

Dossier 5/23: Semplicemente inclusivi

Innanzitutto il prerequisito più importante: quando si parla di «inclusione», l'atteggiamento è decisivo. Chi vede le soluzioni anziché i problemi, è in chiaro vantaggio. Coloro che amano sperimentare e invitano i loro allievi a riflettere per trovare una soluzione, potranno vivere esperienze gratificanti. Questo dossier contiene il condimento che va ad arricchire gli ingredienti di base che docenti e monitori portano con sé.

Come modificare in maniera accorta giochi sportivi e forme di movimento per permettere alle persone con disabilità di parteciparvi: questo è il tema del presente dossier. Sarebbe bello se atleti e monitori potessero dire senza riflettere: «Chi vuole, può giocare». L'obiettivo è dare la possibilità a tutti di contribuire con le loro capacità. È proprio la diversità ciò che rende lo sport e le lezioni di educazione fisica veramente entusiasmanti e l'inclusione un'opportunità per tutti.

Inclusione: un processo

La via verso una società inclusiva non è un'autostrada asfaltata, bensì piuttosto una strada di campagna. Si viaggia più lentamente, fermandosi di tanto in tanto e guardandosi indietro, per poi proseguire con un occhio più attento. Una metafora che vuole incoraggiare le persone ad affrontare la tematica e a maturare esperienze nello sport e nelle lezioni di educazione fisica. L'obiettivo non è necessariamente l'inclusione al 100%, bensì la libertà di poter scegliere autonomamente di fare sport dove si vuole. Passo dopo passo, il carattere inclusivo delle lezioni di educazione fisica deve aumentare. Grazie a colloqui individuali con le persone con disabilità e al coinvolgimento dell'intero gruppo, è possibile adattare in maniera opportuna i giochi sportivi e le forme di movimento.

Focus: in mezzo a noi; così dev'essere

Ma dove inizia lo spettro delle menomazioni? Alcune sono visibili, altre no. Nel articolo [«In mezzo a noi; così dev'essere»](#) gli autori fanno luce sulle menomazioni «invisibili» e forniscono consigli su come riconoscerle più facilmente e adattare in modo proattivo le lezioni di educazione fisica con semplici accorgimenti. Per una riflessione più approfondita sull'argomento, si consigliano moduli di apprendimento di Gioventù+Sport [«Attività G+S inclusive»](#) e [«Vivere la diversità»](#).

Questo dossier vuol essere un'introduzione al «Mondo dell'inclusione nello sport» e quindi alla tematica dello sport per persone con disabilità. Oltre a conoscenze specialistiche e altre informazioni di rilievo, il capitolo [«Consigli metodologici e strumenti pratici»](#) propone suggerimenti per una programmazione delle lezioni con gruppi eterogenei. Nel capitolo Good Practice, viene presentata una selezione di esercizi «pronti all'uso» e di attività sportive per disabili che possono essere utilizzate per sensibilizzare l'opinione pubblica sul tema della disabilità nello sport regolare. Lasciatevi sorprendere e immergetevi in questa tematica: sport semplicemente inclusivo.

Dossier

- [Semplicemente inclusivi](#) (pdf)

Articoli

- [Sempre politicamente corretto?](#)
- [Focus: in mezzo a noi](#)
- [Consigli metodologici e strumenti pratici](#)
- [Partner e progetti](#)

Good Practice

- [Insieme](#)
- [Prestazione](#)
- [Forme di gioco](#)
- [Discipline sportive](#)

Fonte: Daniela Loosli, Reto Planzer, settore Inclusione, PluSport Sport Andicap Svizzera



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO