giovani vs. gruppi di adulti:
- Giovani (sotto i 18 anni): Assicurarsi che il foglio di benvenuto visivo venga condiviso direttamente con i genitori, i tutori o gli assistenti sociali del centro di accoglienza. Richiedere che il responsabile della tutela dei minori sia visibile durante il primo ingresso.

Co-funded by the European Union

Adulti (18+):

È fondamentale dare grande importanza al rispetto reciproco e alla flessibilità degli orari. Gli adulti spesso hanno poco tempo a disposizione a causa di corsi di lingua, lavoro a turni o impegni familiari; è quindi importante adattare la lista di controllo per normalizzare gli orari di arrivo flessibili senza giudicarli.

Per i club sprovvisti di personale specializzato:

Se la vostra associazione di base non dispone di un "Coordinatore per l'inclusione" o di un "Responsabile della tutela" dedicati, assegnate queste responsabilità a un volontario qualificato oppure contattate direttamente un partner esterno tramite la vostra Mappa di partenariato e segnalazione (Strumento di apprendimento 6).

Co-funded by the European Union

EQUAL PLAY

- Integrazione digitale:

  Converti il foglio di benvenuto visivo in un'immagine leggibile da smartphone o in un PDF. Invialo tramite WhatsApp o SMS prima dell'arrivo del primo partecipante, in modo che possa consultare le regole visive e le informazioni sull'attrezzatura necessaria comodamente da casa.

Finanziato dall'Unione europea. I punti di vista e le opinioni espresse sono tuttavia esclusivamente quelli dell'autore o degli autori e non riflettono necessariamente quelli dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono essere ritenute responsabili.

Co-funded by the European Union

EQUAL PLAY