



UNITED WE PLAY, UNITED WE WIN:
SVILUPPO DELLE ABILITA' SOCIALI E DELL'EDUCAZIONE
INCLUSIVA ATTRAVERSO LO SPORT E LE ATTIVITA' ALL'APERTO

Strategic partnership for school education – KA2 2015 - 2017

GUIDA DIGITALE PER INSEGNANTI

con Pratici Approcci Pedagogici e Strumenti per l'Insegnamento e lo Sviluppo delle Abilità Sociali e dell'Educazione Inclusiva



<https://twinspace.etwinning.net/11187/home>



SPORTS AND OUTDOOR ACTIVITIES FOR A BETTER WORLD



SPORT E ATTIVITÀ ALL'APERTO PER UN MONDO MIGLIORE



DAHA İYİ BİR DÜNYA İÇİN SPOR VE AÇIK HAVA ETKİNLİKLERİ



СПОРТ И ДЕЙНОСТИ НА ОТКРИТО ЗА ПО-ДОБРО СВЯТ



**SPORT ȘI ACTIVITĂȚI ÎN AER LIBER PENTRU O LUME MAI
BUNĂ**



**ACTIVIDADES DEPORTIVAS Y EXTERIORES PARA UN MUNDO
MEJOR**



ÍÞRÓTTIR OG ÚTIVIST FYRIR BETRI HEIM



SPORTAS IR UŽSIĖMIMAI LAUKE KURIANT GERESNĮ PASAULĮ



<https://twinspace.etwinning.net/11187/home>

**U
N
I
T
E
D** 2015 **ERASMUS+** 2017 **WE PLAY WE WIN**

**DEVELOPING SOCIAL SKILLS AND
INCLUSIVE EDUCATION THROUGH
SPORT AND OUTDOOR ACTIVITIES**

strategic partnership for school education 2015 - 2017



Nazioni, Scuole e Coordinatori coinvolti nel Progetto Erasmus+ KA2:

“United we play, United we win: Developing Social Skills and Inclusive Education through Sport and Outdoor Activities”

Project number: 2015-1-IT02-KA219-014752_1

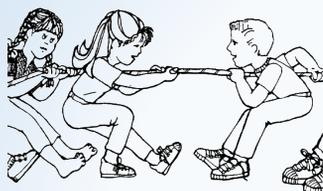
Position	Name	Surname	School/ Country
Main Coordinator	<i>Anna Rita</i>	<i>Farina</i>	Istituto Comprensivo Monte Rosello Basso, Sassari, Italy
Coordinator	<i>Mehmet</i>	<i>Durmus</i>	Cakilli Sehiti Kasim Poyraz Ortaokulu, Neshvir, Turkey
Coordinator	<i>Krasimira</i>	<i>Ivanova</i>	Secondary school "Kostantin Velichkov" Plovodiv, Bulgaria
Coordinator	<i>Dan</i>	<i>Popescu</i>	Scoala Gimnaziala Magura, Buzau, Romania
Coordinator	<i>Maria Teresa</i>	<i>Villanueva</i>	Institut Bernat el Ferrer, Molins de Rei, Spain
Coordinator	<i>Gudridur</i>	<i>Sigurdardottir</i>	Glerárskóli, Akureyri, Iceland
Coordinator	<i>Vaida</i>	<i>Sarkauskiene</i>	Katyciai Basic School of Silute Region, Lithuania





INTRODUZIONE: DESCRIZIONE DEL PROGETTO

7



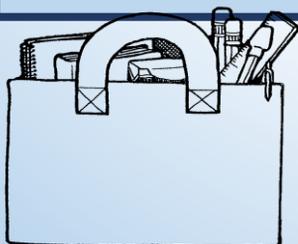
PRIMA PARTE: GIOCHI TRADIZIONALI E ATTIVITA' ALL'ARIA APERTA PRATICATI IN BULGARIA, ISLANDA, ITALIA, LITUANIA, ROMANIA, SPAGNA, TURCHIA.

13



SECONDA PARTE: IDEE E APPROCCI PRATICI PER INSEGNARE E METTERE IN ATTO ABILITA' SOCIALI ED EDUCAZIONE INCLUSIVA ATTRAVERSO LO SPORT E LE ATTIVITA' ALL'ARIA APERTA.

57



MATERIALE PRODOTTO E USATO DURANTE IL PROGETTO.

110



U Erasmus+ 2015 -2017 Strategic Partnerships for school education
KA2 – Cooperation and Innovation for Good Practices

N **WE PLAY**

**DEVELOPING SOCIAL SKILLS AND
INCLUSIVE EDUCATION THROUGH
SPORT AND OUTDOOR ACTIVITIES**

I **WE WIN**

T

E

D <https://twinspace.etwinning.net/11187/home>



INTRODUZIONE

Questa guida presenta l'Opera d'Ingegno del progetto Erasmus+ KA2 "United we play, united we win: sviluppo delle abilità sociali e dell'educazione inclusiva attraverso lo sport e le attività all'aria aperta" nell'ambito dei partenariati strategici per sole scuole.

E' il risultato di due anni di lavoro e cooperazione tra sette scuole di altrettanti paesi europei: Bulgaria, Islanda, Italia, Lituania, Romania, Spagna, Turchia.

ATTENZIONE !!!

Il contenuto e la gestione di questo ebook sono sotto la responsabilità delle scuole partner di questo progetto coordinate dall' Istituto Comprensivo Monte Rosello Basso, Sassari. Questo progetto è stato finanziato dal programma dell'Unione Europea Erasmusplus. Si fa presente che la Commissione Europea e le Agenzie Nazionali non sono da ritenersi responsabili per l'uso che ne verrà fatto delle informazioni in esso contenute.



SPORT E ATTIVITA' ALL'APERTO PER UN MONDO MIGLIORE

In qualità di insegnanti, con anni di esperienza abbiamo potuto constatare che gli studenti tra i 10-14 anni, l'età dei nostri alunni, sono sempre meno interessati allo studio. Ciò può dipendere sia dall'età, periodo di importanti cambiamenti, sia dal carattere statico e impersonale dell'insegnamento, che non è più in linea con le loro esigenze individuali e che annienta la loro motivazione, sia per mancanza di un'atmosfera serena e tranquilla a casa.

Le conseguenze di queste difficoltà portano, soprattutto gli studenti svantaggiati e senza nessuna motivazione reale a non continuare gli studi, ad abbandonare la scuola prima del completamento del percorso intrapreso. Dopo aver analizzato questa situazione, abbiamo deciso, in qualità di insegnanti, educatori e pedagogisti, che, per rendere meno gravoso questo delicato periodo della loro vita, possiamo creare un'atmosfera positiva e stimolante a scuola, a casa e ovunque attraverso lo sport, utilizzando quotidianamente metodologie all'avanguardia che mettano lo studente al centro del processo educativo, stimolino la loro creatività, rafforzino la loro personalità in modo da essere in grado di superare i propri limiti e rafforzare le proprie potenzialità. Con questo progetto ci impegniamo, insegnanti di diverse scuole europee, a creare un ambiente educativo più attraente dove si studia e si apprende divertendosi, facendo in





modo che gli studenti adottino uno stile di vita più sano, migliorino le abilità sociali, potenzino le lingue straniere e le competenze TIC, praticino un'educazione inclusiva contrastando in questo modo l'abbandono scolastico. I maggiori problemi che gli insegnanti affrontano nella loro quotidianità sono: alunni demotivati, carattere impersonale dell'insegnamento, talvolta statico e non più in linea con le esigenze individuali di ogni studente, sistemi educativi obsoleti che non rispondono ai reali bisogni dei giovani nell'affrontare il mondo lavorativo dopo studi, quando da adulti indipendenti devono relazionarsi con gli altri e si trovano a non aver sviluppato e potenziato le abilità sociali necessarie per affrontare la quotidianità. Si rileva che, un numero significativo di giovani adulti non ha un'idea chiara delle proprie qualità personali, dei propri punti di forza, di debolezza, delle prospettive future, poiché queste abilità non sono state adeguatamente sviluppate durante il loro percorso di studio. Infatti, l'educazione alla cittadinanza e lo sviluppo della personalità dell'individuo sono spesso sottovalutati e talvolta considerati dei percorsi aggiuntivi all'istruzione.



SPORT E ATTIVITA' ALL'APERTO PER UN MONDO MIGLIORE

L' Opera d'Ingegno del progetto è stata ideata per fornire un aiuto pratico agli insegnanti e agli studenti per sopperire ad alcune lacune del sistema educativo. L'Opera costituisce un valido supporto per gli insegnanti nel fornire un ambiente educativo più disponibile e flessibile, in linea con le esigenze individuali di ogni studente; nello impedire l'abbandono scolastico; nel rendere l'apprendimento più fruibile attraverso approcci innovativi di insegnamento che potrebbero essere utilizzati anche in altri contesti educativi; nel trasformare l'approccio educativo da mero insegnamento della conoscenza ad una maggiore attenzione allo sviluppo personale degli studenti. L'Opera supporta gli studenti nell' adottare stili di vita sani, nel comunicare ed esprimere opinioni, nel discutere e negoziare; nel prendere decisioni e stabilire obiettivi, nel collaborare in gruppo per raggiungere obiettivi comuni, nell' accettare e sostenere i più deboli, nel contrastare le influenze negative; nell' ampliare le loro conoscenze, nell' essere rispettosi e tolleranti verso altre culture, nell' adottare un atteggiamento positivo e attivo verso la scuola e la società.





La guida è composta da due parti:

1. Giochi e Attività all'Aperto.

La prima parte contiene descrizioni, regole e istruzioni chiare su 21 giochi tradizionali e attività all'aperto accompagnate da album fotografici. Queste attività possono essere praticate liberamente e facilmente a costo quasi zero nelle ore di educazione motoria, integrandole nei curricula, nel PTOF, come attività extrascolastiche, nei club, negli eventi sportivi e nelle competizioni scolastiche ed extra-scolastiche. Le attività possono anche essere praticate in situazioni informali da gruppi di studenti, di giovani, dalle loro famiglie e parenti, dalle comunità locali durante il tempo libero e in vacanza. I giochi e le attività all'aria aperta aiutano gli studenti a capire e a dedicarsi maggiormente all'attività fisica, ad adottare sani stili di vita, a migliorare le proprie abilità comunicative e sociali, a sviluppare e a rafforzare la fiducia in se stessi, a sapersi relazione meglio con gli altri.

2. Strumenti e Approcci Pratici e Pedagogici per l'Insegnamento e lo Sviluppo delle Abilità Sociali e dell'Educazione Inclusiva.

La seconda parte unisce metodi teorici e descrizioni pratiche dettagliate di approcci pedagogici e strumenti educativi per il raggiungimento di sette aspetti principali delle competenze sociali e della

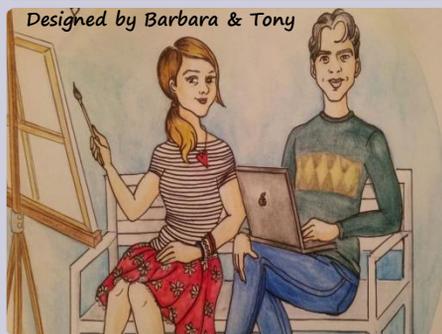


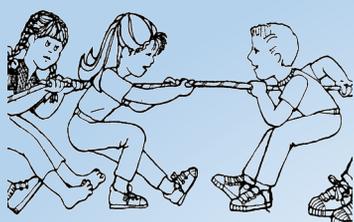
educazione alla cittadinanza attraverso lo sport e le attività all'aperto sviluppate e attuate dai partner del progetto:

- *Bulgaria* - **SOA** per potenziare il team-building e le competenze di leadership.
- *Islanda* - **SOA** contro l'aggressività, la violenza e il bullismo.
- *Italia* - **SOA** per l'educazione inclusiva.
- *Lituania* - **SOA** per il riconoscimento delle comunità locali.
- *Romania* - **SOA** per incentivare l'educazione alla salute.
- *Spagna* - **SOA** per promuovere rispetto e tolleranza.
- *Turchia* - **SOA** per rafforzare l'educazione tra pari (peer education).

SOA = Sport e Attività all'Aperto

- Il team del progetto desidera condividere, volentieri, la propria esperienza rendendo quest' Opera d'Ingegno fruibile a tutti gli interessati.





PRIMA PARTE

GIOCHI TRADIZIONALI E ATTIVITA' ALL'APERTO PRATICATI IN BULGARIA, ISLANDA, ITALIA, LITUANIA, ROMANIA, SPAGNA, TURCHIA.

	GIOCHI TRADIZIONALI ITALIANI.	12
	GIOCHI TRADIZIONALI TURCHI.	15
	GIOCHI TRADIZIONALI BULGARI.	18
	GIOCHI TRADIZIONALI RUMENI.	21
	GIOCHI TRADIZIONALI SPAGNOLI.	24
	GIOCHI TRADIZIONALI ISLANDESI.	27
	GIOCHI TRADIZIONALI LITUANI.	30



GIRO D'ITALIA



- **Gioco** riscoperto con l'aiuto dei sigg. Sergio Masia (nonno di Giulia Masia della 4A), del sig Franco Sotgiu (nonno di Davide Sotgiu 4A), e della signora Speranza Marcellino, (nonna di Alessio Sotgiu 1A)
- **Numero di partecipanti:** da uno in poi
- **Attrezzatura necessaria:** un tappo di bottiglia schiacciato (ogni giocatore può avere il proprio)
- **Breve descrizione del gioco:** si può giocare sia all'interno che all'aperto. Sul pavimento con un gesso o altro materiale, disegnare a piacere ed in base allo spazio a disposizione un percorso curvilineo, segnando l'inizio del percorso con "P" per partenza e "F" per fine percorso.

- **Regole del gioco:** I giocatori fanno la conta per designare chi inizia per primo, si dispongono in cerchio e ognuno a pugno chiuso dopo aver contato a tre, lancia un numero, si fa la somma e si conta, toccando I compagni fino al numero estratto. Inizia il giocatore che viene indicato con il numero estratto, gli altri si dispongono in fila in base al numero più vicino a quello sorteggiato e si inizia il gioco.



<https://twinspace.etwinning.net/11187/home>

- Si posiziona il tappo nella "P", il giocatore in ginocchio cerca di spingere il tappo con il pollice aiutato dall'indice senza farlo uscire dal percorso. Quando il tappo va oltre il percorso, il giocatore finisce il suo turno ed è il turno del giocatore successivo e così via.
- **Abilità fisiche e sociali coinvolte:** abilità oculo-manuali o fino-motorie, concetto di successione numerica e temporale, orientamento spaziale (queste abilità fisiche, se acquisite, sono propedeutiche alla realizzazione degli apprendimenti nelle varie discipline, ad esempio storia, geografia, matematica, tecnologia etc), attenzione, concentrazione, ascolto, gestione delle emozioni, autocontrollo, capacità decisionali, pensiero creativo.





LE SETTE PIETRE

- Gioco riscoperto con l'aiuto della sig.ra Marilù Lombardi mamma di Viviana e Giada Porcu della 3H della scuola secondaria e 5A della scuola primaria.
- **Numero di partecipanti:** gioco a due squadre, più si è, meglio è, l'importante è che le squadre siano composte dallo stesso numero.
- **Attrezzatura necessaria:** una palla di media grandezza e 7 pietre ben piatte di grandezze diverse, che messe una sopra l'altra devono formare una sorta di piramide. La pietra più grande può avere un diametro di 10cm, le successive pedine saranno più piccole e in ordine decrescente.
- **Breve descrizione del gioco:** si dispongono le pietre una sull'altra per formare una piramide.

- **Regole del gioco:** I due capi squadra fanno la conta (pari/dispari, testa/croce o altro) per stabilire chi deve iniziare a tirare la palla. Esempio: La squadra (A) ha vinto la conta e inizia il gioco. Tutta la squadra (B) si disporrà dietro la piramide per proteggerla, mentre gli avversari (A) a turno lanceranno la palla raso terra in direzione della piramide, cercando di farla cadere. Se al tiro della palla i concorrenti della squadra (A) fanno cadere la piramide devono scappare dagli



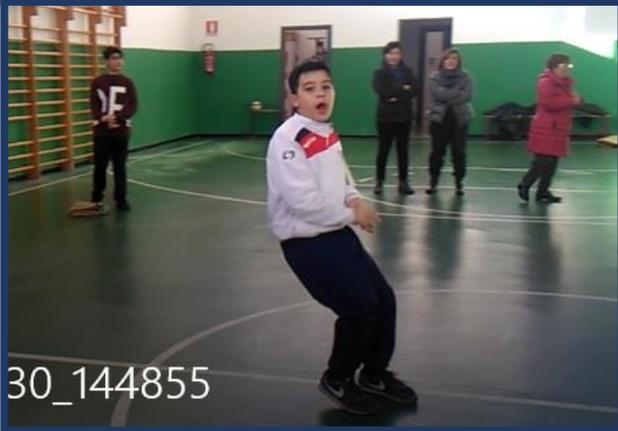
<https://twinspace.etwinning.net/11187/home>

- avversari squadra (B). La squadra (B) ha conquistato la palla che userà (un lanciatore a turno) per colpire gli avversari e farli prigionieri. I prigionieri vengono sistemati dietro la piramide distrutta. La squadra (A) dovrà fuggire dal lanciatore ma allo stesso tempo deve ricostruire la piramide e con il tocco della mano liberare i compagni catturati. La squadra (B) deve impedire che i prigionieri vengano liberati e che venga ricostruita la "piramide". Il gioco si conclude quando verranno catturati tutti i componenti della squadra avversaria (vince la squadra B) o quando verrà ricostruita la piramide (squadra A). Chi vince avrà il diritto di ripetere il tiro della palla.
- **Abilità fisiche e sociali coinvolte:** prontezza di riflessi, concentrazione, attenzione congiunta, interazione non verbale, imitazione, concetto di misura e sua approssimazione, organizzazione, gestione del tempo, sequenza delle operazioni da effettuare, ricordare e rispettare una regola data, riconoscimento e gestione delle emozioni, empatia, capacità decisionali, capacità di risolvere problemi, pensiero critico, capacità di negoziazione, persuadere e influenzare, scambio di turni





LE QUATTRO CANTONATE



30_144855

➤ Gioco riscoperto con l'aiuto della sig.ra Giovanna Atzori bisnonna di Anna Salis della 1E della scuola secondaria)

➤ **Numero di partecipanti:** 5 giocatori

➤ **Attrezzatura necessaria:** una benda per gli occhi e dei gessetti.

➤ **Breve descrizione del gioco:** Si può giocare all'interno (spazio ampio) o preferibilmente all'esterno. 4 giocatori formando un quadrato abbastanza ampio disponendosi uno in ogni angolo, delimitando lo spazio dove posizionarsi con un cerchio disegnato per terra; al centro si dispone l'altro giocatore che si benda gli occhi.

➤ **Regole del gioco:** Il giocatore bendato conta da 1 a 15 mentre gli altri si nascondono; dopo la conta si toglie la benda e grida: " a li quattro cantonaddi" e va alla ricerca degli altri. I giocatori che si sono nascosti devono riconquistare la loro posizione senza farsi prendere dal giocatore che ha fatto la conta. Chi viene preso prima di riuscire ad occupare il proprio posto si dispone al centro e il gioco riinizia.



<https://twinspace.etwinning.net/11187/home>



➤ **Regole del gioco:** Il giocatore bendato conta da 1 a 15 mentre gli altri si nascondono; dopo la conta si toglie la benda e grida: “ a li quattro cantonaddi” e va alla ricerca degli altri. I giocatori che si sono nascosti devono riconquistare la loro posizione senza farsi prendere dal giocatore che ha fatto la conta. Chi viene preso prima di riuscire ad occupare il proprio posto si dispone al centro e il gioco riinizia.

➤ **Abilità fisiche e sociali coinvolte:** gestione dello sforzo, orientamento spazio-temporale, attenzione congiunta, concentrazione, progettazione, organizzazione, autonomia, gestione delle emozioni, autocontrollo, capacità decisionali, capacità di risolvere problemi, autoconsapevolezza.





STOP



- **Numero di partecipanti:** 4 - 20
- **Attrezzatura necessaria:** Una palla, possibilmente da pallavolo
- **Breve descrizione del gioco:** I giocatori stanno in cerchio. Uno sta al centro, lancia in alto la palla e chiama per nome un giocatore. Chi viene nominato deve cercare di prendere la palla; se ci riesce prima che cada a terra, prende il posto di chi stava al centro e fa il nome di un altro giocatore. Quando il giocatore non riesce a prendere la palla, la deve raccogliere da terra e contemporaneamente dire "STOP". Nel frattempo gli altri giocatori scappano il più lontano possibile, fermandosi solo quando sentono "STOP".

Chi era al centro deve cercare di colpire uno dei giocatori (si suppone il più vicino); se non ci riesce, i ruoli non cambiano, ma se colpisce qualcuno, questo diventa il nuovo giocatore che sta al centro.



<https://twinspace.etwinning.net/11187/home>

➤ **Regole del gioco:** Tutti i giocatori si devono fermare appena sentono che chi sta al centro dice "STOP" e non si devono muovere finché quello non lancia la palla per colpire un giocatore. Chi viola queste regole, diventa il nuovo giocatore al centro del cerchio.

➤ **Abilità fisiche e sociali coinvolte:** Gli studenti accresceranno il loro livello di allerta, di concentrazione e miglioreranno la motivazione e le abilità fisiche. Accresceranno anche le loro abilità strategiche.





PASSA 5



➤ **Numero di partecipanti:** 5-15

➤ **Attrezzatura necessaria:** Una palla, possibilmente da pallavolo

➤ **Breve descrizione del gioco:** I giocatori formano un cerchio; uno di essi inizia il gioco passando la palla ad un altro e dicendo a voce alta "uno". Il passaggio della palla continua finché non riceve la palla il quinto giocatore. Quest'ultimo diventa il lanciatore e deve colpire uno degli altri giocatori che, nel frattempo, devono scappare via.

Quando il lanciatore riesce a colpire uno dei partecipanti, questo viene eliminato, mentre, se non ci riesce, esce lui dal gioco. Il gioco va avanti finché non restano due giocatori che saranno i vincitori.



<https://twinspace.etwinning.net/11187/home>

- **Regole del gioco:** Il lanciatore non deve accanirsi contro la stessa persona ma scegliere a caso chi colpire.
- **Abilità fisiche e sociali coinvolte:** Gli studenti accresceranno il loro livello di allerta, di concentrazione e miglioreranno le abilità fisiche.





ALLA RICERCA D'ACQUA



➤ **Numero dei partecipanti:** 8 – 15



➤ **Attrezzatura necessaria:** Occhiali e flacone spray pieno d'acqua



➤ **Breve descrizione del gioco:** Ogni giocatore ha il ruolo di un animale. Per esempio, i giocatori diventano antilopi che vanno alla ricerca di una pozza per bere un pò d'acqua. Un giocatore diventa un animale da preda come un leone di montagna e, bendato, si siede in un cerchio fatto di bicchieri pieni di acqua, tenendo in mano un flacone spray d'acqua.

Le antilopi si avvicinano, ad una ad una, per prendere un bicchiere d'acqua e tornare indietro ai propri posti. Il leone non può vederli, ma agisce a seconda di ciò che sente e quando sente che un'antilope si avvicina, gli spruzza l'acqua. Il gioco termina quando tutte le antilopi si bagnano o hanno preso il loro bicchiere di acqua.

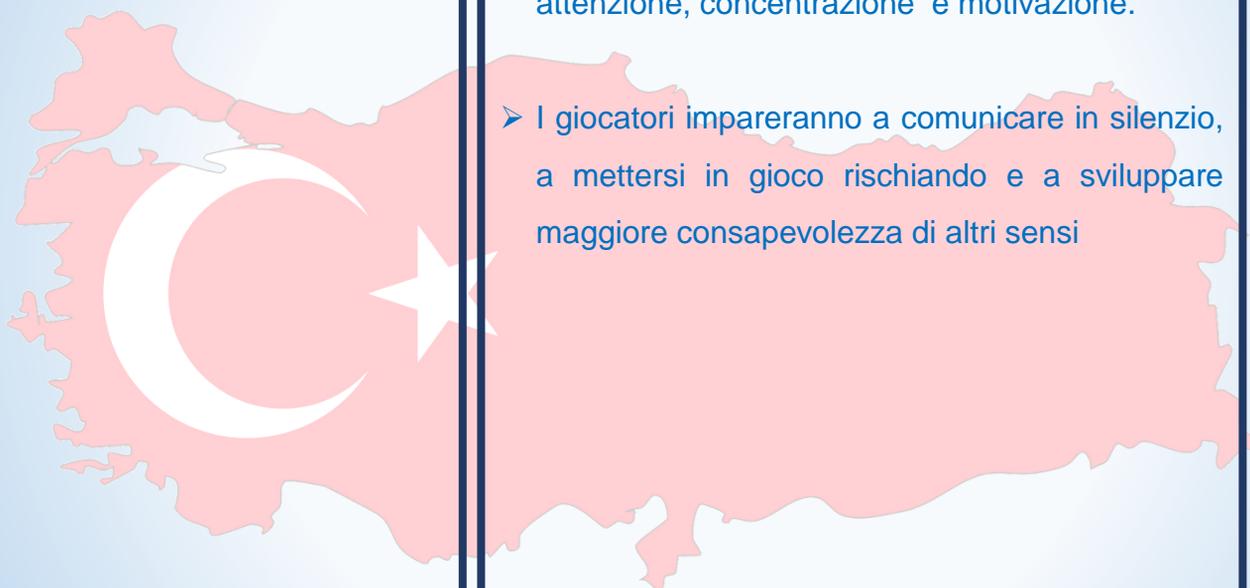


<https://twinspace.etwinning.net/11187/home>

➤ **Regole del gioco:** Quando un'antilope si bagna, significa che è fuori dal gioco.

➤ **Abilità fisiche e sociali coinvolte:** I giocatori saranno in grado di aumentare il loro livello di attenzione, concentrazione e motivazione.

➤ I giocatori impareranno a comunicare in silenzio, a mettersi in gioco rischiando e a sviluppare maggiore consapevolezza di altri sensi





CORSA COI SACCHI



- **Numero di Partecipanti:** 6-20 o più (per un numero pari)
- **Attrezzatura necessaria:** 4 o più (sempre in numero pari) sacchi grandi di materiale resistente, non scivoloso; 6/8 coni
- **Breve descrizione del gioco:** Può essere praticato all'interno o all'esterno. I partecipanti sono suddivisi equamente in due squadre. I coni sono posti su due linee parallele con spazio sufficiente tra loro. I giocatori delle due squadre devono saltare con le loro gambe nel sacco fino alla fine del percorso e ritorno.

- **Regole del gioco:** La prima coppia di giocatori di ciascuna squadra inizia il gioco. Ciascun giocatore tiene il sacco con le proprie mani all'altezza della propria vita e salta lungo il percorso muovendosi a zig-zag tra i coni sulla sua linea.
- Superato l'ultimo cono sulla linea, i giocatori fanno un'inversione a U e fanno il percorso inverso sempre saltando dentro il sacco. I partecipanti devono muoversi più veloce possibile senza lanciare i sacchi o non facendo i movimenti a zig-zag;



<https://twinspace.etwinning.net/11187/home>

➤ se lo fanno ricevono una penalità. Quando una squadra riceve 3 penalità perde, non importa quanto veloci siano stati. Quando il giocatore termina il percorso anche in ritorno e raggiunge la partenza, deve toccare il giocatore successivo della squadra che ha iniziato a saltare lungo il percorso. Se non ci fosse un sacco per ogni giocatore, questi deve attendere la consegna dal giocatore che termina il suo turno di corsa nel percorso.

➤ Vince la squadra i cui giocatori finiscono per primi e che hanno il minor numero di penalità.

➤ Il gioco può anche essere praticato senza i coni o altri ostacoli sul percorso.

➤ In tempi passati sassi o tronchi venivano usati al posto dei coni.

➤ **Abilità fisiche e sociali coinvolte:** I

partecipanti guadagnano velocità, agilità, buona coordinazione. Inoltre migliorano la tenacia, l'equilibrio, la forza. Uno dei più grandi vantaggi del gioco è che le persone di tutte le età possono partecipare e vincere; talvolta, i bambini più giovani sono migliori degli adulti. Lo spirito di squadra, la collaborazione, la correttezza e la competitività sono le più importanti abilità sociali sviluppate.





Lascio cadere il fazzoletto



- **Numero di Partecipanti:** 6-20 o più
- **Attrezzatura necessaria:** 1 fazzoletto
- **Breve descrizione del gioco:** Può essere praticato all'interno o all'esterno, a seconda dal tempo.
- I partecipanti creano un cerchio e si siedono o si accovacciano per terra. Uno di loro sta fuori dal cerchio e si muove velocemente intorno ad esso. Questo giocatore sventola un fazzoletto. Tutti i partecipanti cantano il verso: "Faccio cadere il fazzoletto, il cane lo sta trascinando, il cane mi sta inseguendo per un chilo di dolcetti".

- **Regole del gioco:** Il giocatore che si sta muovendo intorno al cerchio, deve far cadere il fazzoletto di nascosto dietro la schiena di qualcuno; deve farlo senza che nessuno lo veda e per questo può fare movimenti falsi come se stesse facendo cadere il fazzoletto più volte.

Dopo aver fatto cadere il fazzoletto, il giocatore deve iniziare a correre. Colui che si trova il fazzoletto alle spalle lo prende e inizia a rincorrere il giocatore.



<https://twinspace.etwinning.net/11187/home>

- Entrambi competono per conquistare lo spazio vuoto nel cerchio e chi arriva per primo, si inchina e prende posto nel cerchio. L'altro giocatore prende il fazzoletto e il gioco riprende.
- Il gioco può essere fermato in ogni momento. Il vincitore è il giocatore che conquista il posto nel cerchio più volte rispetto agli altri.
- **Abilità fisiche e sociali coinvolte:** Il gioco è divertente e permette la socializzazione tra i giocatori. I partecipanti sviluppano velocità, reattività, competizione. Il gioco aiuta anche a migliorare le proprie capacità di osservazione e l'abilità di giungere a conclusioni pianificate, sulla base dei comportamenti umani.





APRI I CANCELLI

- **Numero dei partecipanti:** 8-20 o di più (più sono, più è divertente)
- **Attrezzatura necessaria:** Nessuna
- **Breve descrizione del gioco:** Due dei partecipanti sono i “Generali”. Ogni Generale sceglie una password, per esempio “mela” o “pera”. Si mettono in piedi uno di fronte all'altro, sollevano le braccia e uniscono i palmi delle mani formando un “cancelli”. Gli altri partecipanti si muovono in cerchio, passando attraverso il cancello per essere divisi in due armate. Mentre si muovono dicono: “Ehi portinaio, apri i cancelli affinché passi il Re. Un cucchiaino, una ciotola, una pentola, un coperchio e un copri vivande. Alle parole “copri vivande” i due Generali abbassano le braccia e “chiudono il cancello”.

- **Regole del gioco:** Al partecipante che viene catturato tra le braccia dei Generali vengono dette le password; ne deve scegliere una e deve andare dietro il Generale la cui password ha scelto. La cosa si ripete finché tutti i giocatori sono stati catturati e le due armate sono state formate dietro ciascun generale.



<https://twinspace.etwinning.net/11187/home>

➤ La parte più divertente è quando le armate devono dimostrare la loro forza, disponendosi in fila indiana, una di fronte all'altra e ogni giocatore con le braccia, deve afferrare per la vita chi ha davanti. I generali, che sono i capofila, iniziano a tirare in direzione opposta. Vince l'armata che riesce a trascinare l'avversaria dalla sua parte.

➤ **Abilità fisiche e sociali coinvolte:** Il gioco è divertente se giocano molte persone. Stimola il divertimento attraverso il movimento e la socializzazione. Migliora la coordinazione, l'equilibrio e la forza fisica. Le abilità sociali più importanti sono lo spirito di squadra (i partecipanti sono letteralmente agganciati l'uno all'altro), la cooperazione, la fiducia e il sostegno reciproci.





IL GIOCO DEI GRUPPI



- **Numero di partecipanti:** 10 o più
- **Attrezzatura necessaria:** nessuna
- **Breve descrizione del gioco:** I gruppi rappresentano insiemi di bambini che devono formarsi e dividersi velocemente. All'inizio viene scelto un capo che avrà il compito di proporre il numero di individui che dovranno formare un gruppo. Questi potranno essere formati da 1 a 5 persone. Chi annuncia deve dire a voce alta i numeri pari e dispari in maniera alternata.

- Se, per esempio, il bambino dice il numero "tre" tutti i partecipanti devono formare gruppi da tre persone il più velocemente possibile. Quelli che sbagliano e formano gruppi di due o quattro persone, saranno eliminati per i giri successivi. Il gioco va avanti finché nessuno si raggruppa in maniera errata per tre turni consecutivi.



<https://twinspace.etwinning.net/11187/home>

➤ **Regole del gioco:** Gli studenti devono obbedire alle indicazioni del capo e muoversi velocemente di conseguenza. Quando tutti i gruppi sono formati, a nessuno è permesso di spostarsi fino al prossimo comando.

➤ **Abilità sociali e fisiche coinvolte:** le abilità qui coinvolte sono legate alla velocità di reazione, concentrazione, flessibilità e buona coordinazione motoria. Le abilità sociali invece si riferiscono alla cooperazione, alla gioia, al fare amicizia, al divertirsi, oltre che allo sviluppo della capacità di interazione e dello spirito di fair-play.





CONGELATO



➤ **Attrezzatura necessaria:** nessuna

➤ **Breve descrizione del gioco:** I giocatori delineano uno spazio di gioco la cui misura è scelta in base al numero dei partecipanti. E' preferibile che il campo sia ricoperto da erba perché possono verificarsi delle cadute pericolose. Inizialmente uno dei giocatori sarà individuato come "congelatore" che inseguirà gli altri partecipanti per toccarli.

➤ Quando uno dei partecipanti viene leggermente toccato, preferibilmente sulla schiena o sulla spalla, rimarrà immobile o "congelato". Il gioco va avanti finché anche l'ultimo giocatore sarà toccato e diventerà a sua volta il congelatore. Naturalmente è possibile che l'ultimo giocatore rimanga senza essere toccato abbastanza a lungo da indurre l'inseguitore ad arrendersi; in tal caso il congelatore sarà squalificato.



<https://twinspace.etwinning.net/11187/home>

➤ **Regole del gioco:** Coloro che son stati toccati devono rimanere in quella posizione finché il gioco non riinizia o nominando congelatore l'ultimo inseguito, oppure scegliendone uno nuovo se il precedente è stato squalificato per non essere stato in grado di toccare il nemico. Non è permesso intralciare o bloccare l'avversario in alcun modo; se dovesse succedere, il giocatore responsabile sarà eliminato.

➤ **Abilità sociali e fisiche coinvolte:** Gli studenti praticano abilità quali: corsa veloce in brevi tratti, coordinazione dei movimenti, orientamento, prendere decisioni, competizione, determinazione, capacità di ripresa, fair-play e pazienza.





CATCH AND PASS!



- **Numero di Partecipanti:** 10 o più
- **Attrezzatura necessaria:** palloni da pallamano

- **Breve descrizione del gioco:** Gli studenti sono sparsi nel campo di gioco in modo casuale. La distanza tra l'uno e l'altro non deve superare i 10 metri. In base al numero dei giocatori serviranno uno, due o tre palloni. Viene nominato un capo e questi potrà iniziare e fermare il gioco a suo piacimento. Quando questi grida "Via", i palloni vengono passati tra i giocatori, e quando urla "stop" i giocatori smettono di tirare i palloni.

- Gli studenti che non riescono ad afferrare i palloni vengono squalificati. L'attività viene interrotta quando il capo lo decide e viene ripresa inaspettatamente. Il gioco finirà quando il gruppo rimasto riuscirà a tenere il pallone o i palloni in aria per un tempo che il capo riterrà necessario.



<https://twinspace.etwinning.net/11187/home>

➤ **Regole del gioco::** Gli studenti devono passare la palla all'altezza del petto e a una velocità regolare, in modo che possa essere acchiappata. Inoltre, uno studente non può ricevere due palloni nello stesso momento. In questo caso chi ha passato il secondo pallone verrà squalificato. Infine, chi ha ricevuto il pallone non può restituirlo alla persona che glielo ha lanciato.

➤ **Abilità sociali e fisiche coinvolte:** Le abilità sono: coordinazione motoria, abilità nel tenere un pallone, reazione, attenzione distributiva, interazione di gruppo, prendere decisioni, cooperazione o fair-play.





LANCIO DELLA SCARPA

- **Nome del gioco:** Lancio della scarpa
- **Numero dei partecipanti:** 2 – 10 o più partecipanti.
- **Attrezzatura necessaria:** Una scarpa con i lacci.
- **Breve descrizione del gioco:** Il lancio delle scarpe è un antico gioco praticato all'aperto nel nord-est della Spagna. L'obiettivo: Lanciare la scarpa il più lontano possibile.

- **Regole del gioco:** Viene tracciata una linea di demarcazione dalla quale ciascuno effettuerà il lancio. I ragazzi, tutti in fila, si dispongono sulla linea con la scarpa in mano. Il gioco consiste nel lanciare in avanti la scarpa il più lontano possibile. La scarpa deve essere lanciata tra le gambe e al di sopra della schiena. Vince chi lancia più lontano.



<https://twinspace.etwinning.net/11187/home>

- **Abilità fisiche e sociali coinvolte:** Capacità di coordinamento visivo e motorio, consapevolezza dei movimenti del proprio corpo, controllo motorio, forza fisica, equilibrio, concentrazione, flessibilità, organizzazione dello spazio, cooperazione, interazione sociale, rispetto degli avversari e fair play.





CATALAN BOWLS

- **Numero di partecipanti:** 2 o più partecipanti
- **Attrezzatura necessaria:** Sei birilli grandi e tre piccoli.
- **Breve descrizione del gioco:** Catalan Bows è un antico gioco praticato all'aperto in Catalogna- Spagna. Obiettivo: Il principale obiettivo è rovesciare cinque dei sei birilli.
- **Regole del gioco:** Il gioco consiste in 9 lanci per giocatore, suddivisi in tre turni di tre lanci ciascuno. Ogni servizio prevede il lancio di 3 birilli piccoli. Il "Bowling" sarà formato da due file di tre colonne separate, considerando che il birillo piccolo dovrebbe essere in grado di passare attraverso i più grandi senza toccarli.



<https://twinspace.etwinning.net/11187/home>

➤ La distanza del tiro è di 11,5 per gli uomini e 9,5 metri per le donne di età superiore ai 15 anni. I bambini possono farlo più vicino, secondo la loro forza.

➤ **Abilità fisiche e sociali sviluppate:** Capacità di coordinazione visiva e motoria, focalizzazione, equilibrio, forza fisica e controllo, direzione verso un oggetto, adeguamento della forza, calcolo, decisione, adeguatezza osservazionale, creazione di tattiche a seconda del gioco in corso, competitività, pazienza nell'attesa del proprio turno, rispetto degli avversari e fair-play.





BUCK BUCK



- **Numero di partecipanti:** Due gruppi formati dallo stesso numero di partecipanti.
- **Attrezzatura necessaria:** nessuna
- **Breve descrizione del gioco:** Buck buck è un antico gioco praticato all'aperto in Spagna. Ha diversi nomi in Catalogna si chiama "Cavallfort". In Cantabria "Garbancito va". In Castiglia "Pico, zorro, zaina". In Galizia "Ovo, pico, araña".
- **Regole del gioco:** I giocatori di una squadra sono disposti in fila e formano una sorta di barriera di forma allungata; il primo giocatore (chiamato madre) appoggiandosi contro un muro, fa da supporto ai compagni, gli altri sono accovacciati con la testa tra le gambe del giocatore successivo.

- I giocatori della squadra avversaria saltano uno per uno sopra l'estremità della barriera, cercando di spostarsi il più avanti possibile e devono sedersi nel posto dove cadono; si possono aiutare spingendosi con le mani. Quando la squadra non riesce ad avere tutti i giocatori sulla barriera degli avversari, perde e si ferma. Una volta che tutti hanno saltato, il primo che ha saltato dice churro, mediamanga, mangotero, indovina un pò chi viene prima!



<https://twinspace.etwinning.net/11187/home>

➤ O altre formule simili (churro, manga, mediamanga, mangotero, indovinate che cosa ho nel puchero!), e va a sostenere la mano in mano (churro), il polso (manga), il gomito (mediamanga) o la spalla (mangotero). Quando la squadra avversaria indovina dove si ha la mano, i ruoli delle squadre sono invertiti.

Logicamente il primo giocatore della barriera (la madre), che vede ciò che accade, non può parlare. Quando non si indovina o il giocatore della barriera cade prima, i ruoli delle due squadre sono mantenuti e il gioco prosegue.

➤ **Abilità fisiche e sociali coinvolte:** Auto-consapevolezza della forza fisica, della flessibilità, della resistenza, della pazienza, della pianificazione, dello sviluppo di una strategia, seguendo quella sviluppata dalla squadra, processo decisionale, competenze di coordinamento motorie, disponibilità competizione.





GATTO E TOPO



➤ **Numero di partecipanti:** non c'è un limite

➤ **Attrezzatura necessaria :** nessuna

➤ **Breve descrizione del gioco:** Tutti i partecipanti (tranne due) formano un grande cerchio tenendosi per mano. Uno dei due rappresenta il topo e resta all'interno del cerchio, mentre l'altro, il gatto, rimane fuori.

➤ **Regole del gioco:** Lo scopo del gioco è catturare il topo. I due possono correre all'interno o all'esterno del cerchio, mentre il resto del gruppo aiuta il topo a scappare, alzando le braccia per dargli la possibilità di entrare e uscire dal cerchio.



<https://twinspace.etwinning.net/11187/home>

- Allo stesso tempo devono tenere le braccia abbassate per impedire al gatto di catturare il topo (talvolta si può anche 'barare' e dare la possibilità anche al gatto di rimanere fuori dal cerchio; il divertimento è assicurato). Quando il gatto riesce a catturare il topo, altri partecipanti prenderanno il loro posto; se non dovesse succedere, si stabilisce un tempo, e il gioco riparte con un'altra coppia.
- **Abilità fisiche e sociali e coinvolte:** questo attività ludica richiede un affiatato gioco di squadra, è importante cooperare e prendere delle decisioni collettive. È richiesta tenacia, forza fisica e velocità. È un gioco per tutte le età.





UNA CORONA

- **Numero dei partecipanti:** non c'è un limite
- **Equipaggiamento:** un palo o un supporto sul quale ci si possa appoggiare
- **Breve descrizione del gioco:** Un partecipante viene scelto per rappresentare **una corona**. Il resto del gruppo si riunisce intorno ad un palo, ad **una corona** e conta fino a 30 o a 50, mentre gli altri giocatori cercano un nascondiglio, da dove si possa vedere sia il palo, sia **la corona**.

- **Regole del gioco:** quando il giocatore che rappresenta la corona finisce di contare, inizia a cercare tutti, quando trova qualcuno corre verso il palo e urla 'Una Corona per..... (il nome del giocatore scoperto) un, due, tre' e il giocatore viene eliminato.



<https://twinspace.etwinning.net/11187/home>

➤ Nel frattempo, gli altri giocatori devono raggiungere il palo prima di lui per potersi salvare; se ci riescono, dovranno urlare '**una corona** per me un, due, tre'. Il gioco finisce quando tutti i giocatori vengono scoperti (trovati) o si salvano.

➤ **Abilità sociali e fisiche:** questo gioco richiede un affiatato gioco di squadra, è importante usare strategie, essere perspicaci e prestare molta attenzione. È inoltre richiesta tenacia, forza e velocità. È un gioco per tutti (per tutte le fasce d'età.)





SPEED DATE



- **Nome del gioco:** Breve Incontro
- **Numero di partecipanti :** 10-100
- **Attrezzatura necessaria:** Cronometro
- **Breve descrizione del gioco:** I partecipanti vengono divisi in 2 gruppi uguali e formano 2 cerchi uno di fronte all'altro. La distanza deve essere di almeno 25 cm uno dall'altro. Un partecipante resta fuori dal cerchio e ha il compito di condurre il gioco leggendo le domande. Appena letta la domanda, i componenti del cerchio interno iniziano a parlare per 30-60 secondi e poi è il turno di quelli del gruppo esterno.

- Il conduttore del gioco, suona la campana, dice alle persone del gruppo interno di non muoversi mentre gli altri si spostano a destra di un posto, trovandosi così di fronte un nuovo compagno. Legge altre domande, 7/8 scandite dal suono della campana e ogni partecipante deve rispondere.



<https://twinspace.etwinning.net/11187/home>

➤ **Esempi:**

- Una cosa alla quale tieni particolarmente
 - Qual è il luogo esotico dei tuoi sogni?
 - Se fossi un animale, quale animale vorresti essere e perché?
 - Se dovessi incontrare una persona famosa, chi vorresti incontrare?
 - Una delle cose più 'estreme' che hai fatto nella tua vita.
 - Se tu potessi guardare dietro una porta chiusa, da quale porta vorresti guardare e perché?
 - Puoi viaggiare nel tempo: in quale epoca ti piacerebbe vivere e perché?
- **Regole del gioco:** È possibile utilizzare questo gioco per presentare un gruppo ad un altro. Il conduttore del gioco può far fare le stesse domande a tutti o cambiarle spesso.
- **Abilità sociali e fisiche coinvolte:** saper ascoltare, parlare e far commenti sugli argomenti proposti.





LA RETE E I PESCI



- **Numero dei partecipanti:** 10 – 20 o di più
- **Attrezzatura necessaria:** Nessuna
- **Breve descrizione del gioco:** Un gioco molto attivo e divertente che può essere praticato all'aperto o al coperto. E' necessario molto spazio per correre. Il gioco è adatto per giocatori di qualsiasi età e abilità.
- **Regole del gioco::** I partecipanti di solito iniziano il gioco con una filastrocca divertente, facendo la conta per scegliere chi sarà il leader del gioco e per iniziare il gioco stesso. Il leader è soprannominato il pescatore mentre gli altri partecipanti sono i pesci. Questi ultimi diventano parte della rete quando vengono catturati dal pescatore e devono aiutarlo a prendere gli altri pesci.

- Il leader/pescatore inizia il gioco correndo e cercando di catturare uno dei pesci. Quando lui/lei riesce ad afferrare uno dei partecipanti che corrono tutti qua e là, quest'ultimo giocatore/pesce preso, prende una mano del leader e formano una piccola rete di due giocatori. Successivamente entrambi, tenendosi strettamente per mano, corrono a catturare un altro giocatore che si unisce anche alla rete.



<https://twinspace.etwinning.net/11187/home>

➤ In questo modo la rete diventa sempre più grande e più lunga tutte le volte in cui i giocatori (il pescatore e i suoi pesci nella rete) catturano un nuovo pesce. E' obbligatorio per i giocatori che corrono tutti insieme in una lunga linea come se fosse una rete, tenersi stretti per mano e non rompere la rete. Ogni nuovo giocatore che si unisce alla rete, deve prendere una mano solo del giocatore del lato destro o sinistro e solo i giocatori che corrono ai lati della rete possono catturare gli altri pesci. Il gioco finisce quando tutti i pesci vengono presi dal pescatore e dalla sua rete. L'ultimo pesce catturato di solito diventa il nuovo leader del gioco – il pescatore.

➤ **Abilità sociali e fisiche coinvolte:** Per i partecipanti le più importanti abilità sociali e fisiche coinvolte sono il lavoro di squadra, la collaborazione e la comunicazione tra loro per le decisioni comuni da prendere. Inoltre, i partecipanti migliorano la loro capacità di reazione e di coordinamento. Esercitano anche le loro capacità fisiche come l'agilità, la tenacia la velocità e la forza. Uno dei più grandi vantaggi del gioco è che le persone di tutte le età possono parteciparvi.





A STONE OR A TREE

- **Nome del gioco:** Un sasso o un albero
- **Numero dei partecipanti:** 10 – 20 o più
- **Attrezzatura necessaria:** nessuna
- **Breve descrizione del gioco:** un gioco molto attivo e divertente che può essere praticato all'aperto o al coperto. E' necessario molo spazio per correre. Il gioco è adatto per partecipanti di qualsiasi età e attitudine.
- **Regole del gioco:** i partecipanti di solito iniziano il gioco con una filastrocca divertente facendo la conta per scegliere chi sarà il leader del gioco e iniziare il gioco stesso. Il leader corre qua e là e cerca di toccare uno dei giocatori che lui/lei può trasformare in un sasso o in un albero.

- Quando il gioco inizia, tutti i giocatori cominciano a correre intorno al leader, cercando di evitare di essere toccati da lui/lei. Quando il leader tocca uno dei giocatori, lui o lei lo/la trasforma in un sasso o un albero, dicendo proprio le parole "Tu sei un sasso!" "Tu sei un albero!". Il giocatore che diventa un sasso deve inginocchiarsi o accovacciarsi sul suolo/pavimento per sembrare un sasso.



<https://twinspace.etwinning.net/11187/home>

➤ Il giocatore che diventa un albero deve stare in piedi con le gambe divaricate e le mani sollevate e allungate sui fianchi; a quel punto gli altri giocatori corrono qua e là e cercano di liberare quelli che sono sassi o alberi. Il leader deve sorvegliarli. Quando uno dei giocatori vuole liberare un sasso, lui/lei deve saltarlo; se invece desidera liberare un albero, un salvatore deve strisciare tra le gambe divaricate di un giocatore. Quando il numero dei partecipanti è basso, è possibile che il leader possa trasformare tutti gli altri giocatori in sassi o alberi e finire il gioco. Tuttavia, se ci sono molti partecipanti, è abbastanza difficile farlo; in tal caso, i giocatori stessi possono stabilire il tempo disponibile per giocare e per finire.

➤ **Abilità fisiche e sociali coinvolte:** I giocatori migliorano la loro capacità di reazione e di coordinamento; esercitano anche le loro abilità fisiche come la flessibilità, l'agilità, l'equilibrio e la velocità. Le persone di tutte le età e abilità possono partecipare al gioco che insegna ai partecipanti ad essere amici, ad aiutare quelli che hanno bisogno e a salvare gli altri.





IL TELEFONO ROTTO

- **Numero dei partecipanti:** 10 – 20 o di più. Più si è, più ci si diverte.
- **Attrezzatura necessaria:** Nessuna
- **Breve descrizione del gioco:** Un gioco molto divertente che può essere praticato all'aperto o al coperto. Il gioco è adatto a giocatori di qualsiasi età e abilità. Lo scopo del gioco è quello di ascoltare attentamente il giocatore seduto accanto a te in modo che tu possa pronunciare, correttamente, la parola che senti. Il gioco diventa divertente quando i giocatori non riescono a sentire la parola esatta e la passano agli altri giocatori con un errore.
- **Regole del gioco:** Tutti i giocatori sono seduti in una fila; il primo giocatore pensa una parola, deve bisbigliarla all'orecchio del giocatore che è seduto accanto; quello deve ripetere la parola che ha sentito, sussurrandola all'altro

giocatore seduto a fianco. In questo modo la parola passa tra i giocatori attraverso tutta la fila come se questa fosse una linea o un cavo telefonico. I giocatori non possono barare, devono ripetere esattamente la parola che hanno sentito in modo più silenzioso possibile così che nessuno nella fila possa sentirla eccetto il giocatore



<https://twinspace.etwinning.net/11187/home>

➤ al quale la parola viene trasmessa. (può essere ripetuta). Ognuno “trasmette” ciò che sente. L'ultimo giocatore deve dire alta voce la parola per controllare se è corretta; se il primo giocatore conferma che è la stessa parola che ha detto, sarà l'ultimo giocatore. Quando la parola non è corretta, ogni giocatore, iniziando dall'ultimo della fila, uno dopo l'altro, deve dire qual' è la parola che ha sentito. In tal modo si scopre chi ha capito male e ha fatto l'errore. Quando succede questo, il giocatore che ha sbagliato deve andare in fondo alla fila e diventa l'ultimo giocatore mentre il primo giocatore della fila è di nuovo il leader del gioco e pensa un'altra parola. Se il primo giocatore è abbastanza creativo nel pensare parole interessanti, può mantenere il ruolo di leader per molto tempo. I giocatori stessi decidono quando terminare il gioco che può essere praticato finché si vuole.

➤ **Abilità sociali e fisiche coinvolte:** I giocatori migliorano la loro creatività, la loro pazienza, la loro cortesia, la loro leadership e la loro capacità di collaborazione e comunicazione. Esercitano anche il lavoro di squadra e la socializzazione. Possono partecipare al gioco le persone di tutte le età e abilità.





MENS SANA



IN CORPORE SANO



SECONDA PARTE

IDEE E APPROCCI PRATICI PER INSEGNARE E METTERE IN ATTO ABILITA' SOCIALI ED EDUCAZIONE INCLUSIVA ATTRAVERSO LO SPORT E LE ATTIVITA' ALL'ARIA APERTA.

- | | | |
|--|--|-----|
| | SPORT E ATTIVITA' ALL'APERTO PER UN'EDUCAZIONE INCLUSIVA | 58 |
| | SPORT E ATTIVITA' ALL'APERTO PER PROMUOVERE PEER EDUCATION | 69 |
| | SPORT E ATTIVITA' ALL'APERTO PER SVILUPPARE COMPETENZE DI TEAM BUILDING AND LEADERSHIP | 75 |
| | SPORT E ATTIVITA' ALL'APERTO PER PROMUOVERE L'EDUCAZIONE ALLA SALUTE | 84 |
| | SPORT E ATTIVITA' ALL'APERTO PER COSTRUIRE UN ATTEGGIAMENTO COMPENSIVO E TOLLERANTE | 92 |
| | SPORT E ATTIVITA' ALL'APERTO CONTRO L'AGGRESSIVITA', LA VIOLENZA E IL BULLISMO | 95 |
| | SPORT E ATTIVITA' ALL'APERTO PER IL RICONOSCIMENTO DELLE COMUNITA' LOCALI | 101 |



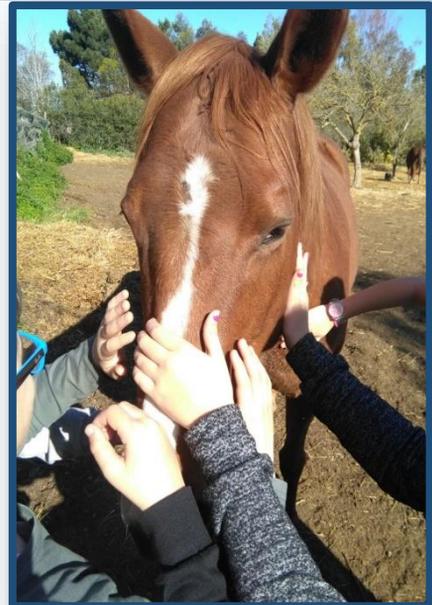
SPORT E ATTIVITA' ALL'APERTO PER UN'EDUCAZIONE INCLUSIVA



- **Nazione:** Italia
- **Argomento:** Approccio al cavallo
- **Nome dell'attività:** Varenne (Adoriamo i cavalli)
- **Tipo di attività:** Attività di gruppo con finalità educative
- **Partecipanti:** docenti e alunni di età compresa tra gli 11 e i 13 anni

Materiale necessario: cavalli e strumenti per la loro cura, spazzole, nettapiedi, mangime; abbigliamento sportivo.

Obiettivi Pedagogici: anche il cavallo rientra tra quegli animali che offrono la possibilità di attivare una particolare relazione con l'uomo attraverso un linguaggio pre-simbolico, che è lo stesso utilizzato dal "cervello emotivo", a cui fa capo la comunicazione analogica. Perciò si mostra particolarmente adatto a favorire l'inclusione di soggetti con difficoltà cognitive o comportamentali che mostrano la predisposizione ad utilizzare questo tipo di comunicazione, quella detta "di pancia", contribuendo allo sviluppo





dell'area emotiva e affettiva grazie all'affetto incondizionato che questo animale è in grado di offrire.

E ciò appare ancor più importante in virtù della fase dello sviluppo che i nostri alunni attraversano, la preadolescenza, fondamentale per la costruzione della loro identità ma, altresì, caratterizzata da una marcata instabilità emotiva.

Date queste premesse appare chiaro quanto, anche il solo prendersi cura del cavallo, nutrirlo, spazzolarlo, lavarlo e interagire con lui, attraverso tutti i canali sensoriali (verbale, visivo, tattile, ecc.), favorisca un miglioramento che interessa varie aree dello sviluppo.

A livello fisiologico, vi è un incremento della condizione generale di benessere, favorito dall'innalzamento delle endorfine, riscontrabile nei giovani come negli adulti.

Nell'area cognitiva si possono riscontrare progressi nelle capacità di attenzione e concentrazione, memoria e pensiero.

Relativamente alla sfera sociale, gli studenti, compresi quelli che hanno difficoltà o sono incapaci di interessarsi





ad un essere vivente o che non riescono a stabilire legami affettivi, mostrano un aumento della motivazione a comunicare, inizialmente con l'animale, e successivamente con le persone.

Breve descrizione dell'attività: Il

maneggio/allevamento è un luogo unico, a pochi minuti dalla città, lontano dal traffico, immerso nel verde; offre ampi spazi dove ragazzi e docenti possono concedersi, insieme, momenti unici in completo relax, respirando aria pura, a contatto con la natura e gli animali.

Il cavallo possiede caratteristiche uniche, il suo sguardo intenso trasmette calore, il contatto fisico è gratificante perché esso risponde alle carezze, all'affetto e alle cure offerti spontaneamente dai ragazzi e si concede totalmente dimostrando, a sua volta, gratitudine e piacere. Si genera così un intenso coinvolgimento emotivo e, anche dopo un solo incontro, nelle persone permane un senso di rilassamento, sia mentale che fisico, una sensazione di benessere che persiste per giorni.

Gli studenti hanno avuto la possibilità di muoversi liberamente nel maneggio,

con la supervisione dei docenti. Hanno appreso come nutrire, pulire, e prendersi cura dei cavalli. Hanno preparato le razioni di cibo, utilizzato e riposto l'attrezzatura. Hanno interagito con essi toccandoli, spazzolandoli, accarezzandoli e parlandoci.

Prendersi cura del cavallo anche attraverso la pulizia e il contesto ambientale, sono stati una continua fonte di stimolazione sensoriale, con notevole beneficio per docenti e alunni, anche per coloro che presentano deficit sensoriali, disturbi





cognitivi o dello spettro autistico che vedono spesso compromesse tali funzioni.

Anche gli alunni con bisogni educativi speciali.

Ruolo dell'insegnante: la funzione dei docenti è stata quella di guida e mediatore nell'interazione alunno/cavallo. L'esperienza vissuta si è rivelata preziosa occasione, oltre che per allentare tensioni e beneficiare insieme ai propri alunni dell'equilibrio fisico e mentale che apporta questo tipo di prova, anche per consolidare la relazione con essi, in quanto accomunati dalla medesima opportunità.

Una posizione privilegiata, quella dei docenti, che in tale contesto dove si crea socializzazione, interazione, hanno potuto fruire di un momento di crescita

interpersonale e sviluppare molte di quelle competenze necessarie per interagire adeguatamente ed efficacemente all'interno delle classi e/o negli incontri formali dei team di lavoro.

Ruolo dello studente: gli studenti hanno avuto la possibilità di apprendere la modalità di approccio corretto al cavallo, mediante l'attivazione di una comunicazione veicolata dal linguaggio corporeo che ha consentito loro di stabilire un'interazione con quest'animale poco familiare e dalle grandi dimensioni.





Abilità fisiche e sociali coinvolte:

attenzione visiva e coordinazione oculo-manuale. Le abilità personali, emotive e sociali sviluppabili mediante questa esperienza sono: auto-consapevolezza, empatia, saper gestire le emozioni, capacità di comunicare in modo efficace che possono essere declinate nei vari indicatori, tra cui: sviluppo del sé psichico e corporeo, miglioramento delle abilità comunicative, capacità di comunicare le emozioni gestione degli impulsi e dell'aggressività, rispetto per un altro essere vivente, incremento della fiducia in sé stessi, innalzamento dei livelli di autostima, acquisizione di regole comportamentali, promozione del senso di responsabilità, accoglienza della diversità, superamento dello stereotipo e del pregiudizio.





SPORT E ATTIVITA' ALL'APERTO PER UN'EDUCAZIONE INCLUSIVA



- **Nazione:** Italia
- **Argomento:** “Sport e inclusione»
- **Nome dell'attività :** Tutti in campo con l'atletica”
- **Tipo di attività:** attività mista, staffette, salto in lungo, corsa (60-80 m), lancio del vortex.
- **Partecipanti:** selezione di 20 partecipanti fra tutti gli alunni frequentanti la scuola secondaria di I grado; si tratta di alunni con differenti gradi di disabilità e dei loro compagni meritevoli (uno o due tutor per ciascuno di loro).

Materiale necessario: allenatore federal Fidar e Fidir, stadio, magliette (per la costituzione della squadra), attrezzatura vortex, ostacolini

Breve descrizione dell'attività: una volta alla settimana gli alunni destinatari del progetto, accompagnati da un/a rispettivo/a compagno/a di classe meritevole e dai docenti di sostegno, si recano presso uno stadio di atletica e vengono allenati dall'insegnante specializzato.





Ruolo dell'insegnante: attraverso il gioco e il tono di voce amichevole, si crea empatia con i ragazzi e si stabilisce un rapporto di reciproca fiducia finalizzato al conseguimento di piccole prestazioni sportive nelle discipline indicate. Insegnante e alunni condividono le esperienze del gioco/allenamento, fino ad ottenere alla fine, il risultato sperato che gratifica entrambi.

Ruolo dello studente: i ragazzi, attraverso il gioco e l'attività sportiva, imparano a correre, a seguire la propria corsia, a lanciare il vortex e a fare il salto in lungo con sicurezza; attraverso gli esercizi motori hanno la possibilità di favorire il piacere nel movimento e sperimentare nuovi schemi posturali e motori.

Oltre alle caratteristiche delle attività svolte, l'innovazione di questo intervento è rappresentata dall'opportunità di effettuare l'esperienza sempre in

abbinamento a compagni che non presentano difficoltà particolari. Di qui il vantaggio che ne consegue è duplice: poter svolgere attività in ambiente non "chiuso" e altamente inclusivo, poter socializzare e interagire con tutti i compagni, anche con quelli con cui a scuola abitualmente non interagirebbero. Questa tipologia di esperienza ha previsto, persino, la partecipazione alle attività in trasferta, durante la fase nazionale, quando i ragazzi e le ragazze, sono stati lontani dalle proprie famiglie per una settimana, in compagnia dei docenti. Anche in questa occasione hanno potuto migliorare e/o sviluppare diverse abilità.



Obiettivi pedagogici: Questo progetto rappresenta un'importante occasione per offrire ad alunni disabili l'opportunità di intraprendere un percorso legato al potenziamento della autonomia personale e sociale, dell'autostima e della fiducia in se stessi e all'acquisizione di competenze specifiche a livello sportivo. Lo sport garantisce una crescita psico-fisica armonica ,migliora la socializzazione ed è un mezzo per sviluppare l'identità personale. Di conseguenza, gli alunni hanno potuto conseguire il rispetto delle regole relative ad ogni disciplina sportiva e all'interno di uno specifico spazio (stadio di atletica), la capacità di controllare la naturale impulsività nell'attendere il proprio turno. Inoltre, hanno cercato di compensare gli effetti psicologici e organici derivanti dalla loro disabilità.

Abilità fisiche e sociali coinvolte:

Coordinazione motoria, capacità di adattamento negli spazi aperti (stadio di atletica), miglioramento posturale e della mobilità fisica in generale, acquisizione di maggiore fiducia in sé stessi, innalzamento dell'autostima, sviluppo

dell'autonomia personale, adattamento in ambienti sconosciuti, presa di coscienza del proprio corpo, ampliamento della maturità personale, aumento del livello di benessere generale, comprensione e rispetto delle regole comuni.





SPORT E ATTIVITA' ALL'APERTO PER UN'EDUCAZIONE INCLUSIVA



- **Nazione:** Italia
- **Argomento:** "Dall'integrazione alla scuola inclusiva"
- **Nome dell'attività:** "Siamo tutti diversi ma fatti della stessa pasta"
- **Tipo di attività:** laboratorio con finalità educative, organizzato in attività di gruppo in cui si ha la possibilità di sperimentare la cooperazione, la competizione e la riflessione.
- **Partecipanti:** 10 gruppi formati da 7/8 componenti ciascuno. I partecipanti possono avere dagli 11 ai 60 anni!

Materiale necessario: un pannello bianco di grandi dimensioni, su cui sono state precedentemente tracciati i confini geografici dei paesi partecipanti e delle sagome rappresentanti delle persone impegnate nel praticare svariati sport. Occorre anche della pasta colorata, della colla vinilica, delle foto raffiguranti gli stereotipi più comuni sugli italiani e dei foglietti su cui sono scritti i nomi di questi stereotipi.

Breve descrizione dell'attività:

Il laboratorio è strutturato in tre attività, ognuna delle quali stimola la riflessione sulla tematica dell'inclusione.

1. Simboli e slogan

Ruolo degli studenti: ogni gruppo deve scegliere un simbolo e uno slogan da dare alla propria squadra. Dopo averli trovati, li mostrerà agli altri gruppi e da quel momento in poi la squadra verrà identificata con quegli appellativi, nel corso delle varie attività.

Ruolo dell'insegnante: momento di riflessione: il docente farà alcune domande per capire se il gruppo ha portato avanti o meno un lavoro inclusivo.





2. Creiamo insieme

Ruolo degli studenti: i gruppi devono decorare un pannello bianco di grandi dimensioni, sul quale sono disegnati i confini geografici dei paesi partecipanti e delle sagome raffiguranti delle persone mentre praticano diversi sport. Tutto ciò verrà fatto con la collaborazione di tutti i membri del gruppo, sarà quindi un lavoro di squadra.

All'interno di ogni gruppo, bisogna decidere a chi verranno affidati i diversi compiti da svolgere.

Questa decisione verrà presa cercando di valorizzare le abilità e le competenze di ognuno.

Ruolo dell'insegnante: spiegare l'attività agli studenti. Nel grande pannello bianco sul quale si dovrà lavorare, sono raffigurate anche 12 stelle attorno ad una pallone da calcio. All'interno degli spazi bianchi del pallone si trovano le sagome dei paesi partecipanti: Italia, Spagna, Romania, Islanda, Lituania, Bulgaria e Turchia. Fuori dalla palla ci sono raffigurate le silhouette di alcune persone che praticano le sette attività sportive su cui si è focalizzato il progetto: atletica, basket, palla a mano, karate, rugby, pallavolo e sollevamento pesi.

In un altro pannello, più piccolo, è scritto il nome di questa attività: "Siamo tutti diversi ma fatti della stessa pasta", che gioca sul modo di dire italiano "Essere fatti della stessa pasta".

Ogni gruppo sceglie il paese che vuole decorare usando la pasta colorata. Dovrà utilizzare i colori della bandiera di quel paese in modo da riprodurre le rispettive bandiere nazionali. Per le figure rappresentanti i vari sport invece, potrà essere usata pasta di tutti i colori; ci sarà un giudice italiano che dovrà confermare il simbolo e

lo slogan. L'insegnante porterà i partecipanti del gruppo a riflettere su come si è giunti ad una decisione comune cercando di capire se le dinamiche di interazione che si sono create, sono state più o meno inclusive.

Modalità di svolgimento dell'attività: il primo giocatore mostra al secondo e al terzo una flash card (immagine o foto). Questi ultimi dovranno cercare all'interno di una scatola, il nome dello stereotipo rappresentato nella foto. Dopo averlo trovato, lo dovranno mostrare al quarto componente del gruppo, che dovrà verificare se l'immagine e il nome recuperato corrispondono (accanto a lui ci sarà un giudice italiano che dovrà confermare il verdetto). Se il nome selezionato non è corretto, il gruppo sarà penalizzato e avrà a disposizione solo due pezzi di pasta per completare il pannello. Se la risposta invece è corretta, il gruppo continuerà a giocare. Un quinto componente della squadra, dopo aver ricevuto il responso da parte del giudice, correrà verso il tavolo dove si trova la pasta colorata.





Lì troverà un sesto giocatore che gli darà i pezzi di pasta colorati di cui ha bisogno (un pezzo di pasta per ogni colore), per riempire le sagome degli atleti che praticano i vari sport. Il quinto giocatore prende la pasta e va ad incollarla sul pannello, aiutato da un adulto.

Costruzione di un nuraghe

Questo sarà il premio per il gruppo che finisce per primo, esso infatti dovrà costruire con le proprie mani un nuraghe.

Ruolo dell'insegnante: egli dovrà mostrare delle immagini raffiguranti un nuraghe in modo che gli studenti possano poi riprodurlo; dovrà inoltre, distribuire i ruoli tra i partecipanti: due persone dovranno scegliere la pasta colorata 'happy mais' dalla scatola, avendo cura nella scelta delle tonalità che dovrà avere il nuraghe. Essi dovranno passarla ai loro due compagni incaricati di costruire la struttura.

Ruolo degli studenti: attaccare tra loro i pezzi di pasta al mais colorata, utilizzando solamente dell'acqua. Essi devono cercare di riprodurre un nuraghe che sarà poi utilizzato come coppa per il progetto Erasmus+K2.



Competenze fisiche e sociali

coinvolte: Comunicare in maniera efficace con gli altri, esprimendo e sostenendo le proprie opinioni; interagire con i componenti del gruppo di lavoro, sia con gli amici che con le persone sconosciute fino a quel momento; organizzare lo spazio e il materiale necessario in maniera pratica e funzionale. Questo tipo di attività collaborativa incoraggia i ragazzi alla partecipazione, in quanto fa sentire ognuno di loro una risorsa utile per il gruppo.



SPORT E ATTIVITA' ALL'APERTO PER PROMUOVERE PEER EDUCATION



- **Nazione:** Turchia
- **Argomento:** Sport e Attività all'aperto mediante apprendimento tra pari
- **Nome dell'attività:** Stazioni di gioco
- **Tipo di attività:** Attività di gruppo
- **Partecipanti** Studenti tra i 10 e i 14 anni

Materiale necessario: I materiali

possono cambiare a seconda dello sport o dei giochi all'aperto da insegnare ai ragazzi

Breve descrizione dell'attività: Il docente sceglie alcuni studenti tra quelli che si sono offerti volontariamente e forma 4 o 5 gruppi. A ciascun gruppo viene assegnato uno sport o un gioco all'aria aperta su cui documentarsi (ad esempio Pallacanestro, Calcio, Tennis o Pallavolo). Ogni gruppo ha un limite di tempo durante il quale deve raccogliere informazioni dettagliate sullo sport

assegnatogli (materiali, regole, tecniche, ecc.). Una volta che i gruppi sono pronti, preparano delle 'aree di gioco' nel cortile o in palestra. Poi fanno vedere come si praticano questi sport, quali materiali occorrono, che regole ci sono e fanno una dimostrazione pratica. Nel frattempo, gli altri studenti visitano le 'aree di gioco' e imparano come si gioca.





Ruolo dell'insegnante: L'insegnante organizza e supervisiona.

Ruolo dello studente: Gli studenti che fanno parte dei gruppi fanno le ricerche, istruiscono, eseguono e collaborano.

Gli studenti che visitano le 'aree di gioco' osservano, eseguono e prendono parte alle attività.

Obiettivi pedagogici: Rendere gli studenti attivi nell'apprendere; dare agli studenti la possibilità di osservare, di fare e di apprendere da soli. Diminuire l'ansia per raggiungere il massimo beneficio nell'apprendimento. Socializzare e diventare responsabili del proprio apprendimento.

Abilità fisiche e sociali coinvolte: Gli studenti apprendono osservando e facendo da soli; si gestiscono e si danno dei compiti autonomamente. Si divertono imparando a conoscersi meglio, lavorando e trascorrendo del tempo insieme. Acquistano maggiore sicurezza e sviluppano abilità comunicative; inoltre, gli studenti più timidi diventano più attivi.





SPORT E ATTIVITA' ALL'APERTO PER PROMUOVERE PEER EDUCATION



- **Nazione:** Turchia
- **Argomento:** Sport e attività all'aperto per l'apprendimento tra pari
- **Nome dell'attività:** Prenota un educatore alla pari
- **Tipo di attività:** Istruire un pari
- **Partecipanti:** studenti tra i 10 e i 14 anni

➤ **Materiale necessario:** I materiali possono cambiare a seconda dello studente che richiede un istruttore alla pari

➤ **Breve descrizione dell'attività:** Questa attività prevede che le classi di studenti più grandi lavorino con quelle di studenti più giovani (ad es. terze medie con seconde, seconde con prime, prime con quinte della primaria). All'inizio del quadrimestre, il docente di educazione fisica sceglie tra gli studenti che si offrono volontariamente, degli educatori alla

pari. Quando uno studente di grado inferiore si accorge di avere difficoltà nel capire le regole di un gioco o nel fare alcuni movimenti di uno sport, richiede un istruttore alla pari, ossia, prenota un educatore tramite il docente. Il docente assegna a chi ne fa richiesta, un istruttore alla pari affinché lo aiuti e gli possa far superare il problema, lavorando insieme.





- **Ruolo dell'insegnante:** L'insegnante è organizzatore e supervisore.
- **Ruolo dello studente:** Far diventare gli studenti responsabili del loro apprendimento: gli studenti sono istruttori e collaboratori. Evitare che qualche studente rimanga indietro; abbassare il livello di ansia e fare sì che gli studenti traggano il maggior beneficio dall'apprendimento. Stimolare la socializzazione.

Abilità fisiche e sociali interessate:
Gli studenti apprendono osservando e facendo da soli. Diventano responsabili del loro apprendimento, si auto dirigono e auto impiegano, si divertono conoscendosi meglio, trascorrendo il tempo a lavorare insieme, acquisiscono maggiore sicurezza e sviluppano abilità comunicative. Inoltre, gli studenti timidi diventano più attivi.





SPORT E ATTIVITA' ALL'APERTO PER PROMUOVERE PEER EDUCATION



- **Nazione:** Turchia
- **Argomento:** Sport e Attività all'aperto mediante apprendimento tra pari
- **Nome dell'attività:** Ricambiare il favore: Apprendimento circolare
- **Tipo di attività:** Attività di gruppo
- **Partecipanti:** Studenti tra i 10 e i 14 anni

➤ **Materiale necessario:** I materiali possono cambiare a seconda dei giochi che gli alunni scelgono di fare

➤ **Breve descrizione dell'attività:** Questa attività prevede la partecipazione di più classi. Il docente di educazione fisica dà ad una classe di alunni più grandi (ad es. terza media) il compito di trovare un gioco e di scoprire tutto ciò che serve per insegnarlo ad una classe di alunni più piccoli (ad es. seconda media). Agli studenti viene dato del tempo per prepararsi. Quando sono pronti, vanno in una classe per insegnare il gioco; lo presentano, danno le informazioni in generale, spiegano le regole e fanno vedere come si gioca. Poi, le due classi si esercitano insieme. Quando la classe dei più giovani impara bene il gioco, va a sua volta ad insegnare l'attività in una classe di età inferiore

(ad es. prima media). In altre parole, ricambiano il favore. Lo stesso procedimento avviene tra queste ultime due classi. In seguito, la classe con gli alunni più giovani, sceglie un altro gioco e va ad insegnarlo ad una con alunni ancora più piccoli (ad es. quinta della primaria). In questo modo, tutte le classi creano un apprendimento circolare dal quale tutti traggono beneficio.





Ruolo dell'insegnante: L'insegnante organizza e supervisiona.

Ruolo dello studente: Gli studenti istruiscono, osservano, fanno pratica e collaborano, apprendendo in modo attivo.

Obiettivi pedagogici: Affidare agli alunni la responsabilità del loro apprendimento.

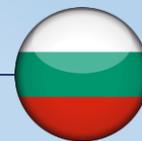
Aumentare la consapevolezza di essere in grado di aiutare i pari. Creare un ambiente amichevole a scuola. Far socializzare gli alunni.

Abilità fisiche e sociali coinvolte: Gli studenti imparano osservando e facendo da soli. Diventano consapevoli delle loro capacità e responsabili del loro apprendimento. Si divertono e imparano a conoscersi meglio, trascorrendo il tempo a lavorare insieme. Diventano più sicuri e sviluppano abilità comunicative. Inoltre, gli studenti timidi diventano più attivi.





SPORT E ATTIVITA' ALL'APERTO PER SVILUPPARE COMPETENZE DI TEAM BUILDING AND LEADERSHIP



- **Nazione:** Bulgaria
- **Argomento:** Lavoro di squadra e leadership
- **Nome dell'attività:** Sostieni e vinci
- **Tipo di attività:** gioco sportivo a gruppi
- **Partecipanti:** dai 6 ai 20 partecipanti di età superiore ai 9 anni

➤ **Materiale necessario:** una pallina da tennis, un campo pianeggiante (l'attività può essere svolta sia in uno spazio chiuso che all'aperto)

➤ **Breve descrizione dell'attività:** si gioca divisi in due squadre, con una pallina da tennis. I due lati opposti del campo sono contrassegnati da due linee e su ogni lato si trovano un canestro o un cerchio, dove la palla deve entrare per segnare un punto. Un giocatore tiene la palla e, rimanendo fermo in un punto (non si può muovere), la passa ai suoi compagni di squadra. Questi ultimi si possono muovere liberamente nel campo e si dispongono attorno a lui in modo strategico, per poter ricevere la palla. Una volta preso possesso della palla, essi la dovranno tirare verso il bersaglio per riuscire a segnare un punto. I giocatori della squadra avversaria nel frattempo, tengono d'occhio le mosse dei loro rivali senza però poterli toccare. Essi possono cercare di prendere possesso della palla

solo mentre questa si trova in volo e non è ancora stata afferrata. Quando viene segnato un punto, il gioco riprende dal centrocampo. Le due squadre decidono prima dell'inizio della partita, quanto essa debba durare. Vince la squadra che segna più punti entro il tempo limite prefissato.

Ruolo dell'insegnante: l'insegnante istruisce i giocatori sulle regole del gioco prima dell'inizio della partita in modo che la stessa si possa svolgere in piena sicurezza. Egli ribadisce lo scopo del gioco e le abilità che ognuno di loro può sviluppare attraverso





di esso. Inoltre, incoraggia i giocatori a collaborare tra loro, coinvolgendo tutti (sia i giocatori più forti che quelli meno abili), facendoli riflettere sul fatto che ognuno sia una risorsa per la squadra, proprio in virtù delle proprie peculiarità.

L'insegnante può anche arbitrare la partita.

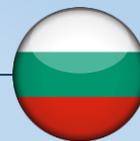
- **Ruolo dello studente:** gli studenti partecipano attivamente al gioco, utilizzando al meglio le proprie capacità e armonizzandole con quelle dei propri compagni di squadra, all'interno nel contesto mutevole di una partita.
- **Obiettivi pedagogici:** il gioco aiuta i partecipanti a sviluppare lo spirito di squadra e la capacità di interagire con gli altri per raggiungere un obiettivo condiviso. Le squadre infatti sono composte da giocatori con capacità e predisposizioni diverse, che loro dovranno mettere a disposizione della squadra, utilizzando le proprie tattiche e in modo che le risorse di ciascuno

- concorrano al raggiungimento dell'obiettivo comune. E' così che essi si rendono conto che ogni singolo componente del gruppo è indispensabile alla squadra, sia con i suoi punti di forza che con le sue debolezze.
- **Abilità fisiche e sociali coinvolte:** prontezza di riflessi, agilità, capacità di orientarsi nello spazio, compiendo dei movimenti rapidi, con bruschi cambiamenti di direzione; presa di coscienza delle proprie reali abilità; capacità di prendere delle decisioni in modo veloce; spirito di squadra, abilità di pensiero nell'interesse del gruppo, mettendo da parte le proprie ambizioni personali, per raggiungere in obiettivo comune; collaborazione, sostegno ai compagni di squadra, capacità di leggere e comunicare attraverso il linguaggio non- verbale.





SPORT E ATTIVITA' ALL'APERTO PER SVILUPPARE COMPETENZE DI TEAM BUILDING AND LEADERSHIP



- **Nazione:** Bulgaria
- **Argomento:** Lavoro di squadra e leadership
- **Nome dell'attività:** “Uno per tutti, tutti per uno”- Insieme si ottiene di più”
- **Tipo di attività:** laboratorio su come creare i gruppi.
- **Partecipanti:** dai 14 ai 50 partecipanti di età superiore ai 10 anni

- **Materiale necessario:** da 2 a 7 serie di numeri da 1 a 7 (in base a quante squadre si possono formare), da 2 a 7 cartelle contenenti dei fogli di carta, una penna, cartelletta rigida (flipchart) e dei pennarelli.

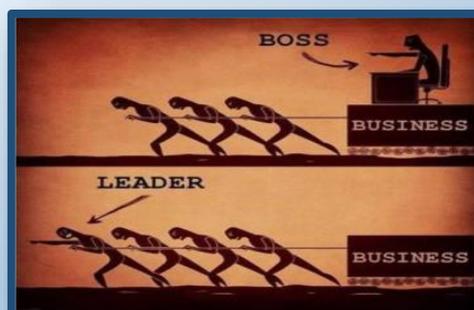
- **Breve descrizione dell'attività:**

- **1. Formazione dei gruppi-** Tutti i partecipanti estraggono un numero, che può andare da 1 a 7. In questo modo si possono formare delle squadre composte da coloro che hanno estratto lo stesso numero.

- **2. Discussione-** Per comprendere i principi fondamentali del lavoro di squadra, i partecipanti vengono coinvolti in una discussione che toccherà i seguenti punti:
Che cos'è un gruppo? Un gruppo è un insieme di persone unite da uno scopo comune, a cui ad esempio è stato richiesto di svolgere un compito, un progetto o lavoro. I membri di un gruppo accettano volontariamente di seguire determinate regole condivise. **Che differenza c'è tra un gruppo-squadra ed un semplice gruppo di persone?** Non tutti i gruppi hanno uno scopo comune da raggiungere, basta pensare ad un gruppo di persone che aspettano insieme l'autobus alla fermata.

- **Perché le persone lavorano in gruppo?**

Non tutti sono bravi a lavorare in squadra, questo tipo di attività richiede diverse competenze complesse come del resto molte altre attività dei giorni nostri. **Quali sono gli aspetti positivi del lavoro di gruppo?** I componenti del gruppo si aiutano e sostengono a vicenda, sfruttando al massimo i propri punti di forza e minimizzando i punti deboli di ciascuno. In questo modo è possibile svolgere il compito assegnato al meglio, ottenendo dei risultati migliori rispetto al semplice lavoro individuale. Si possono anche risparmiare tempo e risorse e i contatti che i membri del gruppo stabiliscono tra loro, possono ritornare utili per future collaborazioni. Infine, migliora la propria capacità di lavorare in gruppo.





- **3. Principi fondamentali del lavoro di squadra- Ad ogni gruppo viene richiesto di:** *A/pensare ad un nome da darsi* *B/pensare a delle regole che il proprio gruppo dovrà seguire* *C/ pensare a delle penalità da applicare a chi non le rispetta.*

Ad ogni gruppo viene concesso del tempo per discutere su questi punti e per mettere per iscritto le decisioni prese, che dovranno essere illustrate agli altri gruppi e motivate. Le regole vengono poi riassunte e scritte su una lavagna. Alcuni esempi di regole sono: 1) Tutti i membri del gruppo devono prestare ascolto agli altri e a loro volta essere ascoltati. 2) I componenti del gruppo devono rispettarsi a vicenda. 3) Ognuno deve fare del proprio meglio per sostenere ed aiutare gli altri. 4) Quando si verifica un conflitto, tutti i membri del gruppo devono negoziare per risolverlo: ognuno espone il proprio punto di vista, le proprie esigenze e le aspettative che ha nei confronti degli altri. Fatto questo, è necessario arrivare ad un punto d'incontro. 5) Tutti i componenti del gruppo partecipano attivamente, si dividono tra loro i ruoli e le attività da svolgere.

- **4. Aspetti del lavoro di gruppo:** ad ogni gruppo viene richiesto di: *A/fare degli esempi di lavoro di gruppo* *B/dire quali sono gli aspetti più importanti del lavoro di gruppo* (pianificazione il lavoro o le attività da svolgere, fare un resoconto dei risultati raggiunti e delle dinamiche di relazione positive o negative che si sono instaurate

all'interno del team, i ruoli attribuiti ai vari partecipanti) *C/ completa la frase "Una buona squadra..."* è fortemente motivata, aperta e trasparente, realizza bene i progetti che le vengono assegnati, dà valore alle opinioni e ai contributi di tutti, riesce a gestire le divergenze d'opinione e i conflitti, utilizza al massimo le risorse di cui dispone.





➤ **5. Ruoli all'interno del gruppo:** per essere efficiente, un gruppo deve distribuire dei compiti specifici ad ognuno dei suoi membri, in base alle abilità e competenze che ognuno possiede e anche alle proprie preferenze. I ruoli all'interno di un gruppo, si suddividono in quattro categorie: **ESPLORATORE**, **CONSIGLIERE**, **ORGANIZZATORE**, **CONTROLLATORE**. **Compito pratico:** ognuno deve individuare il proprio ruolo in accordo con gli altri componenti.

➤ **6. Strumenti utilizzati nel lavoro di gruppo: A/BRAINSTORMING-** I partecipanti esprimono le proprie idee su un determinato argomento in maniera spontanea e immediata, senza riflettere troppo a lungo sul tema. Tutti i suggerimenti vengono messi per iscritto e discussi. Il team ne sceglierà uno da sviluppare, sul quale lavorare. Spesso le idee più insolite risultano essere le migliori, in quanto riescono a presentare la situazione da una prospettiva nuova ed originale. **B/CONSENSO-** Il team ha preso una decisione condivisa dai vari membri, tutti sono infatti sicuri del fatto che essa sia la cosa migliore da fare per il gruppo,

nonostante alcuni siano dovuti scendere ad un compromesso per arrivare ad un accordo comune. **Pratica:** Decidere chi invitare a cena. **C/ RISOLUZIONE DEI**

➤ **CONFLITTI E DEI PROBLEMI -** Obiettivo principale è imparare a mediare in maniera efficace in modo da riuscire ad andare oltre le varie divergenze che ci possono essere. Ogni partecipante esprime chiaramente quello che si aspetta dagli altri e ciò che è disposto a dare in cambio. Ci sono cinque tipi di comportamento osservabili in caso di conflitto denominati come segue: **TARTARUGA:** evita le discussioni, non prende parte ad esse; **ORSETTO:** cerca di riportare la calma nel caso ci siano tensioni; **VOLPE:** fa da mediatore e cerca di arrivare ad un compromesso; **SQUALO:** discute e litiga con gli altri; **GUFO:** collabora con gli altri e cerca di appianare le divergenze. E' importante che i membri si incoraggino a vicenda a partecipare quando si prendono delle decisioni.





7. Attività e giochi di gruppo: A/un caso

studio- una madre controlla il profilo Facebook di suo figlio e scopre che un ragazzo vuole fare a pugni con lui. Come le consiglieresti di reagire? **B/gioco di squadra che prevede l'uso del linguaggio del corpo- "Il mimo"** - Ogni gruppo deve illustrare il nome del proprio libro o del film preferito attraverso il solo uso della mimica facciale e dei movimenti del corpo. Gli altri gruppi devono indovinare di che cosa si tratta. **C/ gioco di squadra che prevede l'uso del linguaggio del corpo- "Statue"** Ogni gruppo deve rappresentare un monumento o un panorama famoso attraverso il linguaggio del corpo (gesti, espressioni facciali ecc.) **D/ gioco di squadra che prevede l'attività fisica- "Non rompere il cerchio"** - Ogni gruppo si dispone in cerchio ed ogni partecipante è collegato agli altri per mezzo di una penna, che i due giocatori tengono alle estremità opposte. Il cerchio si deve muovere in una direzione, senza che i membri lascino cadere le penne. Vince il gruppo che si muove più a lungo senza far cadere la penna. La disposizione a cerchio, dà ai partecipanti la sensazione di appartenere ad un 'tutto' più grande, si crea un collegamento tra loro che richiede una costante collaborazione per essere mantenuto.

8. Leadership- I partecipanti sono coinvolti in una breve discussione attraverso una serie di domande, che hanno lo scopo di permettere loro di condividere l'esperienza che hanno fatto e

di definire chiaramente quali sono le caratteristiche che un leader deve possedere. Le domande poste sono: **Qual è la responsabilità principale di un leader?** Un leader è colui che conduce ed esercita la propria influenza sui componenti di un gruppo. **Che differenza c'è tra un leader che emerge informalmente in un gruppo ed uno selezionato formalmente, come ad esempio un manager in un'azienda?** Nel primo caso il leader non è stato investito ufficialmente dell'autorità per condurre un gruppo, ma riveste questo ruolo in virtù del rispetto e della fiducia che i membri di un gruppo hanno riposto in lui. Egli lavora sinceramente perché il gruppo raggiunga il suo scopo, si assicura che ogni componente sia a proprio agio e riesca nel suo compito. Ad un leader selezionato formalmente invece, questo ruolo è stato conferito in maniera ufficiale, da un'autorità maggiore esterna al gruppo. **Che caratteristiche dovrebbe possedere un leader di successo?** Egli deve saper ispirare le persone, guidarle attraverso il suo esempio, saper dare istruzioni, avere il coraggio di rischiare e sapersene assumere la responsabilità, essere ambizioso, avere carisma, sapersi appassionare, essere intraprendente, riuscire a fare appello alla motivazione degli altri e riconoscere i meriti.



Ruolo dell'insegnante: l'insegnante funge da facilitatore. Egli dà istruzioni sulle varie attività ai partecipanti, li motiva e spiega loro gli scopi per cui esse vengono svolte. Guida e modera le discussioni, interagisce con i gruppi e fa il punto della situazione sui risultati ottenuti.

Ruolo degli studenti: essi partecipano attivamente alle varie attività e devono utilizzare al meglio le loro competenze, in collaborazione con quelle degli altri componenti del gruppo, in modo da creare la giusta sinergia che li porti a raggiungere l'obiettivo comune.

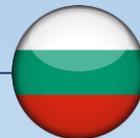
Obiettivi pedagogici: questa metodologia consiste in una serie di attività che possono essere proposte dagli insegnanti per far avere agli studenti un primo approccio al lavoro di gruppo e poter, in questo modo, prendere coscienza delle qualità necessarie per esercitare la leadership e per essere dei buoni membri di un gruppo. Coloro che hanno già avuto esperienza di attività di gruppo, possono comunque prendere consapevolezza delle buone pratiche e delle dinamiche efficaci che stanno alla base del funzionamento del gruppo. Infatti, queste ultime vengono analizzate da una prospettiva scientifica, si osservano e si descrivono quali sono i comportamenti produttivi, cosa ci si aspetta dai componenti

di un gruppo, cosa essi dovrebbero aspettarsi dai propri compagni, come andare oltre i loro punti deboli e armonizzare le differenze tra loro. Alcune parti del laboratorio possono essere utilizzate singolarmente, come moduli autonomi, per svolgere delle lezioni, training o attività educative varie.

Competenze sociali e fisiche coinvolte:

Tolleranza e rispetto per gli altri; negoziazione e capacità di risolvere, con prontezza e velocità, i problemi che insorgono durante le attività; capacità di valutare realisticamente le proprie ed altrui abilità e competenze e, in base a ciò, attribuire ad ognuno i ruoli e i compiti più adatti.



SPORT E ATTIVITA' ALL'APERTO PER SVILUPPARE
COMPETENZE' DI TEAM BUILDING AND LEADERSHIP

- **Nazione:** Bulgaria
- **Argomento:** lavoro di squadra e leadership
- **Nome dell'attività:** Sei capace di lavorare in un gruppo?
- **Tipo di attività:** lavoro di gruppo e compilazione di un questionario sulla leadership. Si può rispondere sia individualmente che in gruppo; sia oralmente, facendolo diventare un momento di discussione, che per iscritto; in modo anonimo oppure scrivendo il proprio nome sul foglio; i risultati possono essere analizzati insieme all'intero gruppo oppure individualmente.
- **Partecipanti:** il numero può variare; l'età deve essere superiore ai 10 anni.

Materiale necessario: *fotocopiatrice o stampante, fogli di carta.*

Breve descrizione dell'attività: ogni partecipante riceve una copia del questionario che dovrà compilare scegliendo le risposte che ritiene più appropriate alle dieci domande poste.

1. Quando devi svolgere un compito al tempo stesso importante e difficile, cosa fai?

1 a/ preferisci eseguirlo da solo-2 b/ cerchi di coinvolgere delle altre persone nello svolgimento del compito-3 c/ ti rifiuti di svolgerlo.

2. Credi che: 1 a/ ognuno dovrebbe portare avanti il proprio lavoro da solo-1 b/ quando un compito viene svolto da più persone, è difficile che esso venga eseguito bene-2 c/ un compito viene svolto meglio da un gruppo di persone che lavorano insieme-3

3. Devi lavorare con un gruppo di persone che non conosci. Che cosa fai?

a/ Cerchi di conoscere i tuoi compagni di

gruppo e di scoprire la loro qualità-3 b/ ti senti a disagio e non provi nemmeno a stabilire un contatto con i tuoi compagni di gruppo-1 c/ ti senti intimidito dal gruppo ma provi comunque ad entrare in relazione con gli altri partecipanti.

4. In base a che cosa scegli delle persone con cui lavorare in gruppo?

a/ sono tuoi amici-2 b/ le ritieni capaci di portare a termine un lavoro-3 c/ sono persone che ti piacciono e con cui ti diverti.

5. Quando lavori in gruppo come ti comporti?

1 a/ sei un membro attivo del gruppo, partecipi alle discussioni e collabori quando ci sono da prendere decisioni condivise-3 b/ aspetti che gli altri ti dicano cosa fare-2 c/ tendi a dire agli altri quello che devono fare.

6. Quando lavori in gruppo...

1 a/ rispetti gli altri e ascolti la loro opinione-2 b/ tendi a trovare un accordo con facilità-3 c/ ti senti in difficoltà perché non trovi semplice seguire le regole per far funzionare un gruppo.



7. Cosa fai se nel gruppo sorge un conflitto? a/ cerchi di trovare una soluzione che metta d'accordo entrambe le parti- b/ continui a sostenere il tuo punto di vista perché pensi di essere nel giusto- c/ abbandoni il gruppo.

8. Pensi che un leader... 1 a/ dovrebbe fare la maggior parte del lavoro mentre gli altri componenti del gruppo dovrebbero solo essergli d'aiuto-2 b/ dovrebbe distribuire i compiti da svolgere equamente tra tutti i componenti del gruppo-3 c/dovrebbe lasciare che ogni membro del gruppo faccia quello che vuole.

9. Un bravo leader è colui che...1 a/ ha carisma ed è accomodante-2 b/ è responsabile ed esigente-3 c/ sa motivare gli altri ed ispirarli.

10. Credi che un leader dovrebbe: 1a/ comportarsi come un componente del gruppo- 2b/ avere una posizione di superiorità rispetto agli altri e affermare la sua autorità-3 c/ guidare il gruppo attraverso il suo esempio.

Risultati: da 0 a 10 punti- non sei pronto per il lavoro di gruppo, prova a superare la tua timidezza o il tuo individualismo e rimarrai sorpreso dall'esito; **dagli 11 ai 20 punti:** hai una certa esperienza nel lavoro di squadra, ma dovresti diventare più attivo nelle dinamiche di gruppo ed imparare a sostenere maggiormente i tuoi compagni; **dai 21 ai 25 punti:** sai lavorare bene in gruppo/squadra, tuttavia, dovresti migliorare il

modo in cui ti relazioni agli altri e controllare la tua tendenza a comandare; **dai 26 ai 30 punti:** sai esser un ottimo membro di gruppo/squadra, in quanto tale potresti aiutare gli altri a migliorarsi.

Competenze fisiche e sociali coinvolte: capacità di autovalutazione e sviluppo delle proprie competenze.





SPORT E ATTIVITA' ALL'APERTO PER PROMUOVERE L'EDUCAZIONE ALLA SALUTE



- **Nazione:** Romania
- **Argomento:** Sport e attività all'aria aperta per promuovere uno stile di vita sano
- **Nome della attività:** "Scelte intelligenti per condurre uno stile di vita sano ed attivo"
- **Tipo di attività:** il gioco a gara
- **Partecipanti:** studenti dai 10 ai 14 anni di età. Il numero dei partecipanti può variare da 10 a 30.

- **Materiale necessario:** varie immagini rappresentanti diversi tipi di frutta e verdura; figure raffiguranti varie tipologie di "cibo spazzatura" che costituiranno gli "intrusi" all'interno del gioco; palloni di diverse dimensioni, delle scatole, dei coni ed un fischietto.
 - **Breve descrizione dell'attività:** L'attività proposta è suddivisa in tre sfide (alle quali ne possono essere aggiunte delle altre se lo si ritiene necessario). La squadra che ottiene il maggior numero di punti, vince.
 - 1. Nella prima parte del gioco gli studenti vengono divisi in due squadre, ognuna delle quali si posiziona su una linea, in modo da ritrovarsi una di fronte all'altra. Nella metà del campo da gioco vengono posizionate delle scatole contenenti dei palloni su cui sono raffigurate le immagini di diversi tipi di frutta, verdura e cibo spazzatura.
- Accanto all'ultimo giocatore di ogni fila, si troverà un'altra scatola vuota che dovrà essere riempita con le palle di frutta e verdura raccolte nel cesto comune e scelte in base alle richieste dell'insegnante che indicherà di volta in volta quale alimento bisogna andare a recuperare. Il docente dirige il gioco: egli sta sulla linea di metà campo e dice a voce alta ciò di cui "ha bisogno", ad esempio: "Voglio dell'insalata!" o altri tipi di cibo sani le cui immagini sono raffigurate sui palloni. Egli può anche semplicemente fare richiesta di un alimento di un colore specifico, ad esempio rosso o verde.





- Dopo il fischio iniziale, un giocatore per squadra correrà più veloce che può verso la metà campo, dove sono stati posizionati i canestri pieni di 'frutta, verdura e cibo spazzatura'. Egli dovrà trovare la palla raffigurante l'alimento che è stato richiesto dal professore, prenderla e portarla nel cesto della propria squadra. A questo punto tocca al secondo giocatore, che dovrà affrettarsi a trovare il secondo alimento richiesto. Si può prendere solo un pallone alla volta.
- Vince il gruppo che riesce a recuperare il maggior numero di palle nel minor tempo.
- Prima di dichiarare il vincitore, l'insegnante ha il compito di verificare che i palloni recuperati siano quelli esatti, cioè che su di essi ci siano le immagini del cibo di cui è stata effettivamente fatta richiesta.
- 2. Per rendere il gioco più complicato e avvincente, possono essere apportate le seguenti modifiche:
 - - posizionare degli ostacoli, ad esempio dei coni, nel percorso che i giocatori devono compiere per arrivare alla scatola a metà campo.
 - - subito dopo aver preso la palla dalla scatola, i partecipanti dovranno dire a voce alta il nome dell'alimento sulla palla ed il nome di un principio nutritivo da esso contenuto (es. mela, vitamine). Vince il gruppo che descrive correttamente il maggior numero di alimenti e riesce a portare nel proprio cesto il maggior numero di palloni, nel minor tempo possibile.
 - **Ruolo dell'insegnante:** l'insegnante ha innanzitutto il compito di spiegare agli studenti le regole del gioco. Egli deve inoltre dare le
- informazioni necessarie sui vari alimenti e sui principi nutritivi in essi contenuti, prima che inizi la partita. Possedere queste nozioni basilari permetterà agli studenti di avere gli strumenti necessari non solo per vincere il gioco ma anche per condurre uno stile di vita sano. Sarà il docente a premiare il gruppo vincente, che risulterà essere non solo il più veloce, ma anche quello che ha appreso il maggior numero di informazioni sull'alimentazione corretta.
- Infine l'insegnante arbitra la gara assicurandosi che i giocatori rispettino le regole.
- **Ruolo degli studenti:** attraverso questa attività educativa di tipo ludico, gli studenti hanno l'opportunità di apprendere varie informazioni che saranno loro utili per alimentarsi in modo sano. Alimentarsi correttamente permette di avere le energie necessarie per affrontare al meglio le varie attività della nostra vita quotidiana. Gli studenti potranno prendere coscienza del valore nutritivo dei diversi tipi di cibo e potranno in questo modo scegliere, consapevolmente, di seguire una dieta sana.





- **Obiettivi pedagogici:** l'ora di educazione fisica non dovrebbe essere l'unica occasione per gli studenti di fare esercizio fisico. Fare movimento è infatti necessario per condurre uno stile di vita sano. Abbiamo bisogno di vitamine, sali minerali e tutti gli altri principi nutritivi necessari per far funzionare al meglio il nostro organismo. Dove troviamo queste sostanze di cui il nostro organismo ha bisogno? Nel cibo che mangiamo ovviamente. Le nostre scelte a riguardo hanno un impatto diretto sul nostro benessere presente e futuro. La scelta di proporre agli studenti questo tipo di attività, è finalizzata alla promozione di uno stile di vita sano. Si vuole infatti, far prendere loro coscienza di quanto sia importante ciò che mangiamo e allo stesso tempo fare movimento all'aria aperta. L'obiettivo è renderli maggiormente consapevoli delle proprie scelte alimentari, in modo che siano in grado di scegliere tra gli alimenti sani, quelli necessari al corpo per rifornirsi delle energie di cui ha bisogno durante il corso della giornata per funzionare in maniera ottimale.
- L'attività proposta ha anche lo scopo di far sviluppare la capacità di attenzione degli studenti, la loro prontezza di riflessi e di promuovere una sana competizione tra loro.
- **Competenze fisiche e sociali coinvolte:** dopo aver appreso le nozioni necessarie per fornire al proprio corpo le energie indispensabili per farlo funzionare al meglio, gli studenti avranno l'occasione di metterlo in moto e di sviluppare la motricità globale, l'agilità, la prontezza di riflessi, la capacità di orientarsi nello spazio e nel tempo.





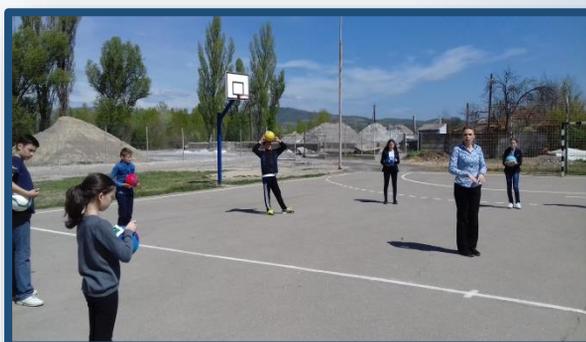
SPORT E ATTIVITA' ALL'APERTO PER PROMUOVERE L'EDUCAZIONE ALLA SALUTE



- **Nazione:** Romania
- **Argomento:** Sport e attività all'aperto per promuovere educazione alla salute
- **Nome dell'attività:** Insalatiera di frutta
- **Tipo di attività:** Gara con delle palle
- **Partecipanti:** Studenti dai 10 ai 12 anni, il numero dei partecipanti circa 10 persone

- **Risorse e materiale necessario:** per il gioco servono immagini di frutta e verdura diverse, delle palle e un fischietto.

- **Breve descrizione dell'attività:** Il gioco consiste nel formare un cerchio che rappresenti una ciotola, con tutti i ragazzi; ciascun bambino sceglie di essere un frutto o una verdura. Ciascun giocatore rimane al suo posto finché l'insegnante, nel ruolo di chef, non elenca gli ingredienti di una ricetta e a quel punto, se si è nominati, bisogna andare al centro dell'insalatiera. Quindi ciascun giocatore fa un elenco delle proprietà dell'alimento. Quando si sente l'ordine 'mescolate l'insalata' i bambini iniziano a mischiarsi e contemporaneamente, a palleggiare fino al fischio dell'insegnante. Chi fa cadere la





frutta è fuori dal gioco. Il vincitore avrà una vera macedonia di frutta!

➤ **Ruolo degli studenti:** Gli studenti devono avere informazioni specifiche sugli alimenti, i loro contenuti e gli effetti. Devono saper giocare a palla, essere in grado di muoversi e passare la palla senza perderne il controllo. In poche parole, devono essere in grado di eseguire bene gli ordini dell'insegnante.

➤ **Obiettivi pedagogici:** il gioco si basa su attività pratiche "impariamo – facendo" in un modo giocoso e allegro come è il nostro progetto. Il bambini si esercitano a preparare ricette salutari di frutta e verdura mentre giocano e si muovono. Lo scopo del gioco è sia mentale che fisico, poiché i partecipanti devono dimostrare le loro conoscenze sulle vitamine e i minerali, da una parte, e dall'altra le abilità di un giocatore di basket che palleggia, corre e sa come orientarsi. Come per ogni gioco o sport sono importanti il 'fair play' l'attenzione, la volontà e la decisione.

➤ **Abilità fisiche e sociali coinvolte:** la capacità di classificare minerali e

vitamine, identificando i benefici della frutta e della verdura, gioco di squadra, capacità/abilità legate al possesso di palla, fair play / essere competitivi, leali nel gioco, essere agili.





SPORT E ATTIVITA' ALL'APERTO PER PROMUOVERE L'EDUCAZIONE ALLA SALUTE



- **Nazione:** Romania
- **Argomento:** Sport e attività all'aperto per la promozione di un'educazione sana
- **Nome dell'attività:** Più bravo, più sano e più veloce
- **Tipo di attività:** gioco che richiede molta concentrazione/attenzione
- **Partecipanti:** Bambini dagli 11 ai 12 anni, il numero dei partecipanti va dai 10 ai 15 studenti.

- **Risorse e materiali necessari :**
Per il gioco servono immagini con numeri, palle di diverse dimensioni, cestini, una ciotola, cifre digitali, una striscia di segnalazione della pista e un fischietto.
- **Breve descrizione dell'attività:** il gioco proposto prevede due sfide. Vince la squadra che rispetta le regole del gioco e che finisce il test. Per questo gioco i bambini vengono divisi in due file formando coppie, quelli che appartengono alla prima fila tengono in mano una palla che verrà contrassegnata con un numero da 1 a 5. L'altra fila si posiziona di fronte ad una distanza sufficiente per poter leggere la scritta su ciascuna palla. Quando i bambini della seconda fila hanno memorizzato sia i numeri sia i loro compagni, verrà loro chiesto di girarsi. I bambini della prima fila saranno mescolati e si posizioneranno dietro i loro compagni di squadra; poi, i bambini della seconda fila estrarranno un numero da una ciotola e al segnale dato dall'insegnante, devono correre verso i bambini della prima fila e trovare quelli che hanno il numero corrispondente a quello estratto. Quando trovano la palla giusta devono correre e portarla nel cestino avente il numero corrispondente che si troverà alla fine del percorso. In alternativa, il





- percorso può essere strutturato anche a forma di labirinto. I bambini in possesso della palla possono al massimo fare 3 tentativi per trovare il cestino con il numero corrispondente e dopo averla lasciata nel cestino, dovranno ripercorrere a ritroso il percorso e correre fino al bambino
- dal quale hanno preso la palla con la cifra corrispondente al proprio biglietto. Colui che con successo completa il test vince. Il gioco verrà ripetuto anche con i bambini che si trovavano nella prima posizione.
- **Il ruolo dell'insegnante:**
L'insegnante deve far sì che il gioco si svolga nelle migliori condizioni, dando la possibilità ai ragazzi di scaldare i muscoli (muoversi/ fare attività propedeutiche) prima di iniziare e spiegando loro le regole del gioco in maniera chiara. Si complimenta con ciascuno di loro e svolge anche la funzione di arbitro.
- **Il ruolo dello studente:** seguire le regole del gioco e svolgere al meglio le attività.
- **Obiettivi pedagogici:** I valori che riceviamo durante l'infanzia ci formano il carattere secondo alcuni validi

- principi utili per la vita futura. L'attività fisica è una parte necessaria per educare la mente e per una crescita equilibrata; infatti, la formazione dell'individuo deve essere implementata dall'educazione fisica poiché non è possibile avere una mente sana se il nostro corpo non lo è.





Il nostro cervello non è in grado di funzionare bene e al massimo delle sue potenzialità se il sangue non viene ossigenato regolarmente.

Nessun essere umano può relazionarsi in modo appropriato con gli altri se il proprio corpo non funziona bene. Il corpo umano svolge le funzioni di assimilazione, di dissociazione e uso del cibo. Se anche solo una delle funzioni nutrizionali non svolge regolarmente il suo ruolo, nemmeno il cervello assolve al suo compito, e le conseguenze sono disastrose. Ecco perché proponiamo un gioco che utilizzi sia il corpo che la mente.

Attività fisiche e sociali coinvolte:

abilità nel sapersi orientare nello spazio e nel tempo, capacità di attivare una memoria visiva, agilità e capacità di correre.





SPORT E ATTIVITA' ALL'APERTO PER COSTRUIRE UN ATTEGGIAMENTO COMPRENSIVO E TOLLERANTE



- **Nazione:** Spagna
- **Argomento:** Sport e attività all'aria aperta per favorire la tolleranza
- **Nome dell'attività:** La mia casa è la tua casa
- **Tipo di attività:** Seminario
- **Partecipanti:** gruppo di 3 o 4, di età compresa tra i 12 e i 18 anni

- **Materiale necessario:** Computer, cartoncino e materiale per lavori manuali
- **Obiettivi pedagogici:** In questo tipo di seminari l'obiettivo principale è quello di accrescere negli studenti valori quali la solidarietà, l'empatia, la tolleranza e la cooperazione attraverso l'esperienza e la testimonianza degli ospiti del seminario e tramite la totale immersione nell'argomento.
- **Breve descrizione dell'attività:** Per prima cosa, gli studenti fanno delle ricerche su Internet relative alle realtà in cui vivono i rifugiati e fanno una mappa concettuale. Poi ascoltano le persone invitate al seminario che sono legate al tema dei rifugiati. Infine, propongono delle soluzioni e realizzano un poster.
- **Ruolo dell'insegnante:** I docenti guidano e istruiscono gli alunni.
- **Ruolo dello studente:** Gli studenti sono i principali protagonisti del seminario.
- **Abilità sociali coinvolte:** Solidarietà, empatia, tolleranza e cooperazione.





SPORT E ATTIVITA' ALL'APERTO PER COSTRUIRE UN ATTEGGIAMENTO COMPRENSIVO E TOLLERANTE



- **Nazione:** Spagna
- **Argomento** Sport e attività all'aria aperta per favorire la tolleranza
- **Nome dell'attività:** Giochi di senso
- **Tipo di attività:** Gioco
- **Partecipanti:** 4 gruppi da 4, età dai 14 ai 15 anni

➤ **Materiale necessario:** Mascherine per dormire e materiali di supporto.

➤ **Obiettivi pedagogici:** In questo tipo di gioco, lo scopo principale è aumentare negli studenti valori come la solidarietà, l'empatia, la tolleranza e la cooperazione attraverso la sensazione della cecità. Inoltre, con questa attività si incoraggia lo sviluppo della sensorialità e la fiducia nel prossimo.

➤ **Breve descrizione dell' attività:** I giochi possono essere fatti in coppie o in gruppi da 4. Nel primo caso, un alunno indossa la mascherina e l'altro lo guida attraverso gli ostacoli. Nel secondo caso, tre alunni indossano la mascherina e il quarto fa da guida. Vince chi fa il percorso senza toccare gli ostacoli.

➤ **Ruolo dell'insegnante:** Controlla gli studenti affinché non si facciano male.

➤ **Ruolo degli studenti:** Gli studenti devono affidarsi alla guida che è responsabile degli studenti bendati.

➤ **Abilità sociali coinvolte:** Solidarietà, empatia, tolleranza, inclusione e cooperazione nei confronti di persone affette da cecità o con disabilità.





SPORT E ATTIVITA' ALL'APERTO PER COSTRUIRE UN ATTEGGIAMENTO COMPRENSIVO E TOLLERANTE



- **Nazione:** Spagna
- **Argomento:** Sport e attività all'aria aperta per favorire la tolleranza
- **Nome dell'attività:** Paracadute
- **Tipo di attività:** Attività ludica
- **Partecipanti:** 2 gruppi da 10, età dai 16 to 17 anni

- **Materiale necessario:** Un paracadute coi colori dell'arcobaleno del diametro di 6m.
- **Obiettivi pedagogici:** In questo gioco lo scopo principale è aumentare negli studenti valori come la solidarietà, l'empatia, la tolleranza e la cooperazione attraverso l'esperienza del gioco a squadre e la gioia di giocare.
- **Breve descrizione dell'attività:** All'inizio gli studenti si dispongono intorno al paracadute e lo tengono con le mani. Poi ci sono diverse possibilità di gioco. Per esempio, si possono mettere due palle sul paracadute, una per ciascuna squadra. Ogni squadra deve provare a far andare la sua palla nel foro del paracadute e a bloccare la palla degli avversari. La squadra che riesce a mettere la palla nel foro vince.
- **Ruolo del docente:** Guida gli studenti.
- **Ruolo degli studenti:** Gli studenti formano squadre e giocano.
- **Abilità sociali coinvolte:** Solidarietà, empatia, tolleranza, inclusione e cooperazione. In questo gioco è molto importante il significato dei colori del paracadute, simbolo di inclusione e tolleranza.





SPORT E ATTIVITA' ALL'APERTO CONTRO L'AGGRESSIVITA' LA VIOLENZA E IL BULLISMO



- **Nazione:** Islanda
- **Argomento:** Sport e attività all'aria aperta contro Aggressività, violenza e bullismo
- **Nome dell'attività:** Riunione di classe
- **Tipo di attività:** Attività di gruppo e discussione
- **Partecipanti:** Numero da 2 a più di 30 ore, età 6-16

➤ **Risorse e materiale necessario:** Abbastanza spazio per fare un cerchio

➤ **Breve descrizione delle attività:**

➤ Otto modalità efficaci per le riunioni di classe sono: formare un cerchio, fare complimenti e apprezzamenti tra loro, creare un ordine del giorno, sviluppare le abilità di comunicazione, conoscere realtà separate, giochi di ruolo e riflettere, individuare i quattro motivi per cui le persone fanno quello che fanno, trovando soluzioni non punitive.

➤ Ecco un esempio di una riunione di classe:

- I bambini esternano complimenti e gratitudine
- Superano la precedente riunione e le decisioni che sono state prese.
- Condividono emozioni e opinioni mentre un altro ascolta o discute senza risolvere o chiede altre soluzioni
- Altri problemi e compiti





- **Ruolo dell'insegnante:** insegnare agli studenti il metodo giusto per avere un efficace riunione di classe ed essere lì con gli studenti durante l'incontro.
- **Ruolo degli studenti:** Gli studenti hanno bisogno di essere ascoltatori attivi e partecipanti attivi.
- **Obiettivi pedagogici:** Il metodo della riunione di classe offre agli studenti gli strumenti necessari per sviluppare al massimo le loro potenzialità ed applicare le conoscenze accademiche acquisite a scuola. Le riunioni di classe affrontano tutte le abilità emozionali e sociali come l'empatia, la cooperazione, la persuasione, con l'analisi dei propri sentimenti, controllando i propri impulsi e la rabbia, la capacità di calmare se stessi, contenendosi; risolvere e trovare soluzioni per superare gli insuccessi.
- **Abilità sociali coinvolte:** l'empatia, la cooperazione, la persuasione, la lettura dei propri sentimenti, il controllo dei propri impulsi e della rabbia, la capacità di calmare se stessi contenendosi, risolvere situazioni di fronte ad insuccessi.





SPORT E ATTIVITA' ALL'APERTO CONTRO L'AGGRESSIVITA' LA VIOLENZA E IL BULLISMO



- **Nazione:** Islanda
- **Argomento:** Sport e attività all'aperto contro aggressività , Violenza and Bullismo
- **Nome dell'attività:** Problem solving
- **Tipo di attività:** Dibattito
- **Partecipanti:** da 2 to 8, di età compresa tra 6 e 16

- **Materiale necessario:** Tavoli e sedie per tutti
- **Breve descrizione dell'attività:** I suggerimenti di “problem solving” che utilizziamo sono:
 - Ignorarlo. Ci vuole più coraggio ad andare via che a rimanere in una lotta. Trovare un posto per calmarsi.
 - Riparlarne con rispetto. Ogni studente dice agli altri come si sente e ascolta come l'altro si sente. Poi ognuno condivide quello che pensa abbia fatto per contribuire al problema.
 - Concordare insieme su una soluzione. Gli studenti possono elaborare un piano per la condivisione, per cambiare idea, o offrire scuse.
 - Chiedere aiuto. Se gli studenti non possono risolvere il problema tra di loro possono metterlo all'ordine del giorno nella riunione di classe, in modo che tutta la classe possa aiutarli. Oppure possono parlarne con il loro insegnante, i genitori o con gli amici.





- **Il ruolo dell' insegnante:** Gli insegnanti hanno bisogno di prendere tempo per dare agli studenti gli strumenti giusti per essere efficaci risolutori di problemi e dare loro la possibilità di esercitare le competenze. Ecco alcuni esempi di strumenti che gli insegnanti possono adottare:
 - Accogliere i problemi considerandoli opportunità per praticare le capacità di problem solving.
 - Smettere di dire e cominciare a chiedere. Gli studenti apprendono le abilità di problem solving quando gli insegnanti chiedono ad esempio "che cosa è successo?" "Cosa pensi l'abbia causato? Cosa stavi cercando di realizzare? Come ti senti dopo quanto è successo? Cosa hai imparato da questo?"
 - Avere fede negli studenti affinché possano diventare I migliori risolutori di problemi.
 - Assegnare uno spazio Problem solving in classe o nel corridoio, con un grafico che visualizza i suggerimenti.
- **Il ruolo degli studenti:** Essere ascoltatori attivi, rispettare gli altri studenti e imparare a mettersi nei panni degli altri.
- **Obiettivi pedagogici:** Il "Problem solving" coinvolge insegnanti che si impegnano costantemente per fare acquisire agli studenti gli strumenti giusti per diventare reali risolutori dei problemi e dare loro la possibilità di esercitare le competenze. Questi studenti possono poi essere attivamente coinvolti in tutto, dall'aiutare i compagni di classe con esigenze particolari, alla prevenzione della violenza all'interno della scuola. Riteniamo che questi studenti saranno anche meglio equipaggiati per il futuro perché sapranno come empatizzare, come cercare soluzioni che soddisfino tutti, e come trattare le persone con rispetto.
- **Abilità fisiche e sociali esercitate:** l'empatia, la cooperazione, la persuasione, la lettura dei propri sentimenti e il controllo dei propri impulsi e della rabbia.





SPORT E ATTIVITA' ALL'APERTO CONTRO L'AGGRESSIVITA' LA VIOLENZA E IL BULLISMO



- **Nazione:** Islanda
- **Argomento:** Sport e attività all'aperto contro aggressività, violenza e bullismo
- **Nome dell'attività:** Il Progetto amico speciale
- **Tipo di attività:** Giochi
- **Partecipanti:** numero illimitato

- **Materiale necessario:** Il cortile della scuola
- **Breve descrizione dell'attività:** In questo progetto gli amici speciali sono selezionati per organizzare e monitorare giochi e attività durante la ricreazione, alunni dal 4 ° al 10 ° anno. Tutti possono partecipare e, anche coloro che hanno difficoltà a trovare qualcosa di divertente da fare, sono incoraggiati dal loro insegnante a partecipare a queste attività.

- Gli studenti di ogni classe sono selezionati per essere un amico speciale e conservano quel ruolo per un semestre alla volta o fino a quando sono selezionati nuovi amici speciali. Il programma continua per tutto l'anno scolastico. Il programma incoraggia gli studenti a partecipare di più alle attività durante la ricreazione e a creare quindi una migliore collaborazione all'interno del gruppo scuola. Gli studenti hanno ora una più ampia selezione di attività in modo che

tutti possano trovare qualcosa di loro gradimento. Lo scopo del progetto è che tutti gli studenti frequentino la scuola con entusiasmo.





- **Il ruolo dell' insegnante:** In ogni scuola un insegnante è “responsabile del progetto”. Deve organizzare un corso di giochi e tenere incontri per gli amici speciali. Il corso si svolge ogni semestre per l'amico speciale appena selezionato. Durante il corso i ragazzi imparano nuovi giochi e come far in modo che altri bambini siano coinvolti nei giochi. Il corso dura circa sei ore.
- Altri insegnanti devono aiutare gli studenti a nominare la persona giusta in ogni classe per svolgere il ruolo di “amico speciale”.

- **Il ruolo degli studenti:** Gli studenti selezionati come “amico speciale” devono: organizzare, partecipare e contribuire alle attività durante la ricreazione. Mostrarsi particolarmente disponibili verso gli studenti più giovani, e gli studenti che sono da soli; informare gli insegnanti se ritengono che uno studente si trovi in una situazione di disagio o sono testimoni di atti di bullismo o altri comportamenti scorretti. Devono partecipare ad un giorno di “seminario del gioco” per ottenere l’incarico di organizzatore e guida dall’insegnante responsabile del progetto “amico speciale nella nostra scuola”.
- **Obiettivi pedagogici:** Il programma amico speciale incoraggia gli studenti a partecipare di più alle attività durante la ricreazione e a creare in tal modo una maggiore collaborazione.
- **Abilità fisiche e sociali coinvolte:** Cooperazione, empatia, osservazione e tolleranza.





SPORT E ATTIVITA' ALL'APERTO PER IL RICONOSCIMENTO DELLE COMUNITA' LOCALI



- **Nazione:** Lituania
 - **Argomento:** Sport e attività all'aperto per il riconoscimento delle comunità locali
 - **Nome dell'attività:** Giornate della comunità
 - **Tipo di attività:** Sport e attività all'aperto per i membri della Comunità
 - **Partecipanti:** Studenti, genitori, personale scolastico, membri della comunità locale, partner sociali
-
- **Materiale necessario:** Possono variare in base agli sport e alle attività praticate all'aperto.
 - **Breve descrizione dell'attività:** Le iniziative comunitarie possono essere svolte per organizzare vari tipi di Sport e Attività all'aperto e competizioni per i membri della scuola e della comunità locale, ad esempio:

“Giornata della gioventù” - una giornata della comunità organizzata da una scuola dove le squadre di diverse scuole e organizzazioni giovanili della regione si riuniscono per competere, giocare, fare sport, svolgere compiti creativi, trovare nuovi amici e divertirsi insieme. Tutti sono inclusi nonostante la differenza d'età (bambini, adolescenti, giovani), le diverse capacità fisiche o mentali, le diverse abilità o i talenti.





"Mamma, papà ed io - una famiglia sportiva" –una gara fatta di divertenti attività fisiche e di risoluzione di compiti logici, che mira a far sì che l'idea di vivere in modo sano venga condivisa tra gli studenti, le loro famiglie e altri membri della comunità. Di solito, tali competizioni hanno due fasi: i concorsi locali che si svolgono nelle scuole, dove competono le famiglie degli scolari e le competizioni regionali, dove le famiglie vincitrici nelle competizioni locali concorrono poi nelle regionali dove verrà nominata la – Famiglia- più sportiva di tutte.

"Una giornata della comunità" è una celebrazione molto popolare organizzata da una comunità cittadina o di paese, dove i membri della comunità, le famiglie, il personale scolastico, la gente locale e le parti sociali si riuniscono per celebrare una festa nazionale o per commemorare un tradizionale evento annuale. È una festa non solo per i locali ma anche per molte persone di altre comunità, paesi e città che condividono momenti importanti. Durante questi giorni i bambini e gli adulti competono in varie gare sportive e in giochi tradizionali, eseguono spettacoli, canzoni e balli,

espongono artigianato, cucinano e degustano piatti locali e si divertono all'aria aperta. Tali eventi portano i membri della comunità a stare insieme.

➤ **Ruolo dell'insegnante:** l'insegnante è un organizzatore, un supervisore, un consulente ed è anche un partecipante attivo, che condivide le proprie esperienze, mostrando esempi, svolgendo attività, invitando gli altri membri della comunità ad inserirsi nelle attività organizzate.





➤ **Ruolo degli studenti:** Gli studenti osservano, praticano e apprendono nuove abilità. Cooperano e collaborano con i loro coetanei, genitori, insegnanti e membri della comunità locale. Di solito non solo partecipano agli eventi ma aiutano anche volentieri a prepararli e organizzarli in modo da dare un enorme contributo alla creazione di una comunità rafforzandone le reciproche relazioni.

➤ **Obiettivi pedagogici:**

- Attivare le scuole e i membri della comunità locale - studenti, genitori, personale scolastico, membri della comunità locale e partner sociali – a prendere iniziative nel cooperare per raggiungere gli obiettivi educativi scolastici comuni.
- Incoraggiare le scuole a cercare e sviluppare nuove forme di cooperazione tra le comunità, rafforzare le relazioni, la comunicazione e la cooperazione tra le comunità e le parti sociali e diffondere le buone pratiche.
- Introdurre nuovi metodi di ricreazione attiva e condividere esperienze originali, creative e innovative per creare un ambiente di comunità scolastica positiva in cui tutti siano

importanti - bambini, genitori, insegnanti e altre persone.

➤ **Abilità fisiche e sociali coinvolte:**

L'inclusione della comunità scolastica è promossa attraverso vari sport e attività all'aria aperta, creando pari opportunità per tutti per migliorare la comunicazione e la collaborazione, la leadership, la tolleranza e la lealtà, il lavoro di squadra, la responsabilità, l'autostima e l'auto-sostegno. Grazie ai diversi tipi di attività sportive praticate, i membri della comunità sviluppano e potenziano le loro abilità fisiche.





SPORT E ATTIVITA' ALL'APERTO PER IL RICONOSCIMENTO DELLE COMUNITA' LOCALI



- **Nazione:** Lituania
 - **Argomento:** Sport e attività all'aria aperta per il riconoscimento delle Comunità Locali
 - **Nome dell'attività:** Un festival sportivo a scuola "Insieme si può far tutto"
 - **Tipo di attività:** Gioco di squadra
 - **Partecipanti:** Una squadra composta da figlio/a, padre e madre
-
- **Risorse e materiale necessario :** può variare in base al gioco: dei coni, palle da basket, carta/cartone formato A/3, piccole carte con lettere, carta e penne
 - **Breve descrizione dell'attività:** Le squadre gareggiano tra di loro in gare di corsa a staffetta, devono risolvere attività logiche e fare dei giochi . Ecco alcuni esempi:
 - **1 . Gara a staffetta** Formare una catena con la palla; a ciascuna squadra servono 2 palle da basket e un cono. Tutti i componenti della squadra si mettono in fila uno dietro l'altro: madre, figlio/ a , padre. I giocatori devono tenere la palla insieme senza toccarla con le mani. Le mani sui fianchi. Quando si dà il segnale di partenza, i componenti della squadra devono correre insieme lungo il percorso (in palestra o all'aperto), fino al cono, posizionato nel retro della palestra. La squadra deve girare intorno al cono e ritornare al punto di partenza il più velocemente possibile. Se la palla cade , si deve riprendere e continuare la gara. Vince la squadra più veloce e con il minor numero di errori.

2 Gara a staffetta : Non bagnarti i piedi! Ciascuna squadra deve avere 2 fogli di carta/ cartone formato A3 e un cono. Tutti i componenti della squadra si mettono in fila uno dietro l'altro : figlio/ a , madre e padre.





- Quando si dà il segnale di partenza il ragazzo/a mette il foglio /cartone di fronte a lui/lei, fa un salto in avanti e mette il 2^a foglio ad una distanza dalla quale si possa posizionare (senza bagnarsi i piedi), Dopo aver raggiunto il secondo foglio il ragazzo/ a riposiziona il 1^a foglio davanti a lui/lei e va avanti; quando raggiunge il cono torna indietro e corre verso la sua squadra per passare i fogli al secondo giocatore etc. Vince la squadra più veloce e con il minor numero di errori.
- **3. Gara di logica “Forma una parola!”** : ciascuna squadra prende le lettere , un foglio di carta e una penna. I componenti della squadra si posizionano nella linea di partenza nel seguente ordine : padre, figlio/a, madre. Quando si dà il via, i componenti della squadra corrono verso un tavolo che si trova distante, tenendosi per mano. Quando raggiungono la postazione, devono girare tutte le carte con le lettere, formare una parola e scriverla su un foglio.
- Quindi il ragazzo/a prende il foglio, il padre lo prende per le braccia, e la madre per le gambe. I 2 genitori corrono insieme, trasportando il loro figlio/a fino alla linea di partenza. Quando la squadra finisce il percorso, mostra la parola. Vince la squadra più veloce e con la parola giusta.
- **I Ruolo degli studenti:** gli studenti incoraggiano i loro genitori a partecipare attivamente alla vita della comunità scolastica. Devono aiutare gli insegnanti, proporre attività e prendere parte all’organizzazione degli eventi proposti e rendere possibile il coinvolgimento tra le famiglie e la scuola.
- **Ruolo dell’insegnante:** L’insegnante deve motivare e aiutare studenti e genitori a far parte attiva della vita scolastica, partecipando attivamente agli eventi organizzati dalla scuola. Creando una reciproca collaborazione, il/la docente, favorirà una stretta relazione tra studenti, genitori e comunità scolastica.



➤ **Il ruolo degli studenti:** Gli studenti incoraggiano i loro genitori a partecipare attivamente alla vita della comunità scolastica. Devono aiutare gli insegnanti, proporre attività e prendere parte all'organizzazione degli eventi proposti e rendere possibile il coinvolgimento tra le famiglie e la scuola

➤ **Obiettivi pedagogici:** a) Rinforzare le relazioni tra le persone; cooperazione e collaborazione tra la scuola e le famiglie degli studenti; stabilizzare le relazioni tra gli studenti e i loro parenti

➤ b) Motivare gli studenti e le loro famiglie ad essere attivi dal punto di vista fisico e a condurre una vita sana.

➤ Sviluppare le capacità di trascorrere il tempo libero in maniera costruttiva, migliorare il bisogno di muoversi con gioia, e provare emozioni positive

➤ **Abilità fisiche e sociali coinvolte :** I partecipanti sviluppano attività utili per migliorare la logica, la creatività, il

comportamento leale, la responsabilità, la comunicazione e collaborazione, l'agilità, la velocità e la tenacia, la capacità di lavorare in un gruppo ed essere parte della comunità.





SPORT E ATTIVITA' ALL'APERTO PER IL RICONOSCIMENTO DELLE COMUNITA' LOCALI



- **Nazione:** Lituania.
- **Argomento:** SOA per il Riconoscimento delle Comunità Locali
- **Nome dell'attività:** Incentivare la Cooperazione tra Scuola, Famiglia e Comunità Locali con lo Sport
- **Tipo di attività:** Coaching.
- **Partecipanti:** Studenti, genitori, e membri della comunità.

Materiale necessario: vari, dipende dagli sport e dai giochi praticati

Breve descrizione dell'attività: uno dei metodi per includere genitori, parenti e altre persone nella vita della comunità scolastica è il coaching a squadre. Tutti gli studenti dei diversi gradi o addirittura diversi alunni di ogni grado possono formare una squadra che avrà un allenatore volontario - uno dei loro genitori o nonni, un fratello maggiore o una sorella, uno zio o una zia o anche un vicino o altro membro della comunità locale.

Di solito queste persone hanno praticato attivamente qualche sport quando erano giovani, ne praticano uno come hobby attualmente o frequentano corsi nel tempo libero ecc.; quindi conoscono bene le regole e sono consapevoli del modo in cui l'allenatore dovrebbero comportarsi. Tuttavia, il principio fondamentale è che non sono dei professionisti.





La pratica può essere svolta la sera o durante i fine settimana nella palestra scolastica o nel parco giochi. A volte la comunità, il comune, la chiesa locale possono fornire spazi per l'allenamento delle squadre. Quando le squadre sono pronte a competere, si organizzano le competizioni sportive tra la comunità e la squadra migliore avrà un premio speciale.

Durante tali eventi, gli allenatori delle squadre possono fare da arbitri o vengono invitati altri membri della comunità per svolgere questo ruolo. Tutto gli altri sono tifosi e supportano le loro squadre preferite. L'evento viene di solito sponsorizzato da privati. Sono invitati a partecipare anche i rappresentanti della stampa regionale, le autorità locali e le comunità vicine.

Lo scopo è quello di mostrare ai membri delle comunità quanto sia semplice inserire lo sport e l'attività fisica nella vita quotidiana e condividere questa esperienza con gli altri. Naturalmente, lo sport è divertimento, salute e sentirsi in forma fisica e mentale. Ma è anche qualcosa di molto più grande. Sport e attività fisica fanno sì che persone

provenienti da diversi ambiti si conoscano, instaurino amicizie e costruiscano comunità.

Ruolo dell'insegnante: L'insegnante diventa un osservatore, un consulente o un motivatore che fornisce aiuto quando necessario.

Ruolo dello studente: Lo studente è un partecipante molto attivo negli allenamenti e negli eventi sportivi; inoltre incoraggia e coinvolge genitori, parenti e altri membri della comunità a far parte della vita scolastica.





Obiettivi pedagogici:

1. Lo sport contribuisce all'identità della comunità, come punto principale per l'interazione personale e l'impegno all'interno di essa.
2. Lo sport per affrontare le ingiustizie sociali e lo svantaggio.
3. Lo sport ha il potere di raggiungere la
4. quasi totale rappresentanza dei membri di una comunità.
5. Lo sport può essere utilizzato per sostenere le opportunità di leadership anche in altri ruoli - arbitri, amministratori, allenatori, formatori, ecc.

Abilità fisiche e sociali coinvolte:

Lo sport aiuta a unire la comunità e creare nuovi rapporti tra gruppi sociali disparati. Porta le persone a giocare, parlare e condividere esperienze. Le attività volontarie arricchiscono la vita delle persone e migliorano le loro connessioni all'interno di una comunità più ampia. La partecipazione degli studenti allo sport contribuisce a migliorare la loro performance scolastica, insegnare preziose abilità: leadership, competenza sociale e integrazione, controllo del peso, insegnare competenze di problem solving e capacità di autostima.



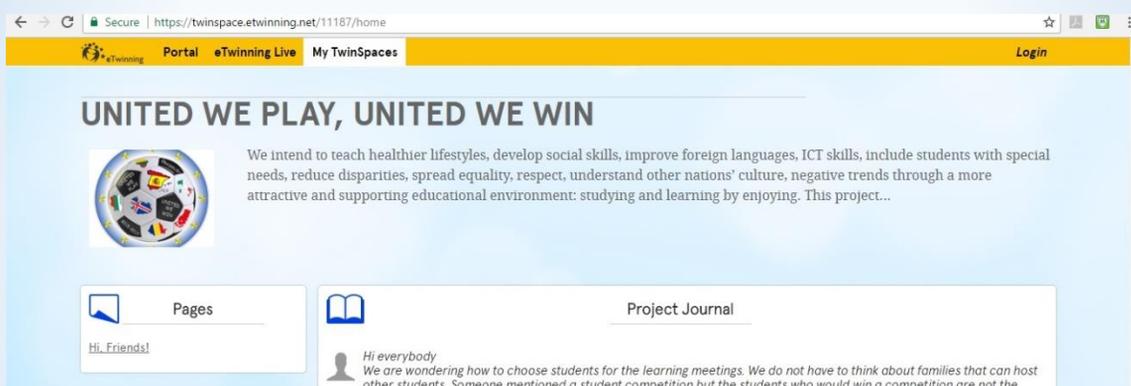


MATERIALE PRODOTTO E UTILIZZATO DURANTE IL PROGETTO

Tanto materiale è stato prodotto durante le diverse fasi della implementazione del progetto. Vogliamo offrire un'immagine completa del lavoro effettuato per raggiungere gli obiettivi del progetto, mostrando la gioia e l'impegno con cui hanno lavorato gli studenti. Questo materiale è a disposizione sia nel sito-web di ciascuna scuola del partenariato sia:

TWinspace

<https://twinspace.etwinning.net/11187/home>



FACEBOOK

<https://www.facebook.com/groups/1631537980440400/?ref=nf>



[instagram.com/unitedweplayunitedwewin](https://www.instagram.com/unitedweplayunitedwewin)



Questa guida illustra il lavoro di squadra effettuato da tutti i partecipanti al progetto: studenti, insegnanti e comunita' locali. Lavoro reso possibile grazie al contributo e all'impegno delle seguenti persone:

Adma Baltutiene	Francesca Bianco	Nedka Stavreva
Adriana Rinciog	Francesca Fois	Paola Sini
Alina Raducu	Gabriel Florin Macsim	Petruta Popescu
Anna Maria Atzori	Giorgia Bella	Roberta Alessandra
Anna Maria Mura	Giovanna Emilia Cabizzosu	Carla Frau
Anna Rita Farina	Giovanni Antonio Carta	Rosalina Panijhel
Antonina Pinna	Giuseppina Lungheu	Rositsa Sokolova
Audrone Ezerskiene	Gloria Posada	Rossana Lay
Audrone Ezerskiene	Gratiela Popescu	Rossella Ghio
Barbara Carboni	Guðríður Sigurðardóttir	Sabrina Giacoboni
Barbara Spazziani	Hasan Huseyn Gulmez	Sonay Sahin
Beyza Sari	Helga Halldórsdóttir	Stefania Manca
Birna Guðrún Baldursdóttir	Ina Stankeviciute	Tiziana Secchi
Caterina Palomba	Iulia Cristian	Tony Nicolae
Cerasela Podoreanu	Karen Jóhannsdóttir	Vaida Sarkauskiene
Dan Popescu	Krasimira Ivanova	Valeria Grassi
Diana Dimitrova	Lorenza Pinna	Valeria Grassi
Diana Raycheva	Madalina Mirea	Vanya Doykova
Dino Trebini	Margherita Goffi	Viliute Vindzigelskiene
Duygu Yildirim	Maria Teresa Villanueva	Viliute Vindzigelskiene
Eva Caminal	Marina Keremedchieva	Vilma Nevardauskiene
Fabiana Casula	Marisa Balzani	Virginija Gecaite
Florin Falnicu	Mehmet Durmus	Vittorio Sanna
	Miranda Tarvydiene	

