



## Sommario

Comprendere	2
Comunicare	3
Strutturare l'ambiente	6
Spiegare e dimostrare	8
Interagire	10
Collaborare	12
Good Practice	13
Indicazioni	14

## Categorie

**Livello scolastico:** dalla scuola elementare (sport scolastico)

**Età:** dai 6 anni circa

# Persone con disabilità uditiva nello sport

In una società eterogenea è fondamentale che tutti possano avere le stesse opportunità di sviluppare i loro talenti sportivi. Tuttavia, spesso le persone con problemi di udito si trovano di fronte a barriere comunicative che ostacolano l'accesso alle offerte sportive. Questo dossier dovrebbe fornire a docenti, monitori e allenatori una linea guida per facilitare loro il lavoro inclusivo nello sport.

L'inclusione non presuppone solo ausili tecnici, richiede consapevolezza e comprensione da parte di tutti gli attori della scena sportiva. Questo dossier si rivolge in particolare a docenti e monitori nel campo dello sport scolastico e popolare. Illustra come promuovere una comunicazione senza barriere e come creare un ambiente inclusivo, nel quale tutti i partecipanti possono sviluppare appieno le loro potenzialità. Principi che si applicano anche allo sport di punta.

## L'importanza della sensibilizzazione

Per creare un'atmosfera inclusiva, è importantissimo sensibilizzare tutte le persone coinvolte, dai docenti di educazione fisica ai monitori e ai partecipanti alle attività sportive. Come riuscire a garantire che le persone con un deficit dell'udito vengano coinvolte attivamente ed equamente negli allenamenti o nelle lezioni di sport? Questo dossier fornisce risposte e raccomandazioni chiare.

Sensibilizzare significa anche riconoscere e promuovere le diverse capacità e potenzialità delle persone con problemi di udito. Docenti, monitori e allenatori devono comprendere le esigenze specifiche delle persone con deficit dell'udito e adottare misure mirate per abbattere le barriere. Le pagine seguenti propongono strumenti e metodi pratici di uso immediato nella quotidianità sportiva.

## Trovare un linguaggio comune

Merita un'attenzione particolare lo sviluppo di una lingua comune, che integri elementi visivi e gestuali e permetta quindi di capirsi anche senza una lingua parlata. Il dossier illustra inoltre in che modo gli ausili tecnici possono supportare la comunicazione. Queste misure sono importanti sia nello sport popolare che nello sport di punta, dove le esigenze sono ancora più elevate.

Riassumendo, il presente dossier vuol essere una guida per tutti coloro che sono attivi nel mondo dello sport e che desiderano promuovere una pratica sportiva inclusiva e senza barriere. È volto a incoraggiare una cultura sportiva basata sull'apertura, il rispetto e le pari opportunità, per far sì che lo sport diventi un campo in cui tutti si sentano accolti e possano ottenere soddisfazioni, a prescindere dalle loro capacità.



# Comprendere

Le persone con disabilità uditiva hanno esigenze specifiche, che devono assolutamente essere prese in considerazione se si vuole creare un ambiente inclusivo. Questo include una comprensione di base dei diversi tipi di deficit dell'udito e delle loro ripercussioni sulla comunicazione e sull'apprendimento.

## Cos'è una perdita dell'udito?

Monitori e docenti dovrebbero acquisire conoscenze di base sui diversi tipi di perdita dell'udito (cfr. riquadro) nonché sulle loro cause e ripercussioni. Questo permetterebbe loro di capire meglio in che modo i deficit dell'udito possono influire sulla comunicazione e la partecipazione alle attività sportive. Si prenda ad esempio una persona con un udito normale alla nascita che, a seguito di un danno all'apparato uditivo o per altra causa, diventa sorda.

Questa situazione non può essere paragonata a quella delle persone sorde dalla nascita e la cui prima lingua è quella dei segni. Le persone audiolese che usano i segni quale prima lingua naturale sono facilitate nel leggere le labbra rispetto a coloro che perdono l'udito più in là con gli anni, poiché dipendono dalla lettura labiale sin da piccoli, mentre gli altri ci sentono ancora.

Le persone che perdono l'udito con il tempo, mostrano solitamente un buon sviluppo del linguaggio parlato già durante l'infanzia. Al contrario, ai bambini con problemi di udito dalla nascita si raccomanda di seguire una logoterapia sin da piccoli, per imparare a pronunciare i suoni e le sillabe.

Ci sono persone audiolese che possono solo parlare, altre che sono in grado sia di parlare sia di esprimersi con la lingua dei segni e altre ancora che utilizzano esclusivamente la lingua dei segni. Esistono inoltre differenze anche a livello di capacità di leggere le labbra, che non sono imputabili soltanto al livello di istruzione, bensì anche alla capacità di espressione linguistica.

Gli ausili, disponibili sotto forma di apparecchi acustici o impianti cocleari (cfr. riquadro), fungono solo da supporto nella percezione dei suoni. La loro funzione si limita al miglioramento delle prestazioni uditive, ma non all'elaborazione linguistica e all'orientamento nei paesaggi sonori.



### Ipoacusia e sordità

Esistono vari livelli di ipoacusia. Una perdita uditiva di circa 50 decibel (dB) viene definita ipoacusia moderata, tra 20 e 40 dB si parla invece di ipoacusia lieve. Una diminuzione della capacità uditiva compresa tra 60 e 80 dB è considerata grave. Sopra i 90 dB, si parla di ipoacusia profonda o udito residuo, mentre oltre i 120 dB è sordità totale.

A titolo di esempio: il ticchettio di un orologio da polso ha un livello sonoro pari a circa 20 decibel, una normale conversazione raggiunge circa 55 decibel. Il rumore di fondo del traffico è pari a circa 75 decibel, mentre un clacson d'auto emette una pressione sonora di circa 105 dB.

## Apparecchio acustico o impianto cocleare?



Un **impianto cocleare** stimola l'orecchio interno. Può aiutare le persone con una perdita uditiva da grave a molto grave fino alla sordità a sentire nuovamente o meglio. Il processore acustico, applicato dietro l'orecchio o applicato con un sostegno, comunica direttamente con il ricevitore inserito sottopelle. Gli apparecchi acustici vengono scelti e installati individualmente da un tecnico competente in acustica, mentre gli impianti cocleari vengono inseriti direttamente sotto la pelle con un semplice intervento chirurgico.



Gli **apparecchi acustici amplificano** le tonalità e i suoni. Sono perciò indicati per le persone con perdite dell'udito da lievi a gravi. L'apparecchio acustico viene posizionato dietro l'orecchio o inserito direttamente nel condotto uditivo. I suoni amplificati vengono registrati e trasmessi attraverso le cellule ciliate.

Fonte delle immagini: [Hörgeräte-Modelle](#) | KIND (in tedesco)

# Comunicare

Tutti possono comunicare con le persone con problemi di udito. Basta sapere come. Poiché entra in gioco il linguaggio del corpo, è importante avere un atteggiamento rilassato. Un principio fondamentale: non riflettere troppo, altrimenti si rischia di irrigidirsi, ostacolando la comunicazione.

La comunicazione è un tema individuale, le esigenze e le preferenze delle persone con un deficit dell'udito possono variare. Perciò è importante offrire e rispettare diversi canali di comunicazione per garantire che tutti i partecipanti possano effettivamente comunicare e sentirsi compresi.

## Il movimento della bocca

Le persone con un deficit dell'udito capiscono in media soltanto il 30% di ciò che viene detto. Il resto è pura combinazione e deduzione. Quindi: utilizzate il movimento della bocca e parlate molto chiaramente in italiano, senza espressioni dialettali. Non parlate troppo velocemente, ma nemmeno troppo lentamente.

Un consiglio importante per gli uomini: una barba folta rende difficile la lettura labiale per chi ha problemi di udito. Altro atteggiamento molto diffuso: spesso si tende ad aiutare le persone con deficit uditivo a capire più rapidamente attraverso smorfie esagerate. Un metodo tuttavia poco efficace e che può dare all'interlocutore la sensazione di non riuscire a comunicare in modo corretto. Perciò: parlare in modo semplice e chiaro con un tono di voce normale.



## Links

I seguenti siti web forniscono ulteriori informazioni:

- [Pro Auditio](#) | Il punto di contatto per persone con perdite uditive in Svizzera
- [WikiHow](#) | Come Leggere le Labbra: 6 Passaggi (con immagini)
- [SGB-FSS](#) | Federazione svizzera dei Sordi
- [Sonos](#) | Schweizerischer Hörbehindertenvorband · hoerbehindert.ch (in tedesco)

## La lettura labiale: è la soluzione?

La maggior parte degli udenti ritiene che tutte le persone ipoacusiche siano in grado di leggere le labbra, scrivere bene e leggere. Tuttavia, queste capacità sono solo parziali e non sempre rappresentano una soluzione valida.

### La bocca leggibile

Contesto: bisogna leggere le labbra 100 volte per capire qualcosa.



Più facile da leggere



Più difficile da leggere

Solo circa il 30% di ciò che viene detto può essere letto. Le consonanti come b – p, t – d, m – n pongono particolari problemi.

## Il linguaggio del corpo

Le persone con problemi di udito hanno una percezione visiva più sviluppata. Se chi parla utilizza le mani per comunicare, la comprensione risulta facilitata per entrambe le parti. Non deve essere per forza il linguaggio dei segni. Anche semplici gesti migliorano la comprensione. Se invece le mani vengono tenute in tasca o strette tra di loro, comunicare diventa ancora più difficile.

Il linguaggio del corpo rende la comunicazione più simpatica e facilmente comprensibile. Un'osservazione importante: molte parole nella lingua dei segni sono figurate (iconiche). Per indicare un'auto ad esempio, si muovono le mani come su un volante. Proprio come quando si guida.

Anche la mimica è di grande aiuto per esprimere gioia, tristezza, rabbia ecc. (cfr. serie di immagini).



Gioia



Sorpresa



Paura



Tristezza



Rabbia

## Le lingue

Alcune persone con problemi di udito hanno capacità uditive residue o beneficiano del sostegno di apparecchi acustici o impianti cocleari (cfr. riquadro, pag. 2) per comunicare nel linguaggio orale e parlare. Spesso combinano la lingua parlata con la lettura labiale per facilitare la comunicazione. Tuttavia, a seconda della perdita uditiva, possono mostrare difficoltà a capire appieno la lingua parlata nonostante il supporto di questi strumenti ausiliari.

Anche con gli ausili fonici la comprensione può essere disturbata da rumori ambientali, dalla qualità della voce di chi parla o da altri fattori. Perciò, la lingua parlata da sola potrebbe non essere la forma di comunicazione ottimale per le persone con un deficit dell'udito, in particolare se grave. Queste persone potrebbero preferire altre forme di comunicazione quali la lingua dei segni o la comunicazione scritta, per potersi esprimere e ottenere informazioni in maniera più efficace.

In questo video, Laura Setz, esperta nel lavoro con le persone con disabilità uditive nello sport, spiega cosa è importante nel lavoro con le persone con disabilità uditive. Il video è stato prodotto nella lingua dei segni (tedesco) e con sottotitoli in italiano.



## Lingua parlata e lingua dei segni

Le differenze tra la lingua parlata e la lingua dei segni sono molteplici e riguardano vari aspetti della comunicazione. Di seguito le principali.

- **Modalità:** la lingua parlata viene percepita **per via uditiva** ed è costituita da parole pronunciate con tono, enfasi e intonazione.

La lingua dei segni invece è **visiva** e comprende configurazioni e movimenti delle mani, espressioni facciali e postura.

- **Grammatica:** la lingua parlata **segue una grammatica** con ordine delle parole e struttura delle frasi.

La **lingua dei segni utilizza una sua grammatica** basata su spazio e movimento nonché un suo lessico. A livello di vocabolario, ci sono alcune sovrapposizioni tra le due lingue, ma anche differenze e parole senza un equivalente diretto.

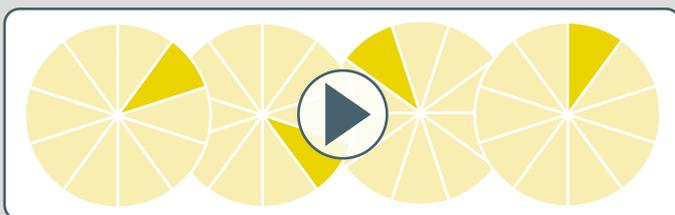
La lingua parlata e la lingua dei segni sono quindi **due forme di comunicazione diverse** con caratteristiche, regole e aspetti culturali propri. È importante capire le differenze e riconoscere e trattare entrambe le forme di comunicazione con rispetto.

## Segni basilari con i bambini

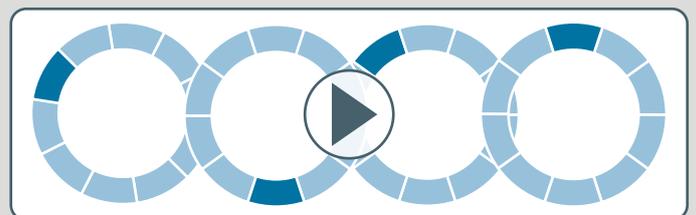
Per facilitare l'inserimento dei bambini con un deficit dell'udito, è sicuramente un vantaggio conoscere alcuni segni di base. Questi segni sono spesso figurativi e facili da ricordare, e possono essere utili anche nella quotidianità.

Di seguito, in alcuni video, vi mostriamo in che modo forme di base del gioco e del movimento della concezione della formazione di Macolin vengono espressi nella lingua dei segni (sulla base del tedesco).

Questi segni basilari aiutano a rappresentare visivamente i concetti sportivi di base, rendendoli comprensibili per le persone con problemi di udito e facilitando così la loro partecipazione all'attività sportiva.



Forme di base del movimento



Forme di base del gioco



Parole di base



Colori

# Strutturare l'ambiente

I monitori dovrebbero rivolgersi alle persone con disabilità uditive con rispetto ed empatia. Si crea così un ambiente privo di barriere, inclusivo e solidale.

Nella scelta dell'ambiente in cui svolgere l'allenamento, docenti, monitori e allenatori dovrebbero prendere in considerazione aree ben illuminate, evitare i rumori di fondo e predisporre linee chiaramente visibili per la comunicazione visiva.

Se l'attività sportiva si svolge all'aperto, le persone con difficoltà uditive non dovrebbero essere esposte all'irraggiamento solare diretto. Questo perché da un lato impedisce loro di vedere bene docenti o monitori, dall'altro perché le ombre scure rendono difficile la lettura delle espressioni facciali e delle labbra.

Le indicazioni sulla gestione di atleti e allievi con disabilità uditive in palestra, sui campi sportivi e da gioco non si applicano automaticamente a tutte le discipline e attività sportive. Di seguito alcuni esempi di ambienti particolarmente impegnativi:

## Nel bosco

Spesso le persone con problemi di udito hanno una percezione visiva più accentuata, ma possono avere difficoltà di orientamento e perdersi facilmente nel bosco. Non sentono i richiami o non riescono a localizzarne l'origine. Durante le attività sportive, spesso tolgono gli apparecchi acustici, perché con la sudorazione possono dare fastidio. È importante sapere che anche con gli ausili acustici possono sentire un richiamo, ma spesso non da dove proviene. Questo può generare confusione e indurli a dirigersi nella direzione sbagliata. Perciò, in queste situazioni, i richiami non sono di grande aiuto.

È importante prepararsi bene prima di effettuare un gioco nel bosco e chiarire con la persona ipoudente come desidera comportarsi in caso di emergenza. Occorre prestare particolare attenzione **quando si gioca a nascondino** con bambini. I monitori devono conoscere bene il bosco e saper **valutare i rischi che corre un bimbo che si perde**. In una **corsa di orientamento** si consiglia di far correre **insieme due bambini**, affinché possano aiutarsi a vicenda. Il team non deve necessariamente essere formato da un bambino ipoudente e da un bambino udente; anche due bambini con difficoltà di udito possono formare una squadra.

## In piscina

Gli **apparecchi acustici non sono adatti al nuoto** a causa dell'acqua. Perciò è opportuno riflettere bene sulle istruzioni da impartire. Le **discussioni più lunghe devono svolgersi prima o dopo l'attività in acqua**, quando gli atleti possono o vogliono portare i loro dispositivi acustici. Mettere e togliere continuamente l'apparecchio è faticoso e non è utile. Ad esempio, per i tuffi si usa il linguaggio del corpo o delle mani. E così si può fare anche per il nuoto. Un esempio: mostrare un determinato movimento natatorio.



## Sulle piste di sci

La pratica dello **sci e dello snowboard a livelli di punta richiede qualche sforzo in più** da parte dei monitori. Gli atleti udenti possono ricevere via radio indicazioni o feedback prima del percorso di allenamento dai monitori posizionati lungo la pista. **Gli atleti con disabilità uditive** invece devono ricevere **indicazioni e commenti dopo il percorso**, una volta raggiunto il traguardo, o durante il tragitto sugli impianti di risalita, poiché spesso **non capiscono le indicazioni trasmesse via radio** o non indossano l'apparecchio acustico durante l'allenamento.

### Nota importante

Sono i diretti interessati a decidere se vogliono portare o meno i loro apparecchi acustici o il dispositivo esterno dell'impianto cocleare. Ci sono anche sportivi e allievi che non hanno apparecchi acustici o impianti cocleari. Docenti e monitori non devono chiedere loro perché non ricorrono a questi ausili solo per facilitare la comunicazione. Devono in ogni caso fare uno sforzo.

# Spiegare e dimostrare

In un allenamento con persone audiolese, è fondamentale utilizzare in modo mirato la lingua dei segni per trasmettere segnali chiari e inequivocabili. Docenti e monitori dovrebbero prestare attenzione alle esigenze individuali, per creare un'atmosfera inclusiva. Pazienza e rispetto sono essenziali per costruire un clima di fiducia e raggiungere congiuntamente i risultati sportivi auspicati.

## Introduzione all'attività

Un gioco viene sempre preceduto da una spiegazione e da una dimostrazione con l'intervento del linguaggio del corpo. Docenti e monitori dovrebbero attenersi a questo schema. Idealmente, la spiegazione deve essere chiara e concisa. In seguito, docenti e monitori si rivolgono direttamente alle persone con un deficit dell'udito chiedendo loro se era tutto chiaro o se desiderano che si ripeta uno o l'altro passaggio. Visto che non tutte le persone con disabilità uditive assimilano le informazioni allo stesso modo, è importante che docenti e monitori dimostrino pazienza e rispetto.

A partire da questo momento, non è più opportuno chiedere alle persone con deficit dell'udito di fronte al gruppo se hanno capito le spiegazioni o se necessitano di una ripetizione. Queste situazioni possono essere percepite come discriminatorie e creare disagio.

Immaginiamo la situazione inversa: sei l'unica persona udente in un gruppo di persone con deficit dell'udito. Se i membri del gruppo e docenti/monitori anche loro affetti da problemi di udito chiedono se hai capito tutto ciò che è stato espresso con la lingua dei segni, potresti sentirti incapace di comunicare in modo adeguato.

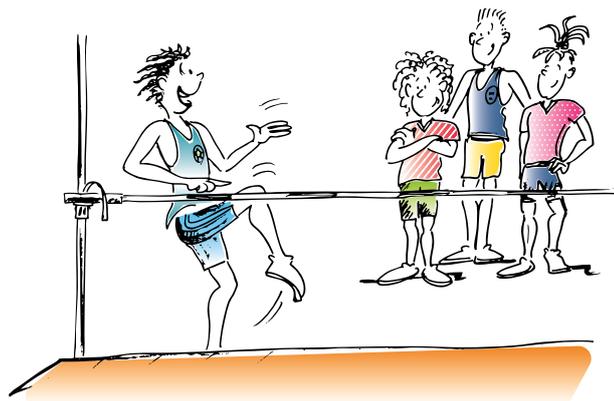
## Durante l'attività

Per le persone con problemi di udito, può essere frustrante e discriminatorio se durante le attività sportive vengono utilizzate istruzioni basate esclusivamente su segnali acustici quali battiti di mani, fischi o istruzioni quali «chiudete gli occhi e correte». Queste pratiche escludono le persone audiolese, creando inutili barriere. Docenti e monitori devono essere ben preparati e coinvolgere tutti i partecipanti, senza alcuna eccezione.

Sostituire le indicazioni verbali o uditive con segnali visivi o tattili è fondamentale per garantire l'inclusione nello sport di persone con disabilità uditive. Docenti e monitori devono essere consapevoli delle esigenze di tutti i partecipanti e utilizzare metodi alternativi per poter offrire a ognuno le stesse opportunità di partecipare attivamente. Citiamo **gesti, indicazioni visive o altri strumenti non acustici** per la trasmissione delle informazioni.

Un esempio potrebbe essere un esercizio nel quale la persona con difficoltà uditive sta di fronte al docente per osservare quando quest'ultima batte le mani, per dare il via alla corsa. È importante che le persone con deficit uditivi mantengano sempre il contatto visivo con l'allenatore.

Un altro esempio potrebbe essere un gioco con la palla, durante il quale gli atleti udenti non utilizzano segnali verbali, bensì indicano con la mano a chi deve essere lanciata la palla. Questo per garantire pari opportunità.



## Dopo l'attività

Il feedback non deve riguardare soltanto gli aspetti tecnici quali la chiarezza e la precisione delle indicazioni. Richiede anche empatia da parte dell'insegnante, che dovrebbe suggerire misure di supporto. Allenatori, docenti e monitori dovrebbero mettersi nei panni delle persone con disabilità uditive e offrire il miglior sostegno possibile, sia attraverso spiegazioni supplementari, ausili visivi o altre misure che consentano una comunicazione efficace.

Empatia e comprensione per le esigenze individuali e le difficoltà con le quali sono confrontati gli atleti con problemi di udito sono attitudini indispensabili per una collaborazione efficace. Gli allenatori dovrebbero avere un dialogo aperto con gli atleti e motivarli a fornire un feedback attivo per migliorare costantemente le strategie di comunicazione.

Il processo di feedback e valutazione dovrebbe essere teso a creare un ambiente inclusivo e solidale, in cui gli atleti con deficit dell'udito beneficino del migliore supporto possibile e possano sviluppare appieno le loro potenzialità. Attraverso una comunicazione sensibile ed empatica e grazie allo sviluppo continuo delle loro capacità, gli allenatori contribuiscono notevolmente al successo dei loro atleti.

**Tecnologie assistive:** le persone con un deficit dell'udito che non hanno necessità di utilizzare la lingua dei segni, possono trarre giovamento dall'uso di tecnologie assistive quali sistemi di trasmissione radio (sistema FM, cfr. immagine) o speciali apparecchi di comunicazione. Sarebbe utile che, prima delle attività sportive, gli insegnanti chiedessero alle persone con difficoltà uditive di quali tecnologie assistive hanno bisogno e le implementassero individualmente.

**Persone di supporto:** in alcuni casi, ricorrere all'aiuto di interpreti della lingua dei segni o di persone di supporto con competenze nella lingua dei segni può facilitare la comunicazione e garantire che le persone affette da sordità possano partecipare pienamente all'allenamento e alle attività.

**Ausili visivi:** esistono ausili visivi che possono aiutare le persone con problemi di udito a capire e ad elaborare meglio le informazioni, ad esempio pittogrammi, grafici, filmati o istruzioni visive. I monitori dovrebbero mettere a disposizione questi strumenti e garantire che siano accessibili a tutti.



Esempio di un sistema FM

# Interagire

Nella pratica sportiva, per proteggere un bambino con un deficit dell'udito da mobbing e incomprensioni, è importante fare opera di sensibilizzazione. Il discorso sulle varie disabilità dovrebbe già essere affrontato nell'ambito dello sport scolastico. Spesso, anche nello sport popolare, gli adulti hanno bisogno di aiuto per superare le barriere. Segnali visivi chiari sono essenziali nello sport di punta, visto che frequentemente gli apparecchi acustici non sono autorizzati.

## Con bambini e giovani (sport scolastico e societario)

Nei gruppi di bambini è importante che a un bimbo con difficoltà di udito - se è l'unico nel gruppo - non venga chiesto di eseguire per primo un esercizio. Questo potrebbe portare rapidamente a una situazione di disagio, in quanto il bambino potrebbe non aver capito bene le istruzioni e venir deriso dai compagni. Un comportamento che comprometterebbe fortemente lo sviluppo della fiducia in sé stesso.

Per evitare questo genere di situazioni, si consiglia di spiegare le varie disabilità nell'ambito dello sport scolastico e di effettuare un buon lavoro di sensibilizzazione.

**Esempio:** per entrare meglio in sintonia con i bambini audiolesi, si possono indossare protettori auricolari o tappi per le orecchie, che soffocano quasi tutti i rumori. È bene che solo pochi bambini udenti per volta sperimentino questa soppressione dei rumori. Possono così percepire contemporaneamente cosa significa essere in minoranza e avere difficoltà di comunicazione. Se tutti i bambini udenti indossassero contemporaneamente protezioni per le orecchie, sperimenterebbero la difficoltà di non sentire insieme, ma non avrebbero il sentimento di essere da soli e di non capire nulla, mentre gli altri possono comunicare.

Poiché i bambini sono ancora in fase di sviluppo, è un vantaggio poter vivere queste esperienze in tenera età. Questo li prepara a una relazione aperta con le persone con disabilità e li aiuta a capire la tematica. In effetti, oggi ancora troppi adulti sono impreparati nei confronti delle persone con disabilità.

## Con adulti (sport popolare)

Di regola, gli adulti sono più indipendenti, possono manifestarsi se non capiscono le spiegazioni. Ci sono tuttavia anche persone che, per vergogna nei confronti del gruppo o per non attirare l'attenzione, non reagiscono. Per evitare che gli altri possano pensare che, per colpa di una persona non udente, si perda troppo tempo nella comunicazione e che poi questa persona non risulti più gradita nella lezione di educazione fisica è importante informare sin dall'inizio gli altri partecipanti e sensibilizzarli sul comportamento corretto da adottare.

Nel caso di lezioni di educazione fisica regolari o di allenamenti di società sportive, si consiglia di fare opera di sensibilizzazione facendo indossare protettori auricolari e tappi per le orecchie ad alcune persone. Questo perché possano capire quanto sia faticoso comunicare. Si renderanno subito conto dell'importanza di utilizzare le mani nella comunicazione (cfr. esempio «Con bambini e giovani»).



## Senza strumenti ausiliari nello sport di punta

In tutte le discipline sportive è importante che gli allenatori tengano presente che le persone con disabilità uditive in gara o in allenamento spesso non possono o non vogliono indossare mezzi ausiliari. Questi dispositivi acustici servono di regola a facilitare la comunicazione con gli allenatori udenti e in parte anche a stabilizzare l'equilibrio.

Nelle competizioni ufficiali quali i Campionati del mondo e i Deaflympics, i Giochi olimpici per persone sorde, valgono direttive rigorose per le competizioni estive e invernali di persone con deficit dell'udito. Non è consentito indossare dispositivi acustici (cfr. di seguito). Le persone con deficit dell'udito che gareggiano indossando apparecchi acustici o impianti cocleari vengono squalificate. È quindi essenziale che gli allenatori padroneggino tecniche di comunicazione efficaci, che funzionino anche senza l'uso di questi strumenti ausiliari e garantiscano una comprensione chiara.

Queste le direttive del Comitato Internazionale degli Sport dei Sordi (ICSD) in materia di apparecchi acustici e impianti cocleari: «È severamente vietato ai partecipanti utilizzare apparecchi acustici/amplificatori durante il riscaldamento e la competizione all'interno della zona delimitata. È evidente che l'uso di amplificatori nello sport rappresenta un vantaggio rispetto a coloro che non li utilizzano. Perciò è vietato durante il riscaldamento e la competizione. Ogni disciplina sportiva ha la sua definizione di <zona delimitata>.» [Lingua originale inglese]

Visto che durante le competizioni non si possono utilizzare gli ausili acustici, le persone con un deficit dell'udito devono percepire tutto visivamente. Ecco alcuni esempi:

- Nelle competizioni ufficiali, ad es. di sci alpino, solitamente prima della partenza c'è un tabellone che indica l'ora della partenza. Se questa tecnologia non è disponibile, occorre comunicare chiaramente in anticipo in che modo gli atleti con deficit dell'udito devono essere informati. Con un leggero tocco sulla spalla, si può ad esempio segnalare che la partenza è prevista tra breve. Durante la partenza, non bisogna tuttavia toccare con forza o spingere la spalla, perché questo potrebbe compromettere la concentrazione dell'atleta.
- Nel nuoto e nell'atletica leggera (ad es. nei 100 o 200 m) alla partenza una linea luminosa sul pavimento funziona come un semaforo che libera la partenza.
- Negli sport di squadra come il calcio o la pallamano, oltre al fischietto, gli arbitri hanno anche una bandiera. Sventolando la bandiera, possono interrompere il gioco.

# Collaborare

Attraverso una promozione ottimale del sostegno tra pari (peer support) e della collaborazione tra persone udenti e audiolese, gli allenatori nonché tutte le persone che lavorano nel campo dello sport possono creare un ambiente inclusivo in cui tutti i bambini si sentano supportati e possano imparare gli uni dagli altri.

Promuovere la collaborazione in seno a un team è particolarmente importante in presenza di atleti e allievi con deficit dell'udito. Un compito che vede protagonisti docenti, monitori e allenatori: spetta a loro creare un ambiente che risponda alle esigenze e ai punti di forza di questi atleti.

Una misura cardine a livello di promozione della collaborazione è senz'altro la **sensibilizzazione** di tutti i membri della squadra nei confronti delle esigenze particolari di atleti con problemi di udito. Docenti e monitori possono proporre workshop o corsi per promuovere la comprensione delle esigenze specifiche in termini di comunicazione e sviluppare strategie per una collaborazione efficace.

Altro aspetto fondamentale è una **comunicazione aperta e inclusiva**. Gli allenatori dovrebbero dare a tutti i partecipanti la possibilità di esprimersi liberamente e di essere ascoltati, a prescindere dalla loro capacità uditiva. L'uso di ausili visivi quali gesti o note scritte possono facilitare la comunicazione e garantire un pari coinvolgimento a tutti gli atleti o allievi.

**Obiettivi e visioni comuni** sono strumenti altrettanto importanti per la promozione della collaborazione. Allenatori, docenti e monitori dovrebbero stabilire con gli atleti e gli allievi obiettivi chiari e sviluppare strategie per poterli raggiungere. Coinvolgendo attivamente atleti o bambini nel processo decisionale, rafforzano in loro il sentimento di responsabilità e la motivazione che sostiene la collaborazione all'interno della squadra.

Decisivo per il lavoro con atleti audiolesi è anche il **supporto tra pari** (peer support). Docenti e monitori devono creare situazioni che diano la possibilità ai membri della squadra di sostenersi a vicenda e di imparare gli uni dagli altri. Per questo possono ricorrere a programmi di mentoring, esercizi collettivi oppure organizzare discussioni di gruppo o sessioni di feedback.

Il supporto tra pari per le persone con disabilità uditive consiste nel sostegno reciproco e lo scambio di esperienze tra le persone interessate per promuovere empowerment, informazione e comunità.



# Good Practice

In seguito troverete alcuni esempi di giochi per fare conoscenza tra persone udenti e con deficit dell'udito.

## Esercizi di collaborazione

Durante l'allenamento o il gioco, coppie formate da A e B possono partecipare a giochi di collaborazione in cui dipendono l'uno dall'altro per raggiungere un obiettivo comune. In questo modo, A impara a interagire con B.

A e B sono legati tra di loro (ad es. con un nastro, braccio contro braccio o gamba contro gamba). Attraverso un percorso a ostacoli, devono portare alcune palle o altri oggetti verso il traguardo.

Per poter raggiungere l'obiettivo, devono imparare a comunicare. Durante il gioco, si discute anche sul modo di procedere.

**Osservazione:** A e B devono mantenere il contatto visivo e utilizzare il linguaggio del corpo.

**Materiale:** nastri, diversi oggetti

## Progetti comuni

A e B lavorano insieme a progetti e compiti in cui devono risolvere problemi o trovare soluzioni creative. Questa collaborazione promuove la capacità di lavorare in squadra e la capacità di cooperazione.

Tutte le persone appartenenti a un gruppo stringono la corda tra le mani. Con queste corde, costruiscono una torre. Se in questo gruppo c'è anche una persona B, le persone A non devono parlare rapidamente tra di loro, ma devono prestare attenzione a B e mantenere il contatto visivo. Devono trasmettere le informazioni in modo tale che B possa capirle e agire correttamente.

### Variante

- Un gruppo deve procedere insieme dalla partenza all'arrivo, senza toccare il pavimento. Serve perciò una comunicazione chiara per decidere quali oggetti utilizzare e consegnare per raggiungere in modo efficace l'obiettivo.

**Osservazione:** è importante considerare che nei gruppi in cui i partecipanti A sono in maggioranza e la persona B rappresenta una minoranza, la comunicazione spesso avviene solo tra le persone A. Alla fine, alla persona B viene presentato soltanto un riassunto della situazione.



A = persona udente, B = persona audilesea

### Workshop/Corsi di lingua dei segni o lezioni su come comportarsi con persone con deficit dell'udito

Scuole, associazioni o società sportive possono organizzare autonomamente workshop e invitare una persona interessata come esperta e relatrice. Prendere contatto anticipatamente con Swiss Deaf Sport è un'opzione interessante.

La Federazione svizzera dei sordi (SGB-FSS) e le sue organizzazioni partner propongono corsi di lingua dei segni. Uno strumento utile per acquisire le basi della comunicazione con persone audilese. Riuscire a comunicare meglio con queste persone è importante per creare un ambiente inclusivo e solidale.

- [Swiss Deaf Sport](#)

# Indicazioni

## Bibliografia

- Langenfelder M. (2008): [Gehörlosigkeit im Alltag: Gehörlose Menschen und ihre Strategien im Umgang mit der hörenden Welt](#). Saarbrücken: VDM Verlag Dr. Müller

## Link

- [Lessico della lingua dei segni](#) | SGB-FSS
- [WikiHow](#) | Come Leggere le Labbra: 6 Passaggi (con immagini)
- [Pro Audito](#) | Il punto di contatto per persone con perdite uditive in Svizzera
- [Sonos](#) | Schweizerischer Hörbehindertenverband · hoerbehindert.ch (in tedesco)
- [Sourd, malentendant, sourd: handicap auditif](#) | EnableMe (francese e tedesco)

## Swiss Deaf Sport

è l'organizzazione di riferimento per gli sport di persone con deficit dell'udito in Svizzera. Fondata nel 1930, è stata anche la prima organizzazione per persone con handicap della Svizzera. Swiss Deaf Sport

- propone a tutte le persone sorde della Svizzera un'[offerta sportiva ampia e attrattiva](#);
- si impegna [nella](#) promozione dello sport giovanile e sostiene [gli atleti d'élite](#) nelle competizioni internazionali;
- promuove l'integrazione attraverso lo sport, rafforzando così l'indipendenza e, di conseguenza, la loro qualità di vita.

## Formazione e perfezionamento professionale

Swiss Deaf Sport ha anche il compito di promuovere la formazione e il perfezionamento professionale di persone che lavorano per una società o una federazione sportiva.

- [Alle offerte di formazione](#)

## Partner



## Impressum

**Editore:** Ufficio federale dello sport UFSP0,  
2532 Macolin

**Autori:** Philipp Steiner, direttore di Swiss Deaf Sport, Kristina Steiner, bachelor in scienze dell'educazione e della formazione, Laura Setz, esperta nel lavoro con le persone con disabilità uditive nello sport (video)

**Redazione:** Francesco Di Potenza, Raphael Donzel,  
mobilesport.ch

**Traduzione:** Chantal Gianoni

**Video:** Yannick Leibacher, Media didattici UFSP0

**Disegni:** Leo Kühne

**Layout:** Franziska Küffer, UFSP0