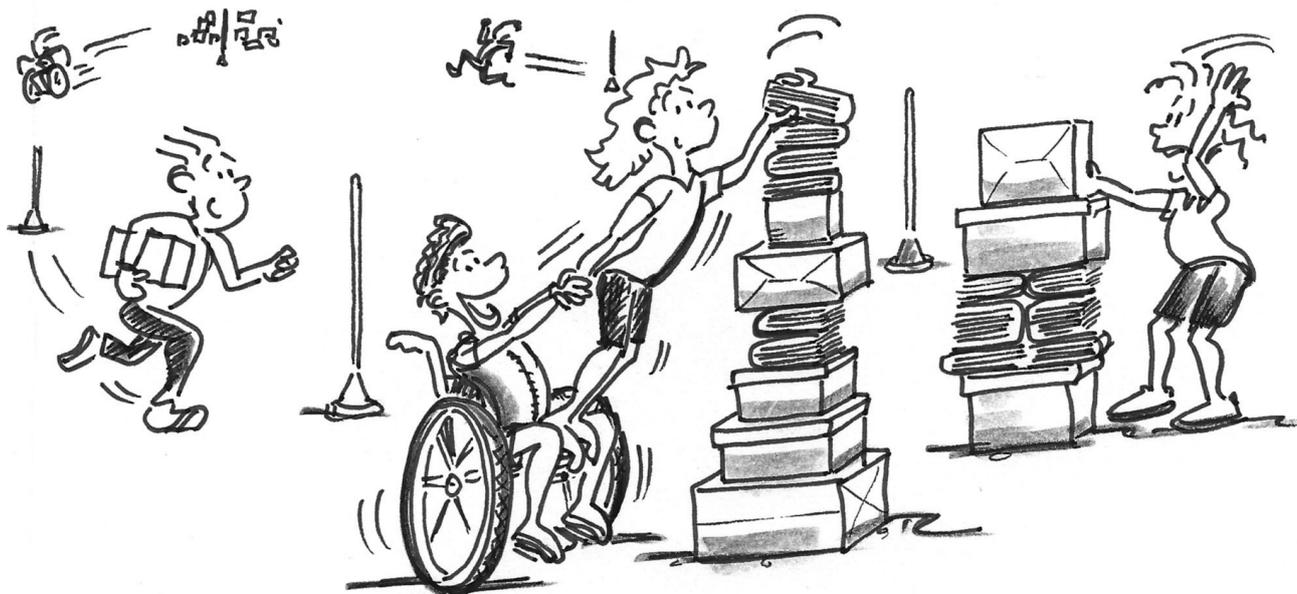


Semplicemente inclusivi: Good Practice – Insieme – La torre Eiffel

Una staffetta in cui la prestazione fisica (velocità) è secondaria. Ciò che conta è la collaborazione! Sono richieste anche mani tranquille e una comprensione della statica.



Ogni gruppo inizia sul proprio percorso (rettilineo o circolare). Uno dopo l'altro, gli atleti corrono dal loro deposito di materiale da costruzione (partenza, ad es. con 8 – 10 scatole di cartone, libri o altri oggetti presenti in palestra) al cantiere (traguardo). Con il materiale trasportato, costruiscono gradualmente una torre. I gruppi si organizzano autonomamente, tenendo conto delle capacità individuali di tutti i membri. Chi costruisce la torre Eiffel più alta?

Si allena

- Partecipazione sociale all'interno del gruppo
- Collaborazione
- Reciproca considerazione

Attenzione

- Si può utilizzare solo il materiale da costruzione messo a disposizione.
- Consigli per guidare i non vedenti: la guida cammina mezzo passo avanti. La persona «cieca» tiene la guida per il gomito e si lascia dirigere. La guida si esprime con voce forte e chiara e indica le situazioni potenzialmente a rischio (ad es. ostacoli, altre persone nelle vicinanze).

- Ridurre al minimo i rumori di fondo

Adeguamenti specifici per le varie disabilità

- Scegliere un terreno pianeggiante e facile da percorrere per le persone con difficoltà motorie.
- Rafforzare la fiducia attraverso una composizione del gruppo ponderata per le persone con difficoltà di interazione sociale (ad es. autismo).
- Forti contrasti a livello di materiale e suolo nonché membri del gruppo che fungono da assistenti aiutano le persone ipovedenti.

Variante

- Sensibilizzazione al movimento e allo sport con disabilità: un membro del gruppo viene bendato, guidato e istruito da un compagno. Una terza persona blocca 2 palline da tennis sotto le braccia (simulando così una limitazione del raggio d'azione delle braccia).

Materiale: usare oggetti leggeri e impilabili



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO