DALL'INCLUSIONE PASSIVA ALL'INCLUSIONE ATTIVA.

MICROGUIDA PER ALLENATORI E FACILITATORI

1. INTRODUZIONE

In numerose discipline sportive, l'inclusione è concepita semplicemente come l'opportunità per tutti di partecipare. Tuttavia, la presenza non implica necessariamente un senso di appartenenza. I partecipanti possono assistere alle sessioni senza interagire, esprimere le proprie opinioni o influenzare gli eventi che si svolgono durante l'attività.

L'inclusione attiva implica la creazione di ambienti in cui tutti i partecipanti si sentano apprezzati, ascoltati e capaci di contribuire. Promuove l'assunzione di responsabilità, la collaborazione e la leadership, in particolare tra coloro che possono affrontare ostacoli sociali, culturali o linguistici.

Questa pillola formativa supporta allenatori e facilitatori nel passare dalla "mera partecipazione" a un coinvolgimento significativo, impiegando strategie pratiche e adattabili nelle sessioni sportive.

MESSAGGIO PRINCIPALE

"L'INCLUSIONE NON SI LIMITA ALL'ACCESSO. RIGUARDA L'INFLUENZA, IL SENSO DI APPARTENENZA E LA PARTECIPAZIONE AL PROCESSO DECISIONALE."



Co-funded by the European Union

DALL'INCLUSIONE PASSIVA ALL'INCLUSIONE ATTIVA.

2. INCLUSIONE PASSIVA RISPETTO A INCLUSIONE ATTIVA

Inclusione passiva.	Inclusione attiva
I partecipanti sono presenti.	I partecipanti contribuiscono in modo attivo.
L'allenatore prende tutte le decisioni strategiche.	Le decisioni sono condivise.
Alcune voci prevalgono.	Tutti hanno l'opportunità di esprimersi.
L'inclusione è un simbolo.	L'inclusione riveste un'importanza notevole.
Stesse attività per tutti.	Le attività vengono modificate in base alle esigenze.

3. L'IMPORTANZA DELLO SPORT

L'inclusione attiva consente ai partecipanti di sviluppare fiducia e autostima, migliorare le competenze comunicative e di collaborazione, e di sentirsi rispettati e rappresentati. Inoltre, favorisce la creazione di legami sociali più solidi e incrementa la motivazione e la partecipazione a lungo termine.

Per i partecipanti migranti, l'inclusione attiva può altresì favorire:

- **Apprendimento linguistico**
- **Integrazione sociale.**
- **Scambio culturale**
- **Senso di appartenenza alla comunità**



Co-funded by the European Union

EQUAL PLAY

DALL'INCLUSIONE PASSIVA ALL'INCLUSIONE ATTIVA.

4. STRATEGIE OPERATIVE PER GLI ALLENATORI

Strategia 1 – Definire congiuntamente le norme del gruppo

Invece di presentare tutte le regole, coinvolgete i partecipanti nella loro creazione collettiva.
Esempi:
"Cosa favorisce il rispetto reciproco durante la formazione?"
“Quali azioni dovremmo intraprendere quando qualcuno commette un errore?”

Vantaggi:
Responsabilità collettiva
Maggiore considerazione per le norme
Maggiore coinvolgimento

Strategia 2 – Alternare i ruoli

Assegna ai partecipanti differenti responsabilità durante le sessioni.
Possibili ruoli:
Capitano della squadra; Coordinatore del riscaldamento; Curatore delle attrezzature; Motivatore; Osservatore del fair play; Traduttore/compagno di supporto.

Vantaggi:
Incoraggia la guida
Dà visibilità agli individui più riservati.
Riduci la gerarchia all'interno del gruppo.



Co-funded by the European Union

EQUAL PLAY

DALL'INCLUSIONE PASSIVA ALL'INCLUSIONE ATTIVA.

Strategia 3 – Sfruttare il supporto dei pari

Forma coppie miste o piccoli gruppi in cui i partecipanti si sostengano reciprocamente.
Esempi:
Abbinare partecipanti locali e migranti.
Creare "gruppi di amici"
Utilizzate sfide collaborative anziché giochi a eliminazione.

Vantaggi:
Crea fiducia e relazioni amichevoli.
Riduce l'isolamento sociale.
Incentiva la comunicazione

Strategia 4 – Fornire opzioni

Consentire ai partecipanti di effettuare piccole scelte durante le attività.
Esempi:
Selezione delle squadre
Selezione musicale
Votare per una versione del gioco
Selezione dei livelli di difficoltà

Vantaggi:
Crea la proprietà.
Accresce il coinvolgimento
Rispetta la varietà di preferenze e competenze.

Strategia 5 – Sfruttare i vari punti di forza

Riconoscere non si restringe alle sole prestazioni atletiche.
Evidenziare:
Collaborazione; Innovazione; Sostegno; Considerazione; Dialogo; Dedizione

Vantaggi:
Crea una partecipazione più giusta
Aiuta i partecipanti a sentirsi valorizzati oltre le loro capacità fisiche.



Co-funded by the European Union

EQUAL PLAY

DALL'INCLUSIONE PASSIVA ALL'INCLUSIONE ATTIVA.

5. ESEMPI CONCRETI

	Inclusione passiva.	Inclusione attiva
Attività di riscaldamento	Tutti partecipano allo stesso riscaldamento condotto dall'allenatore.	I vari partecipanti suggeriscono esercizi di stretching o altre attività ispirate alle proprie esperienze sportive o culturali.
Sessione calcistica	L'allenatore prepara le squadre e fornisce le indicazioni. Alcuni partecipanti toccano raramente la palla o comunicano.	I partecipanti contribuiscono alla definizione delle regole della squadra, si alternano nei ruoli di capitano e discutono collettivamente le strategie post-partita.
Risoluzione dei conflitti	L'allenatore risolve tempestivamente tutti i conflitti.	I partecipanti sono invitati a condividere i propri sentimenti, ad ascoltarsi reciprocamente e a collaborare nella formulazione di soluzioni.



Co-funded by the European Union

EQUAL PLAY

DALL'INCLUSIONE PASSIVA ALL'INCLUSIONE ATTIVA.

6. QUESTIONI DI RIFLESSIONE PER GLI ALLENATORI

DOPO OGNI SESSIONE, GLI ALLENATORI POSSONO CONSIDERARE LE SEGUENTI DOMANDE:

- **Tutti hanno preso parte attivamente?**
- **Chi ha parlato di più? Chi ha parlato di meno?**
- **I partecipanti hanno preso decisioni durante la sessione?**
- **Ho personalizzato le attività in base alle diverse esigenze.**
- **I partecipanti hanno collaborato con individui al di fuori del loro gruppo consueto?**
- **Qualcuno ha assunto un ruolo di leadership quest'oggi?**

MESSAGGIO CONCLUSIVO

L'INCLUSIONE ATTIVA NON RAPPRESENTA UN'ATTIVITÀ ISOLATA, MA PIUTTOSTO UN APPROCCIO CHE PUÒ ESSERE INCORPORATO IN OGNI SESSIONE SPORTIVA. MODIFICHE MINIME NELLA COMUNICAZIONE, NELLA PARTECIPAZIONE E NEL PROCESSO DECISIONALE POSSONO NOTEVOLMENTE ACCRESCERE IL SENSO DI APPARTENENZA E DI RESPONSABILIZZAZIONE DEI PARTECIPANTI.
QUANDO LE PERSONE PERCEPISCONO CHE LA LORO VOCE HA VALORE, L'INCLUSIONE DIVENTA AUTENTICA.



Co-funded by the European Union

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.