

Diversità da sperimentare e da vivere: Valori e regole

In questa terza parte della serie di contributi dedicati al tema «Diversità da sperimentare e da vivere» attraverso attività motorie specifiche, vi indichiamo come sensibilizzare, divertendosi, bambini e giovani ai valori e alle regole legate alla pratica di attività sportive in gruppo. Da un lato, l'obiettivo di questo supporto didattico è quello di creare la consapevolezza riguardo alla diversità delle regole di gioco e di comportamento, dall'altro dovrebbe motivarvi ad affrontare e promuovere attivamente valori positivi nello sport (ad es. rispetto, fairplay, pari trattamento).

Autrice: Jenny Adler Zwahlen, Dr. phil., collaboratrice scientifica, servizio specializzato Integrazione e prevenzione, Ufficio federale dello sport

Solo quando le regole e i valori vincolanti verranno accettati e rispettati allora sarà possibile praticare insieme uno sport corretto e rispettoso. Questi principi etici possono forse limitare la nostra libertà individuale, ma garantiscono a bambini e giovani un posto nel gruppo sportivo e un trattamento equo.

La ricerca pratica ha inoltre permesso di evidenziare le molteplici opportunità socio-integrative risultanti da una pratica sportiva tra bambini e giovani provenienti da contesti diversi ma con valori e mentalità simili: giocando, facendo attività fisica o allenandosi presso una società sportiva è più probabile che maturino esperienze positive, che sentano di appartenere a un gruppo o che acconsentano ad assumersi piccole responsabilità (cfr. «Maggiori informazioni»).

Giochi di inseguimento

Questa attività motoria prende spunto dalla forma di gioco più antica, amata e popolare praticata dai bambini in tutto il mondo.

Il principio alla base è sempre lo stesso: almeno un inseguitore cerca di acchiappare o toccare gli altri giocatori ancora liberi. Tuttavia, sia in Svizzera sia in altri Paesi esistono molti giochi di inseguimento che si rifanno a temi diversi. Di conseguenza, variano anche le regole. I temi spesso riflettono il background dei bambini, ad es. situazioni di quotidianità, comportamenti di animali, favole.

Vi presentiamo qui tre giochi di inseguimento, consigliandovi, al termine del gioco, di avviare una discussione con i bambini alimentata da domande e input. Un suggerimento: dedicate un'intera lezione di educazione fisica ai giochi di inseguimento provenienti da tutto il mondo!

Possibili domande

- Vi è piaciuto il gioco? Vi sarebbe piaciuto ancora di più se ci fossero state regole diverse? Se sì, quali?

- Come vi siete sentiti quando siete stati catturati o liberati?
- Conoscete altri giochi di inseguimento?
- Quale favola o situazione quotidiana vi ricorda questo gioco?

Input

- I giochi di inseguimento sono perfetti per coinvolgere attivamente tutti i bambini con conoscenze linguistiche o di gioco diverse, anche quando vengono modificate o aggiunte nuove regole.
- È normale che i giochi e le loro diverse varianti (in questo caso i giochi di inseguimento) abbiano regole diverse. Non ci sono regole migliori o peggiori, ma semplicemente diverse.
- Le lezioni di educazione fisica diventano più divertenti e arricchenti quando si praticano giochi di inseguimento di vari Paesi, ampliando così gli orizzonti dei bambini.

Obiettivo del gioco: conoscere la molteplicità dei giochi di inseguimento, sensibilizzare alla diversità delle regole

Numero di partecipanti: 6+

Età: 5-10

Durata: 10'

Materiale: demarcazioni per delimitare il campo da gioco, bacchetta magica (ad es. un giornale arrotolato), fazzoletto magico (ad es. fazzoletto da giocoliere)

Maghi e fate



Prima del gioco, l'insegnante sceglie un mago e una fata. Il mago dice ai bambini in cosa intende trasformarli (ad es. pietra, statua, animale, ecc.). I bambini corrono da un bosco sicuro (zona di sicurezza) all'altro attraversando il prato magico sul quale possono essere colpiti da un incantesimo se vengono toccati dalla bacchetta magica del mago. Solo la fata può liberarli sfiorandoli con il suo fazzoletto magico.

Varianti

- Variare il numero di maghi e fate
- Variare l'andatura, ad es. in quadrupedia, a gambero ecc.
- Competizione: chi riesce ad attraversare più volte il prato magico senza essere trasformato?
- Variare a seconda dello sport: tutti i bambini portano la loro attrezzatura sportiva o un solo oggetto (palla o sci ai piedi, bastone da hockey ecc.). Chi rimane vittima di un incantesimo, resta immobile, reggendo la sua attrezzatura finché non viene liberato dalla fata.

Jeu du loup (Francia)



L'insegnante assegna segretamente a un bambino il ruolo del lupo, tutti gli altri sono caprette. Il gioco ha inizio. Tutti si muovono in un determinato campo da gioco (palestra, prato, cortile). Il lupo cattura le caprette facendo loro l'occhiolino, senza farsi vedere dalle altre. Il bambino a cui è stato fatto l'occhiolino deve rimanere fermo sul posto. Le caprette ancora libere possono liberare la loro compagna pietrificata con una pacca sulla spalla. Ma attenzione! Il lupo potrebbe essere in agguato.

Varianti

- Variare il numero di lupi
- Aggiungere andature supplementari per le caprette, ad es. in quadrupedia, salto di sasso in sasso (ad es. cassoni, tappetini)

Taia ya taia (Nord Africa)



L'insegnante determina le dimensioni del campo da gioco in base al numero dei partecipanti: più il campo è piccolo, più il gioco si fa avvincente. Un bambino inizia il gioco, mentre gli altri formano una fila dietro di lui. Il bambino si gira, grida «taia ya taia» e parte saltellando su una gamba, mentre gli altri lo inseguono. Ogni bambino deve toccare il compagno saltellante, che a sua volta cerca di fare lo stesso con quelli che lo hanno catturato. Se ci riesce, i ruoli si scambiano e il gioco inizia da capo. Può essere catturato anche un bambino che supera il bordo del campo da gioco.

Varianti

- Ridurre o ampliare il campo da gioco
- Saltellare su una gamba sola cambiando gamba
- Il gioco ricomincia non appena il bambino che saltella viene catturato
- Anche gli inseguitori saltellano su una gamba

Regole e fairplay

Il caso vuole...



Obiettivo del gioco: comprendere l'importanza delle regole e del fairplay, gestire le pari opportunità

Numero di partecipanti: 12+

Età: 10+

Durata: 15-20'

Materiale: 1-2 dadi, pallone da calcio

L'insegnante forma due gruppi. Si gioca a calcio: all'inizio del gioco, ogni squadra tira il dado. Il numero di bambini o giovani che possono scendere in campo corrisponde al numero indicato dal dado. Gli altri si siedono in panchina, guardano il gioco e fanno il tifo per la loro squadra. Al segnale dell'insegnante o quando viene segnato un goal, si tira nuovamente il dado. I primi bambini o giovani in panchina (in base al numero indicato dal dado) scendono in campo, mentre quelli che hanno già giocato si siedono in fondo alla panchina. Suggerimento: a seconda delle dimensioni dei gruppi, si possono usare due dadi.

Alla fine del gioco o durante la pausa, si pongono alcune domande.

Possibili domande

- Si è giocato in modo leale?
- Perché questo gioco è (non è) divertente?
- Qual è stata la vostra percezione di gruppo con più o meno giocatori in campo?

Varianti

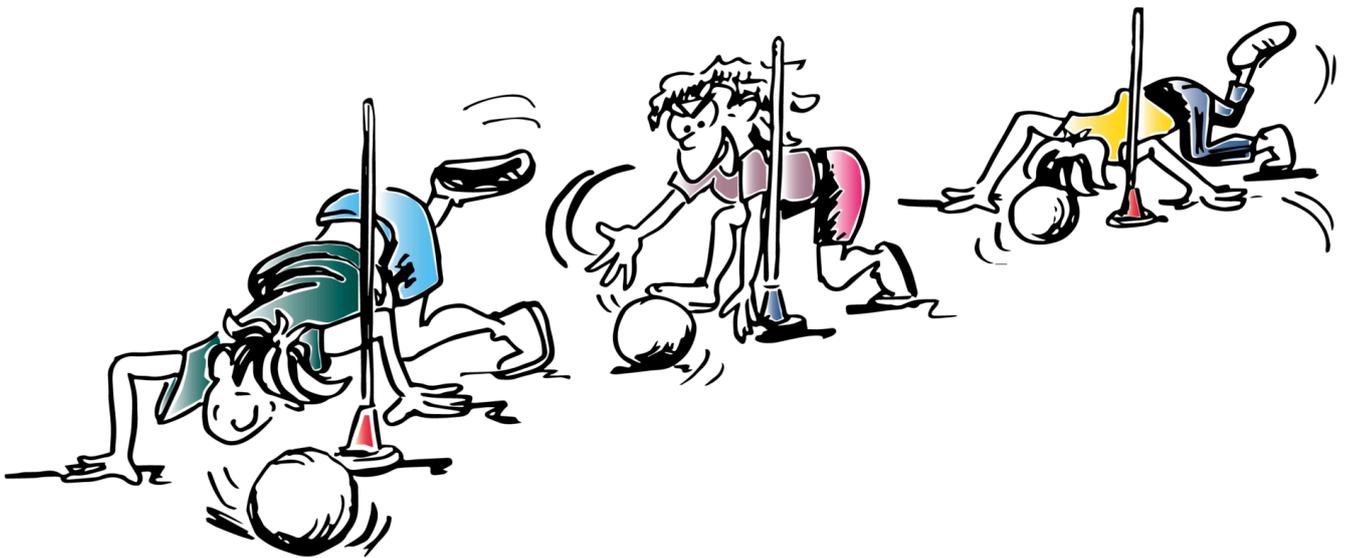
- Scegliere altre discipline sportive (ad es. unihockey, pallacanestro, tiro alla fune ecc.)
- Definire due varianti per le gare a staffetta: la prima per i numeri dispari ai dadi (ad es. correre all'indietro, saltellare ecc.), la seconda per i numeri pari (palleggiare, lanciare la palla ecc.).

- Come sopra, ma ogni membro del gruppo tira il dado prima di correre per scegliere la variante della sua staffetta.

Input

- Se è il caso a decidere le condizioni di gioco, è più facile accettarle.
- Spesso in un gruppo si verifica una disparità di opportunità perché i bambini hanno prerequisiti diversi, ad es. in termini di conoscenze delle regole del gioco, di orientamento basato sui valori o di competenze linguistiche. È quindi possibile che non tutti riescano a partecipare allo stesso modo all'attività motoria o al gioco. Perciò, è importante concordare regole e valori comuni oppure stabilire un linguaggio condiviso.

È consentito barare



Obiettivo del gioco: capire l'importanza del tema violazione di regole e fairplay, percepire e tematizzare l'ingiustizia, imparare a gestire i conflitti

Numero di partecipanti: 9+ (gruppi da 3-4)

Età: 12+

Durata: 20'

Materiale: 3-5 palle, 6-10 paletti

Formare squadre di 3 o 4 persone, a seconda del numero di partecipanti. I giocatori, in posizione di quadrupedia, imitano gli orsi spingendo la palla con la fronte lungo un determinato percorso fino a raggiungere un paletto, ci girano attorno e rientrano alla base. La palla può essere spinta soltanto per una breve distanza (ca. 50 cm). L'esercizio deve essere eseguito contemporaneamente da tutte le squadre.

Prima di iniziare il gioco, l'insegnante decide con una squadra di violare alcune regole: i giocatori controllano la palla con la mano mentre girano attorno al paletto, la spingono un po' più distante e percorrono i primi 2 metri in piedi. Questa sarà sicuramente la squadra vincente, ma le altre noteranno le irregolarità. Al termine del gioco, la discussione verterà sulla violazione delle regole.

Possibili domande

- Come avete vissuto questo gioco?
 - È stato difficile giocare insieme o contro gli altri?
 - Che differenze avete notato tra la vostra e l'altra squadra per quanto riguarda le regole di gioco?
 - Perché il gruppo che ha barato è stato più veloce?
 - Perché è necessario attenersi alle regole del gioco?
- Quali sensazioni ha avuto chi ha barato? Quali chi è stato imbrogliato?

Input

- L'insegnante affronta il tema della **funzione delle regole nello sport**: per giocare in modo corretto, le regole sono indispensabili. Questo significa che devono essere rispettate e valere per tutti. Possono tuttavia essere messe in discussione, contestate e, se necessario, adattate.
 - L'insegnante affronta il tema della disparità di condizioni iniziali tra le squadre, e le conseguenze che ne derivano per il gioco, per le squadre, per l'ambiente all'interno della squadra e per i singoli partecipanti. È importante stabilire delle regole che assicurino a tutti le stesse possibilità di vincere.
 - Se durante la quotidianità sportiva all'interno del gruppo sorgono conflitti, dettati da barriere linguistiche, comportamenti indesiderati (ad es. tentativi di barare) o abitudini individuali che rendono difficile la convivenza, questi dovrebbero essere affrontati. I conflitti possono essere trasformati in opportunità: permettono agli adolescenti di imparare a **gestirli in modo costruttivo** (pdf).
-

Tu come me come te come noi



Obiettivo del gioco: conoscere le regole e i valori vincolanti e imparare a rispettarli

Numero di partecipanti: 6+

Età: 5+

Durata: 30-60' (5-10' per postazione e immagine)

Materiale: percorso a postazioni, (coppie di) [immagini per regole e valori](#) (pdf)

I bambini e i giovani seguono un percorso a tappe: a ogni postazione c'è un'immagine con una regola o un valore importante per fare sport insieme. Ad esempio: puntualità, comportamento rispettoso ed equo (pdf), togliere gioielli e orologi ecc. Suggerimento: utilizzare le immagini modello. In alternativa, l'insegnante può disegnare un'immagine con una regola o un valore .

Le immagini e il loro significato vengono discussi con un linguaggio semplice. L'insegnante si assicura che tutti

abbiano capito l'immagine.

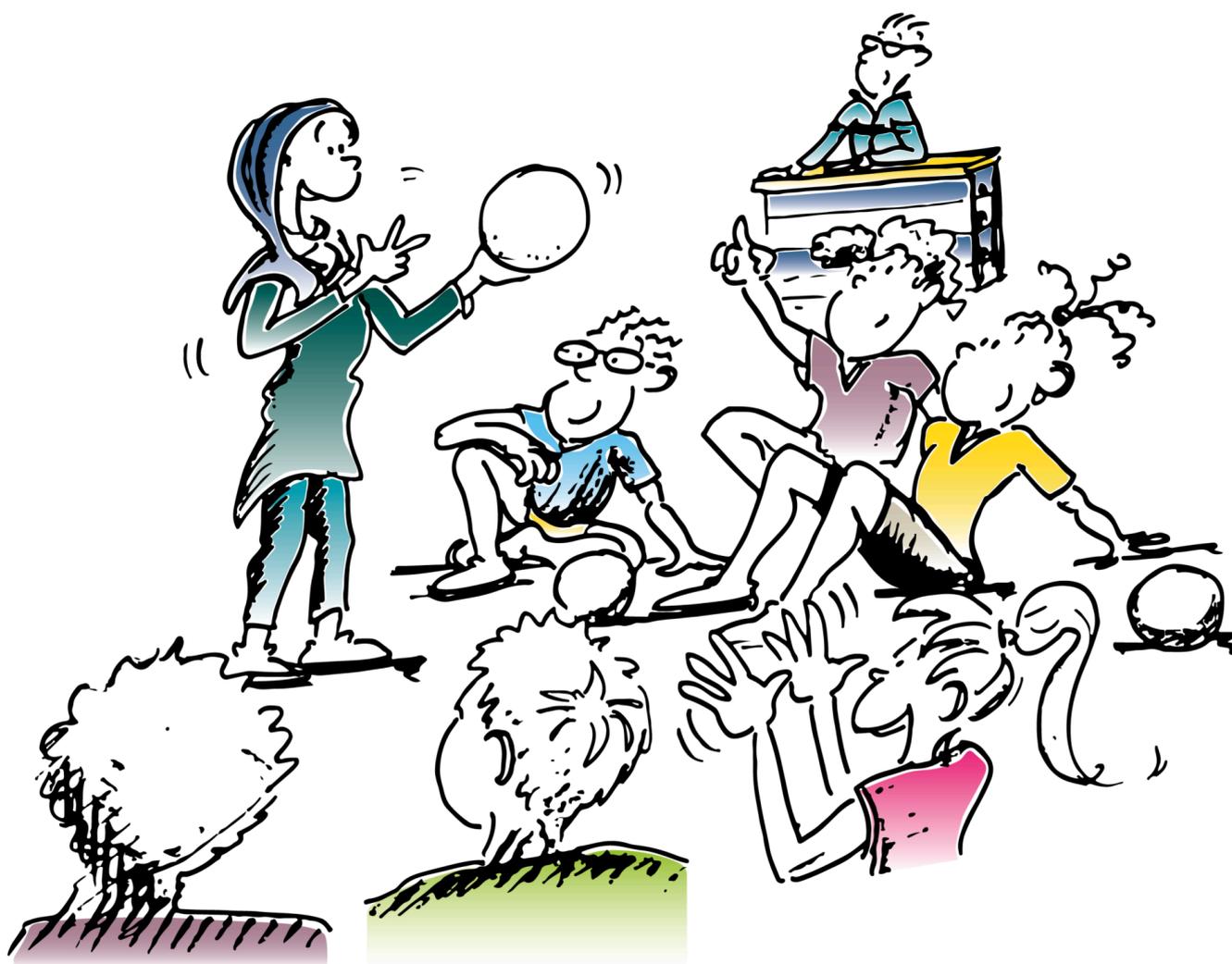
Varianti

- I bambini o i giovani definiscono insieme all'insegnante nuove regole e valori (disegnare o far disegnare le immagini).
- Eseguire l'esercizio sotto forma di staffetta: le immagini devono essere recuperate da un membro della squadra che le riporta al punto di partenza. Alla fine del gioco, discutere insieme le regole e i valori illustrati.

Input

- Ogni lezione di educazione sportiva e offerta sportiva o di attività motoria ha regole e valori diversi, individuali, che possono variare in base alla composizione dei gruppi.
 - Spesso, in particolare per i bambini che non sanno ancora leggere o i giovani di lingue diverse, può essere utile spiegare con le immagini le regole e i valori più importanti.
 - Non tutti hanno le stesse opinioni e aspettative sull'importanza dello sport, della parità di genere o della democrazia partecipativa. In Svizzera, l'attività sportiva per bambini e giovani è considerata ovvia e necessaria, anche perché favorisce lo sviluppo personale e sociale nonché il mantenimento della salute. Nel nostro Paese le società sportive sono aperte a tutti. Nazionalità, età, sesso, orientamento sessuale, appartenenza sociale, orientamento religioso e politico delle persone che praticano sport non sono elementi discriminatori (cfr. Carta etica nello sport in Svizzera, pdf). Tutti i bambini e i giovani hanno la possibilità di aderire a una società sportiva per fare attività fisica, giocare, allenarsi, partecipare attivamente alla vita sociale e alle decisioni e di sentirsi parte del gruppo.
-

Perché non così?



Obiettivo del gioco: conoscere altre o nuove regole e imparare ad accettarle; acquisire capacità di comunicazione

Numero di partecipanti: 9+ (gruppi da 3)

Età: 12+

Durata: 30-45'

Materiale: 3 palle di gommapiuma (1 palla per gruppo)

Si formano i gruppi per giocare a palla seduta. L'obiettivo è di far cadere il maggior numero di avversari. L'insegnante distribuisce a ogni gruppo un foglio con regole diverse, che devono essere lette in silenzio.

Esempi di regole:

- Si possono fare due passi (non si può camminare) con la palla in mano.
- Chi riesce ad afferrare la palla, non si deve sedere.
- Chi viene colpito, deve sedersi per terra.
- Chi è seduto può liberarsi se il compagno gli lancia la palla o se ne intercetta una che sta rotolando.
- Se si colpisce chi ci ha colpiti in precedenza, si può tornare in campo.

Ogni gruppo gioca a palla seduta con le regole abituali. Dopo 5-10 minuti l'insegnante chiama i gruppi a raccolta e spiega la seguente situazione sportiva fittizia: «Partecipate a un torneo internazionale di palla seduta con squadre di vari paesi che seguono regole diverse. Il comitato di gara chiede ai gruppi di trovare una soluzione. Occorre quindi prendere in considerazione le regole dei vari gruppi per concordare una regola comune, affinché tutti possano partecipare al torneo».

Quando i vari gruppi hanno trovato una soluzione, l'insegnante chiede loro di descriverla. E qui si apre la discussione. Suggerimento: i partecipanti, suddivisi in due gruppi, giocano a palla seduta con le nuove regole!

Possibili domande

- Come vi siete sentiti quando è iniziata la discussione di gruppo?
- Come avete comunicato tra di voi?
- Quali conseguenze ha avuto il cambiamento delle regole?
- Quali regole possiamo cambiare e quali no?
- Cosa migliora il gioco: più regole o meno regole?
- Perché le regole sono necessarie nelle lezioni di educazione fisica, nella quotidianità di una società sportiva o al di fuori dello sport?

Varianti

- Anziché decidere le regole in gruppo, una persona dopo l'altra ha il compito di cambiare una regola (ev. come compito a casa).
- Scegliere un altro gioco in cui si possono omettere o cambiare alcune regole.

Input

- Se le regole vengono definite congiuntamente, è più facile capire perché sono necessarie. In questo contesto, un ruolo importante è affidato alla [cultura del dialogo](#) (pdf).
- Le regole possono e devono essere messe in discussione. Se la situazione lo richiede, possono anche essere modificate o adattate.
- Non sempre le regole sono adeguate e comprensibili per tutti. Tuttavia, regole uniformi sono indispensabili per un gioco corretto.
- Trovare altri giochi in cui si possono omettere o cambiare alcune regole.

Prossimamente su mobilesport.ch

- Diversità linguistica
- Coesione e fiducia
- Stereotipi, pregiudizi, discriminazione
- Formazione dei genitori o delle famiglie

Tutti i contenuti della serie

Integrazione – Diversità [Mille esperienze per vivere la diversità!](#)

Per promuovere pari opportunità di accesso e una partecipazione globale, dal 2008 l'Ufficio federale dello sport

si impegna a favore dell'integrazione nello sport. Da allora sono successe parecchie cose! Con il nome di «Multiculturalità nello sport» la tematica è stata ancorata nella formazione di base e nella formazione continua di G+S. Per i monitori G+S nonché per i docenti di educazione fisica è stato messo a punto diverso materiale informativo e ausili pratici. Questo articolo, che si inserisce nell'ambito delle pubblicazioni sul 50° anniversario di G+S, vuole mostrare in particolare a docenti, monitori e allenatori come promuovere e vivere la multiculturalità nelle loro offerte di movimento e attività sportiva. Per promuovere pari opportunità di accesso e una partecipazione globale, dal 2008 l'Ufficio federale dello...



Diversità da sperimentare e da vivere! Le attività comuni favoriscono l'integrazione

Per incentivare l'approccio con la diversità culturale all'interno di un gruppo sportivo, vi proponiamo alcune attività motorie specifiche facenti parte di una serie di contributi tematici. La diversità fa parte della quotidianità, pertanto anche delle attività motorie con bambini e giovani che vantano origini, prerequisiti psicologici, fisici o sociali diversi. In questo caso si parla quindi di multiculturalità. Per incentivare l'approccio con la diversità culturale all'interno di un gruppo sportivo, vi proponiamo alcune...



Diversità da sperimentare e da vivere Giochi per conoscersi e accogliere

Questo è il primo di una serie di contributi incentrati sul tema della «Diversità da sperimentare e da vivere» attraverso attività motorie specifiche. Qui vi indichiamo in che modo accogliere giocosamente in un gruppo già esistente bambini e giovani trasferitisi da poco (in particolare con background migratorio). Il primo approccio nella fase iniziale è spesso decisivo per determinare l'apprezzamento dell'offerta di movimento o della lezione di educazione fisica da parte delle e degli interessati e quindi la loro intenzione a continuare a partecipare o meno. Questo è il primo di una serie di contributi incentrati sul tema della «Diversità da...



Diversità da sperimentare e da vivere Rituali e abitudini

Questa seconda parte della serie di contributi incentrati sul tema della «Diversità da sperimentare e da vivere» attraverso attività motorie specifiche, è dedicata a rituali, usanze, abitudini e simboli di socialità. Spesso tra bambini, giovani e adulti di varie origini si crea una certa distanza culturale dovuta a rituali, usanze, abitudini, simboli e conoscenze diverse. Questo può causare incomprensioni o emarginazione nella quotidianità (sportiva) e persino generare conflitti. Questa seconda parte della serie di contributi incentrati sul tema della «Diversità da sperimentare e...



Diversità da sperimentare e da vivere Valori e regole

In questa terza parte della serie di contributi dedicati al tema «Diversità da sperimentare e da vivere» attraverso attività motorie specifiche, vi indichiamo come sensibilizzare, divertendosi, bambini e giovani ai valori e alle regole legate alla pratica di attività sportive in gruppo. Da un lato, l'obiettivo di questo supporto didattico è quello di creare la consapevolezza riguardo alla diversità delle regole di gioco e di comportamento, dall'altro dovrebbe motivarvi ad affrontare e promuovere attivamente valori positivi nello sport (ad es. rispetto, fairplay, pari trattamento). In questa terza parte della serie di contributi dedicati al tema «Diversità da sperimentare e...



Maggiori informazioni

- Modulo di apprendimento G+S: [Sport rispettoso dei valori etici](#)
- Suggerimenti per le società sportive: «[cool and clean](#)» (pdf)
- Adler Zwahlen J. et al (2019): [Zur Bedeutung soziodemografischer, sportbezogener und soziokultureller Merkmale für die soziale Integration junger Migranten in Schweizer Sportvereinen](#) (pdf in tedesco). De Gruyter. Oldenburg.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO