



Cofinanziato
dall'Unione europea



NEETActive



KIT DI STRUMENTI ONLINE

UNIRE SPORT, DIVERTIMENTO E
CONSAPEVOLEZZA AMBIENTALE.



Contenuto

01	Introduzione	<u>3</u>
02	Come utilizzare questo kit di strumenti	<u>4</u>
03	Modulo 1 – Attività calcistiche inclusive	<u>5</u>
04	Modulo 2 – Orientamento e apprendimento all'aperto	<u>19</u>
05	Modulo 3 – Comunicazione inclusiva	<u>34</u>
06	Modulo 4 – Benessere e resilienza	<u>47</u>
07	Modulo 5 – Pianificazione e organizzazione di eventi	<u>59</u>
08	Modulo 6 - Sensibilizzazione e imprenditoria verde	<u>71</u>

Modelli e strumenti

UN	Allegato A - Materiali del Modulo 1	<u>85</u>
B	Allegato B - Materiali del Modulo 2	<u>105</u>
C	Allegato C - Materiali del Modulo 3	<u>116</u>
D	Allegato D - Materiali del Modulo 4	<u>137</u>
E	Allegato E - Materiali del Modulo 5	<u>147</u>
F	Allegato F - Materiali del Modulo 6	<u>155</u>
G	Allegato G - Modelli generali	<u>160</u>

Introduzione

Benvenuti nel kit di strumenti online NEETActive.

Il progetto NEETActive si propone di migliorare la consapevolezza ambientale e l'inclusione sociale tra i giovani di età compresa tra i 18 e i 30 anni che non studiano, non lavorano e non seguono corsi di formazione (NEET). Integrando lo sport all'aria aperta con l'educazione alla sostenibilità, l'iniziativa utilizza l'apprendimento non formale per aiutare i partecipanti, residenti in aree urbane e suburbane, ad acquisire fiducia in se stessi, competenze sociali e un senso di scopo.

Il toolkit online NEETActive è una risorsa pratica pensata per supportare operatori giovanili, allenatori sportivi, formatori e organizzazioni comunitarie nel coinvolgimento di questo gruppo. Basandosi sui risultati della ricerca e sul programma educativo NEETActive, offre attività pronte all'uso, linee guida per la facilitazione e strumenti pratici per lo sport inclusivo e l'apprendimento all'aperto.

Unendo sport, apprendimento esperienziale e consapevolezza ambientale, il Toolkit si propone di aiutare i facilitatori a creare ambienti di apprendimento accessibili, stimolanti e sicuri. Attraverso le attività e le risorse qui presentate, i partecipanti possono rafforzare le competenze trasversali, accrescere la fiducia in se stessi e sviluppare un maggiore coinvolgimento con le proprie comunità e con l'ambiente.

Che lavoriate con i giovani in parchi, centri comunitari, impianti sportivi o spazi verdi aperti, questo Toolkit offre approcci flessibili e adattabili che si adattano alle esigenze dei partecipanti, non solo geograficamente, ma anche in termini di motivazione, background ed esperienza. Non è richiesta alcuna esperienza sportiva specifica: l'attenzione è focalizzata sulla partecipazione, la connessione e la crescita.



Come utilizzare questo kit di strumenti

A chi è destinato questo kit di strumenti?

Questo kit di strumenti è destinato a operatori giovanili, allenatori, formatori, organizzazioni sportive di base, educatori all'aperto e parti interessate locali che lavorano con giovani NEET (non impegnati in studi, formazione e istruzione) e giovani con minori opportunità.

Il nostro approccio

Le attività si basano sull'apprendimento non formale ed esperienziale, incoraggiando i partecipanti ad apprendere attraverso l'azione, la riflessione e l'applicazione nella vita reale.

Cosa c'è dentro?

Il Toolkit comprende sei moduli tematici, schede di attività pratiche, linee guida per la facilitazione, strumenti di riflessione, liste di controllo e modelli progettati per supportare l'implementazione e la valutazione.

Principi chiave

Tutte le attività promuovono l'inclusione, la partecipazione senza barriere, la sicurezza psicologica, lo sviluppo delle competenze e la consapevolezza ambientale.

Risorse pratiche, inclusive e adattabili per creare esperienze di apprendimento significative con i giovani NEET (né occupati né in formazione).

01

Attività calcistiche inclusive

Obiettivo di apprendimento

Utilizzare il calcio come ambiente di apprendimento esperienziale accessibile per promuovere l'inclusione sociale, il coinvolgimento attivo e le competenze trasversali – lavoro di squadra, comunicazione, autostima, fair play, regolazione emotiva e sane abitudini di vita – tra i giovani di età compresa tra i 18 e i 30 anni che stanno ricostruendo il proprio percorso di reinserimento nella comunità, nell'istruzione o nel mondo del lavoro.

Per chi

Operatori giovanili, allenatori sportivi ed educatori non formali che lavorano con giovani NEET di età compresa tra i 18 e i 30 anni che hanno meno opportunità o incontrano ostacoli all'istruzione, al lavoro o alla partecipazione alla vita sociale. Non è richiesta alcuna esperienza calcistica pregressa per i partecipanti.

Perché il calcio?

Il calcio come porta d'accesso alla fiducia e al senso di comunità

Il calcio è uno degli sport più accessibili e universali, capace di unire giovani provenienti da contesti sociali, culturali e personali diversi. Nell'ambito del progetto NEETActive, il calcio viene utilizzato non solo come attività fisica, ma anche come potente strumento educativo per promuovere l'inclusione, la partecipazione e lo sviluppo personale.

Molti giovani che partecipano alle attività di NEETActive si trovano in una fase di transizione della loro vita, alle prese con barriere sociali, economiche o istituzionali che hanno limitato il loro accesso a opportunità strutturate. Il calcio crea situazioni in cui l'interazione avviene in modo naturale, riducendo la pressione e rendendo la partecipazione più accessibile.

La forza del calcio risiede nella sua semplicità: non richiede competenze avanzate per iniziare, eppure offre continue opportunità per sviluppare il lavoro di squadra, la comunicazione, la leadership e la regolazione emotiva – competenze preziose nella vita di tutti i giorni, sul lavoro e nella comunità.

La consapevolezza ambientale come parte integrante del gioco

La consapevolezza ambientale permea questo modulo come naturale estensione dei valori di squadra. Rispettare lo spazio di gioco, prendersi cura delle attrezzature condivise e lasciare il campo pulito sono espressioni della stessa responsabilità collettiva che rende efficace una squadra. I facilitatori sono incoraggiati a esplicitare questo legame durante il debriefing: il modo in cui trattiamo l'ambiente riflette il modo in cui trattiamo gli altri.

Contenuti trattati in questo modulo

Questo modulo è strutturato attorno a tre filoni di apprendimento interconnessi. Il primo utilizza il calcio come strumento di inclusione sociale, creando un ambiente neutrale e accogliente in cui la partecipazione si basa sull'azione condivisa piuttosto che sulle qualifiche, e in cui ogni giocatore contribuisce alla squadra. Il secondo sviluppa il lavoro di squadra, il fair play e la comunicazione attraverso compiti strutturati basati sulla partita: ascoltare, dare istruzioni, coordinarsi sotto pressione e risolvere i disaccordi in campo rispecchiano situazioni che i partecipanti incontrano nei luoghi di lavoro e nei contesti comunitari. Il terzo crea motivazione e slancio attraverso sfide progressive, ruoli di leadership a rotazione, riconoscimento visibile dell'impegno e rituali di gruppo costanti che sviluppano nel tempo un senso di appartenenza.

Il modulo contiene due schede di attività complete — il "Pass Circle" e la "Fair Play Match" — ciascuna con istruzioni dettagliate per la conduzione, descrizioni dei ruoli, suggerimenti per l'inclusione, integrazione con l'ambiente circostante, note sulla sicurezza, domande per il debriefing e strumenti di valutazione. Entrambe le attività possono essere utilizzate come sessioni indipendenti o come parte di un programma più ampio.

Nota del facilitatore

Prima della prima sessione, prendetevi del tempo per osservare lo spazio di gioco e riordinarlo se necessario. Invitate i partecipanti a notare l'ambiente circostante al loro arrivo: questo semplice gesto getta le basi per un approccio di cura collettiva e consapevolezza ambientale che permeerà l'intero modulo.

Competenze, parole chiave e approccio pedagogico

Questa sezione riassume le competenze fondamentali sviluppate attraverso questo modulo, i concetti chiave che affronta e l'approccio pedagogico principale che sottende le attività.

Competenze sviluppate

- Lavoro di squadra e collaborazione
- Comunicazione verbale e non verbale
- Leadership e responsabilità condivisa
- Gioco leale e prevenzione dei conflitti
- Regolazione emotiva
- Fiducia in se stessi e partecipazione
- Organizzazione di base di eventi/giochi

Parole chiave

- Calcio
- Inclusione
- Lavoro di squadra
- Fair play
- Coinvolgimento dei NEET
- Motivazione
- Comunicazione
- responsabilità ambientale
- Partecipazione

Approccio pedagogico di base

L'apprendimento avviene attraverso l'esperienza diretta, la riflessione strutturata e il trasferimento alla vita reale. Ogni attività combina un'esperienza fisica concreta, un debriefing guidato e un collegamento esplicito tra quanto accaduto sul campo e le competenze utili al di fuori di esso.

Entrambe le attività di questo modulo sono concepite secondo lo stesso principio: lo sport come punto di accesso accessibile che crea le condizioni per una partecipazione autentica, la connessione tra pari e lo sviluppo personale. Il ruolo del facilitatore non è quello di insegnare il calcio, bensì di creare un ambiente sicuro e inclusivo e di aiutare i partecipanti a riflettere sull'esperienza vissuta.

Il calcio come strumento pedagogico

Trasformando il campo da gioco in un ambiente di apprendimento, gli operatori giovanili creano spazi in cui ogni giocatore si sente parte integrante del gruppo, ogni contributo conta e il campo stesso viene curato. Il calcio non viene utilizzato come arena di esibizione, ma come piattaforma strutturata per l'inclusione, lo sviluppo di competenze e l'attivazione sociale. I partecipanti praticano la comunicazione, la leadership e la regolazione emotiva in ogni sessione e, attraverso un debriefing strutturato, collegano queste esperienze a situazioni al di fuori del campo: nel lavoro, nella comunità, nella vita quotidiana. Le attività di questo modulo sono progettate in modo che l'apprendimento avvenga attraverso la pratica.

Principi chiave della facilitazione

- Partiamo con il piede giusto: non è necessaria alcuna esperienza calcistica pregressa. Il primo obiettivo è presentarsi.
- In ogni sessione, i ruoli vengono alternati in modo che ogni partecipante sia in prima linea e offra supporto.
- Definisci le regole insieme ai partecipanti: il senso di responsabilità aumenta il coinvolgimento e l'autoregolamentazione.
- Analizzate ogni sessione: collegate quanto accaduto in campo a situazioni di vita reale.
- Si celebra l'impegno e la collaborazione, non solo i risultati.
- Integrare la cura dell'ambiente come parte integrante dei valori del team, non come un elemento aggiuntivo.
- Adatta ogni attività al tuo gruppo: la struttura ti guida, non ti limita.



Creare motivazione e slancio

Utilizzate sfide progressive che crescano insieme al gruppo: iniziate con sfide semplici e aumentate gradualmente la complessità.

Ruotare i capitani delle squadre in modo che tutti sperimentino la leadership nel corso del modulo.

Celebrate esplicitamente i piccoli successi: un nome pronunciato, un conflitto risolto, un compagno di squadra incoraggiato.

Creare rituali di gruppo coerenti (cerchio di apertura, riflessione finale) che favoriscano la creazione di un senso di appartenenza nel tempo.

- Rendete innanzitutto piacevole l'attività fisica: la motivazione a ripeterla si costruisce attraverso esperienze positive.

Attività 1: Il cerchio del passaggio

Modulo 1 - Attività calcistiche inclusive
Tipo: Sport / Comunicazione / Riflessione

Durata

60-75 minuti

Dimensione del gruppo

8-20 partecipanti

PosizioneCampo sportivo all'aperto /
palazzetto dello sport

Scopo dell'attività

Il Pass Circle è un esercizio cooperativo basato su un'idea semplice: passare la palla è un atto di comunicazione: si sceglie qualcuno, lo si chiama per nome, si stabilisce un contatto visivo. Attraverso tre round progressivi, l'attività aggiunge livelli di intenzionalità e incoraggiamento, trasformando una semplice azione fisica in un'esperienza di costruzione della fiducia e di riconoscimento tra pari. L'attenzione è focalizzata sulla connessione, non sulla prestazione, rendendo l'attività accessibile e significativa per i partecipanti indipendentemente dalla loro esperienza calcistica o dal loro livello di sicurezza.

Obiettivi di apprendimento

Praticare l'ascolto attivo e la comunicazione verbale e non verbale all'interno di un team.
Sviluppare fiducia e cooperazione attraverso un'azione fisica condivisa.
Acquisisci fiducia in te stesso partecipando insieme a colleghi con background ed esperienze diverse.
Nel debriefing, individua e nomina un tuo punto di forza personale in ambito comunicativo.

Preparazione prima dell'attività

Decidete la disposizione dei cerchi prima della sessione. Con 8-12 partecipanti: tracciate un cerchio. Con 13-20 partecipanti: tracciate due cerchi paralleli di uguali dimensioni, con spazio sufficiente tra di loro. Ogni cerchio si svolge simultaneamente e in modo indipendente, con tutti e quattro i ruoli rappresentati in ciascuno. Preparate una palla per ogni cerchio. Assegnate i ruoli in anticipo per ogni cerchio, mescolando intenzionalmente i livelli di sicurezza e le esperienze all'interno di ogni gruppo: non lasciate che i partecipanti scelgano autonomamente i propri ruoli durante la prima sessione. Stampate delle schede con il nome del ruolo, una breve descrizione e un'icona semplice; questo aiuta i partecipanti con difficoltà di lettura o barriere linguistiche a partecipare immediatamente. Preparate 3-5 domande di debriefing su un cartoncino o una lavagna. Verificate che la superficie del terreno sia sicura. Prendete un momento per riordinare l'area di gioco prima dell'arrivo del gruppo.

Attività 1: Il cerchio del passaggio

Modulo 1 - Attività calcistiche inclusive

Tipo: Sport / Comunicazione / Riflessione

Ruoli dei partecipanti

Passatore: Passa la palla attraverso il cerchio a un altro partecipante. Il compito del Passatore non è solo quello di calciare con precisione, ma di scegliere intenzionalmente qualcuno e far sì che il passaggio sembri deliberato, un atto consapevole di attenzione verso un'altra persona. Nei round successivi, il Passatore attende che il Chiamante completi il suo compito prima di rilasciare la palla.

Chiamante: prima di passare la palla, chiama il nome del prossimo ricevitore e stabilisce un contatto visivo con lui. Questo ruolo si basa sul riconoscimento: pronunciando il nome di qualcuno e guardandolo negli occhi prima di passare la palla, il chiamante rende l'interazione intenzionale anziché automatica. Nel secondo turno, il chiamante aggiunge anche una parola di incoraggiamento prima di passare la palla. Questa piccola aggiunta spesso cambia completamente l'atmosfera nel cerchio.

Osservatore: si posiziona leggermente fuori dal cerchio e osserva senza partecipare al passaggio del turno. Il compito dell'osservatore è quello di notare degli schemi: chi viene chiamato più spesso? Chi meno spesso? Chi si fa avanti e chi si tira indietro? Cosa cambia quando si aggiunge un incoraggiamento? L'osservatore non giudica, ma raccoglie le osservazioni e le condivide con il gruppo all'inizio del debriefing. Questo è spesso il ruolo più impegnativo perché richiede un'attenzione focalizzata e la capacità di fornire un feedback costruttivo e senza attribuire colpe.

Allenatore: Rimane nel cerchio ma si concentra sull'incoraggiare i partecipanti più silenziosi o esitanti piuttosto che passare la palla. L'allenatore osserva i momenti in cui qualcuno sembra insicuro o trascurato e offre una parola, un gesto o un cenno di incoraggiamento. Questo non è un ruolo di autorità, ma un ruolo di cura. Chiede ai partecipanti di notare i bisogni degli altri e di rispondervi, un'abilità che si trasferisce direttamente ai contesti di lavoro di squadra e di leadership.

Materiali

- Palloni da calcio (1 per cerchio)
- Coni o gesso per segnare il cerchio (o i cerchi)
- Schede ruolo stampate (Passatore, Chiamante, Osservatore, Allenatore) — con icone semplici per facilitare l'accessibilità
- Schede con domande per il debriefing
- Opzionale: bavaglini colorati per distinguere i ruoli
- Sacchetto per i rifiuti raccolti nell'area giochi.

Attività 1: Il cerchio del passaggio

Modulo 1 - Attività calcistiche inclusive

Tipo: Sport / Comunicazione / Riflessione

Facilitazione passo passo

I tempi suggeriti di seguito sono indicativi, non vincolanti. Valutate le esigenze del vostro gruppo e adattatevi di conseguenza.

Fase 1 - Benvenuto e introduzione (circa 5 min): Presentate l'attività come una sfida di lavoro di squadra, non come una prova di abilità. Invitate i partecipanti a notare chi è presente nel cerchio oggi: un gruppo con background ed esperienze diverse, riunito in uno spazio condiviso. Non ci sono modi sbagliati di partecipare. Introducete brevemente i quattro ruoli e distribuite le carte dei ruoli.

Fase 2 - Formazione del cerchio (circa 5 minuti): Disponete tutti i partecipanti in cerchio. Distribuite le carte dei ruoli in modo che ogni piccolo gruppo (4-5 persone) abbia un rappresentante per ogni ruolo. Ricordate all'osservatore di spostarsi leggermente fuori dal cerchio in modo da avere una visuale chiara di tutti.

Fase 3 - Primo round - Passaggio libero (circa 10 min): I partecipanti passano liberamente la parola. Il facilitatore osserva: chi viene chiamato più e meno spesso, chi si tira indietro, chi prende l'iniziativa. Non intervenire né correggere: questo round serve a far emergere le dinamiche naturali del gruppo, non a correggerle.

Fase 4 - Secondo round - con la regola della chiamata (circa 15 minuti): Introduci la regola: chi chiama deve pronunciare il nome di chi riceve e stabilire un contatto visivo prima che la palla si muova. Dopo qualche minuto, aggiungi il secondo elemento: chi chiama deve anche dire una parola di incoraggiamento prima di passare la palla (ad esempio, "ottimo", "pronto", "ce la farai"). Osserva come cambia l'atmosfera nel cerchio. L'osservatore continua a guardare e a prendere nota dei cambiamenti nei modelli di partecipazione.

Fase 5 - Terzo round - rotazione dei ruoli (circa 10 minuti): Tutti i ruoli ruotano in modo che ogni partecipante possa sperimentare ogni posizione. Questo è particolarmente importante per l'Osservatore e il Coach, ruoli che alcuni partecipanti potrebbero trovare sconosciuti o impegnativi. Dopo la rotazione, il nuovo Osservatore assume il ruolo di osservatore e prepara il proprio feedback per il debriefing.

Fase 6 - Sessione di debriefing conclusiva (circa 15 minuti): Tutti i partecipanti siedono in cerchio, incluso l'osservatore, che ora condivide le proprie osservazioni. Si inizia con una condivisione a coppie (30 secondi ciascuna: "una cosa che hai notato riguardo al modo in cui il gruppo ha comunicato"), per poi aprire la discussione all'intero gruppo. Il facilitatore utilizza le domande di debriefing per aiutare i partecipanti a collegare l'esperienza a situazioni comunicative reali. Si conclude chiedendo a ciascun partecipante di nominare una competenza comunicativa utilizzata durante la sessione.

Le informazioni di supporto continuano nella pagina successiva.

Nella pagina successiva:

Suggerimenti per l'inclusione e l'adattamento | Integrazione ambientale | Considerazioni sulla sicurezza |
Domande di debriefing | Metodo di valutazione | Suggerimento per il facilitatore | Riflessioni dei partecipanti

Suggerimenti per l'inclusione e l'adattamento

Per i partecipanti che desiderano acquisire sicurezza fisica: si consiglia di disporre i partecipanti in cerchio seduti o di procedere a passo d'uomo, poiché l'attività funziona a qualsiasi velocità.
Per favorire la diversità linguistica: utilizzare nomi e gesti al posto delle chiamate verbali; fornire schede ruolo con pittogrammi accanto al testo.
Per gruppi più piccoli o più cauti: iniziare con gruppi di 4-6 persone prima di riunire il gruppo completo.
Per i partecipanti più energici: aggiungete una sfida di velocità o un "giro in silenzio" (solo gesti) per mantenere alto il coinvolgimento.

Considerazioni sulla sicurezza

Prima dell'arrivo del gruppo, controllate che il terreno non sia irregolare, che non ci siano erba bagnata o ostacoli.
Iniziate con un breve riscaldamento dinamico (5 minuti) prima di passare all'attività vera e propria. Monitora i livelli di energia e l'umore: offri acqua e riposo se necessario.
Se un partecipante si disimpegna, invitatelo gentilmente e proponetegli un ruolo alternativo. Non forzate mai la partecipazione.

Riflessione del partecipante

"Una cosa che ho fatto oggi di cui sono orgoglioso è..." "Una competenza che voglio portare con me al di fuori del calcio è..." Per saperne di più, consulta il modulo di riflessione del partecipante.

Suggerimento per il facilitatore

Non correggere la tecnica durante il primo round. Il tuo ruolo è osservare gli schemi, non valutare la prestazione.
Se il gruppo è titubante, iniziate con 5 minuti di palleggi informali prima di formare il cerchio. Quando un partecipante più riservato chiama qualcuno per nome o prende la parola, fatelo notare ad alta voce, con calore, senza però farne un momento eclatante.

Integrazione ambientale

Prima di iniziare, invitate i partecipanti a dedicare 2 minuti all'osservazione dello spazio esterno: cosa notate? C'è spazzatura? Ci sono esseri viventi nelle vicinanze?
Concludete la sessione con una pulizia collettiva dell'area di gioco della durata di 5 minuti, come azione di chiusura di squadra.
Durante il debriefing: collegare "prendersi cura del gruppo" a "prendersi cura degli spazi condivisi".
Facoltativo: utilizzare un punto di riferimento naturale (albero, panchina, sentiero) come uno dei marcatori del cerchio.

Domande di debriefing

Cosa hai notato riguardo alle modalità di comunicazione del gruppo? Tutti hanno ricevuto la palla in egual misura? E cosa ci dice questo?
Che sensazione hai provato quando è stato chiamato il tuo nome? Cosa è cambiato quando è arrivato l'incoraggiamento?
Osservatore: quali schemi hai notato? Cosa ti ha sorpreso?
Cosa ti ha aiutato a sentirti a tuo agio nel partecipare? Cosa ha facilitato il tuo coinvolgimento?
In che modo tutto ciò si collega alle situazioni della vita quotidiana: al lavoro, nel quartiere, con gli amici?
Qual è un punto di forza nella comunicazione che hai scoperto oggi e che desideri continuare a coltivare?

Metodo di valutazione

Osservazione durante l'attività: annotare chi passa la palla a chi, chi chiama per nome, chi si tira indietro — utilizzare gli strumenti di osservazione per gli operatori giovanili.
Utilizzare il modulo di feedback dei partecipanti.
Segnale per il debriefing: chiedere ai partecipanti di indicare su una mano (da 1 a 5) il livello di sicurezza percepito.
Scala di fiducia pre/post (1-5) all'inizio e alla fine del modulo per monitorare i cambiamenti nel tempo.

Attività 2: La partita del fair play

Modulo 1 - Attività calcistiche inclusive

Tipo: Sport / Comunicazione / Riflessione / Ambiente

Durata

75-90 minuti

Dimensione del gruppo

10-24 partecipanti

Posizione

Campo sportivo all'aperto /
grande palazzetto dello sport

Scopo dell'attività

La partita Fair Play elimina l'arbitro esterno e affida tutto il potere decisionale ai giocatori. Prima dell'inizio della partita, i partecipanti scrivono insieme le proprie regole, che includono norme su come trattarsi a vicenda, come risolvere i conflitti e come prendersi cura del campo di gioco. Durante la partita, vengono premiati non per aver segnato gol, ma per aver dimostrato i valori concordati.

Questa impostazione è intenzionale. Quando i giovani creano e applicano le proprie regole, esercitano autonomia, responsabilità condivisa e autoregolamentazione: competenze direttamente trasferibili al mondo del lavoro, alla comunità e ai contesti civici. La dimensione ambientale è integrata nel codice del fair play fin dall'inizio: prendersi cura dello spazio di gioco è parte integrante del giocare bene insieme.

Obiettivi di apprendimento

Definire e applicare in modo collaborativo un codice di fair play condiviso, che includa la tutela dell'ambiente.

Esercitarsi nella risoluzione dei conflitti tra pari senza l'intervento di autorità esterne.

Sviluppare capacità di regolazione emotiva in un contesto competitivo ma psicologicamente sicuro.

Collegare il rispetto per lo spazio di gioco a valori più ampi di responsabilità ambientale.

Preparazione prima dell'attività

Adatta il formato alla dimensione del tuo gruppo: con gruppi più piccoli (10-12 persone) un campo e due squadre funzionano bene; con gruppi più grandi (fino a 24 persone) considera quattro squadre su due campi simultanei, oppure un sistema a rotazione in cui due squadre giocano mentre le altre fanno da osservatori. La struttura pedagogica — Carta del Fair Play, Punti Rispetto, breve riunione a metà tempo, debriefing — rimane la stessa indipendentemente dal formato. Per tutti i formati: prepara un registro dei Punti Rispetto visibile a tutti i partecipanti. Prepara delle schede vuote della Carta del Fair Play e delle penne. Posiziona un sacchetto per i rifiuti in ogni angolo dell'area di gioco prima dell'arrivo dei partecipanti.

Attività 2: La partita del fair play

Modulo 1 - Attività calcistiche inclusive

Tipo: Sport / Comunicazione / Riflessione / Ambiente

Ruoli dei partecipanti

Capitano: Eletto dalla propria squadra prima della partita. Il Capitano rappresenta la sua squadra nel Circolo dei Capitani pre-partita, dove vengono concordate e formalizzate tutte le regole del fair play nella Carta del Fair Play. Durante la partita, il Capitano è il primo punto di riferimento in caso di conflitto: riunisce i due partecipanti coinvolti per una breve conversazione strutturata (ognuno parla senza interruzioni per 30 secondi, dopodiché il gruppo propone una soluzione) prima che il gioco riprenda. Il Capitano non è un arbitro né una figura autoritaria: è un facilitatore tra pari. Questo ruolo dovrebbe ruotare tra le sessioni in modo che ogni partecipante abbia l'opportunità di esercitarsi.

Osservatore: Un partecipante per squadra (a rotazione) che osserva dalla linea laterale durante il tempo di gioco attivo della propria squadra e annota i momenti che meritano Punti Rispetto: un compagno di squadra che incoraggia qualcuno con discrezione, un giocatore che raccoglie la spazzatura durante la partita, un capitano che risolve una disputa con calma. L'osservatore segnala questi momenti al facilitatore e aggiorna il conteggio della squadra sul tracker. Questo ruolo offre ai partecipanti che preferiscono un'attività meno impegnativa dal punto di vista fisico un contributo significativo e apprezzato al gioco e allena l'attenzione al comportamento degli altri.

Giocatore: Tutti gli altri partecipanti giocano come membri standard della squadra. I giocatori sono responsabili dell'applicazione delle regole di fair play concordate nello Statuto: segnalare i propri falli, incoraggiare i compagni di squadra chiamandoli per nome e prendersi cura dello spazio condiviso. Ogni giocatore è responsabile sia del gioco che del rispetto delle regole che ha contribuito a creare.

Materiali

- Palloni da calcio, coni, bavaglini
- Strumento di monitoraggio dei punti rispetto (grande lavagna a fogli mobili o lavagna bianca, visibile dal campo)
- Carte Team Charter e Fair Play Charter
- Foglio di segnalazione
- Sacchi per i rifiuti (uno per ogni angolo di ogni piazzola, da posizionare prima dell'arrivo dei partecipanti)
- Lista di controllo per gli osservatori dei facilitatori

Attività 2: La partita del fair play

Modulo 1 - Attività calcistiche inclusive

Tipo: Sport / Comunicazione / Riflessione / Ambiente

Facilitazione passo passo

L'attività è strutturata in due round con una pausa di riflessione tra i due. Il primo round rivela come il gruppo applica le regole che si è creato sotto pressione. La breve pausa crea lo spazio per un aggiustamento consapevole. Il secondo round offre ai partecipanti l'opportunità di mettere in pratica quanto appreso durante la riflessione, trasformando il gioco stesso in un ciclo di apprendimento.

1. Circolo dei Capitani (circa 10 min): Iniziate con un breve incontro di squadra (3-4 min): ogni squadra discute internamente quali regole di fair play vuole proporre e le scrive nella Carta della Squadra. Poi tutti i Capitani si incontrano al centro del campo da gioco e portano le proposte della propria squadra al tavolo. Insieme, con il facilitatore, negoziano e concordano 5 regole di fair play che si applicheranno a tutti. Il facilitatore offre 3 regole di partenza se necessario o può aggiungerne altre (ad esempio, aiutare un avversario a rialzarsi dopo una caduta; incoraggiare un compagno di squadra chiamandolo per nome; auto-segnalare un fallo onestamente; raccogliere i rifiuti durante la partita; celebrare l'impegno di un compagno di squadra anziché solo un gol). Ogni squadra scrive poi le regole concordate sulla propria Carta del Fair Play e i Capitani la firmano.

2. Briefing sui Punti Rispetto (circa 5 min): Il facilitatore spiega il sistema dei Punti Rispetto a tutti i partecipanti. I punti vengono assegnati per il rispetto delle regole concordate. Lo Spotter di ogni squadra segnala questi momenti al facilitatore, che aggiorna il tracker in modo visibile, così che tutti possano vedere i valori riconosciuti in tempo reale. Ricordate ai partecipanti che il tracker non è una competizione tra squadre, ma una registrazione collettiva dei valori in azione.

3. Primo turno – Prima partita (circa 20 minuti): Iniziano le partite. Non è presente un arbitro esterno. I partecipanti si autoregolano utilizzando la Carta del Fair Play. I capitani gestiscono eventuali controversie utilizzando la conversazione strutturata di 2 minuti: ogni parte parla senza interruzioni per 30 secondi, dopodiché il gruppo propone una soluzione. Gli osservatori registrano i Punti Rispetto e annotano eventuali momenti di tensione o esclusione per il briefing di metà tempo.

4. Riunione di metà partita (circa 10 minuti): Le squadre si riuniscono separatamente. Ogni capitano guida una breve riflessione di squadra: "Un comportamento di fair play che abbiamo messo in pratica bene" e "Una cosa che vogliamo fare diversamente nel secondo tempo". Il facilitatore condivide quindi il totale dei Punti Rispetto con tutto il gruppo. Se il gruppo è d'accordo, i capitani possono aggiornare una regola del loro Statuto prima del secondo turno.

5. Secondo round – Secondo incontro (circa 20 minuti): Le squadre si alternano con gli avversari. Gli osservatori continuano a registrare i punti rispetto. I facilitatori osservano i momenti di autentica autoregolamentazione da evidenziare nel debriefing finale.

6. Sessione di debriefing conclusiva (circa 15 minuti): Il facilitatore guida il debriefing di gruppo, facendo riferimento a momenti specifici osservati o segnalati dagli osservatori durante la partita. La sessione si conclude con la compilazione, da parte di ciascun partecipante, di una breve scheda di riflessione.

Le informazioni di supporto continuano nella pagina successiva.

Nella pagina successiva:

Suggerimenti per l'inclusione e l'adattamento | Integrazione ambientale | Considerazioni sulla sicurezza | Domande di debriefing | Metodo di valutazione | Suggerimento per il facilitatore | Riflessioni dei partecipanti

Attività 2: La partita del fair play — Informazioni di supporto

Suggerimenti per l'inclusione e l'adattamento

Per gruppi con abilità miste: utilizzare campi da gioco più piccoli e consentire un ritmo di camminata: l'attenzione all'autoregolazione rende la prestazione fisica secondaria rispetto ai valori.

Per favorire la diversità linguistica: fornire carte della Carta del Fair Play con icone e simboli accanto al testo scritto, in modo che tutti i partecipanti possano familiarizzare con le regole.

Per i partecipanti che preferiscono stabilire i propri limiti: affidate loro un ruolo di primo piano nel Circolo del Capitano: la responsabilità di definire le regole aumenta notevolmente il coinvolgimento.

Per gruppi misti o composti esclusivamente da donne: includere esplicitamente la partecipazione equa tra le regole del fair play fin dall'inizio.

Considerazioni sulla sicurezza

Un riscaldamento di 5-10 minuti è obbligatorio prima di qualsiasi attività fisica: rendilo ludico e coinvolgente, adatto a tutti i livelli di preparazione atletica.

I facilitatori rimangono presenti e attenti per tutta la durata dell'incontro. L'assenza di un arbitro è intenzionale, ma i facilitatori sono sempre disponibili a fornire supporto qualora un conflitto dovesse degenerare al punto da superare le capacità di risoluzione del gruppo.

Assicuratevi che siano disponibili acqua e zone d'ombra per le pause, soprattutto con il caldo o per i gruppi con un livello di forma fisica inferiore.

Se un conflitto si intensifica in modo significativo, interrompi la partita con calma e utilizza il formato di conversazione strutturato: questo dimostra che fermarsi per comunicare è sempre un'opzione.

Metodo di valutazione

Indicatore dei punti rispetto: una registrazione quantitativa, in tempo reale e visibile, dei comportamenti cooperativi e rispettosi dell'ambiente durante tutta la sessione.

Strumenti di osservazione: l'operatore giovanile registra le modalità di partecipazione, i momenti di conflitto e la qualità della risoluzione tra pari per ogni round.

Modulo di riflessione e feedback per i partecipanti al termine dell'attività.

Facoltativo: autovalutazione pre/post modulo sulla fiducia in sé stessi e sulla comunicazione di gruppo, da effettuare all'inizio e alla fine del modulo, per monitorare i cambiamenti nel tempo.

Integrazione ambientale

La tutela dell'ambiente viene introdotta nel Circolo del Capitano come una delle tre regole di fair play iniziali: fa parte della struttura del gioco fin dall'inizio, non è un'aggiunta successiva.

Il sistema dei Punti Rispetto include un punto dedicato alla raccolta dei rifiuti durante la partita, rendendo visibili e immediatamente premiate le azioni a favore dell'ambiente.

Concludete ogni sessione con una breve e collettiva sessione di ripasso della presentazione, come rituale di chiusura del team.

Domanda di debriefing: "In che modo prendersi cura del campo è simile a prendersi cura del proprio quartiere o della propria comunità?"

Domande di debriefing

Quale regola del fair play è stata la più facile da seguire? Quale è stata la più difficile e cosa l'ha resa impegnativa?

Si è verificato un conflitto? Come è stato risolto? Cosa ha aiutato il gruppo a trovare una soluzione senza un mediatore?

Che sensazione si prova a essere riconosciuti per come si gioca, piuttosto che per la vittoria?

Perché abbiamo incluso la cura del campo tra le regole del fair play? In che modo la cura di uno spazio condiviso si collega al modo in cui ci trattiamo a vicenda?

Quali principi di fair play odierni vorresti integrare nella tua vita quotidiana e, nello specifico, in quali ambiti?

Suggerimento per il facilitatore

Non intervenite come arbitri. Il vostro ruolo è assegnare i Punti Rispetto e mantenere un clima sereno, non risolvere controversie. L'assenza di un'autorità esterna rende possibile l'autoregolamentazione.

Aggiornate i Punti Rispetto in modo visibile e immediato dopo ogni episodio. Il riconoscimento in tempo reale trasforma i valori in una fonte di motivazione concreta.

Se i capitani si bloccano nella definizione delle regole, proponete le 3 regole iniziali e chiedete a ogni squadra di aggiungerne una. Ridurre l'effetto "pagina bianca" favorisce la partecipazione senza creare pressione.

Conclusione

Cosa imparano i partecipanti

Attraverso il Pass Circle e la partita di Fair Play, i partecipanti vivono il calcio come una pratica cooperativa, riflessiva e inclusiva. Sviluppano capacità comunicative, esercitano la regolazione emotiva, si assumono responsabilità condivise e collegano tutto ciò al modo in cui desiderano presentarsi nel mondo al di fuori del campo. La responsabilità ambientale è integrata in entrambe le attività come naturale espressione degli stessi valori che contribuiscono al buon funzionamento di una squadra.

Cosa apre questo modulo

La fiducia nella partecipazione a un gruppo, l'esperienza di contribuire alla creazione di regole condivise e la consapevolezza che il proprio contributo conta sono punti di partenza per il coinvolgimento nell'istruzione, nel lavoro e nella vita comunitaria.

Il calcio diventa uno spazio in cui i partecipanti riscoprono i propri punti di forza, costruiscono fiducia con i compagni e sviluppano un senso di scopo e di appartenenza.

[Risorse e link]

Ulteriori letture a supporto di questo modulo:

Commissione europea (2023). Linee guida su sport e inclusione sociale. ec.europa.eu/sport

UEFA (2022). Calcio per tutti: strumenti per l'inclusione. uefa.com

Street Football World (2023). Autoregolamentazione nel calcio urbano: rapporto di valutazione. streetfootballworld.org

Programma di calcio sociale della FIGC. figc.it/it/giovani/social-football

Buntkicktgut – Campionati interculturali di calcio di strada. buntkicktgut.org

Pratiche stimolanti che hanno ispirato le attività di questo modulo:

- ASPHI Onlus – Metodologia adattata al calcio e al sistema di tutoraggio. asphi.it
- Street Football World – Calcio urbano autogestito e modello Captain's Circle. streetfootballworld.org
- UEFA Play True – Campagne di fair play e sistema di punti rispetto. uefa.com/football-for-good

02

Orientamento e apprendimento all'aperto

Obiettivo di apprendimento

Questo modulo si concentra sullo sviluppo della capacità dei partecipanti di orientarsi in ambienti esterni utilizzando mappe, bussole e abilità di osservazione. Gli studenti acquisiranno esperienza pratica attraverso la partecipazione attiva ad attività di orientamento che promuovono l'autonomia decisionale. Il modulo incoraggia i partecipanti a collegare le conoscenze teoriche con esperienze concrete all'aria aperta. Inoltre, favorisce la crescita personale, la fiducia in sé stessi e lo sviluppo di competenze trasferibili, utili per la vita e per il mondo del lavoro.

Per chi

Questo modulo è progettato principalmente per i giovani NEET (né occupati né in formazione) che potrebbero trarre beneficio da opportunità di apprendimento alternative ed esperienziali. È adatto a operatori giovanili, formatori, educatori e organizzazioni comunitarie alla ricerca di metodi innovativi per coinvolgere i partecipanti. Le attività possono essere adattate a partecipanti con diversi background formativi, capacità e livelli di esperienza all'aperto.

Perché l'orientamento e le attività all'aperto?

L'orientamento è importante per l'inclusione

L'orientamento offre pari opportunità di partecipazione a prescindere dal livello di istruzione o dall'esperienza pregressa. Crea un ambiente stimolante in cui i partecipanti possono progredire al proprio ritmo. Le attività possono essere adattate per soddisfare diverse esigenze fisiche, cognitive e sociali. L'orientamento incoraggia il lavoro di squadra e la cooperazione tra partecipanti di diversa provenienza. Contribuisce a ridurre le barriere alla partecipazione, privilegiando l'apprendimento pratico rispetto al rendimento accademico. I partecipanti sviluppano un senso di appartenenza attraverso sfide e successi condivisi. L'attività promuove il rispetto reciproco, la comunicazione e la comprensione tra i membri del gruppo. Di conseguenza, l'orientamento diventa uno strumento efficace per favorire l'inclusione sociale e la partecipazione attiva.

L'orientamento contribuisce a ridurre gli ostacoli alla partecipazione, privilegiando l'apprendimento pratico rispetto al rendimento accademico. I partecipanti possono sviluppare un senso di appartenenza attraverso sfide e successi condivisi in un ambiente naturale.

Consapevolezza ambientale nelle attività all'aperto

L'orientamento incoraggia i partecipanti a trascorrere del tempo in ambienti naturali e a sviluppare una maggiore consapevolezza dell'importanza della natura. Gli studenti acquisiscono una maggiore conoscenza degli ecosistemi locali, della fauna selvatica e della biodiversità. Le attività all'aperto offrono l'opportunità di osservare i cambiamenti ambientali e l'impatto umano sul paesaggio. I partecipanti imparano l'importanza di proteggere le risorse naturali per le generazioni future. Il modulo promuove un comportamento responsabile all'aria aperta attraverso principi come "Non lasciare tracce". Gli studenti sviluppano rispetto per le aree protette, le foreste, i parchi e gli spazi verdi. Le attività di orientamento incoraggiano un uso sostenibile degli ambienti esterni senza causare danni. I partecipanti acquisiscono conoscenze sulle sfide ambientali come l'inquinamento e la perdita di habitat. L'esperienza aiuta gli studenti a comprendere la relazione tra il benessere umano e la salute degli ecosistemi. In definitiva, la consapevolezza ambientale sviluppata attraverso l'orientamento può ispirare atteggiamenti e comportamenti più sostenibili nella vita di tutti i giorni.

Contenuti trattati in questo modulo

Il modulo dovrebbe introdurre il concetto e la storia dell'orientamento. Dovrebbe spiegare i benefici dell'apprendimento all'aperto per lo sviluppo personale e sociale. I partecipanti dovrebbero familiarizzare con i diversi tipi di mappe e i relativi simboli. Il modulo include istruzioni sull'orientamento cartografico e sulla pianificazione del percorso. I partecipanti dovrebbero imparare a usare la bussola correttamente e con sicurezza. Le attività dovrebbero offrire opportunità per mettere in pratica le abilità di navigazione in contesti reali all'aperto. Il modulo dovrebbe affrontare il tema del lavoro di squadra e della comunicazione durante le attività di navigazione. Dovrebbero essere incluse le procedure di sicurezza e i principi di gestione del rischio. I partecipanti dovrebbero esplorare l'importanza della responsabilità ambientale durante le attività all'aperto. Le attività di riflessione dovrebbero aiutare i partecipanti a identificare le lezioni apprese e i risultati personali raggiunti. Il modulo dovrebbe dimostrare come le abilità di orientamento si applichino alla vita quotidiana e alle situazioni lavorative. Infine, i partecipanti dovrebbero essere incoraggiati a fissare obiettivi personali per future esperienze di apprendimento all'aperto.

Competenze, parole chiave e approccio pedagogico

Questa sezione riassume le competenze fondamentali sviluppate attraverso questo modulo, i concetti chiave che affronta e l'approccio pedagogico principale che sottende le attività.

Competenze sviluppate

- Capacità di navigazione e orientamento
- Capacità di risoluzione dei problemi
- Pensiero critico
- Il processo decisionale
- Competenze comunicative
- Lavoro di squadra e collaborazione
- Capacità di leadership
- Fiducia in se stessi e autoefficacia
- Resilienza e adattabilità
- Consapevolezza e responsabilità ambientale

Parole chiave

- Orientamento
- Apprendimento all'aperto
- Navigazione
- Inclusione
- Sostenibilità
- Lavoro di squadra
- Leadership
- Resilienza
- Occupabilità
- Consapevolezza ambientale

Approccio pedagogico di base

Il kit di strumenti dovrebbe basarsi sull'apprendimento esperienziale, consentendo ai partecipanti di apprendere attraverso l'esperienza diretta, la riflessione e l'applicazione. Le attività dovrebbero seguire un approccio centrato sullo studente e inclusivo, che valorizzi la partecipazione attiva, la collaborazione e il progresso individuale. Metodi di educazione non formale, apprendimento esperienziale all'aperto e pratica riflessiva dovrebbero essere combinati per massimizzare il coinvolgimento e i risultati di apprendimento per i partecipanti NEET.

Entrambe le attività di questo modulo sono progettate attorno allo stesso principio: lo sport come attività a basso impatto sociale.

Punto di ingresso fondamentale che crea le condizioni per una partecipazione autentica, la connessione tra pari e lo sviluppo personale. Il ruolo del facilitatore non è quello di insegnare l'orientamento, bensì di creare un ambiente sicuro e inclusivo e di aiutare i partecipanti a riflettere sull'esperienza vissuta.

Introduzione

Le attività di orientamento inclusive offrono ai giovani l'opportunità di imparare attraverso l'esplorazione, il movimento e la risoluzione di problemi concreti in ambienti esterni. L'obiettivo principale è sviluppare competenze personali, sociali e pratiche, garantendo al contempo che ogni partecipante possa impegnarsi attivamente, indipendentemente dalle proprie capacità, dal proprio background o dalle esperienze pregresse. L'orientamento incoraggia i partecipanti a sviluppare fiducia in se stessi prendendo decisioni in modo autonomo e collaborativo. Promuove il lavoro di squadra, la comunicazione e la leadership attraverso sfide condivise e compiti di gruppo. Per i giovani NEET (non impegnati nello studio, nel lavoro o nella formazione), l'apprendimento all'aperto può rappresentare un'alternativa positiva ai contesti educativi tradizionali e creare significative opportunità di sviluppo personale.

Dobbiamo concentrarci sulla creazione di un ambiente di apprendimento sicuro, inclusivo e privo di pregiudizi, in cui i partecipanti si sentano valorizzati e rispettati. Le attività dovrebbero essere progettate per adattarsi a diversi stili di apprendimento, capacità fisiche e livelli di fiducia. L'orientamento inclusivo può prevedere adattamenti come mappe semplificate, risorse tattili, indicazioni verbali o esercizi di orientamento guidato. I facilitatori dovrebbero tenere presente che alcuni partecipanti potrebbero avere un'esperienza limitata con le attività all'aperto o con le situazioni di apprendimento di gruppo. Costruire un rapporto di fiducia e incoraggiare la partecipazione sono quindi componenti essenziali di ogni sessione.



Attività 1: Orientamento nel labirinto

Modulo 2: Orientamento e apprendimento all'aperto

Tipo: Sport / Attività all'aperto / Comunicazione

Durata

60 minuti

Dimensione del gruppo

30 partecipanti

Posizione

Ovunque - all'aperto

Scopo dell'attività

L'orientamento in labirinto è un'attività di navigazione che si svolge all'interno di una rete delimitata di sentieri, barriere o percorsi segnalati. I partecipanti utilizzano mappe appositamente progettate per individuare i punti di controllo e orientarsi in modo efficiente attraverso il labirinto. L'attività sviluppa le capacità di navigazione, la capacità decisionale, la concentrazione, il lavoro di squadra e la resilienza, offrendo al contempo un'esperienza di apprendimento all'aperto coinvolgente e inclusiva.

Obiettivi di apprendimento

- navigare
- osservare
- decidere
- riflettere
- corretto

Preparazione prima dell'attività

Il facilitatore deve scegliere un'area esterna sicura e accessibile, adatta alla costruzione di un labirinto. Una mappa dettagliata del labirinto deve essere preparata e testata prima dell'arrivo dei partecipanti. I punti di controllo devono essere chiaramente segnalati e posizionati lungo tutto il percorso. Tutti i materiali e le attrezzature devono essere controllati per accertarsi che siano in buone condizioni. Il facilitatore deve effettuare una valutazione dei rischi dell'area di attività e identificare eventuali pericoli potenziali. Deve essere preparato un piano di briefing per spiegare le regole dell'attività, gli obiettivi e le procedure di sicurezza.

Attività 1: Orientamento nel labirinto

Modulo 2: Orientamento e apprendimento all'aperto

Tipo: Sport / Attività all'aperto / Comunicazione

Ruoli dei partecipanti

I partecipanti sono responsabili dell'orientamento all'interno del labirinto utilizzando la mappa fornita. Devono osservare attentamente l'ambiente circostante per identificare percorsi e punti di controllo. I partecipanti devono decidere quale sia il percorso migliore da seguire. Sono incoraggiati a collaborare con i compagni di squadra durante lo svolgimento dell'attività in gruppo. I partecipanti devono comunicare in modo efficace e rispettoso con gli altri. Devono dimostrare perseveranza di fronte a difficoltà o errori di percorso. I partecipanti sono responsabili della corretta registrazione delle visite ai punti di controllo. Devono rispettare i limiti dell'attività e seguire le regole stabilite. I partecipanti devono impegnarsi attivamente nella risoluzione dei problemi durante tutta l'attività. Sono incoraggiati a riflettere sulle proprie esperienze e su quanto appreso dopo aver completato il labirinto.

Materiali

- Disposizione del labirinto
- Mappe di orientamento semplificate
- Indicatori di checkpoint o bandiere di controllo
- Schede di controllo o schede perforate
- Penne o matite
- Appunti
- Coni, corde, nastro o barriera
- Cronometro o timer
- Fischio
- Kit di pronto soccorso
- Pettorine identificative per i partecipanti (facoltative)
- moduli di valutazione
- Schede di riflessione

Attività 1: Orientamento nel labirinto

Modulo 2: Orientamento e apprendimento all'aperto

Tipo: Sport / Attività all'aperto / Comunicazione

Facilitazione passo passo

- Accogliere i partecipanti nell'area dedicata all'attività e presentare il concetto di orientamento in un labirinto.
- Spiega lo scopo e gli obiettivi di apprendimento dell'attività.
- Presenta la mappa del labirinto e i suoi simboli.
- Mostra come vengono visualizzati i checkpoint sulla mappa.
- Spiega come devono essere registrate le visite ai punti di controllo.
- Esamina le regole dell'attività.
- Descrivi i confini del labirinto.
- Illustrare le procedure di sicurezza e i segnali di emergenza.
- Incoraggiate i partecipanti a porre domande.
- Dividete i partecipanti in singoli, coppie o squadre.
- Distribuire mappe e schede di registrazione.
- Lasciate ai partecipanti il tempo necessario per familiarizzare con la mappa.
- Mostrare ai partecipanti il punto di partenza.
- Ricordate ai partecipanti di affidarsi al sistema di navigazione piuttosto che seguire gli altri.
- Avviare l'attività utilizzando un segnale chiaro.
- Osservare il comportamento e il coinvolgimento dei partecipanti.
- Monitorare le strategie di navigazione utilizzate dai partecipanti.
- Incoraggiare la capacità di risolvere i problemi e il pensiero indipendente.
- Offrire supporto ai partecipanti senza dare risposte dirette.
- Assicurarsi che tutti i partecipanti rimangano all'interno dell'area designata.
- Annotare le osservazioni relative al lavoro di squadra e alla comunicazione.
- Incoraggiare i partecipanti che incontrano difficoltà.
- Monitorare il tempo e i progressi durante l'attività.
- Accompagnare i partecipanti all'area di arrivo al termine della gara.
- Raccogli le schede dei punti di controllo e il materiale per le attività.
- Verificare il completamento dei punti di controllo.
- Riunire i partecipanti per una discussione di gruppo.
- Facilitare la riflessione sull'esperienza di apprendimento.
- Riassumere le lezioni principali e congratularsi con i partecipanti per i risultati raggiunti.

Suggerimenti per l'inclusione e l'adattamento

Il labirinto può essere semplificato riducendo il numero di percorsi e punti di controllo. Ausili visivi e mappe ingrandite possono essere d'aiuto ai partecipanti con difficoltà di apprendimento. Le istruzioni devono essere fornite in un linguaggio chiaro e semplice. I partecipanti possono lavorare in coppie o squadre con livelli di abilità misti per incoraggiare il supporto reciproco. È possibile progettare percorsi alternativi per i partecipanti con limitazioni motorie. I facilitatori dovrebbero enfatizzare la partecipazione, l'impegno e i progressi personali piuttosto che la competizione.

Considerazioni sulla sicurezza

L'area di attività deve essere ispezionata per individuare eventuali pericoli prima dell'arrivo dei partecipanti. I confini dell'area devono essere chiaramente definiti e comunicati a tutti i partecipanti. I partecipanti devono indossare abbigliamento e calzature adatti alle condizioni esterne. Gli accompagnatori devono garantire una supervisione continua per tutta la durata dell'attività. Le procedure di contatto in caso di emergenza e i punti di ritrovo devono essere illustrati prima dell'inizio. Un kit di pronto soccorso e un addetto al primo soccorso qualificato devono essere sempre disponibili.

Metodo di valutazione

Il completamento dei checkpoint può essere utilizzato per valutare la precisione della navigazione. I facilitatori possono osservare il comportamento dei partecipanti durante l'attività. Il lavoro di squadra e le capacità comunicative possono essere valutate tramite schede di osservazione. I partecipanti possono compilare questionari di autovalutazione al termine dell'attività. Il feedback tra pari può fornire ulteriori spunti sulla collaborazione di gruppo. Le discussioni di riflessione possono aiutare a misurare i risultati dell'apprendimento e lo sviluppo personale.

Integrazione ambientale

L'attività può essere organizzata in un ambiente naturale per rafforzare il legame dei partecipanti con la natura. I punti di controllo possono includere domande su piante, animali ed ecosistemi locali. I partecipanti possono essere incoraggiati a osservare le caratteristiche ambientali durante l'orientamento. I facilitatori dovrebbero promuovere i principi di "Non lasciare tracce" durante l'attività. Le discussioni possono esplorare l'importanza della protezione degli ambienti naturali. I partecipanti possono riflettere su come la ricreazione all'aperto e la conservazione dell'ambiente siano connesse.

Domande di debriefing

Qual è stata la parte più difficile nell'orientarsi nel labirinto?

Quale strategia ti ha aiutato a trovare il percorso corretto?

Come hai reagito quando hai commesso un errore? In che modo la comunicazione ha influenzato la tua prestazione?

Quale nuova competenza hai sviluppato durante l'attività?

Come puoi applicare quanto appreso oggi ad altri ambiti della tua vita?

Suggerimento per il facilitatore

Iniziate con un labirinto semplice prima di introdurre sfide più complesse. Osservate il coinvolgimento dei partecipanti e regolate il livello di difficoltà quando necessario. Incoraggiate i partecipanti a discutere le loro scelte di percorso durante la sessione di riflessione. Concentratevi sul rinforzo positivo e riconoscete i progressi individuali. Collegate le competenze acquisite durante l'attività a situazioni quotidiane, opportunità di lavoro e possibilità di sviluppo personale.

Attività 2: Percorso creativo

Modulo 2: Orientamento e apprendimento all'aperto

Tipologia: Sport / Attività all'aperto / Comunicazione / Inclusione

Durata

60 minuti

Dimensione del gruppo

40 partecipanti

Posizione

All'aperto

Scopo dell'attività

L'orientamento inclusivo su sentiero (TrailO) è una forma adattata di orientamento che si concentra sulla navigazione di precisione, l'osservazione, il processo decisionale e il lavoro di squadra piuttosto che sulla velocità. I partecipanti utilizzano mappe, descrizioni, informazioni tattili, comunicazione verbale e indizi ambientali per identificare i punti di controllo corretti. Gli adattamenti per non vedenti consentono ai partecipanti con disabilità visiva, così come ai partecipanti vedenti che sperimentano la navigazione bendati, di sviluppare fiducia, comunicazione, empatia e consapevolezza sensoriale. Questa attività promuove l'inclusione, la partecipazione paritaria e l'apprendimento all'aria aperta per tutte le abilità.

Obiettivi di apprendimento

- navigare
- comunicare
- Fiducia
- osservare
- affermare
- riflettere

Preparazione prima dell'attività

Il facilitatore dovrebbe selezionare un sentiero accessibile o un'area esterna con percorsi sicuri e ben definiti. I punti di controllo dovrebbero essere posizionati in modo che i partecipanti possano fermarsi in sicurezza e prendere decisioni di orientamento. Mappe, mappe tattili, descrizioni dei punti di controllo e materiali di orientamento adattati dovrebbero essere preparati in anticipo. Il percorso dovrebbe essere ispezionato per identificare ed eliminare potenziali pericoli. I facilitatori dovrebbero pianificare adattamenti per soddisfare le esigenze dei partecipanti con diverse abilità e stili di apprendimento. Un briefing sulla sicurezza e un protocollo di comunicazione dovrebbero essere preparati prima dell'inizio dell'attività.

Attività 2: Percorso creativo

Modulo 2: Orientamento e apprendimento all'aperto

Tipologia: Sport / Attività all'aperto / Comunicazione / Inclusione

Ruoli dei partecipanti

I partecipanti sono responsabili di impegnarsi attivamente nel processo di navigazione durante tutta l'attività. Devono utilizzare mappe, descrizioni, materiali tattili o istruzioni verbali per identificare i punti di controllo. I partecipanti sono incoraggiati a lavorare in modo collaborativo e a sostenersi a vicenda. Negli esercizi di orientamento alla cieca, i partecipanti possono alternarsi nel ruolo di guida e di essere guidati. Devono comunicare in modo chiaro e rispettoso durante tutte le attività. I partecipanti devono osservare attentamente le caratteristiche ambientali e gli indizi di navigazione. Ci si aspetta che contribuiscano al processo decisionale all'interno del proprio gruppo. I partecipanti devono rispettare le diverse capacità e le esigenze di apprendimento all'interno del gruppo. Sono incoraggiati a riflettere sulle proprie esperienze e sulle difficoltà incontrate durante l'attività. Durante tutta la sessione, i partecipanti contribuiscono attivamente a creare un ambiente di apprendimento inclusivo e di supporto.

Materiali

- Mappe TrailO
- Mappe tattili (se disponibili)
- Mappe a caratteri grandi
- Segnalatori o bandiere di controllo
- Schede descrittive di controllo
- Bende o maschere per gli occhi
- Appunti
- Penne o matite
- Guide per corde (opzionali)
- Registratori audio o dispositivi mobili (facoltativo)
- Fischio
- Kit di pronto soccorso
- Gilet ad alta visibilità
- Schede di riflessione
- moduli di valutazione
- approvvigionamento idrico
- Area con posti a sedere accessibili per le discussioni

Attività 2: Percorso creativo

Modulo 2: Orientamento e apprendimento all'aperto

Tipologia: Sport / Attività all'aperto / Comunicazione / Inclusione

Facilitazione passo passo

- Date il benvenuto ai partecipanti, presentate l'attività e spiegate il concetto di Trail Orienteering e la sua enfasi sulla precisione piuttosto che sulla velocità.
 1. Introduci i principi della partecipazione inclusiva.
 2. Spiega come verranno integrate le modifiche necessarie per l'orientamento per non vedenti.
 3. Presenta gli obiettivi di apprendimento dell'attività.
 4. Introduci le mappe e le descrizioni dei comandi.
 5. Dimostrare come interpretare le descrizioni dei controlli.
 6. Se disponibili, mostrate ai partecipanti le mappe tattili.
 7. Spiega come dovrebbe funzionare la comunicazione con la guida durante la navigazione alla cieca.
- Discutere le aspettative in termini di fiducia, rispetto e lavoro di squadra.
- Spiegare le procedure di sicurezza e i segnali di emergenza.
- Dividete i partecipanti in coppie o piccoli gruppi.
 1. Assegnare i ruoli di guida e navigatore quando necessario.
 2. Concedere ai partecipanti il tempo necessario per esaminare mappe e materiali.
 3. Illustra un esempio di attività di navigazione.
 4. Rispondere alle domande e chiarire le istruzioni.
 5. Condurre i partecipanti al punto di partenza.
- Iniziate l'attività con un segnale chiaro.
 1. Incoraggiare i partecipanti a comunicare in modo continuo.
 2. Osserva le interazioni e il lavoro di squadra.
 3. Sostenere i partecipanti senza fornire soluzioni dirette.
 4. Durante l'attività, alternate i ruoli di guida e navigatore.
 5. Incoraggiate i partecipanti a utilizzare più sensi durante l'orientamento.
 6. Monitorare la sicurezza e il benessere dei partecipanti durante tutto il corso.
 7. Facilitare la discussione tra i team nei punti di sosta designati.
 8. Accompagnare i partecipanti verso l'area di arrivo al termine della prova.
- Raccogli mappe e materiali per le attività.
- Facilitare una sessione di riflessione strutturata.
 1. Incoraggiate i partecipanti a condividere le proprie esperienze e opinioni.
 2. Riassumere i principali risultati di apprendimento e celebrare i traguardi raggiunti.

Attività 2: Creative TrailO — Informazioni di supporto

Suggerimenti per l'inclusione e l'adattamento

Fornite mappe in diversi formati, tra cui versioni tattili, a caratteri grandi e semplificate. Permettete ai partecipanti di scegliere i ruoli in base alla loro familiarità e alle loro capacità. Abbinare i partecipanti in modo strategico per favorire il supporto reciproco e la fiducia in se stessi. Utilizzate descrizioni verbali, indicatori fisici e segnali sensoriali per facilitare l'orientamento. Assicuratevi che tutte le istruzioni siano chiare e accessibili. Concentratevi sulla cooperazione e sull'apprendimento più che sulla competizione e sulla velocità.

Considerazioni sulla sicurezza

Tutti i percorsi devono essere ispezionati accuratamente prima dell'inizio dell'attività. L'orientamento bendati deve avvenire solo in aree sicure e ben sorvegliate. I partecipanti devono sempre avere accesso all'assistenza in caso di necessità. Prima di iniziare, è necessario stabilire segnali di comunicazione chiari. I facilitatori devono garantire una supervisione continua per tutta la durata dell'attività. Un kit di pronto soccorso e le procedure di contatto per le emergenze devono essere prontamente disponibili.

Metodo di valutazione

I facilitatori possono valutare il coinvolgimento dei partecipanti attraverso l'osservazione diretta. Le decisioni di navigazione e l'accuratezza dei punti di controllo possono essere esaminate dopo l'attività. Il lavoro di squadra e le capacità comunicative dovrebbero essere valutate utilizzando liste di controllo di osservazione. I partecipanti possono compilare questionari di autovalutazione. Il feedback dei pari può fornire spunti preziosi sulla collaborazione e sul supporto. Le discussioni di riflessione possono aiutare a valutare l'apprendimento personale e i risultati in termini di inclusione.

Integrazione ambientale

L'attività incoraggia i partecipanti a interagire direttamente con gli ambienti naturali attraverso un'attenta osservazione. I punti di controllo possono includere informazioni su piante, animali e habitat locali. I partecipanti possono essere incoraggiati a identificare le caratteristiche ambientali utilizzando più sensi. Le discussioni possono esplorare l'importanza di esperienze nella natura accessibili a tutti. I facilitatori dovrebbero promuovere i principi di "Non lasciare tracce" durante tutta l'attività. I partecipanti possono riflettere su come l'inclusione e la tutela ambientale contribuiscano a comunità sostenibili.

Domande di debriefing

Che sensazione hai provato nel guidare o orientare un altro partecipante?

Quali strategie di comunicazione si sono rivelate più efficaci durante l'attività?

Quali difficoltà hai incontrato nel prendere decisioni di navigazione?

In che modo l'attività ha influenzato la tua comprensione dell'inclusione e dell'accessibilità?

Cosa hai imparato sulla fiducia e sul lavoro di squadra?

In che modo queste esperienze possono esserti utili nella vita di tutti i giorni, nello studio o nel lavoro?

Suggerimento per il facilitatore

Crea un'atmosfera di supporto in cui i partecipanti si sentano a proprio agio nel chiedere aiuto e condividere esperienze. Sottolinea che l'obiettivo è l'apprendimento, l'inclusione e la cooperazione, non la competizione. Ruota regolarmente i ruoli in modo che i partecipanti possano sperimentare prospettive diverse. Utilizza sessioni di riflessione per collegare l'attività a situazioni di vita reale che coinvolgono la comunicazione, l'accessibilità e il lavoro di squadra. Celebra l'impegno, il rispetto e la crescita personale tanto quanto i risultati positivi ottenuti nell'attività di navigazione.

Conclusione

Il kit di strumenti, che comprende attività di orientamento, labirinto e orientamento su sentiero (TrailO), offre un quadro educativo innovativo.

Da asporto

L'apprendimento all'aperto offre un'efficace strategia di coinvolgimento per i giovani NEET (non impegnati nello studio, nel lavoro o nella formazione) creando ambienti di apprendimento attivi, esperienziali e significativi. Le attività di orientamento sviluppano competenze trasversali come la risoluzione dei problemi, il processo decisionale, la leadership, la resilienza e il pensiero indipendente.

TrailO offre un modello inclusivo che garantisce la partecipazione a prescindere dalle capacità fisiche, rendendo gli strumenti accessibili a gruppi eterogenei.

Le attività nei labirinti migliorano il pensiero strategico, la pianificazione, la comunicazione e il lavoro di squadra in ambienti di apprendimento a basso rischio.

Le attività basate sui labirinti favoriscono il benessere, la regolazione emotiva, l'autoriflessione e la crescita personale, aspetti particolarmente preziosi per i giovani emarginati.

La ricerca dimostra costantemente che l'apprendimento esperienziale all'aperto contribuisce ad aumentare la fiducia in sé stessi, la motivazione, l'inclusione sociale e l'occupabilità.

La combinazione di attività fisiche, cognitive e riflessive crea esperienze di apprendimento olistiche che rispondono alle esigenze di sviluppo sia personale che professionale.

Il kit di strumenti è in linea con le priorità europee in materia di inclusione giovanile, apprendimento permanente, cittadinanza attiva e miglioramento dell'occupabilità.

Dichiarazione riassuntiva

La letteratura scientifica supporta fortemente l'utilizzo dell'apprendimento all'aperto e dell'educazione esperienziale come approcci efficaci per coinvolgere i giovani che non studiano, non lavorano e non seguono corsi di formazione (NEET). Un kit di strumenti che integra orientamento, labirinti, attività di riflessione e Trail Orienteering offre un quadro completo per lo sviluppo personale, sociale e professionale. L'orientamento rafforza le capacità di navigazione, di presa di decisione e di leadership; le attività nei labirinti coltivano la capacità di risolvere problemi e il lavoro di squadra; le esperienze nei labirinti incoraggiano la consapevolezza e l'autoconsapevolezza; e il TrailO garantisce accessibilità e inclusione per partecipanti con diverse abilità. Basato sulla teoria dell'apprendimento esperienziale e supportato da evidenze provenienti dalla ricerca sull'educazione all'aperto, tale kit di strumenti può contribuire ad aumentare la fiducia in sé stessi, la resilienza, la partecipazione sociale, il benessere e la preparazione al mondo del lavoro. Di conseguenza, rappresenta una preziosa risorsa educativa per operatori giovanili, formatori, educatori e organizzazioni comunitarie che cercano metodi innovativi per sostenere l'inclusione e l'empowerment dei giovani NEET in contesti europei e internazionali.

Teoria dell'apprendimento esperienziale supportata da prove derivanti dai metodi di educazione all'aperto.

Risorse e link

Lettere

Kolb, D. A. (1984). Apprendimento esperienziale: l'esperienza come fonte di apprendimento e sviluppo.

1 Michael J. Bina Orientamento: Attività che portano allo sviluppo di abilità
Journal of Visual Impairment & Blindness 1986
<https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/0145482X8608000506>

2 Craig Parkes Perdersi nel bosco: Insegnare l'orientamento nelle scuole elementari Journal of Physical Education, Recreation & Dance 2024
<https://doi.org/10.1080/07303084.2024.2373004>

3 Martin Mottet, David W. Eccles, Jacques Saury Navigazione in ambienti esterni come esperienza incarnata, sociale, culturale e situata: uno studio empirico sulla cognizione spaziale e il calcolo nell'orientamento 2016
<https://doi.org/10.1080/13875868.2016.1166229>

4 Yantao Li Ricerca pratica sull'orientamento nell'educazione fisica nelle università della Cina nord-orientale Tecnologia e assistenza sanitaria 2021
<https://doi.org/10.3233/THC-218025>

03

Comunicazione inclusiva

Obiettivo di apprendimento

Sviluppare la comunicazione come competenza pratica attraverso l'apprendimento esperienziale basato sullo sport: ascolto attivo, espressione assertiva, interazione costruttiva in contesti di gruppo, risoluzione dei conflitti, lavoro di squadra e dialogo interculturale, tra i giovani di età compresa tra i 18 e i 30 anni che stanno costruendo il loro percorso nella comunità, nell'istruzione o nel mondo del lavoro.

Per chi

Operatori giovanili, allenatori sportivi ed educatori non formali che lavorano con giovani NEET di età compresa tra i 18 e i 30 anni che hanno minori opportunità o incontrano ostacoli all'istruzione, all'occupazione o alla partecipazione alla vita sociale. Non è richiesta alcuna esperienza pregressa nella formazione alla comunicazione.

Perché la comunicazione?

La comunicazione come competenza pratica

La comunicazione è un'abilità fondamentale che plasma le relazioni, la partecipazione e l'accesso alle opportunità. Per molti giovani che incontrano ostacoli all'istruzione e al lavoro, le difficoltà nell'esprimere i propri bisogni, nel gestire i disaccordi o nel muoversi in contesti interculturali rappresentano ostacoli reali e quotidiani.

Questo modulo affronta la comunicazione non come un concetto teorico, bensì come una competenza pratica che si sviluppa attraverso l'esperienza e la riflessione. Lo sport offre un contesto naturale e a bassa pressione in cui la comunicazione diventa necessaria e immediata: i partecipanti devono ascoltare, coordinarsi, negoziare e adattarsi in tempo reale, insieme a persone provenienti da contesti diversi.

Nello sport, la comunicazione non è un'opzione, ma è parte integrante di ogni azione. Questo modulo sfrutta tale necessità come opportunità di apprendimento, aiutando i partecipanti a sviluppare competenze direttamente applicabili al mondo del lavoro, ai contesti comunitari e alle relazioni quotidiane.

Sensibilizzazione ambientale attraverso la comunicazione

La comunicazione sugli spazi condivisi è parte integrante del tema ambientale di questo modulo. I partecipanti sono incoraggiati a individuare e discutere come desiderano utilizzare e prendersi cura degli spazi che condividono: il campo, il cerchio, la stanza. Raggiungere un accordo su come trattare uno spazio condiviso richiede le stesse competenze necessarie per accordarsi su come trattarsi a vicenda: ascolto, negoziazione e rispetto delle decisioni prese insieme.

Contenuti trattati in questo modulo

Questo modulo è strutturato attorno a tre filoni di apprendimento interconnessi. Il primo sviluppa le capacità comunicative attraverso contesti sportivi, utilizzando attività pratiche per esercitare l'ascolto attivo, l'espressione assertiva e il dialogo di squadra in situazioni in cui la comunicazione è immediata e necessaria. Il secondo si concentra sulla risoluzione dei conflitti, trasformando i disaccordi che sorgono naturalmente nello sport in opportunità di apprendimento strutturate per la regolazione emotiva, la mediazione tra pari e la negoziazione rispettosa. Il terzo promuove il dialogo interculturale e il lavoro di squadra, preparando i partecipanti a comunicare al di là delle differenze attraverso team misti, narrazione condivisa ed esercizi di assunzione di prospettive diverse.

Competenze, parole chiave e approccio pedagogico

Questa sezione riassume le competenze fondamentali sviluppate attraverso questo modulo, i concetti chiave che affronta e l'approccio pedagogico principale che sottende le attività.

Competenza sviluppata

- Ascolto attivo
- Comunicazione assertiva
- Risoluzione dei conflitti
- espressione emotiva
- Dialogo di gruppo
- Consapevolezza interculturale
- Empatia e rispetto

Parole chiave

- Comunicazione inclusiva
- Risoluzione dei conflitti
- dialoghi interculturali
- Lavoro di squadra
- Empatia
- Coinvolgimento dei NEET
- Occupabilità

Approccio pedagogico di base

Le capacità comunicative si sviluppano attraverso l'azione, non attraverso l'istruzione. Ogni attività crea situazioni in cui i partecipanti devono comunicare per poter partecipare; successivamente, un debriefing strutturato li aiuta a definire ciò che hanno fatto, a capire perché ha funzionato e a collegarlo alla vita al di fuori dello sport.

Entrambe le attività di questo modulo pongono i partecipanti in situazioni in cui la comunicazione è necessaria, non simulata. Il ruolo del facilitatore è quello di creare le condizioni per un'interazione autentica, osservare ciò che emerge e guidare i partecipanti nella riflessione sulla loro esperienza.

La comunicazione come ambiente di apprendimento

Lo sport crea momenti in cui la comunicazione non è un argomento di studio, ma uno strumento che i partecipanti devono utilizzare, sotto pressione temporale, a fianco di persone che potrebbero non conoscere bene, in situazioni che richiedono decisioni rapide e segnali chiari. Sono proprio queste le condizioni in cui le capacità comunicative si sviluppano in modo più efficace. Quando un partecipante deve chiedere la palla, stemperare un disaccordo in campo o spiegare il proprio punto di vista in un cerchio di dialogo, sta mettendo in pratica competenze reali in un contesto reale. Il debriefing strutturato che segue ogni attività trasforma questi momenti in apprendimento consapevole: i partecipanti descrivono ciò che hanno fatto, riflettono su cosa ha facilitato o ostacolato la comunicazione e identificano le competenze che desiderano sviluppare ulteriormente. I facilitatori di questo modulo non sono insegnanti di comunicazione, ma creano le condizioni per un'interazione autentica e guidano i partecipanti a dare un senso a ciò che hanno vissuto.

Principi chiave della facilitazione

Creare situazioni in cui la comunicazione sia necessaria, non facoltativa.

Osserva prima di intervenire: lascia che l'interazione si sviluppi in modo naturale.

Descrivi ciò che noti: "Ti ho visto ascoltare attentamente" rende visibili le tue capacità.

Analizzate i risultati di ogni sessione: collegate quanto accaduto a situazioni di vita reale.

Valorizzare tutti gli stili comunicativi: assertivo, pacato, non verbale.

Adattare le attività alla diversità linguistica; utilizzare gesti, immagini e simboli ove necessario.

Inquadrare il conflitto come un'opportunità di apprendimento, non come un problema da evitare.



Creare motivazione e slancio

Crea team misti intenzionalmente, composti da persone di diverse lingue, provenienze e livelli di esperienza.

- Invitate i partecipanti a utilizzare il proprio linguaggio per parole o frasi chiave, ove opportuno.

Utilizzate la narrazione condivisa al termine delle attività per favorire la comprensione reciproca.

Introduci esercizi di assunzione di prospettiva: chiedi ai partecipanti di descrivere un momento dal punto di vista di qualcun altro.

- Evitate di dare per scontate delle affinità culturali: create piuttosto delle connessioni condivise attraverso l'attività stessa.

Attività 1: Il cerchio della connessione

Modulo 3 - Comunicazione inclusiva

Tipo: Comunicazione / Riflessione

Durata

45 - 60 minuti

Dimensione del gruppo

8-20 partecipanti

Posizione

Al chiuso o all'aperto

Scopo dell'attività

Il Connection Circle è un'attività di dialogo strutturata che precede qualsiasi sessione. Prima dell'inizio di qualsiasi sport o attività di gruppo, i partecipanti si siedono o si dispongono in cerchio e seguono una sequenza guidata di esercizi di comunicazione: si presentano in un modo a loro scelta, condividono un'aspettativa per la sessione, concordano regole di comunicazione comuni e praticano l'ascolto attivo attraverso uno scambio strutturato.

L'attività può essere svolta come sessione a sé stante incentrata sulla comunicazione, oppure come rituale di apertura prima di un'attività sportiva. Il suo scopo principale è quello di rendere la comunicazione intenzionale prima che inizi la pressione della competizione o della cooperazione, in modo che i partecipanti arrivino all'attività con un linguaggio condiviso, aspettative comuni e una base di rispetto reciproco. A differenza delle attività con ruoli fissi, il Connection Circle funziona per alternanza: ogni partecipante parla e ascolta in ogni round. L'unico ruolo fisso è quello del Cronometrista, che ruota tra i round. Il facilitatore mantiene lo spazio, introducendo ogni round, mostrando il compito quando necessario e intervenendo solo quando opportuno, senza dirigere il contenuto di ciò che i partecipanti condividono.

Obiettivi di apprendimento

Esercitati nell'ascolto attivo in un contesto strutturato e senza pressioni.

Esprimere le proprie aspettative e i propri limiti in modo chiaro e rispettoso.

Definire congiuntamente con il gruppo accordi di comunicazione condivisi.

Instaurare fin da subito fiducia e apertura al di là delle differenze linguistiche e culturali.

Preparazione prima dell'attività

Prima dell'arrivo dei partecipanti, disponete i posti a sedere in cerchio. Preparete delle schede con le istruzioni per ogni round, indicando chiaramente il compito da svolgere e, ove possibile, illustrandolo con una semplice icona. Se il gruppo è composto da persone con background linguistici diversi, preparate un piccolo foglio con frasi multilingue e parole chiave nella lingua di ciascun partecipante. Nominate il primo cronometrista prima dell'inizio della sessione. Decidete se partecipare attivamente al cerchio o se preferite mantenere lo spazio dall'esterno.

Attività 1: Il cerchio della connessione

Modulo 3 - Comunicazione inclusiva

Tipo: Comunicazione / Riflessione

Materiali

- Sedie, cuscini o coni per delimitare il cerchio
- Schede con suggerimenti per ogni round, con icone per facilitare l'accesso.
- Facoltativo: foglio con frasi multilingue (saluti, parole chiave per esprimere emozioni, 'Sono d'accordo/non sono d'accordo')
- Segnale del cronometrista (campanellini, cartellino alzato o oggetto morbido da passare)
- Schede con domande per il debriefing
- Facoltativo: un oggetto da tenere in mano mentre si parla (una palla, una pietra, un piccolo oggetto).

Facilitazione passo passo

L'attività si articola in quattro fasi di difficoltà crescente, partendo da una semplice introduzione fino ad arrivare a un accordo condiviso e al riconoscimento reciproco. Il facilitatore introduce brevemente ogni fase e, se necessario, illustra lo svolgimento del compito, per poi lasciare che il gruppo proceda autonomamente.

1. Benvenuto e introduzione (circa 5 min): Spiegate che si tratta di un'attività di dialogo strutturato, non di un gioco né di un test. Ognuno avrà la possibilità di parlare e di ascoltare a turno, e questi ruoli si alterneranno naturalmente durante l'attività. Presentate il ruolo del cronometrista e assegnate la prima persona.

2. Primo round: Introduzione (circa 10 min): Ogni partecipante condivide il proprio nome e una parola che descrive come si sente in quel momento. La persona che interviene successivamente conferma brevemente ciò che ha sentito ("Ho sentito [nome] dire [parola]") prima di condividere la propria. Il facilitatore inizia per dare un esempio. Questo round stabilisce il ritmo di base del cerchio: parlare, ascoltare, confermare.

3. Secondo round: Aspettative (circa 10 min): Ogni partecipante condivide una cosa che spera di ottenere dalla sessione e una cosa che lo aiuterebbe a partecipare con disinvoltura. Scheda di spunto: "Oggi spero di... / Mi è utile quando..." I partecipanti che preferiscono non parlare possono passare e rientrare in seguito. Il facilitatore annota i temi ricorrenti su una superficie visibile: questi diventeranno la base per gli accordi condivisi nel terzo round.

4. Terzo round: Accordi condivisi (circa 10 min): Utilizzando i temi individuati nel secondo round, il gruppo crea insieme 3-4 accordi di comunicazione che si applicheranno al resto della sessione e a qualsiasi attività successiva. Esempi: "Ascoltiamo senza interrompere", "Usiamo i nomi quando parliamo tra di noi", "Possiamo dire 'passo' se abbiamo bisogno di un momento". Ogni accordo viene scritto in modo visibile e confermato dal gruppo. Se il gruppo ha background linguistici diversi, scrivi gli accordi in più di una lingua, ove possibile.

5. Quarto round: Connessione (circa 10 min): Ogni partecipante condivide una cosa che ha notato della persona alla sua sinistra durante l'attività fino a quel momento – non una valutazione, ma un'osservazione. Questo round sposta l'attenzione dall'espressione di sé all'attenzione verso gli altri, chiudendo il cerchio con un momento di riconoscimento reciproco.

6. Sessione di debriefing conclusiva (circa 10-15 minuti): Il facilitatore guida la riflessione utilizzando le domande di debriefing. Iniziare con la riflessione individuale, poi la condivisione a coppie e infine la discussione di gruppo. Se il Connection Circle è stato utilizzato come riscaldamento prima di un'attività sportiva, mantenere breve la sessione di debriefing e riprenderla per intero dopo l'attività.

Le informazioni di supporto continuano nella pagina successiva.

Nella pagina successiva:

Suggerimenti per l'inclusione e l'adattamento | Integrazione ambientale | Considerazioni sulla sicurezza | Domande di debriefing | Metodo di valutazione | Suggerimento per il facilitatore | Riflessioni dei partecipanti

Suggerimenti per l'inclusione e l'adattamento

Per i partecipanti che esitano a parlare: rendere esplicita fin dall'inizio l'opzione di passare, con la possibilità di rientrare nel cerchio in seguito.

Per favorire la diversità linguistica: utilizzare il foglio di frasi multilingue; consentire ai partecipanti di parlare nella propria lingua e offrire un breve riassunto nella lingua comune del gruppo.

Per gruppi più numerosi (15-20 persone): dividere in due cerchi paralleli, quindi riunire i gruppi per il giro finale e il debriefing.

Per i partecipanti che trovano il contatto visivo scomodo: consentite loro di guardare un oggetto comune al centro della stanza anziché direttamente chi parla.

Integrazione ambientale

Se l'attività si svolge all'aperto, chiedete ai partecipanti di scegliere un punto dello spazio in cui si sentano a proprio agio. Discutete brevemente del perché persone diverse abbiano scelto punti diversi: questo aprirà una conversazione su come ci relazioniamo con gli ambienti condivisi.

Nel terzo round, includete un accordo condiviso specifico sullo spazio: "Lasceremo questo spazio così come lo abbiamo trovato". Dopo l'attività, fate un breve controllo collettivo dello spazio e riordinate tutto ciò che necessita di essere riordinato: presentate questo come un'estensione degli accordi condivisi.

Domanda di debriefing: "In che modo concordare su come trattare uno spazio condiviso è simile a concordare su come trattarsi a vicenda?"

Considerazioni sulla sicurezza

Chiarite fin da subito che la possibilità di passare per qualcun altro è sempre presente. Nessuno è obbligato a condividere informazioni personali.

Se un partecipante condivide qualcosa di angosciante, prendetene atto con calma e andate avanti: non incalzate il gruppo né cercate di reindirizzare la discussione.

Monitorare l'energia e l'umore del gruppo. Se il gruppo è molto apatico o resistente, iniziare solo con il primo round e aumentare gradualmente l'intensità nel corso di più sessioni.

Assicuratevi che il gruppo sia fisicamente comodo: stare in piedi per 45 minuti può essere faticoso. Offrite anche delle alternative da seduti.

Domande di debriefing

- Cosa c'era di facile nel parlare in cerchio? Cosa c'era di più difficile?
- Quando ti sei sentito/a maggiormente ascoltato/a? Cosa ha fatto la differenza?
- Quale degli accordi condivisi ti è sembrato più importante e perché?
- C'è qualcosa che ti ha sorpreso nel modo in cui qualcun altro ha comunicato?
- In che modo le abitudini di ascolto acquisite oggi potrebbero rivelarsi utili nella vita di tutti i giorni: al lavoro, nel quartiere, con le persone con cui non siamo d'accordo?

Metodo di valutazione

Osservazione del facilitatore: annotare chi parla, chi ascolta attentamente, chi passa e quali temi emergono nei round 2 e 3.

Lavagna degli accordi condivisi: gli accordi scritti sono di per sé prova di comunicazione — fotografateli al termine della sessione.

Scheda di uscita: i partecipanti completano una frase — "Una cosa che porterò con me da questo incontro è...". Facoltativo: autovalutazione pre/post sull'ascolto attivo e sulla comunicazione assertiva all'inizio e alla fine del modulo.

Riflessione del partecipante

"Una cosa che ho detto oggi e che di solito non direi in un gruppo è..." "Un momento in cui mi sono sentito veramente ascoltato è stato..." "Un'abitudine comunicativa che voglio praticare di più è..." Per saperne di più, consultate l'allegato di questo modulo.

Suggerimento per il facilitatore

Iniziate voi al primo turno. La modellazione del compito elimina le ambiguità e abbassa la soglia di partecipazione.

Non avere fretta nei silenzi.

Annotate gli accordi condivisi in un luogo ben visibile e fatevi riferimento qualora il gruppo perda la concentrazione durante un'attività successiva.

Attività 2: Lo scambio di squadre

Modulo 3 - Comunicazione inclusiva

Tipo: Sport / Comunicazione / Riflessione

Durata

60-90 minuti

Dimensione del gruppo

10-24 partecipanti

Posizione

Campo sportivo all'aperto /
grande palazzetto dello sport

Scopo dell'attività

Il Team Swap è un torneo di calcio a ranghi ridotti in cui le squadre vengono deliberatamente rimescolate durante l'intervallo. I partecipanti che facevano parte di squadre avversarie diventano compagni di squadra e devono ricostruire rapidamente la comunicazione, la fiducia e il coordinamento con persone contro cui fino a poco prima gareggiavano. Prima e dopo il rimescolamento, momenti di dialogo strutturato aiutano i partecipanti ad articolare cosa è cambiato, cosa hanno dovuto comunicare in modo diverso e cosa hanno imparato sulla collaborazione al di là delle differenze.

L'attività è pensata per rendere visibile e condivisibile l'esperienza di adattamento a nuove persone, comprese quelle provenienti da contesti culturali o linguistici diversi. Crea un punto di riferimento concreto e condiviso per le conversazioni su inclusione, flessibilità e comunicazione interculturale.

Obiettivi di apprendimento

Esercitati ad adattare lo stile e l'approccio comunicativo quando lavori con persone nuove. Sperimentare e riflettere sulle dinamiche del lavoro di squadra interculturale.

Sviluppare una comunicazione assertiva e rispettosa sotto la pressione della competizione. Collegare l'esperienza del riassetto dei team a temi più ampi di inclusione e appartenenza.

Preparazione prima dell'attività

Formate le squadre iniziali intenzionalmente, mescolando lingue, provenienze e livelli di sicurezza diversi. Preparate in anticipo lo scambio delle squadre: decidete quali partecipanti passeranno a quale squadra durante l'intervallo e tenete questo piano a portata di mano, invece di decidere sul momento. Preparate una lavagna per lo scambio (un semplice foglio a fogli mobili) che mostri la composizione delle squadre prima e dopo lo scambio. Allestite i campi da gioco in base al numero di partecipanti. Posizionate un sacco per i rifiuti in ogni angolo dell'area di gioco prima dell'arrivo dei partecipanti.

Attività 2: Lo scambio di squadre

Modulo 3 - Comunicazione inclusiva

Tipo: Sport / Comunicazione / Riflessione

Ruoli dei partecipanti

Capitano: Eletto da ciascuna squadra prima di ogni round. Il ruolo principale del Capitano in termini di comunicazione è quello di facilitare un breve incontro di squadra all'inizio di ogni round per stabilire come la squadra desidera comunicare durante la partita: quali chiamate useranno, quale linguaggio, quale segnale useranno per "ho bisogno della palla". Dopo il cambio, il nuovo Capitano guida un breve incontro di reintroduzione: ogni nuovo compagno di squadra dice il proprio nome e una parola che descrive come vuole giocare. Questo ruolo ruota in modo che ogni partecipante si eserciti a guidare un momento di comunicazione.

Bridge: Un ruolo facoltativo, introdotto dopo lo scambio, per gruppi con una reale diversità linguistica o culturale. Il Bridge presta attenzione ai momenti in cui un compagno di squadra sembra incerto o escluso dal flusso comunicativo e trova un modo per includerlo (attraverso gesti, ripetendo una chiamata in un'altra lingua o ponendosi come punto di smistamento). Si tratta di un ruolo avanzato che richiede sicurezza e attenzione sociale: assegnatelo solo se conoscete un partecipante abbastanza bene da essere sicuri che sia in grado di gestirlo, oppure lasciatelo non assegnato e lasciate che la funzione emerga naturalmente. Non forzate.

Narratore: Un partecipante per squadra che osserva dalla linea laterale per un round (a rotazione) e osserva gli schemi di comunicazione della propria squadra. Il Narratore prende appunti: Quali chiamate sono state utilizzate? Quando la comunicazione si è interrotta? Quando ha funzionato bene? Chi ha coinvolto chi? Il Narratore condivide queste osservazioni durante il cerchio di dialogo post-partita, ancorando il debriefing a qualcosa di concreto piuttosto che alla sola memoria. Se assegnare un Narratore risulta troppo complesso per il gruppo, il facilitatore può assumere direttamente questa funzione di osservazione, utilizzando i propri appunti come punto di partenza per il debriefing.

Giocatore: Tutti gli altri partecipanti giocano come membri standard della squadra. I giocatori sono responsabili dell'applicazione degli accordi di comunicazione presi prima della partita: usare i nomi, segnalare chiaramente e rimanere attenti ai compagni di squadra che potrebbero aver bisogno di un tipo di comunicazione diverso.

Materiali

- Palloni, coni, pettorine (sufficienti per due set di colori di squadra)
- Swap Board — lavagna a fogli mobili che mostra la composizione delle squadre prima e dopo lo scambio
- Schede promemoria per il huddle di squadra e il rituale di reintroduzione.
- Scheda di osservazione del narratore: semplice lista di controllo dei momenti comunicativi da tenere d'occhio
- Sacchetti per i rifiuti (uno per ogni angolo dell'area di gioco)
- Opzionale: schede multilingue con frasi di base per il calcio nelle lingue dei partecipanti.

Attività 2: Lo scambio di squadre

Modulo 3 - Comunicazione inclusiva

Tipo: Sport / Comunicazione / Riflessione

Facilitazione passo passo

L'attività si articola in quattro fasi distinte: un rituale di comunicazione pre-partita, il primo round, lo scambio delle squadre con un momento di reintroduzione, e il secondo round, seguito da un debriefing completo. L'apprendimento avviene tanto nelle pause tra le azioni di gioco quanto durante il gioco stesso.

I tempi suggeriti di seguito sono indicativi, non vincolanti. Valutate le esigenze del vostro gruppo e adattatevi di conseguenza.

- 1. Rituale di comunicazione pre-partita** (circa 10 minuti): Le squadre si riuniscono per il primo huddle. Il capitano guida: ogni membro della squadra dice il proprio nome e una parola che descrive come vuole giocare oggi. Poi la squadra si accorda su 2-3 semplici comandi di comunicazione da usare durante la partita: parole o segnali per "Sono libero", "Passo", "Bravo". Le squadre con background linguistici diversi sono incoraggiate a scegliere almeno un comando in una lingua diversa dalla lingua principale del gruppo. Il narratore prende posizione a bordo campo.
- 2. Primo turno – Prima partita** (circa 12-20 minuti): Iniziano le partite. Nessun arbitro esterno. I partecipanti gestiscono autonomamente i disaccordi. Il facilitatore osserva gli schemi di comunicazione in campo e annota i momenti specifici da citare nel debriefing. I narratori osservano la propria squadra e registrano le loro osservazioni sul foglio di osservazione.
- 3. Intervallo - Lo scambio** (circa 15 min): Il gioco si ferma. Il facilitatore rivela il tabellone degli scambi: vengono mostrate le nuove composizioni delle squadre. Vengono eletti i nuovi capitani. Ogni nuova squadra esegue un rituale di reintroduzione. Viene introdotto e assegnato il ruolo di Bridge. Vengono concordate nuove chiamate di comunicazione, se necessario.
- 4. Secondo round – Seconda partita** (circa 12-20 minuti): Le partite riprendono con nuove formazioni di squadra. Nuovi narratori prendono posizione. Il facilitatore osserva come cambiano i modelli di comunicazione rispetto al primo round: cosa è più facile, cosa è più difficile, dove il ruolo di mediatore fa la differenza.
- 5. Dialogo post-partita** (circa 15-20 minuti): Tutti i partecipanti si riuniscono in cerchio. I narratori di ciascuna squadra condividono per primi le proprie osservazioni, ovvero cosa hanno notato riguardo alla comunicazione prima e dopo lo scambio. Il facilitatore guida quindi il debriefing di gruppo utilizzando le domande riportate di seguito. La sessione si conclude con la compilazione, da parte di ciascun partecipante, di una scheda di riflessione.

Le informazioni di supporto continuano nella pagina successiva.

Nella pagina successiva:

Suggerimenti per l'inclusione e l'adattamento | Integrazione ambientale | Considerazioni sulla sicurezza | Domande di debriefing | Metodo di valutazione | Suggerimento per il facilitatore | Riflessioni dei partecipanti

Attività 2: Lo scambio di squadre — Informazioni di supporto

Suggerimenti per l'inclusione e l'adattamento

Pianifica attentamente lo scambio, evitando di inserire nella stessa squadra, dopo lo scambio, partecipanti che hanno espresso forte disagio reciproco.

Per i partecipanti con una conoscenza limitata della lingua del gruppo, assegna un partner Bridge che faciliti la comunicazione nel secondo round.

Per gruppi meno dinamici o competitivi, presenta il torneo come una sfida comunicativa più che come una competizione: il punteggio è irrilevante, conta l'interazione.

Se lo scambio genera resistenza, riconosci esplicitamente la reazione e usala come spunto di discussione.

Considerazioni sulla sicurezza

Riscaldamento dinamico breve (5–10 minuti) prima dell'inizio del gioco.

Monitorate lo stato emotivo dei partecipanti al momento dello scambio: per alcuni, la separazione da un gruppo con cui si sentono al sicuro può risultare angosciante. Prevedete un piano per questa eventualità.

I facilitatori restano presenti per tutta la durata dell'incontro. Non è previsto un arbitro esterno, ma sono disponibili in caso di conflitti che superino la gestione del gruppo.

Assicuratevi che siano previste pause per bere tra un round e l'altro.

Riflessione del partecipante

"Prima dello scambio, la comunicazione era... / Dopo lo scambio, è stata..." "Un momento in cui mi sono sentito incluso da un nuovo compagno di squadra è stato..." "Una cosa che voglio fare diversamente quando entro a far parte di un nuovo gruppo è..."

Per maggiori informazioni, consultare l'allegato di questo modulo.

Metodo di valutazione

Schede di osservazione del narratore: registrazioni concrete, generate dai partecipanti, dei momenti di comunicazione avvenuti durante la partita.

Note di osservazione del facilitatore: cambiamenti nei modelli di comunicazione tra il primo e il secondo round.

Scheda di riflessione post-attività: 'Prima dello scambio mi è risultato facile... / Dopo lo scambio ho dovuto...' Facoltativo: autovalutazione pre/post sulla comunicazione interculturale e l'adattabilità all'inizio e alla fine del modulo.

Integrazione ambientale

Includete la cura dello spazio di gioco nel rituale pre-partita: le squadre concordano una regola ambientale condivisa insieme alle modalità di comunicazione.

Prima dell'arrivo dei partecipanti, posizionate sacchi per i rifiuti in ogni angolo del campo e presentate la raccolta come una responsabilità condivisa del team, non come un'attività finale.

Dopo la partita, concludete la sessione con una pulizia collettiva del campo della durata di 5 minuti.

Domanda di debriefing: "Oggi avete condiviso questo spazio con due squadre diverse. Che impressione vi siete fatti? Cosa significa condividere uno spazio?"

Domande di debriefing

- Cosa è cambiato quando hai cambiato squadra? Cosa hai dovuto comunicare in modo diverso?
- Quando si è verificata l'interruzione della comunicazione e cosa vi ha aiutato a riprenderla?
- Narratore: Cosa avete notato che i giocatori non potevano vedere dall'interno del gioco?
- Ci sono stati momenti in cui la lingua o il background culturale hanno reso più difficile la comunicazione? Come ha gestito la situazione il gruppo?
- Cosa ti insegna questa esperienza sul significato di includere qualcuno, di includerlo veramente, in un gruppo?
- In quali ambiti della tua vita quotidiana devi adattare il tuo modo di comunicare per interagire con persone diverse da te?

Suggerimento per il facilitatore

Preparate lo scambio in anticipo e tenetelo con voi: decidere sul momento può sembrare arbitrario e generare confusione. Lo scambio deve essere ponderato, non casuale.

Se utilizzate un narratore, richiamate le sue osservazioni durante il debriefing ("Il narratore ha notato che..."). Se svolgete voi stessi questo ruolo, condividete i vostri appunti allo stesso modo per valorizzare l'osservazione attenta.

Il ruolo di mediatore funziona meglio quando emerge naturalmente o può essere assegnato con sicurezza a un partecipante. In caso di dubbio, è preferibile non assegnarlo.

Se il gruppo è molto omogeneo, la dimensione interculturale può essere esplorata attraverso altre differenze, come stili di comunicazione, personalità o modi di giocare, anziché nazionalità o lingua.

Conclusione

Cosa imparano i partecipanti

Attraverso il Connection Circle e il Nationality Swap Tournament, i partecipanti sviluppano la comunicazione come competenza pratica, non come argomento di studio, ma come abilità da utilizzare, su cui riflettere e da migliorare. Esercitano l'ascolto attivo, l'espressione assertiva, la gestione dei conflitti e il dialogo interculturale in contesti reali, immediati e significativi. La responsabilità ambientale è integrata in tutto il percorso: la cura degli spazi condivisi è vista come un'estensione dello stesso rispetto che rende possibile la comunicazione.

Cosa apre questo modulo

La comunicazione è la competenza che rende visibili tutte le altre. I partecipanti che acquisiscono un'abitudine più consolidata – ascoltare prima di rispondere, dare un nome al disaccordo invece di evitarlo, adattarsi a un nuovo gruppo – portano con sé qualcosa di concreto e applicabile anche al di fuori del corso.

Risorse e link

Ulteriori letture, strumenti e buone pratiche a supporto di questo modulo:

Commissione europea (2023). Kit di strumenti di comunicazione per gli operatori giovanili. ec.europa.eu/youth

UEFA (2022). Modulo di comunicazione della campagna Respect. uefa.com

Rapporto del consorzio NEETActive (2026). – Basi di dati sui bisogni dei NEET, Italia, Ungheria, Germania.

Polisport Nuoro (2024). Rapporto sul programma multiculturale Dialogue Fields.

Consiglio d'Europa (2020). Quadro di riferimento delle competenze per la cultura democratica. coe.int

Pratiche stimolanti che hanno ispirato le attività di questo modulo:

- Polisport Nuoro – Programma multiculturale Campi di dialogo e Triplo
- Bunkicktgut Berlin – Torneo di calcio di strada con aree di comunicazione multilingue e protocollo del Consiglio del Fair Foul. bunkicktgut.org
- Sibaris Club – Prima si parla, poi si gioca: metodologia dei circoli di dialogo pre-partita. sibarisclub.hu

04

Benessere e resilienza

Obiettivo di apprendimento

Il modulo si concentra sul rafforzamento del benessere personale e della resilienza, aiutando i partecipanti a comprendere come lo stress influisce sulla mente e sul corpo e fornendo loro strategie pratiche per mantenere l'equilibrio, adattarsi alle sfide e costruire abitudini sane e sostenibili.

Per chi

Il modulo è pensato per adulti e giovani adulti NEET che desiderano rafforzare il proprio benessere e la propria resilienza in contesti personali, accademici o professionali, inclusi coloro che vivono situazioni di stress, cambiamento o carichi di lavoro elevati. Non sono richieste conoscenze pregresse specifiche; i partecipanti NEET devono semplicemente essere aperti all'autoriflessione, disposti a impegnarsi in attività guidate e in grado di partecipare a discussioni di gruppo, qualora il modulo si svolga in gruppo. La familiarità con concetti come la mindfulness o lo sviluppo personale può essere utile, ma non è essenziale.

Perché la resilienza è alla base della crescita?

Prosperare in un mondo in rapida evoluzione

Resilienza e benessere sono elementi fondamentali per affrontare il ritmo sempre più incalzante e la crescente complessità della vita moderna. Con l'aumentare delle richieste e la persistenza dell'incertezza, gli individui che coltivano un solido benessere sono in grado di mantenere maggiore lucidità, energia ed equilibrio emotivo. La resilienza permette alle persone di adattarsi alle sfide senza esserne sopraffatte, aiutandole a rimanere con i piedi per terra ed efficaci anche quando le circostanze cambiano inaspettatamente.

Insieme, queste capacità non solo permettono di far fronte alle difficoltà, ma anche di prosperare.

Proteggere la salute mentale e fisica

Lo stress prolungato, in assenza di adeguate strategie di gestione, può compromettere la salute mentale e fisica, influenzando il sonno, la concentrazione, le relazioni e la vitalità a lungo termine. Sviluppare la resilienza riduce il rischio di burnout e di malattie legate allo stress. Le pratiche di benessere creano meccanismi di difesa che aiutano le persone a mantenere la stabilità e a impedire che piccole difficoltà si trasformino in gravi problemi.

Migliorare le prestazioni, la connessione e lo scopo

Quando le persone si sentono bene e resilienti, sono più coinvolte, creative e capaci di dare un contributo significativo nella loro vita personale e professionale. Il benessere alimenta la motivazione e la concentrazione, mentre la resilienza supporta la perseveranza e la capacità di risolvere i problemi di fronte agli ostacoli. Queste qualità rafforzano anche le relazioni interpersonali, consentendo agli individui di comunicare in modo più efficace e di costruire reti di supporto.

Suggerimento/Nota

Quando la vita sembra imprevedibile, fermati un attimo e individua una piccola cosa che puoi controllare in questo preciso istante. Concentrarsi su un singolo passo concreto ti aiuta a ritrovare la lucidità e a ridurre lo stress. Questo semplice cambiamento rafforza la tua resilienza quotidiana, aiutandoti a rispondere anziché reagire impulsivamente.

Approccio

Lo sviluppo della resilienza e del benessere implica l'acquisizione di competenze pratiche, la comprensione dei concetti fondamentali e, attraverso l'esplorazione delle parole chiave essenziali, i partecipanti acquisiscono chiarezza su ciò che rafforza le loro capacità.

Competenze sviluppate

Regolazione emotiva: gestire le emozioni sotto pressione e mantenere la calma

Gestione dello stress: rispondere allo stress e applicare strategie di coping

Adattabilità: adattarsi al cambiamento e all'incertezza

Definizione dei limiti: proteggere il proprio tempo, le proprie energie e il proprio spazio emotivo

Concetti fondamentali

- Resilienza
- Benessere
- risposta allo stress
- Mentalità
- Valori e scopo
- Micro-abitudini

Come valutare, riflettere e dare seguito

I partecipanti possono iniziare utilizzando dei questionari di autovalutazione per confrontare il proprio benessere, i livelli di stress e la capacità di far fronte alle difficoltà prima e dopo il modulo, ottenendo così una chiara percezione di come la loro consapevolezza e le loro abitudini siano cambiate. La scrittura continua di un diario riflessivo li aiuta a elaborare intuizioni, sfide e progressi, approfondendo la comprensione di ciò che supporta o mina la loro resilienza. Per mantenere lo slancio, possono continuare a monitorare i propri obiettivi e le micro-abitudini che si sono impegnati a seguire, modificandole se necessario. Sessioni di follow-up strutturate forniscono un supporto continuo e aiutano i partecipanti a consolidare le pratiche di benessere e resilienza che hanno sviluppato.

Lo sviluppo della resilienza e del benessere implica il rafforzamento di una serie di competenze pratiche, la comprensione dei concetti fondamentali che li sottendono e un'attenta riflessione per integrare queste pratiche nella vita quotidiana. Esplorando le idee chiave che influenzano il nostro modo di reagire allo stress e alle sfide, i partecipanti acquisiscono maggiore chiarezza su ciò che contribuisce al loro benessere.

Attività per il benessere e la resilienza

Il coinvolgimento in attività pratiche è essenziale per sviluppare benessere e resilienza, poiché trasforma i concetti astratti in esperienze vissute, consentendo ai partecipanti di sentire, sperimentare e applicare ciò che apprendono. Queste attività creano uno spazio sicuro per esplorare strategie di coping, rafforzare l'autoconsapevolezza e costruire relazioni di supporto che rispecchiano le sfide della vita reale. Partecipando attivamente, gli individui non solo approfondiscono la propria resilienza, ma acquisiscono anche strumenti da trasmettere agli altri, aiutandoli a sostenere colleghi, amici o comunità in difficoltà. Lo scopo di queste attività è quello di collegare la conoscenza all'azione, il contesto è l'apprendimento esperienziale e i facilitatori devono comprendere che i benefici si estendono ben oltre la sessione: i partecipanti portano con sé queste conoscenze in situazioni future in cui l'adattabilità, l'equilibrio emotivo e il supporto reciproco sono più importanti che mai.

In definitiva, queste attività garantiscono che il benessere e la resilienza diventino competenze pratiche che possono essere vissute, condivise e mantenute nel tempo.

Principi chiave

- **Creare un ambiente psicologicamente sicuro:** garantire che i partecipanti si sentano rispettati, inclusi e liberi di esprimersi.
- **Mostra la tua vulnerabilità:** condividi piccoli esempi personali per normalizzare l'apprendimento e l'imperfezione.
- **Incoraggiate la riflessione:** guidate i partecipanti a collegare l'attività a esperienze di vita reale.
- **Concentrati sul processo piuttosto che sulla prestazione:** dai priorità all'apprendimento, non alla correttezza o alla velocità.
- **Promuovere la collaborazione:** mettere in risalto il lavoro di squadra, la comunicazione e il sostegno reciproco.
- **Adattarsi alle esigenze del gruppo:** regolare il ritmo, le istruzioni o la difficoltà in base al livello di comfort dei partecipanti.



Sviluppare la resilienza attraverso l'orientamento

Modulo 4 - Benessere e resilienza

Tipo: Sport / Attività all'aperto / Riflessione / Ambientale

Durata

60 minuti

Dimensione del gruppo

4-6 partecipanti

Posizione

All'aperto

Scopo dell'attività

I partecipanti si cimentano in questa attività di orientamento per sperimentare la resilienza in modo concreto e fisico, affrontando l'incertezza, prendendo decisioni sotto pressione e adattandosi ai cambiamenti di programma. Questo è importante perché trasforma la resilienza da un concetto astratto in qualcosa che possono percepire nel proprio corpo e osservare nel proprio comportamento, aiutandoli a comprendere come affrontano le difficoltà, dove incontrano ostacoli e come possono supportare gli altri che si trovano ad affrontare sfide simili.

Obiettivi di apprendimento

1. Riconoscere le reazioni personali all'incertezza
2. Rafforzare il lavoro di squadra e la comunicazione]
3. Applicare capacità di risoluzione dei problemi e adattabilità
4. Collegare l'esperienza fisica ai concetti di resilienza

Preparazione prima dell'attività

Il facilitatore deve assicurarsi che l'ambiente, i materiali e la disposizione del gruppo favoriscano pienamente sia la sicurezza che l'apprendimento. Ciò include la verifica dell'accessibilità, della sicurezza e dell'idoneità del luogo scelto per il percorso pianificato, nonché la preparazione di tutto il materiale necessario, come mappe e segnaletica. Il facilitatore dovrebbe adattare il percorso o il livello di difficoltà alle capacità fisiche e all'esperienza del gruppo e spiegare chiaramente i limiti di sicurezza in modo che i partecipanti comprendano dove possono e non possono andare. La creazione anticipata di squadre miste garantisce dinamiche di gruppo equilibrate, mentre il controllo delle condizioni meteorologiche consente al facilitatore di adattare l'attività o preparare alternative, se necessario. Se verranno scattate foto o girati video, il facilitatore deve predisporre i moduli di consenso per garantire il comfort e la privacy dei partecipanti.

Sviluppare la resilienza attraverso l'orientamento

Materiali

- **Mappe:** mappe stampate o plastificate che mostrano il percorso e i punti di controllo.
- **Punti di controllo:** coni, bandiere o simboli posizionati lungo il percorso.
- **Penne o matite:** per annotare risposte, riflessioni o codici di controllo.
- **Dispositivo di cronometraggio:** un cronometro, il timer del telefono o un orologio
- **Moduli di consenso:** nel caso in cui vengano scattate foto o girati video durante l'attività.
- **Attrezzatura adeguata alle condizioni meteorologiche:** crema solare, giacca o ombrello a seconda delle condizioni.

Facilitazione passo passo

Fase 1: Introduzione e briefing – Accogliete i partecipanti, spiegate lo scopo dell'attività e il suo legame con resilienza e benessere. Sottolineate che l'obiettivo è l'apprendimento, il lavoro di squadra e l'adattabilità, non la competizione.

Fase 2: Regole, sicurezza e percorso – Presentate la mappa, i punti di controllo e gli eventuali indizi. Chiarite le zone di sicurezza, le aree interdette e le procedure da seguire in caso di disagio o necessità di aiuto.

Fase 3: Formazione delle squadre e distribuzione del materiale – Create gruppi equilibrati che favoriscano la collaborazione e distribuite mappe, istruzioni e strumenti necessari, assicurandovi che ogni squadra comprenda il punto di partenza e gli obiettivi.

Fase 4: Svolgimento dell'attività – Avviate il percorso e osservate le dinamiche di gruppo, lasciando che la risoluzione dei problemi emerga naturalmente e intervenendo solo quando necessario.

Fase 5: Debriefing e riflessione – Al termine, guidate una riflessione strutturata per collegare l'esperienza a resilienza, adattabilità, regolazione emotiva e lavoro di squadra, incoraggiando una condivisione autentica.

Fase 6: Collegamento alla vita reale – Concludete riassumendo i principali apprendimenti e invitando i partecipanti a riflettere su come applicare queste competenze nella vita quotidiana e condividerle con gli altri.

Domande di debriefing

Cosa ha favorito la collaborazione del vostro team e in che modo avete contribuito? Quali momenti sono stati più difficili o incerti e come avete reagito alle sfide? Chi si è assunto spontaneamente responsabilità e cosa rivela questo sulle dinamiche di gruppo e sulla leadership? Cosa vi ha insegnato questa esperienza sulla comunicazione in situazioni di pressione, confusione o cambiamento? Come potete applicare alla vita quotidiana o lavorativa quanto osservato riguardo a ostacoli, distrazioni e imprevisti?

Le informazioni di supporto continuano nella pagina successiva.

Suggerimenti per l'inclusione e l'adattamento | Integrazione ambientale | Considerazioni sulla sicurezza | Domande di debriefing | Metodo di valutazione | Suggerimento per il facilitatore | Riflessioni dei partecipanti

Nella pagina successiva

Suggerimenti per l'inclusione e l'adattamento

Adattando il percorso fisico in modo che i partecipanti con diversi livelli di mobilità possano prendere parte comodamente, le istruzioni possono essere semplificate, tradotte o supportate da segnali visivi per aiutare coloro che hanno barriere linguistiche. La sensibilità culturale può essere garantita scegliendo luoghi neutri e incoraggiando una comunicazione inclusiva all'interno dei team. I diversi stili di apprendimento possono essere supportati offrendo spiegazioni verbali, indicazioni scritte e dimostrazioni pratiche. Questi adattamenti rendono l'attività accessibile, sicura e significativa per tutti i partecipanti.

Considerazioni sulla sicurezza

Il facilitatore deve verificare che il terreno sia sicuro e privo di pericoli, prestando attenzione a terreni irregolari, zone scoscese o aree riservate che potrebbero rappresentare un rischio. Deve inoltre monitorare le condizioni meteorologiche per assicurarsi che caldo, pioggia, vento o freddo non compromettano il benessere dei partecipanti. È importante accertarsi che il percorso sia adatto alle capacità fisiche del gruppo e che tutti abbiano acqua, abbigliamento adeguato e che siano state prese in considerazione eventuali esigenze mediche personali. Il facilitatore deve assicurarsi che i limiti di sicurezza siano chiari e che siano disponibili strumenti di comunicazione come un telefono o un fischietto in caso di necessità di supporto.

Metodo di valutazione

Il feedback e l'apprendimento possono essere raccolti attraverso una combinazione di osservazione, contributi dei partecipanti e riflessioni condivise, al fine di cogliere diverse prospettive. Il facilitatore può osservare come i team comunicano, risolvono i problemi e reagiscono alle sfide durante l'attività. Successivamente, i partecipanti possono compilare un breve questionario per riflettere individualmente sulla loro esperienza. Una discussione di gruppo guidata aiuta poi i partecipanti a condividere le proprie intuizioni e a collegare quanto appreso a situazioni di vita reale.

Integrazione ambientale

L'esperienza incoraggia i partecipanti a muoversi negli spazi aperti con attenzione e curiosità. Mentre percorrono il tragitto, diventano più consapevoli di come le caratteristiche naturali influenzino le loro decisioni e di come il loro comportamento abbia un impatto sull'ambiente. Questo rafforza l'abitudine a pratiche rispettose degli spazi aperti. L'esperienza evidenzia anche il legame tra resilienza personale e sostenibilità ambientale, poiché entrambe richiedono adattabilità e un uso responsabile delle risorse. Interagendo direttamente con la natura, i partecipanti sviluppano un apprezzamento più profondo per gli spazi verdi e sono più propensi ad adottare abitudini rispettose dell'ambiente.

Domande di debriefing

Quali momenti vi hanno colpito maggiormente durante l'attività e perché li avete ritenuti importanti? I partecipanti possono utilizzare queste informazioni per identificare schemi emotivi o comportamentali.

Come ha affrontato le sfide il vostro team e cosa rivela questo sul vostro modo di reagire alla pressione nella vita di tutti i giorni?

Cosa hai notato riguardo al tuo ruolo all'interno del gruppo e in che modo questo potrebbe riflettersi sul tuo comportamento al lavoro o nella vita privata?

Suggerimento per il facilitatore

Durante l'attività, rimanete leggermente in disparte, in modo che i team possano risolvere i problemi in autonomia, mentre voi osservate con discrezione la loro comunicazione e il loro processo decisionale. Fornire solo un supporto minimo incoraggia i partecipanti a fare affidamento gli uni sugli altri e rafforza l'esperienza di apprendimento. Vi permette inoltre di individuare schemi ricorrenti da riproporre durante il debriefing. L'utilizzo di semplici indicatori visivi su mappe o istruzioni contribuisce a mantenere lo svolgimento dell'attività fluido, evitando di dover ripetere le stesse spiegazioni. Questo equilibrio tra autonomia e supporto discreto tende a creare l'ambiente di apprendimento più efficace.

Percorso di orientamento consapevole

Modulo 4 - Benessere e resilienza

Tipo: Riflessione

Durata

30-45 minuti

Dimensione del gruppo

4-12 partecipanti

Posizione

All'aperto

Scopo dell'attività

Lo scopo di questa attività di orientamento consapevole è quello di combinare una navigazione delicata con brevi pratiche di benessere, in modo che i partecipanti rimangano presenti e coinvolti con l'ambiente circostante. Muovendosi da un punto all'altro, sviluppano consapevolezza, capacità di regolazione emotiva e un bagaglio personalizzato di strumenti di mindfulness da utilizzare nella vita quotidiana. Questo è importante perché trasforma il movimento in un'esperienza di radicamento, aiutando i partecipanti a collegare le competenze di benessere alla transizione o al processo decisionale. I punti di controllo possono essere utilizzati come percorsi a linea fissa o percorsi a punteggio, due diverse modalità di organizzazione delle visite dei partecipanti ai punti di controllo. Un percorso a punteggio consente ai partecipanti di visitare i punti di controllo in qualsiasi ordine entro un limite di tempo specificato.

Obiettivi di apprendimento

- Accrescere la consapevolezza del momento presente sintonizzandosi con l'ambiente circostante, le sensazioni e le emozioni durante il percorso.
- Rafforza la regolazione emotiva attraverso pratiche di radicamento e consapevolezza integrate in ogni punto di controllo.
- Promuovere il lavoro di squadra e una comunicazione costruttiva collaborando con calma e intenzionalità durante le attività di navigazione e riflessione.

Preparazione prima dell'attività

Il facilitatore dovrebbe iniziare controllando il luogo per assicurarsi che il percorso di orientamento e le stazioni di benessere siano sicuri, accessibili e chiaramente segnalati. Deve preparare tutto il materiale per ogni punto di controllo, come ad esempio suggerimenti per la consapevolezza, biglietti di gratitudine o istruzioni per il radicamento, e adattare il percorso o la difficoltà alle capacità del gruppo. Dovrebbe inoltre controllare le condizioni meteorologiche e ottenere il consenso per eventuali fotografie scattate durante l'attività.

Materiali

Segnaletica dei checkpoint: semplici bandiere, coni o cartelli plastificati.
Schede per il benessere: brevi istruzioni per esprimere gratitudine o per attività di riflessione.
Mappe o guide di percorso: una rappresentazione schematica del sentiero che mostra la sequenza dei punti di controllo.
Timer: piccoli timer o telefoni per limitare ogni stazione a pochi minuti.
Materiale per scrivere: penne e cartoncini (facoltativi) per esprimere gratitudine o riflettere sui propri valori.

Percorso di orientamento consapevole

Modulo 4 - Benessere e resilienza

Tipo: Riflessione

Facilitazione passo passo

Fase 1: Benvenuto e introduzione - Spiegare brevemente lo scopo del percorso di mindfulness-orienteering e come le pratiche di benessere sono integrate in ogni punto di controllo.

Fase 2: Briefing sulla sicurezza e sul percorso - Definire i limiti di sicurezza, mostrare il percorso/mappa semplificato e chiarire come le squadre si spostano tra i punti di controllo.

Fase 3: Formare le squadre e distribuire il materiale - Creare piccole squadre miste, fornire loro mappe/guide del percorso e, se necessario, schede di suggerimento o timer.

Fase 4: Inizio del percorso - Inviare le squadre in modo scaglionato, chiedendo loro di completare ogni attività relativa al benessere lentamente e con attenzione prima di passare alla successiva.

Fase 5: Monitoraggio e supporto - Percorrete il tragitto a piedi, controllando discretamente le squadre, rispondendo alle domande e assicurandovi che tutti rimangano al sicuro e sul percorso prestabilito.

Fase 6: Discussione di gruppo - Riunite tutti, invitate a condividere brevi riflessioni sulle pratiche preferite e sulle principali intuizioni, e collegatele al benessere quotidiano.

Domande di debriefing

Cosa ha contribuito alla collaborazione efficace del vostro team durante il percorso e lo svolgimento delle attività di benessere?

Cosa ti ha insegnato questa attività su come il tuo team comunica in situazioni di lieve pressione o incertezza?

In che modo le tecniche di consapevolezza o di radicamento che hai utilizzato oggi potrebbero esserti d'aiuto nella vita quotidiana o sul lavoro?

Quale parte dell'attività è risultata più impegnativa e come ha reagito il vostro team in quel momento?

Cosa hai notato dell'ambiente durante il percorso e in che modo ha influenzato la tua concentrazione, il tuo umore o il tuo lavoro di squadra?

Le informazioni di supporto continuano nella pagina successiva.

Nella pagina successiva:

Suggerimenti per l'inclusione e l'adattamento | Integrazione ambientale | Considerazioni sulla sicurezza | Domande di debriefing | Metodo di valutazione | Suggerimento per il facilitatore | Riflessioni dei partecipanti

Suggerimenti per l'inclusione e l'adattamento

L'attività può essere adattata modificando il percorso fisico – accorciando le distanze, scegliendo terreni pianeggianti o offrendo alternative statiche – per supportare partecipanti con diverse capacità fisiche. L'utilizzo di supporti visivi, un linguaggio semplice o il supporto in coppia facilita l'inclusione di coloro che incontrano barriere linguistiche, mentre le attività per il benessere culturalmente neutre garantiscono che tutti si sentano a proprio agio e rispettati. Offrire opzioni di coinvolgimento riflessivo, visivo, motorio o conversazionale supporta diversi stili di apprendimento e offre ai partecipanti una scelta significativa e autonomia.

Considerazioni sulla sicurezza

Il facilitatore deve verificare che il percorso sia sicuro, che i punti di interesse siano chiaramente segnalati e che non vi siano pericoli o aree in cui i partecipanti potrebbero perdersi. Durante l'attività, deve monitorare il distanziamento del gruppo, le variazioni meteorologiche e il rispetto delle norme di sicurezza per garantire che tutti si muovano comodamente e con sicurezza. Deve inoltre prestare attenzione a fattori di rischio come affaticamento, disidratazione o la sensazione di fretta dei partecipanti, intervenendo tempestivamente per garantire un'esperienza sicura e positiva.

Metodo di valutazione

Il feedback e l'apprendimento possono essere raccolti attraverso l'osservazione diretta da parte del facilitatore di come i team affrontano, comunicano e interagiscono con le attività relative al benessere. Un breve questionario finale può raccogliere spunti individuali, risposte emotive e idee di miglioramento. Una breve discussione di gruppo consente ai partecipanti di condividere riflessioni, confrontare esperienze e collegare l'attività a situazioni di vita reale.

Integrazione ambientale

L'attività promuove la sostenibilità incoraggiando i partecipanti a rallentare, a osservare l'ambiente naturale circostante e a sviluppare un senso di connessione più profondo con esso. Percorrendo il sentiero, l'attenzione consapevole li aiuta ad apprezzare gli ecosistemi locali e a riconoscere il proprio ruolo nella loro protezione, rafforzando la consapevolezza ambientale. Questo elemento ecologico trasforma la natura in un maestro, dimostrando come il benessere e la tutela dell'ambiente possano rafforzarsi a vicenda nella vita di tutti i giorni.

Domande di debriefing

Cosa hai notato riguardo al modo in cui il tuo team ha collaborato durante il percorso e lo svolgimento delle attività legate al benessere?

Cosa hai imparato sulla tua concentrazione, sulle tue emozioni o sulle tue abitudini mentre attraversavi i vari punti di controllo?

Come ha comunicato il vostro team nei momenti di incertezza o durante le fasi decisionali, e cosa rivela questo sulle vostre interazioni quotidiane?

Quali aspetti dell'ambiente ti hanno colpito di più e in che modo hanno influenzato il tuo umore o la tua attenzione?

Quali pratiche di benessere apprese durante il percorso potresti immaginare di utilizzare nella vita quotidiana o sul lavoro, e perché?

Suggerimento per il facilitatore

Un consiglio pratico per la facilitazione è quello di impostare fin dall'inizio un tono calmo e senza fretta, perché i partecipanti tendono naturalmente a imitare il ritmo e l'energia del facilitatore. Quando si dà l'esempio camminando lentamente, prestando attenzione e comunicando in modo chiaro, i team seguono l'esempio e l'attività diventa più fluida e significativa. Questo semplice cambiamento favorisce la sicurezza, la concentrazione e un'atmosfera di apprendimento più efficace.

Conclusione

Creare una porta d'accesso a uno sviluppo personale e di gruppo più profondo

Da asporto

Al termine di queste due attività, i partecipanti acquisiscono una maggiore consapevolezza di sé, avendo imparato a rimanere presenti, a prestare attenzione all'ambiente circostante e a comprendere come reagiscono alle sfide. Sviluppano inoltre la resilienza del team, apprendendo come la comunicazione, la cooperazione e la responsabilità condivisa aiutino i gruppi ad affrontare l'incertezza: competenze che possono applicare direttamente nella vita quotidiana e nel lavoro. Ancora più importante, si portano a casa un pratico kit di strumenti per la resilienza, composto da strategie di radicamento, abitudini di problem solving e tecniche di mindfulness da utilizzare ogni volta che si trovano ad affrontare stress, cambiamenti o compiti complessi.

Aprire nuove strade

Queste due attività offrono opportunità significative sia per i partecipanti che per gli organizzatori. I partecipanti hanno la possibilità di praticare l'autoregolazione, il lavoro di squadra e la resilienza, scoprendo come reagiscono alle sfide e come la consapevolezza può modificare la loro esperienza di stress o incertezza. Per gli organizzatori, le attività forniscono un'istantanea concreta delle dinamiche di gruppo, rivelando punti di forza, modelli di comunicazione e aree di miglioramento che possono essere utili per la pianificazione di programmi futuri e per rafforzare lo sviluppo del team.

Entrambe le attività permettono alle persone di comprendere meglio se stesse e gli altri, sviluppando una resilienza pratica e un lavoro di squadra più solido che possono poi applicare nella vita di tutti i giorni.

Risorse e link

Lettere

Strategia dell'UE per i giovani - https://youth.europa.eu/strategy_en

Vulnerabilità dei NEET - <https://www.eurofound.europa.eu/en/publications/all/neets-young-people-not-in-employment-education-or-training>

Esempio di riferimento in Sudafrica - <https://resiliencyouth.net/2026/05/11/from-resilience-research-to-digital-action-empowering-south-africas-neet-youth/>

NEET contro disoccupazione giovanile -
<https://www.ilo.org/resource/article/measuring-what-matters-neet-vs-youth-unemployment>

Analisi globale del fenomeno NEET - <https://link.springer.com/article/10.1186/s12889-025-24781-y> Dare potere ai giovani NEET -

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0883035524001824>

Curriculum di preparazione mentale - <https://interreg-danube.eu/projects/back-on-track/news/new-tools-for-a-new-start-mental-readiness-curriculum-in-progress>

Supporto per i NEET - <https://eusbsr.eu/strengthening-support-for-young-people-neet-in-the-baltic-sea-region/>

Sviluppare la resilienza nei giovani NEET -
<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/09650792.2026.2634850>

Disoccupazione giovanile ed esclusione sociale -
https://www.researchgate.net/publication/382236469_Youth_Unemployment_and_Social_Exclusion

Manuale per lavorare con bambini e giovani: Percorsi verso la resilienza attraverso culture e contesti diversi di Michael Ungar (ISBN-10: 14112904056)

05

Pianificazione e organizzazione di eventi

Obiettivo di apprendimento

Questo modulo si propone di fornire agli operatori giovanili e agli educatori gli strumenti necessari per coinvolgere i giovani NEET (né occupati né in formazione) nella pianificazione e organizzazione di eventi sportivi e ambientali attraverso l'apprendimento esperienziale. Si concentra sullo sviluppo di competenze pratiche come il lavoro di squadra, la leadership, la comunicazione e la gestione di base dei progetti, coinvolgendo attivamente i giovani nella creazione di eventi reali.

L'obiettivo è sostenere la partecipazione dei giovani attraverso attività pratiche e collaborative che promuovano la responsabilità e la fiducia in se stessi.

Per chi

Questo modulo è pensato per operatori giovanili, formatori ed educatori che lavorano con giovani NEET (non impegnati in attività di formazione e istruzione) o giovani vulnerabili di età compresa tra i 18 e i 30 anni.

Non è richiesta alcuna precedente esperienza nella pianificazione e organizzazione di eventi.

Le attività possono essere adattate a diversi livelli di istruzione, contesti culturali e livelli di esperienza.

L'organizzazione di eventi come strumento per il coinvolgimento dei giovani.

Introduzione all'apprendimento esperienziale tramite eventi

L'organizzazione di eventi nei contesti di animazione giovanile non è solo un compito organizzativo, ma anche un processo di apprendimento strutturato. Permette ai giovani di assumersi responsabilità concrete, sviluppando al contempo competenze essenziali per la vita, come la comunicazione, la pianificazione e il lavoro di squadra. Per i giovani NEET (né occupati né in formazione), questo approccio offre un'alternativa agli ambienti di apprendimento tradizionali, proponendo esperienze pratiche e significative.

Attraverso la partecipazione all'organizzazione di eventi, i giovani vengono esposti a situazioni di risoluzione collaborativa dei problemi che rispecchiano sfide del mondo reale. Ciò rafforza la loro capacità di adattamento e incoraggia il coinvolgimento attivo nella vita della comunità.

Partecipazione e coinvolgimento dei giovani nei processi di pianificazione

Un principio chiave dell'apprendimento basato su eventi efficaci è la responsabilizzazione dei giovani. Quando i giovani sono coinvolti attivamente nel processo decisionale, è più probabile che si sentano motivati e responsabili dei risultati. Gli operatori giovanili svolgono un ruolo di facilitatori, guidando il processo e assicurandosi che i partecipanti rimangano al centro del processo decisionale.

Questo approccio incoraggia l'autonomia e aiuta i partecipanti a comprendere il valore del loro contributo all'interno di un contesto di gruppo. Inoltre, rafforza la fiducia in sé stessi, soprattutto tra i giovani NEET che potrebbero aver sperimentato l'esclusione dalle strutture formali di partecipazione.

Collegare lo sport e le tematiche ambientali al coinvolgimento

Le attività sportive e ambientali offrono un quadro particolarmente efficace per il coinvolgimento dei giovani. Sono accessibili, inclusive e incoraggiano naturalmente il lavoro di squadra e l'interazione. Esempi come tornei sportivi di comunità, sfide all'aria aperta o campagne ambientaliste combinano l'attività fisica con la responsabilità sociale.

Questi tipi di eventi contribuiscono anche a connettere i giovani al loro ambiente locale, rafforzando il senso di appartenenza e la consapevolezza civica. La combinazione di sport e temi ambientali crea contesti di apprendimento significativi e stimolanti.

Mancia

Semplificate i compiti e lasciate che i giovani si assumano vere responsabilità, fornendo al contempo supporto costante e indicazioni chiare.

Fasi chiave dell'organizzazione di un evento

La buona riuscita di un evento richiede un approccio strutturato che guidi i partecipanti dalla generazione delle idee alla valutazione. Ogni fase contribuisce allo sviluppo di competenze organizzative e interpersonali, soprattutto quando si lavora con giovani NEET (non impegnati nello studio, nella formazione e nell'istruzione) in contesti di istruzione non formale.

Pianificazione e definizione degli obiettivi

- Definire lo scopo dell'evento e i risultati attesi.
- Identificare il gruppo target e i bisogni della comunità
- Fare un brainstorming di idee e scegliete insieme il concept dell'evento.
- Assegnare ruoli e responsabilità iniziali all'interno del gruppo
- Definire una visione condivisa per guidare l'intero processo.

Organizzazione e attuazione

- Pianifica le attività, le tempistiche e le risorse necessarie.
- Coordinare la comunicazione tra i membri del gruppo
- Preparare materiali, spazi e logistica per l'evento.
- Adattare i piani quando si presentano sfide impreviste
- Lavorare in collaborazione per garantire un'esecuzione senza intoppi

Valutazione e riflessione

- Analizza cosa ha funzionato bene e cosa no.
- Discutere le sfide affrontate durante il processo
- Identificare le competenze sviluppate dai partecipanti
- Rifletti sulle dinamiche di gruppo e sulla cooperazione
- Suggerisci miglioramenti per gli eventi futuri

Organizzazione di eventi inclusivi e sviluppo giovanile

L'organizzazione di eventi nel contesto del lavoro con i giovani non riguarda solo l'aspetto organizzativo, ma anche la creazione di esperienze di apprendimento inclusive e significative. Offre ai giovani, in particolare a quelli che non studiano, non lavorano e non seguono corsi di formazione (NEET), l'opportunità di partecipare attivamente alla vita della comunità, sviluppando al contempo fiducia in se stessi e competenze pratiche.

Un evento ben progettato garantisce che tutti i partecipanti possano prendervi parte, indipendentemente dal loro background, dalle loro capacità o dalla loro situazione sociale. Accessibilità, rispetto per la diversità, sicurezza e costi contenuti sono principi chiave che guidano il processo di pianificazione. Quando questi elementi sono integrati, gli eventi diventano più che semplici attività; si trasformano in ambienti di apprendimento.

Attraverso la partecipazione alla pianificazione, all'attuazione e alla riflessione, i giovani acquisiscono gradualmente autonomia e sviluppano competenze trasversali che possono supportare i loro futuri percorsi formativi o professionali. In questo processo, l'equilibrio tra guida e indipendenza è fondamentale.

In conclusione, l'organizzazione di eventi è un potente strumento di responsabilizzazione, inclusione e sviluppo delle competenze, se utilizzata in modo strutturato e partecipativo.

Considerazioni finali

Questo approccio garantisce che la pianificazione degli eventi diventi più di un semplice esercizio logistico. La trasforma in un'esperienza di apprendimento strutturata in cui i giovani possono crescere attraverso la partecipazione, la responsabilità e la collaborazione, contribuendo in modo significativo alla loro comunità.



Attività 1: Crea il tuo evento comunitario

Modulo 5: Pianificazione e organizzazione di eventi

Attività di pianificazione dell'evento

Durata

Circa 3 ore

Dimensione del gruppo

12-30 partecipanti

Posizione

Al chiuso o all'aperto

Scopo dell'attività

Lo scopo di questa attività è aiutare i partecipanti a sperimentare in pratica come viene pianificato e organizzato un evento comunitario. Lavorano insieme per progettare un evento, tenendo conto del lavoro di squadra, della comunicazione, dell'inclusione e della sostenibilità. È importante perché sviluppa competenze pratiche di collaborazione, processo decisionale e risoluzione dei problemi, mostrando al contempo come ruoli e scelte diversi influenzino il successo di un progetto condiviso.

Obiettivi di apprendimento

1. Comprendere le fasi chiave della pianificazione di un evento
2. Sviluppare capacità organizzative e di lavoro di squadra
3. Rafforzare le capacità comunicative e di leadership
4. Applicare il pensiero critico ai vincoli degli eventi del mondo reale

Preparazione prima dell'attività

Prima dell'attività, il facilitatore prepara una breve presentazione che introduce l'idea di eventi comunitari legati allo sport, alle attività all'aperto o alla sensibilizzazione ambientale. Alcuni esempi possono essere:

tornei di calcio ecologico, giornate sportive di quartiere, festival di apprendimento all'aperto

Il facilitatore dovrebbe inoltre preparare delle semplici categorie di pianificazione che i partecipanti utilizzeranno durante l'attività, come luogo, promozione, attrezzature, tempistica, accessibilità e coordinamento dei partecipanti.

Materiali

- Lavagne a fogli mobili o grandi fogli di carta
- Post-it
- Penne e pennarelli
- Schede delle squadre (nell'allegato)
- Ampio spazio a parete o tavoli
- Esempi di immagini o locandine per l'evento (facoltativo)

Attività 1: Crea il tuo evento comunitario

Modulo 5: Pianificazione e organizzazione di eventi

Attività di pianificazione dell'evento

Facilitazione passo passo

1. Immaginare l'evento (circa 30 minuti): I partecipanti elaborano idee sul tipo di evento comunitario che vorrebbero creare per i giovani. Guidati dal facilitatore, esplorano spunti relativi all'attrattiva, all'atmosfera, all'inclusione e ai legami tra sport e consapevolezza ambientale, mantenendo al contempo proposte realistiche.

2. Formazione dei team di pianificazione (circa 10 min): Il gruppo si suddivide in team più piccoli, ciascuno responsabile di un'area dell'evento (logistica, comunicazione, attività, sostenibilità, accessibilità). Il facilitatore sottolinea l'importanza del coordinamento tra i team.

3. Fase di sviluppo dell'evento (circa 60 minuti): i team sviluppano la propria parte del piano definendo le esigenze, anticipando le sfide e proponendo soluzioni pratiche (programma, materiali, sicurezza, comunicazione, inclusione, impatto ambientale). Il facilitatore fornisce supporto senza imporre decisioni.

4. Simulazione di una riunione di coordinamento (circa 30 minuti): i team presentano i progressi compiuti e si coordinano con gli altri. Il gruppo allinea le idee, risolve le sovrapposizioni e individua le necessità di collaborazione.

5. Presentazione finale (circa 20 minuti): Il gruppo presenta il concetto completo dell'evento, inclusi obiettivi, distribuzione dei ruoli e impatto previsto sulla comunità.

6. Riflessione (circa 20 minuti): I partecipanti riflettono sul processo, concentrandosi sulla collaborazione, sul processo decisionale e sul lavoro di squadra, piuttosto che sul solo risultato finale.

Le informazioni di supporto continuano nella pagina successiva.

Nella pagina successiva:

Suggerimenti per l'inclusione e l'adattamento | Integrazione ambientale | Considerazioni sulla sicurezza | Domande per il debriefing | Metodo di valutazione | Suggerimento per il facilitatore

Organizza il tuo evento comunitario: informazioni di supporto

Suggerimenti per l'inclusione e l'adattamento

L'attività può essere adattata offrendo diverse modalità di partecipazione (parlare, scrivere, progettare, organizzare). I partecipanti con limitazioni fisiche possono concentrarsi su ruoli di pianificazione o coordinamento. Le barriere linguistiche possono essere superate tramite supporti visivi, istruzioni semplici e supporto tra pari. La diversità culturale deve essere rispettata incoraggiando tutte le idee ed evitando preconcetti. La combinazione di compiti (visivi, verbali, pratici) contribuisce a includere diversi stili di apprendimento.

Considerazioni sulla sicurezza

Prima di iniziare, il facilitatore deve verificare che lo spazio sia sicuro e privo di ostacoli. I materiali devono essere utilizzati in modo sicuro e gli spostamenti tra i gruppi devono essere organizzati per evitare assembramenti. Occorre prestare attenzione alla comunicazione rispettosa e alle dinamiche di gruppo. Per le attività all'aperto, è necessario considerare le condizioni meteorologiche e prevedere un piano di riserva.

Metodo di valutazione

La valutazione si basa su una combinazione di osservazione da parte del facilitatore, risultati di gruppo e riflessione. Il facilitatore osserva come i partecipanti collaborano, comunicano e prendono l'iniziativa durante ogni fase dell'attività. Particolare attenzione viene dedicata al lavoro di squadra, alla risoluzione dei problemi, all'inclusione e al coinvolgimento nelle discussioni. Anche i materiali prodotti dai gruppi (piani degli eventi, poster, programmi) vengono utilizzati per valutare la comprensione del compito. Infine, una breve riflessione di gruppo e un'eventuale autovalutazione o valutazione tra pari consentono ai partecipanti di esprimere ciò che hanno appreso, il loro contributo e il funzionamento del gruppo. Questo approccio si concentra sia sul processo di apprendimento che sul risultato finale.

Integrazione ambientale

I partecipanti integrano la sostenibilità considerando l'impatto ambientale in tutte le decisioni relative all'evento. Sono incoraggiati a ridurre gli sprechi, utilizzare materiali riutilizzabili o digitali, promuovere trasporti ecocompatibili e includere almeno un'azione ambientale (ad esempio, pulizia, stazione di riciclaggio, attività di sensibilizzazione). La sostenibilità è considerata un elemento centrale della pianificazione, non un compito aggiuntivo.

Domande di debriefing

- Qual è stata la sfida più grande nel vostro lavoro di gruppo?
- Come avete preso le decisioni insieme?
- Cosa hai imparato sul lavoro di squadra e sul coordinamento?
- In che modo avete integrato la sostenibilità o l'accessibilità nel vostro progetto?

Suggerimento per il facilitatore

È importante mantenere un equilibrio tra struttura e libertà. I partecipanti devono sentirsi guidati attraverso passaggi chiari, ma non controllati nelle loro decisioni. L'approccio più efficace consiste nel circolare attivamente tra i gruppi, porre domande aperte ("Come funzionerà nella pratica?", "Cosa potrebbe andare storto?", "Chi potrebbe essere escluso?") e aiutarli a riflettere più a fondo senza fornire risposte dirette. Incoraggiate i partecipanti più timidi rivolgendovi a loro con delicatezza all'interno dei gruppi e offrendo diverse modalità di contributo (parlare, scrivere, progettare). Siate inoltre pronti a riportare delicatamente i gruppi sull'argomento se si bloccano o divagano, senza però appropriarvi delle loro idee.

Attività 2: La sfida dell'evento sostenibile

Modulo 5: Pianificazione e organizzazione di eventi

Tipologia: Sport / Comunicazione / Organizzazione di eventi / Ambiente

Durata
3-4 ore

Dimensione del gruppo
10-25 partecipanti

Posizione
Al chiuso o all'aperto

Scopo dell'attività

L'obiettivo è fornire ai partecipanti un'esperienza pratica nella progettazione e gestione di un piccolo evento in condizioni reali. Avranno modo di esercitarsi nel lavoro di squadra, nell'adattabilità e nel processo decisionale, imparando al contempo come la sostenibilità e l'inclusione influenzino l'organizzazione pratica di un evento.

Obiettivi di apprendimento

1. Pianificare e realizzare un evento su piccola scala rispettando i vincoli di tempo, materiali e sostenibilità.
2. Sviluppare capacità di lavoro di squadra, leadership e comunicazione.
3. Rafforzare la capacità di adattamento e di risoluzione dei problemi di fronte a sfide impreviste.
4. Integrare la sostenibilità nella progettazione e nelle decisioni relative agli eventi.

Preparazione prima dell'attività

Prima della sessione, il facilitatore prepara un semplice scenario di sfida. I partecipanti vengono informati che dovranno organizzare una breve attività di tipo comunitario utilizzando risorse limitate e rispettando i principi di sostenibilità.

Alcuni esempi possono includere:

- un mini torneo di eco-sport
- una sfida di squadra all'aperto
- uno stand di sensibilizzazione della comunità
- un pomeriggio di attività sportiva a basso impatto ambientale

Materiali

- Materiali riutilizzabili per lo sport o le attività all'aperto
- Materiali creativi riciclati
- Lavagne a fogli mobili e pennarelli
- Timer o orologio
- Sacchi o contenitori per la raccolta differenziata dei rifiuti
- Semplici schede di valutazione

Attività 2: La sfida dell'evento sostenibile

Modulo 5: Pianificazione e organizzazione di eventi

Tipologia: Sport / Comunicazione / Organizzazione di eventi / Ambiente

Facilitazione passo passo

1 – Introduzione alla sfida (circa 20 min): Il facilitatore introduce lo scenario e illustra i vincoli pratici, come il budget limitato, i tempi di preparazione ristretti, le esigenze di accessibilità, i requisiti ambientali e la diversità dei profili dei partecipanti. L'accento è posto sulla collaborazione e sull'apprendimento attraverso l'adattamento, piuttosto che sulla competizione.

2 – Fase di pianificazione rapida (circa 40 minuti): I partecipanti lavorano in team per progettare la loro attività definendo rapidamente obiettivi, ruoli, materiali, tempistiche e considerazioni chiave come inclusione, sicurezza e sostenibilità. Creatività e cooperazione sono prioritarie rispetto alla perfezione.

3 – Svolgimento delle attività (circa 60 minuti): Ogni team svolge la propria attività mentre gli altri partecipano. Il facilitatore introduce piccole sfide inaspettate (ad esempio, materiali mancanti, problemi di tempo, cambiamenti meteorologici, esigenze dei partecipanti) per incoraggiare l'adattabilità e la risoluzione collettiva dei problemi.

4 – Analisi di sostenibilità (circa 20 min): I partecipanti riflettono sull'impatto ambientale della propria organizzazione, concentrandosi sull'utilizzo dei materiali, la gestione dei rifiuti, i trasporti, le risorse riutilizzabili e le alternative ecocompatibili. L'obiettivo è evidenziare come la sostenibilità possa essere integrata nelle decisioni pratiche.

5 – Cerchio di riflessione finale (circa 30 min): I partecipanti si riuniscono per una riflessione di gruppo sugli aspetti emotivi e organizzativi dell'esperienza, collegando le sfide affrontate al lavoro di squadra, alla comunicazione e alle capacità decisionali.

Le informazioni di supporto continuano nella pagina successiva.

Nella pagina successiva:

Suggerimenti per l'inclusione e l'adattamento | Integrazione ambientale | Considerazioni sulla sicurezza | Domande di debriefing | Metodo di valutazione | Suggerimento per il facilitatore | Riflessioni dei partecipanti

La sfida degli eventi sostenibili: informazioni di supporto

Suggerimenti per l'inclusione e l'adattamento

I ruoli devono essere flessibili in modo che i partecipanti possano contribuire attraverso il parlare, l'organizzare, lo scrivere o svolgere compiti pratici. I compiti fisici possono essere adattati o ridotti a seconda delle capacità. Supporti visivi e istruzioni semplici aiutano a superare le barriere linguistiche e si incoraggia il supporto tra pari. La diversità culturale deve essere rispettata in tutte le attività proposte. I diversi stili di apprendimento sono inclusi attraverso un mix di attività pratiche, osservative e di discussione.

Considerazioni sulla sicurezza

Il facilitatore deve verificare che lo spazio sia sicuro, privo di pericoli e adatto ad attività che prevedono movimento. Le attrezzature devono essere sicure e utilizzate correttamente. Durante le attività, i movimenti del gruppo devono essere supervisionati per evitare collisioni o sovraffollamento. Anche la sicurezza emotiva è importante, garantendo una comunicazione rispettosa e l'inclusione. Le sessioni all'aperto richiedono un controllo delle condizioni meteorologiche e un piano di riserva.

Metodo di valutazione

La valutazione si basa sull'osservazione del facilitatore, sui risultati del gruppo e sulla riflessione. Il facilitatore osserva il lavoro di squadra, la comunicazione, l'adattabilità e il coinvolgimento durante l'attività, in particolare come i gruppi reagiscono alle sfide impreviste. Anche la qualità delle attività pianificate e realizzate viene considerata come prova di comprensione.

Una breve discussione di gruppo al termine permette ai partecipanti di riflettere sulla propria esperienza e su quanto appreso. Questa fase può essere supportata da una breve autovalutazione o valutazione tra pari per cogliere i contributi individuali e lo sviluppo percepito delle competenze.

Integrazione ambientale

La sostenibilità è parte integrante della sfida, attraverso la gestione di risorse limitate, l'utilizzo di materiali riutilizzabili e la sensibilizzazione alla riduzione degli sprechi. I partecipanti devono minimizzare gli sprechi, riutilizzare le attrezzature e valutare alternative ecocompatibili durante la fase di pianificazione ed esecuzione. La riflessione si concentra su come le piccole decisioni influenzino l'impatto ambientale.

Domande di debriefing

- Come ha reagito il vostro gruppo alle sfide inaspettate?
- Cosa ha permesso al vostro team di lavorare efficacemente sotto pressione?
- In che modo avete integrato la sostenibilità nelle vostre decisioni?
- Cosa miglioreresti se ripetessi l'attività?

Suggerimento per il facilitatore

È fondamentale mantenere un equilibrio tra struttura e flessibilità durante tutta l'attività. I partecipanti necessitano di istruzioni chiare e limiti di tempo, ma anche di sufficiente libertà per prendere decisioni e gestire il proprio percorso. Quando si introducono sfide inaspettate, è bene farlo gradualmente e presentarle come parte di uno scenario di vita reale piuttosto che come "problemi", in modo che i partecipanti rimangano motivati e non stressati.

Conclusione

Cosa portano a casa i partecipanti

Attraverso le attività "Build Your Community Event" e "Sustainable Event Challenge", i partecipanti sperimentano l'organizzazione come un processo collaborativo e pratico, piuttosto che come una mera responsabilità tecnica. Sviluppano competenze di comunicazione, pianificazione e risoluzione dei problemi, imparando al contempo come le decisioni influenzino l'esperienza dei partecipanti e il successo di un'attività.

Il modulo incoraggia inoltre i partecipanti a riflettere su responsabilità, inclusione e sostenibilità nell'ambito degli eventi comunitari. Attraverso l'esperienza sia della fase di preparazione che di quella di attuazione, i partecipanti acquisiscono maggiore fiducia nella propria capacità di contribuire attivamente alle iniziative collettive.

Cosa apre questo modulo

L'organizzazione di eventi permette ai giovani di passare dalla semplice partecipazione alla responsabilità attiva. Organizzare attività insieme aiuta i partecipanti a riconoscere di essere capaci di gestire le responsabilità, coordinarsi con gli altri e creare esperienze positive per le proprie comunità.

Queste esperienze possono rafforzare la fiducia in sé stessi, l'iniziativa e il coinvolgimento, aiutando al contempo i partecipanti a sviluppare competenze trasferibili legate al mondo del lavoro, alla partecipazione alla vita della comunità e a futuri progetti personali.

Risorse e link

Attività giovanili, coinvolgimento dei NEET (giovani che non studiano, non lavorano e non seguono corsi di formazione) e istruzione non formale.

- Portale europeo per la gioventù – Lavoro giovanile e partecipazione:
<https://youth.europa.eu/>
- SALTO-YOUTH (formazione, kit di strumenti, risorse per l'educazione non formale):
<https://www.salto-youth.net/>
- Consiglio d'Europa – Risorse per il lavoro con i giovani:
<https://www.coe.int/en/web/youth/youth-work>

Strumenti per la pianificazione di eventi e l'apprendimento basato su progetti

- Portale europeo per la gioventù – Kit di strumenti per progetti giovanili:
https://youth.europa.eu/go-abroad/organising-youth-exchanges_en
- Strategia dell'UE per la gioventù (2019-2027)
- Nozioni di base sulla gestione dei progetti (utili per strutturare eventi nel lavoro con i giovani)

06

Sensibilizzazione e imprenditoria verde

Obiettivo di apprendimento

Questo modulo introduce gli operatori giovanili a metodi pratici per coinvolgere i giovani NEET (né occupati né in formazione) nella sensibilizzazione ambientale, nella promozione di cause sociali e nell'imprenditorialità verde. I partecipanti esplorano come le attività legate alla sostenibilità possano favorire lo sviluppo personale, la partecipazione civica e le future opportunità connesse all'economia verde. Il modulo combina apprendimento esperienziale, riflessione e creatività per incoraggiare la partecipazione attiva e il coinvolgimento della comunità.

Per chi

Questo modulo è pensato per operatori giovanili, formatori ed educatori che lavorano con giovani NEET (non impegnati nello studio, nel lavoro o nella formazione) o giovani vulnerabili di età compresa tra i 18 e i 30 anni. Non è richiesta alcuna conoscenza pregressa di educazione ambientale o imprenditorialità. Le attività possono essere adattate a diversi percorsi formativi, contesti culturali e livelli di esperienza.

Sensibilizzazione ambientale, promozione e imprenditoria verde

Comprendere le sfide ambientali

Le problematiche ambientali come il cambiamento climatico, l'inquinamento, la perdita di biodiversità e l'eccessiva produzione di rifiuti incidono sempre più sulle comunità locali e sulla vita quotidiana. I giovani spesso sentono parlare di questi argomenti a livello globale, ma possono avere difficoltà a collegarli alla propria realtà. Gli operatori giovanili possono contribuire a colmare questo divario creando esperienze di apprendimento che colleghino le sfide ambientali alle abitudini quotidiane dei partecipanti, al contesto locale e alle opportunità future.

Attività esperienziali come la pulizia della comunità, le passeggiate nella natura o i laboratori di riciclaggio aiutano i partecipanti a sviluppare un legame emotivo più forte con l'ambiente, incoraggiando al contempo la responsabilità e la riflessione.

L'imprenditoria verde come strumento di emancipazione.

L'imprenditoria verde si concentra sulla creazione di iniziative che coniugano la responsabilità ambientale con il valore sociale o economico. Per i giovani NEET (né occupati né in formazione), questo approccio può offrire nuove prospettive di partecipazione, creatività e futura occupabilità.

Esempi di attività includono:

- individuazione dei problemi ambientali locali
- ideare soluzioni sostenibili
- ideazione di campagne ecocompatibili
- progettazione di piccoli progetti comunitari
- discussione sulla fattibilità e sull'impatto sociale

Gli operatori giovanili dovrebbero incoraggiare l'iniziativa e la sperimentazione, piuttosto che concentrarsi esclusivamente sulla pianificazione aziendale formale.

Promozione e partecipazione civica

L'attività di advocacy permette ai giovani di esprimere idee, sensibilizzare l'opinione pubblica e influenzare le proprie comunità. Attraverso attività partecipative, i giovani NEET possono imparare a comunicare le proprie preoccupazioni, organizzare azioni e presentare proposte relative alla sostenibilità e all'inclusione.

Le attività di sensibilizzazione possono includere campagne di informazione, discussioni comunitarie, presentazioni pubbliche o iniziative collaborative guidate dai giovani. Queste esperienze favoriscono l'autostima, il lavoro di squadra e l'impegno civico.

Nota

Adotta uno stile di facilitazione non giudicante e inclusivo. Incoraggia la riflessione, il dialogo e la creatività anziché imporre comportamenti ambientali "corretti".

Collegare l'azione ambientale allo sviluppo personale

La partecipazione ad attività ambientali e di sensibilizzazione può influenzare positivamente la fiducia in sé stessi, la motivazione e il senso di appartenenza dei giovani. Contribuendo a iniziative comunitarie significative, i giovani NEET (né occupati né in formazione) possono riconoscere le proprie capacità e sviluppare competenze trasferibili utili per l'istruzione, il lavoro e la vita civica.

Consapevolezza ambientale

- Comprendere le problematiche ambientali locali e globali
- Sviluppare abitudini sostenibili e un senso di responsabilità
- Riflessioni sull'impatto personale sull'ambiente

Imprenditoria verde

- Esplorare idee progettuali innovative e sostenibili
- Apprendimento delle capacità di risoluzione dei problemi e della creatività
- Incoraggiare l'iniziativa e il pensiero imprenditoriale

Promozione e partecipazione

I giovani imparano a esprimere le proprie opinioni, a collaborare con gli altri e a contribuire attivamente alle discussioni della comunità. Le attività di sensibilizzazione rafforzano la voce civica e incoraggiano la partecipazione democratica.

Le attività aggiuntive possono includere discussioni di gruppo, esercitazioni di simulazione, presentazioni di progetti o incontri con organizzazioni locali coinvolte in iniziative di sostenibilità.

Partecipazione giovanile, sostenibilità e imprenditorialità

Questo modulo si basa su una serie di attività che esplorano i legami tra partecipazione giovanile, sostenibilità e imprenditorialità, ispirate a iniziative europee. Si concentra su un apprendimento adattabile e basato sull'esperienza, piuttosto che su modelli predefiniti, consentendo agli operatori giovanili e ai facilitatori di adattare i contenuti al contesto locale e alle esigenze dei partecipanti.

Le attività privilegiano la partecipazione, la creatività e la responsabilizzazione rispetto all'apprendimento accademico formale. Sono progettate per coinvolgere attivamente i giovani nella formulazione di idee, nella sperimentazione di soluzioni e nel lavoro collaborativo.

Un elemento centrale del modulo è la creazione di ambienti di apprendimento sicuri e stimolanti, in cui i partecipanti si sentano a proprio agio nell'esprimersi e condividere le proprie idee. Durante le attività sono previsti momenti di riflessione per aiutare i partecipanti a riconoscere e consolidare le competenze che stanno sviluppando.

L'apprendimento ambientale viene affrontato in modo pratico e concreto, strettamente connesso alla vita quotidiana. Le attività sono interattive e basate sull'esperienza, con una forte enfasi sull'apprendimento all'aperto, sul coinvolgimento della comunità e sulle iniziative guidate dai giovani. Questo approccio favorisce una partecipazione significativa e un impegno a lungo termine, in particolare per i giovani NEET (né occupati né in formazione).

I facilitatori aiutano i partecipanti a individuare azioni realistiche e significative che possono intraprendere all'interno delle loro comunità. Anche le piccole iniziative sono considerate contributi importanti a un cambiamento positivo, aiutando i giovani a comprendere che la sostenibilità e l'impegno civico sono accessibili e rilevanti nella vita di tutti i giorni.

Sul lato destro, i facilitatori possono includere:

- principi chiave di sostenibilità
- sfide ambientali locali
- esempi di iniziative ecologiche
- idee per campagne di sensibilizzazione
- domande di riflessione per i partecipanti
- raccomandazioni per le attività di follow-up



Attività 1: Detective dei problemi ecologici

Modulo 6: Sensibilizzazione e imprenditoria verde

Tipologia: Sport/ Riflessione / Ambiente / Sensibilizzazione / Imprenditoria verde

Durata

2 ore

Dimensione del gruppo

10-25 partecipanti

Posizione

Area comunitaria

Scopo dell'attività

Lo scopo di questa attività è aiutare i partecipanti ad acquisire maggiore consapevolezza delle sfide ambientali e delle pratiche di sostenibilità nel loro ambiente quotidiano. Attraverso l'osservazione diretta, la discussione e il lavoro di squadra, i partecipanti esplorano come gli spazi locali influenzino il benessere, la vita comunitaria e la responsabilità ambientale. L'attività incoraggia il pensiero critico, la cittadinanza attiva e la riflessione pratica su come piccole azioni locali possano contribuire a un cambiamento ambientale positivo.

Obiettivi di apprendimento

1. Aumentare la consapevolezza delle problematiche ambientali locali e della sostenibilità.
2. Sviluppare capacità di osservazione e di pensiero critico.
3. Migliorare la comunicazione e il lavoro di squadra.
4. Incoraggiare l'azione locale e la responsabilità della comunità.

Preparazione prima dell'attività

Prima della sessione, il facilitatore individua un percorso pedonale sicuro nella zona. Il percorso dovrebbe includere diverse tipologie di spazi, come parchi, strade, campi sportivi, aree di transito dei mezzi pubblici o angoli di quartiere, dove i partecipanti possano osservare problematiche ambientali o esempi positivi di sostenibilità.

Il facilitatore dovrebbe inoltre preparare una breve introduzione in cui spieghi che l'attività si concentra sull'osservazione e sulla riflessione piuttosto che sull'attribuzione di colpe a individui o comunità.

Materiali

- Lavagne a fogli mobili o grandi fogli di carta
- Post-it
- Pennarelli e penne
- Mappe locali stampate o semplici mappe disegnate a mano.
- Mappa di osservazione (allegato)
- Guanti e borse riutilizzabili nel caso in cui i partecipanti raccolgano piccoli rifiuti durante l'osservazione.

Attività 1: Detective dei problemi ecologici

Modulo 6: Sensibilizzazione e imprenditoria verde

Tipologia: Sport/ Riflessione / Ambiente / Sensibilizzazione / Imprenditoria verde

Facilitazione passo passo

1 – Introduzione al cerchio (circa 20 min): I partecipanti prendono parte a una discussione di gruppo aperta sull'ambiente nella loro vita quotidiana. Riflettono su questioni come le problematiche ambientali locali, la qualità degli spazi pubblici e i fattori che influenzano la cura delle persone per gli ambienti condivisi. L'obiettivo è quello di stimolare la consapevolezza e la curiosità, piuttosto che fornire istruzioni.

2 – Passeggiata di esplorazione della comunità (circa 45-60 minuti): In piccoli gruppi, i partecipanti esplorano un'area selezionata e osservano le condizioni ambientali e sociali. Documentano le scoperte, come rifiuti, spazi verdi, accessibilità, iniziative positive, opzioni di trasporto o sistemi di riciclaggio, utilizzando foto, appunti o schizzi, considerando anche possibili cause e soluzioni.

3 – Mappatura delle sfide (circa 30 minuti): I partecipanti condividono le proprie osservazioni e le riportano collettivamente su un grande supporto visivo (mappa o lavagna a fogli mobili). Il gruppo identifica i principali modelli ambientali e riflette su come questi si relazionano al benessere, alla responsabilità sociale e alla qualità della vita.

4 – Riflessione e discussione sulle soluzioni (circa 30 min): I partecipanti discutono di azioni locali realistiche che potrebbero affrontare le sfide individuate. L'attenzione si concentra su iniziative realizzabili come operazioni di pulizia, campagne di sensibilizzazione, miglioramenti del riciclaggio o un migliore utilizzo degli spazi pubblici, evidenziando l'impatto delle azioni comunitarie su piccola scala.

Le informazioni di supporto continuano nella pagina successiva.

Nella pagina successiva:

Suggerimenti per l'inclusione e l'adattamento | Integrazione ambientale | Considerazioni sulla sicurezza | Domande per il debriefing | Metodo di valutazione | Suggerimento per il facilitatore

Detective dei problemi ecologici - Informazioni di supporto

Suggerimenti per l'inclusione e l'adattamento

La mappatura dei percorsi deve essere adattata alle capacità fisiche e alle esigenze di accessibilità dei partecipanti. Possono essere utilizzate alternative come l'osservazione da seduti, la fotografia o la mappatura digitale. I partecipanti possono contribuire parlando, scrivendo, disegnando o scattando foto, in base alle proprie capacità, competenze linguistiche e stile di apprendimento.

Considerazioni sulla sicurezza

Prima dell'attività, il facilitatore deve verificare che il percorso sia sicuro, accessibile e adatto al gruppo, evitando zone pericolose, isolate o interessate da lavori e monitorando le condizioni meteorologiche. Ai partecipanti vanno ricordate le norme di sicurezza stradale e l'importanza di rimanere con il gruppo. Se è prevista la raccolta dei rifiuti, è necessario fornire guanti e garantire una supervisione costante durante la passeggiata esplorativa.

Metodo di valutazione

La valutazione può essere effettuata attraverso l'osservazione del facilitatore, la discussione di gruppo e il feedback dei partecipanti. Durante l'attività, il facilitatore può osservare il coinvolgimento, il lavoro di squadra, la comunicazione e la consapevolezza ambientale dimostrata. Al termine, i partecipanti possono condividere le proprie riflessioni verbalmente o tramite un breve questionario su ciò che hanno appreso, cosa li ha sorpresi e come l'attività ha influenzato la loro prospettiva sulle problematiche ambientali locali. Metodi informali, come post-it, brevi riflessioni o discussioni in piccoli gruppi, possono inoltre facilitare l'espressione dell'esperienza e la valutazione dell'attività.

Integrazione ambientale

I partecipanti esplorano direttamente temi legati alla sostenibilità, come la gestione dei rifiuti, l'inquinamento, gli spazi verdi, il riciclo e la responsabilità civica. L'attività incoraggia i partecipanti a collegare le osservazioni locali a una più ampia consapevolezza ambientale e a comportamenti sostenibili.

Domande di debriefing

- Cosa ti ha sorpreso di più durante l'attività?
- Hai notato cose che di solito ignori nella tua comunità?
- Quale problematica ambientale è sembrata più importante o più visibile?
- Quale piccolo cambiamento ti piacerebbe vedere a livello locale?
- In che modo i giovani possono contribuire a migliorare gli spazi condivisi?

Suggerimento per il facilitatore

Incoraggiate i partecipanti a individuare sia esempi positivi che problemi ambientali. Ciò contribuisce a mantenere un'atmosfera costruttiva e favorisce discussioni più orientate alla ricerca di soluzioni.

Attività 2: Laboratorio di idee ecologiche

Modulo 6: Sensibilizzazione e imprenditoria verde

Tipo: Attività di sensibilizzazione / Imprenditoria verde

Durata
3 ore

Dimensione del gruppo
12-30 partecipanti

Posizione
centro comunitario

Scopo dell'attività

Lo scopo di questa attività è aiutare i partecipanti a esplorare come le sfide ambientali e sociali possano ispirare soluzioni creative e iniziative comunitarie. Attraverso il lavoro di squadra, il brainstorming e lo sviluppo pratico di idee, i partecipanti sperimentano il processo di trasformazione dei problemi locali in azioni positive. L'attività incoraggia la partecipazione attiva, il pensiero critico e la fiducia in sé stessi, dimostrando al contempo che i giovani possono svolgere un ruolo importante nella creazione di un cambiamento sostenibile all'interno delle proprie comunità.

Obiettivi di apprendimento

1. Comprendere i principi fondamentali dell'imprenditoria verde e delle iniziative sostenibili.
2. Sviluppare la creatività e le capacità di risoluzione dei problemi.
3. Rafforzare il lavoro di squadra e la comunicazione.
4. Rafforzare la fiducia in sé stessi e l'iniziativa attraverso la partecipazione attiva.

Preparazione prima dell'attività

Il facilitatore prepara esempi di semplici iniziative ambientali legate allo sport, alle attività all'aria aperta o alle comunità locali. Questi esempi devono rimanere accessibili e realistici per i partecipanti.

Possibili esempi possono includere: campagne di utilizzo di bottiglie riutilizzabili durante gli eventi calcistici, orti comunitari, laboratori di riciclo di attrezzature sportive, iniziative locali di riparazione o riciclo creativo, attività all'aperto sostenibili per bambini.

Materiali

- Lavagne a fogli mobili
- Marcatori
- Post-it
- Materiali riciclati per la prototipazione (cartone, carta, bottiglie di plastica, ecc.)
- Modelli per lo sviluppo di idee
- Grandi tavoli o spazi di lavoro

Attività 2: Laboratorio di idee ecologiche

Modulo 6: Sensibilizzazione e imprenditoria verde
Tipo: Attività di sensibilizzazione / Imprenditoria verde]

Facilitazione passo passo

Fase 1 – Discussione sull'ispirazione (circa 20 minuti)

Il workshop inizia con una discussione sull'imprenditorialità come strumento per generare un cambiamento sociale o ambientale positivo. I partecipanti condividono esempi di iniziative che hanno visto nelle loro comunità o online, mentre il facilitatore incoraggia la creatività, la partecipazione e il coinvolgimento della comunità piuttosto che la competizione o il profitto.

Fase 2 – Individuazione dei bisogni locali (circa 30 minuti)

I partecipanti lavorano in gruppo per identificare le sfide ambientali o sociali che riguardano i giovani a livello locale, come ad esempio i rifiuti durante gli eventi, la mancanza di attività ecocompatibili o le limitate opportunità di inclusione. Scambiano liberamente idee senza valutarle, al fine di incoraggiare la creatività e la discussione aperta.

Fase 3 – Creazione di soluzioni ecocompatibili (circa 60 minuti)

Ogni gruppo sceglie un'idea e la sviluppa in un'iniziativa o un progetto concreto. I partecipanti riflettono sul problema che la loro idea intende risolvere, su chi ne trarrebbe beneficio, sulle risorse necessarie e su come l'iniziativa possa rimanere ecologicamente responsabile. I gruppi possono anche creare semplici poster o prototipi utilizzando materiali riciclati.

Fase 4 – Presentazione sul Marketplace (circa 40 minuti)

I gruppi presentano i loro progetti in un formato informale, simile a un mercato, dove i partecipanti si spostano tra le presentazioni, pongono domande e si scambiano feedback. Il facilitatore mette in evidenza la diversità delle idee e sottolinea l'importanza della creatività, del lavoro di squadra e dell'impatto sulla comunità.

Fase 5 – Riflessione (circa 20 minuti)

La sessione si conclude con una riflessione di gruppo su quanto appreso dai partecipanti e su come l'azione ambientale possa creare opportunità di partecipazione, apprendimento e progetti futuri. Il facilitatore incoraggia i partecipanti a riflettere sulla propria creatività, capacità di collaborazione e abilità nel contribuire positivamente alle proprie comunità.

Nella pagina successiva:

Suggerimenti per l'inclusione e l'adattamento | Integrazione ambientale | Considerazioni sulla sicurezza | Domande di debriefing | Metodo di valutazione | Suggerimento per il facilitatore | Riflessioni dei partecipanti

Suggerimenti per l'inclusione e l'adattamento

L'attività può essere adattata a diversi stili di apprendimento combinando discussione, creazione visiva, scrittura e attività pratiche. I partecipanti con competenze linguistiche limitate possono contribuire attraverso il disegno, la modellazione o la collaborazione di gruppo. I facilitatori dovrebbero incoraggiare gruppi con livelli di competenza misti e ruoli di partecipazione flessibili, in modo che tutti possano contribuire secondo le proprie capacità.

Considerazioni sulla sicurezza

Prima dell'attività, il facilitatore deve assicurarsi che lo spazio di lavoro sia sicuro, accessibile e organizzato per evitare sovraffollamento o incidenti. I materiali riciclati utilizzati per la prototipazione devono essere puliti e privi di elementi taglienti o pericolosi.

Se si utilizzano forbici o altri strumenti per lavori manuali, i partecipanti devono ricevere istruzioni chiare sul loro utilizzo in sicurezza. Il facilitatore deve inoltre prestare attenzione ai partecipanti che potrebbero sentirsi esclusi o a disagio durante le discussioni e incoraggiare dinamiche di gruppo costruttive.

Metodo di valutazione

La valutazione può essere effettuata tramite discussioni di gruppo, osservazione della partecipazione e brevi attività di riflessione al termine del workshop. I facilitatori possono valutare il coinvolgimento, il lavoro di squadra, la creatività e la capacità dei partecipanti di collegare le problematiche ambientali a soluzioni pratiche. I partecipanti possono anche fornire un feedback verbale o tramite brevi questionari scritti su ciò che hanno appreso e apprezzato durante l'attività.

Integrazione ambientale

La sensibilizzazione ambientale è integrata in tutta l'attività, incoraggiando i partecipanti a identificare le sfide ecologiche locali e a progettare soluzioni sostenibili. L'utilizzo di materiali riciclati per i prototipi rafforza l'importanza del riutilizzo e della riduzione dei rifiuti. I partecipanti sono incoraggiati a riflettere in modo critico su come le iniziative comunitarie possano ridurre l'impatto ambientale, promuovere il consumo responsabile e creare attività locali più ecocompatibili.

Domande di debriefing

Cosa hai imparato riguardo alle sfide ambientali nella tua comunità?

Quale idea o progetto ti ha ispirato di più e perché?

In che modo il vostro gruppo ha collaborato per sviluppare le soluzioni?

Quali competenze hai utilizzato durante l'attività?

Come si potrebbero applicare queste idee nella vita reale?

Suggerimento per il facilitatore

Incoraggiate i partecipanti a concentrarsi su idee semplici e realistiche piuttosto che su progetti "perfetti". I giovani spesso si sentono più coinvolti quando percepiscono le proprie idee come realizzabili e collegate a situazioni reali nelle loro comunità.

Conclusione

Cosa portano a casa i partecipanti

Attraverso le attività di Green Problem Detectives e Eco-Idea Lab, i partecipanti sperimentano la consapevolezza ambientale come qualcosa di connesso alla loro vita quotidiana e alle loro comunità, piuttosto che come un argomento astratto. Imparano a osservare criticamente le realtà locali, a comunicare idee, a collaborare con gli altri e a immaginare soluzioni realistiche a sfide comuni.

Le attività aiutano inoltre i partecipanti a comprendere che l'attivismo può iniziare con piccole azioni e che l'imprenditorialità può essere collegata a un impatto positivo sull'ambiente e sulla società. Passando dall'osservazione alla creazione di idee, i partecipanti rafforzano il loro senso di iniziativa, responsabilità e partecipazione civica.

Cosa apre questo modulo

L'attivismo e l'imprenditoria verde incoraggiano i giovani a considerarsi protagonisti attivi piuttosto che osservatori passivi. Anche piccole esperienze di partecipazione, espressione pubblica e risoluzione collaborativa dei problemi possono aiutare i partecipanti a sviluppare fiducia nella propria capacità di influenzare l'ambiente e le comunità.

Il modulo offre ai giovani l'opportunità di collegare la sostenibilità alla creatività, al lavoro di squadra e alle prospettive future, rafforzando al contempo l'idea che un cambiamento significativo spesso inizia a livello locale e collettivo.

Risorse e link

Politiche e quadri normativi dell'UE

- https://comitato-di-ricerca-comune.ec.europa.eu/quadro-di-competenza-di-sostenibilit -verde-europeo_en
- https://environment.ec.europa.eu/topics/circular-economy_en
- https://employment-social-affairs.ec.europa.eu/policies-and-activities/youth-employment-and-skills_en

Partecipazione e opportunit  per i giovani

- <https://youth.europa.eu>
- <https://erasmus-plus.ec.europa.eu/opportunities/opportunities-for-individuals/youth-exchanges>
- https://youth.europa.eu/solidarity_en

Sostenibilit  e risorse internazionali

- <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000374802>
- <https://sdgs.un.org/goals>

Reti giovanili e buone pratiche

- <https://www.youthforum.org>
- <https://bunkicktgut.de>

Conclusione

Dare potere ai giovani NEET attraverso lo sport, l'inclusione e la sostenibilità.

Sviluppare competenze per la crescita personale e sociale

I sei moduli presentati in questo kit offrono un approccio completo ed esperienziale a supporto dello sviluppo dei giovani NEET (non impegnati in istruzione, formazione e istruzione). Attraverso sport inclusivi, apprendimento all'aperto, attività di comunicazione, pratiche per il benessere, organizzazione di eventi e coinvolgimento ambientale, i partecipanti sono incoraggiati a scoprire i propri punti di forza e a sviluppare fiducia nelle proprie capacità. Le attività creano ambienti di apprendimento sicuri e inclusivi in cui i giovani possono sviluppare competenze essenziali per la vita, come il lavoro di squadra, la leadership, la comunicazione, la risoluzione dei problemi, l'adattabilità e la resilienza. Partecipando attivamente anziché ricevere passivamente informazioni, acquisiscono un'esperienza pratica che può essere trasferita alla vita di tutti i giorni, all'istruzione, al lavoro e al futuro coinvolgimento nella comunità. L'enfasi sulla riflessione presente in tutti i moduli aiuta inoltre i partecipanti a comprendere meglio se stessi, a riconoscere i propri progressi e a identificare strategie per affrontare le sfide e i cambiamenti.

Creare percorsi per comunità attive e sostenibili

Oltre allo sviluppo individuale, i moduli incoraggiano i partecipanti a diventare membri attivi e responsabili delle proprie comunità. Collegando lo sport alla consapevolezza ambientale, alla difesa dei diritti, alla sostenibilità e al lavoro collaborativo su progetti, il kit di strumenti dimostra che un cambiamento sociale significativo spesso inizia con piccole azioni locali. I partecipanti imparano a organizzare eventi, promuovere l'inclusione, proteggere l'ambiente, comunicare idee in modo efficace e lavorare insieme per raggiungere obiettivi comuni. Sperimentano il valore della partecipazione civica e scoprono che il loro contributo può avere un impatto positivo sulle persone e sui luoghi che li circondano. Allo stesso tempo, l'attenzione all'imprenditorialità verde e al pensiero sostenibile introduce nuove opportunità legate all'evoluzione dell'economia verde e alla cittadinanza attiva. Queste esperienze aiutano i giovani a passare dalla partecipazione alla responsabilità, consentendo loro di creare iniziative, rafforzare i legami comunitari e contribuire a un futuro più inclusivo, resiliente e sostenibile.

Nel complesso, questo kit di strumenti dimostra che lo sport, l'educazione all'aria aperta, la comunicazione, il benessere, l'organizzazione di eventi e la sostenibilità sono potenti strumenti per dare potere ai giovani NEET, aiutandoli a costruire fiducia in se stessi, a rafforzare le comunità e a creare un cambiamento positivo per se stessi e per gli altri.

Allegati e modelli

Questa sezione contiene tutto il materiale stampabile, i modelli e i documenti di supporto a cui si fa riferimento nei sei moduli. Ogni allegato è organizzato per modulo e include schede di ruolo pronte all'uso, moduli di riflessione, fogli di feedback, liste di controllo per i facilitatori e strumenti di osservazione. È sufficiente scaricarli, stamparli e utilizzarli insieme alle attività corrispondenti.

Allegato A - Materiali stampabili del Modulo 1

I seguenti materiali sono disponibili per il download e la stampa.

Ogni documento è pensato per essere utilizzato insieme alle attività di questo modulo.

Questa confezione contiene:

- **Attività 1 — Il cerchio del passaggio:** Carte dei ruoli, Carta delle domande di debriefing, Modulo di riflessione del partecipante, Modulo di feedback del partecipante, Lista di controllo per la preparazione del facilitatore, Strumenti di osservazione del facilitatore
- **Attività 2 — La partita di fair play:** Schede dei ruoli, Statuto della squadra, Statuto del fair play, Tracciatore dei punti rispetto, Foglio di osservazione, Modulo di riflessione del partecipante, Modulo di feedback del partecipante, Lista di controllo per la preparazione del facilitatore, Strumenti di osservazione del facilitatore, Lista di controllo per l'osservazione del facilitatore

Attività 1 - Il cerchio del passaggio

Schede ruolo

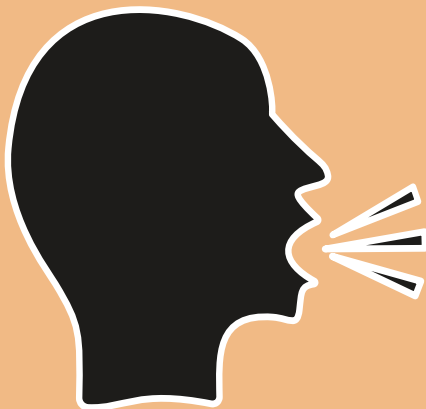
Stampate queste carte e distribuitele ai partecipanti.

PASSAGGI



- Passa la palla attraverso il cerchio. Scegli con cura il tuo ricevitore.
- Nel primo round: passa liberamente a chiunque tu voglia.
- Dal secondo round: attendere che il chiamante pronunci un nome e stabilire un contatto visivo prima di rilasciare la palla.

CHIAMANTE



- Nel primo round: nessun compito specifico.
- Dal secondo round: pronuncia il nome del ricevitore e stabilisci un contatto visivo prima che la palla si muova.
- Poi aggiungi una parola di incoraggiamento prima di passare: "pronto", "ottimo", "ce la farai".

Attività 1 - Il cerchio del passaggio

Schede ruolo

Stampate queste carte e distribuitele ai partecipanti.

OSSERVATORE



- Uscite dal cerchio e osservate.
- Nota: Chi viene chiamato più spesso? Chi si tira indietro? Cosa cambia quando si aggiunge l'incoraggiamento?
- Durante il debriefing, parla prima tu: condividi ciò che hai notato senza giudicare.

ALLENATORE



- Rimanete all'interno del cerchio.
- Concentratevi sull'incoraggiare i partecipanti più silenziosi: una parola, un cenno del capo, un gesto.
- Questo è un ruolo di attenzione e cura, non di autorità.

Attività 1 - Il cerchio del passaggio

Domande di debriefing

Utilizzate queste domande per guidare la riflessione di gruppo al termine dell'attività.

Iniziate con una discussione a coppie (30 secondi ciascuna), poi aprite la discussione all'intero gruppo. L'osservatore parla per primo.

Nota per il facilitatore:

Iniziate invitando l'osservatore a condividere ciò che ha notato durante i tre round, senza giudizio, limitandosi a descrivere gli schemi ricorrenti. Quindi, utilizzate le domande seguenti per estendere la riflessione all'intero gruppo.

D1	Che cosa avete notato nel modo in cui il gruppo ha comunicato? Tutti hanno ricevuto la palla in modo uguale? E che cosa ci dice questo?
D2	Come vi siete sentiti quando è stato pronunciato il vostro nome? Che cosa è cambiato quando sono stati aggiunti incoraggiamento e feedback positivi?
D3	Che cosa vi ha aiutato a sentirvi a vostro agio nel partecipare? Che cosa ha reso più facile il coinvolgimento?
D4	In che modo questa esperienza si collega a situazioni della vita quotidiana, sul lavoro, nel quartiere o con gli amici?
D5	Qual è una capacità comunicativa che avete scoperto oggi e che vorreste continuare a sviluppare e mettere in pratica?

Note:

Attività 1 - Il cerchio del passaggio

Modulo di riflessione del partecipante

Completa questo foglio individualmente dopo il debriefing di gruppo.

Participant Reflection Form — The Pass Circle	
Attività	Il Cerchio dei Passaggi
Data	
Il ruolo che ho trovato più interessante/impegnativo oggi è stato...	Passatore / Chiamante / Osservatore / Coach
Durante l'attività di oggi mi sono sentito/a...	
Una cosa che ho fatto bene oggi è stata...	
Una difficoltà che ho incontrato è stata...	
L'ho superata...	
Una cosa che ho imparato sul lavoro di squadra o sulla comunicazione è...	
Una cosa che ho notato riguardo all'ambiente o allo spazio pubblico è...	
Una competenza comunicativa che voglio portare con me anche al di fuori del calcio è...	
Una cosa che posso applicare nella vita quotidiana è...	
Dopo questa attività, mi sento più sicuro/a nel partecipare ad attività simili.	1 – 2 – 3 – 4 – 5 (1 = per niente, 5 = moltissimo)

Attività 1 - Il cerchio del passaggio

Modulo di feedback dei partecipanti

Completa questo foglio al termine dell'attività.

Modulo di feedback dei partecipanti					
Attività					
Data					
Dichiarazione	1 Fortemente in disaccordo	2 Non sono d'accordo	3 Non sono sicuro	4 Sono d'accordo	5 Sono pienamente d'accordo
L'attività era facile da capire.					
Mi sono sentito coinvolto durante l'attività.					
Ho avuto l'opportunità di comunicare o collaborare con altri.					
Questa attività mi ha aiutato a riflettere sulla responsabilità ambientale.					
Parteciperei volentieri di nuovo a un'attività simile.					
Cosa ti è piaciuto di più?					
Cosa si dovrebbe migliorare?					
Altri commenti?					

Attività 1 - Il cerchio del passaggio

Lista di controllo per la preparazione del facilitatore

Completa questa lista di controllo prima della sessione.

Dettagli della sessione	
Data e luogo	
Numero di partecipanti	
Formato (1 cerchio / 2 cerchi)	
Eventuali esigenze di accessibilità da considerare	

Area	Punti da verificare	Completato/Note
Spazio	- L'area di gioco è sicura: controlla la superficie del terreno, non ci sono ostacoli. - Cerchio/i contrassegnato/i con coni o gesso - Spazio sufficiente tra i cerchi se ne corrono due - Sacchetto per i rifiuti posizionato nell'area giochi. - Area riordinata prima dell'arrivo dei partecipanti	
Materiali	- Palloni da calcio pronti (1 per cerchio) - Schede ruolo stampate: Passatore, Chiamante, Osservatore, Allenatore - Schede con domande per il debriefing preparate - Moduli di riflessione e feedback dei partecipanti stampati - Opzionale: bavaglini colorati per distinguere i ruoli	
Gruppi	- I ruoli vengono assegnati in anticipo: non permettere ai partecipanti di sceglierli autonomamente durante la prima sessione. - Gruppi misti intenzionalmente (in base al livello di fiducia e al background).	
Facilitazione	- Domande per il debriefing riviste e pronte - Piano temporale confermato (durata totale circa 60-75 minuti). - Introduzione preparata: l'attività è concepita come una sfida di lavoro di squadra, non come un test di abilità. - Le spiegazioni delle regole del secondo e terzo round sono pronte.	
Ambientale	- Invita i partecipanti a notare lo spazio al loro arrivo - Sacchetto per la lettiera visibile e accessibile - Programma di pulizia collettiva al termine della sessione	
Sicurezza	- Verifica della superficie del terreno per individuare eventuali pericoli. - Riscaldamento previsto (5 minuti prima dell'inizio) - Acqua a disposizione dei partecipanti. - È necessario predisporre un piano nel caso in cui un partecipante si ritiri.	

Attività 1 - Il cerchio del passaggio

Strumento di osservazione del facilitatore 1

Utilizza questo strumento durante l'attività per annotare ciò che osservi.

Punto di osservazione	Note
Attività	
Data e luogo	
Numero partecipanti	
Formato utilizzato (1 cerchio / 2 cerchi)	

Primo turno - Passaggi liberi

Punto di osservazione	Note
La partecipazione è stata abbastanza equilibrata tra i membri del cerchio.	
Alcuni partecipanti sono stati chiamati significativamente più spesso di altri.	
Alcuni partecipanti si sono ritirati o sono diventati meno coinvolti	
I partecipanti più silenziosi sono stati attivamente inclusi dagli altri.	

Secondo round — Regola di chiamata + incoraggiamento

Punto di osservazione	Note
I partecipanti hanno seguito in modo costante la regola della chiamata del nome.	
La parola di incoraggiamento ha cambiato l'atmosfera.	
I modelli di partecipazione sono cambiati rispetto al Round 1.	
L'osservatore ha osservato attivamente.	

Debriefing

Punto di osservazione	Note
L'osservatore ha condiviso per primo le proprie osservazioni.	
I partecipanti hanno collegato l'attività a situazioni della vita reale.	
Ogni partecipante ha nominato una competenza comunicativa che ha utilizzato.	
Temi o momenti chiave da portare nella sessione successiva	

Attività 1 - Il cerchio del passaggio

Strumento di osservazione del facilitatore 2

Utilizza questo strumento al termine dell'attività per registrare quanto accaduto.

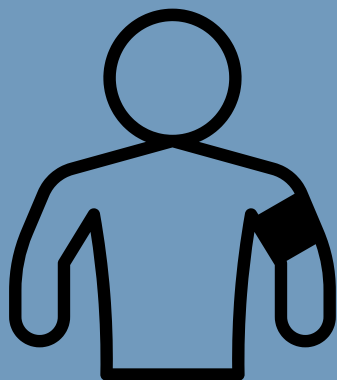
Strumento di osservazione per gli operatori giovanili	
Attività	
Facilitatore	
Data e luogo	
Numero di partecipanti	
Punto di osservazione	Note
I partecipanti sono stati coinvolti.	
I partecipanti hanno compreso il compito.	
I partecipanti si sono supportati a vicenda.	
Sono stati inclusi anche i partecipanti con un livello di fiducia inferiore.	
I partecipanti hanno dimostrato iniziativa.	
Sono emersi lavoro di squadra, comunicazione o leadership.	
Si sono verificati conflitti o tensioni, che sono stati gestiti.	
La consapevolezza ambientale era evidente.	
Domanda di riflessione	Note del facilitatore
Cosa ha funzionato bene?	
Cosa si potrebbe migliorare la prossima volta?	
È necessario qualche ulteriore approfondimento?	

Attività 2 - La partita del fair play

Schede ruolo

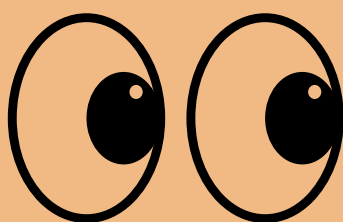
Queste schede sono uno strumento di riferimento. Puoi scegliere di esporle, distribuirle o semplicemente usarle per preparare il briefing prima della sessione.

CAPITANO



- Guida il raduno pre-partita della squadra. Rappresenta la tua squadra nel Circolo dei Capitani, dove vengono concordate le regole del fair play.
- Durante la partita: quando sorge un conflitto, riunite le due parti – ciascuna parla per 30 secondi senza interruzioni, dopodiché il gruppo trova una soluzione.
- Il tuo ruolo è quello di facilitatore tra pari, non di arbitro.
- Questo ruolo viene svolto a rotazione durante le sessioni.

OSSERVATORE



- Osserva dalla tribuna durante le fasi di gioco della tua squadra.
- Individua i momenti che meritano punti di rispetto e segnalali al facilitatore.
- Aggiorna il punteggio della tua squadra sul tracker.
- Questo ruolo è a rotazione.

GIOCATORE



- Applica le regole di fair play concordate dalla tua squadra nella Carta
- Sei al contempo partecipante e coautore delle modalità di gioco.

Attività 2 - La partita del fair play

Carta del Team

Un foglio per squadra. Durante la riunione di squadra, discutete insieme quali regole di fair play volete proporre. Scrivete le vostre proposte qui sotto: queste non sono ancora le regole definitive. Il vostro capitano le porterà al Circolo dei Capitani, dove tutte le squadre negozieranno insieme le 5 regole condivise.

Nome del team	
Data	
Capitano	

Le nostre norme proposte

Scrivi fino a 5 regole che vorresti proporre. Rifletti su: come vuoi trattarti a vicenda, come vuoi gestire i disaccordi e come vuoi prenderti cura dello spazio condiviso.

Proposta	La nostra regola proposta
1	
2	
3	
4	
5	

Quale regola è più importante per noi?

Se il Circolo del Capitano potesse accettare solo una delle tue proposte, quale sceglieresti come prioritaria e perché?

Cosa succederà dopo?

Il vostro Capitano porterà queste proposte al Circolo dei Capitani. Insieme agli altri Capitani, negozieranno e concorderanno 5 regole condivise che si applicheranno a tutte le squadre. Le regole definitive saranno riportate sulla Carta del Fair Play e firmate da tutti i Capitani.

Attività 2 - La partita del fair play

Carta del Fair Play

Un unico statuto per tutte le squadre, negoziato insieme nel Circolo dei Capitani. Si inizia con una breve riunione di squadra: ogni squadra discute le regole che vuole proporre. Poi tutti i Capitani si incontrano e concordano 5 regole condivise che si applicano a tutti. Tutti i Capitani firmano prima dell'inizio della partita.

Nome del team	
Data	
Capitano	

Le nostre regole del fair play

Proposta	La nostra regola proposta
1	
2	
3	
4	
5	

Firme del capitano

Nome del capitano: _____ Squadra: _____	Nome del capitano: _____ Squadra: _____
Nome del capitano: _____ Squadra: _____	Nome del capitano: _____ Squadra: _____
Nome del capitano: _____ Squadra: _____	Nome del capitano: _____ Squadra: _____

Attività 2 - La partita del fair play

Tracciatore di punti rispetto

Stampa questo registro su un foglio A4 e mostralo in un punto ben visibile a tutti i partecipanti durante la partita, oppure copialo su una superficie più ampia. Compila le righe relative al comportamento attenendoti alle regole concordate nella Carta del Fair Play. Puoi anche fare riferimento alle categorie universali suggerite nel modulo (ad esempio, aiutare un avversario ad alzarsi, incoraggiare un compagno di squadra chiamandolo per nome, segnalare un fallo, raccogliere i rifiuti, celebrare l'impegno) – aggiungile qui se il gruppo non ha incluso regole simili nella propria Carta.

Nome della squadra: _____

Comportamento/regole	Punti	Totale
TOTALE		

Nome della squadra: _____

Comportamento/regole	Punti	Totale
TOTALE		

Attività 2 - La partita del fair play

Foglio di segnalazione

Un foglio per ogni osservatore, per ogni round. Usatelo per registrare i momenti salienti in tempo reale durante la partita, poi segnalateli al facilitatore per aggiornare il registro dei punti rispetto.

Squadra	
Round	

Comportamenti da tenere d'occhio:

Comportamento	Conteggio (segna ogni volta)	Totale

Momenti che desidero evidenziare nel debriefing

Annota qualsiasi momento specifico – l'azione di un giocatore, la risoluzione di un conflitto, qualcosa di inaspettato – che potrebbe essere utile menzionare.

Attività 2 - La partita del fair play

Scheda con domande per il debriefing

Utilizzate queste domande al termine della partita per guidare la riflessione di gruppo. Fate riferimento a momenti specifici osservati o segnalati dagli osservatori durante la partita.

Nota per il facilitatore:

Prima di iniziare con le domande, invitate gli osservatori a condividere un momento che hanno registrato durante la partita. Questo permette di ancorare il debriefing a qualcosa di concreto e di dare validità al ruolo dell'osservatore.

D1	Quale regola del fair play è stata la più facile da seguire? Qual è stata la più difficile — e cosa l'ha resa impegnativa?
D2	È sorto un conflitto? Come è stato risolto? Cosa ha aiutato il gruppo a trovare una soluzione senza un arbitro?
D3	Come ti sei sentito/a ad essere riconosciuto/a per il modo in cui hai giocato piuttosto che per il fatto di aver vinto?
D4	Perché abbiamo incluso la cura del campo come parte del fair play? In che modo prendersi cura di uno spazio condiviso è collegato al modo in cui ci trattiamo tra di noi?
D5	Quale dei principi di fair play di oggi vorresti portare nella tua vita quotidiana — e in quale contesto specifico?

Note:

Attività 2 - La partita del fair play

Modulo di riflessione del partecipante

Completa questo foglio individualmente dopo il debriefing di gruppo.

Modulo di riflessione dei partecipanti – La partita del fair play	
Attività	La partita del fair play
Data	
Il ruolo che ho trovato più interessante/impegnativo oggi è stato...	Capitano / Osservatore / Giocatore
Durante l'attività di oggi mi sono sentito/a...	
Una cosa che ho fatto bene oggi è stata...	
Una difficoltà che ho incontrato è stata...	
L'ho superata...	
Una cosa che ho imparato sul lavoro di squadra o sulla comunicazione è...	
Una cosa che ho notato riguardo all'ambiente o allo spazio pubblico è...	
La regola del fair play che ho trovato più difficile è stata... perché...	
Un valore di oggi che voglio portare nella mia vita fuori dallo sport è...	
Dopo questa attività, mi sento più sicuro/a nel partecipare ad attività simili.	1 – 2 – 3 – 4 – 5 (1 = per niente, 5 = moltissimo)

Attività 2 - La partita del fair play

Modulo di feedback dei partecipanti

Completa questo foglio al termine dell'attività.

Modulo di feedback dei partecipanti					
Attività					
Data					
Dichiarazione	1 Fortemente in disaccordo	2 Non sono d'accordo	3 Non sono sicuro	4 Sono d'accordo	5 Sono pienamente d'accordo
L'attività era facile da capire.					
Mi sono sentito coinvolto durante l'attività.					
Ho avuto l'opportunità di comunicare o collaborare con altri.					
Questa attività mi ha aiutato a riflettere sulla responsabilità ambientale.					
Parteciperei volentieri di nuovo a un'attività simile.					
Cosa ti è piaciuto di più?					
Cosa si dovrebbe migliorare?					
Altri commenti?					

Attività 2 - La partita del fair play

Lista di controllo per la preparazione del facilitatore

Completa questa lista di controllo prima della sessione.

Dettagli della sessione	
Data e luogo	
Numero di partecipanti	
Formato (1 campo / 2 campi / rotazione)	
Eventuali esigenze di accessibilità da considerare	

Area	Punti da verificare	Completato/Note
Spazio	• Campo/i allestito/i: coni, porte o marcatori posizionati • Campi di dimensioni adeguate al gruppo • Sacchetti per i rifiuti posizionati ad ogni angolo prima dell'arrivo dei partecipanti • Area sicura: nessun pericolo.	
Materiali	• Palloni e pettorine pronti (due set di colori di squadra) • Schede ruolo • Schede della Carta del Fair Play stampate e penne • Foglio di osservazione stampato e penne • Strumento di monitoraggio dei punti rispetto predisposto e visibile • Domande di debriefing, modulo di riflessione e feedback	
Gruppi	• I ruoli vengono assegnati in anticipo: non permettere ai partecipanti di sceglierli autonomamente durante la prima sessione. • Gruppi misti intenzionalmente (in base al livello di fiducia e al background).	
Facilitazione	• Domande per il debriefing riviste e pronte • Piano temporale confermato (durata totale circa 60-75 minuti). • Introduzione preparata: l'attività è concepita come una sfida di lavoro di squadra, non come un test di abilità. • Le spiegazioni delle regole del Round 1 e del Round 2 sono pronte.	
Ambientale	• Invita i partecipanti a notare lo spazio al loro arrivo • Sacchetto per la lettiera visibile e accessibile • Programma di pulizia collettiva al termine della sessione	
Sicurezza	• Verifica della superficie del terreno per individuare eventuali pericoli. • Riscaldamento previsto (5 minuti prima dell'inizio) • Acqua a disposizione dei partecipanti. • È necessario predisporre un piano nel caso in cui un partecipante si ritiri.	

Attività 2 - La partita del fair play

Strumento di osservazione del facilitatore 1

Utilizza questo strumento durante l'attività per annotare ciò che osservi.

Attività	La partita del fair play
Data e luogo	
Numero di partecipanti	
Formato utilizzato (1 campo / 2 campi)	
Cerchio del capitano - Punto di osservazione	Note
Tutti i membri della squadra hanno partecipato alla proposta delle regole.	
La cura dell'ambiente è stata inclusa come una delle regole concordate.	
Le squadre hanno firmato il loro patto di fair play.	
Round 1 – Prima partita - Punto di osservazione I	Note
I partecipanti si sono autoregolati senza intervento del facilitatore.	
I capitani hanno gestito i conflitti utilizzando la conversazione strutturata.	
Gli osservatori sono stati attivi e hanno segnalato i momenti "Respect Points".	
La regola ambientale è stata rispettata.	
Incontro a metà tempo - Punto di osservazione	Note
Ogni squadra ha riflettuto su una cosa fatta bene e su una da migliorare.	
I punteggi dei "Respect Points" sono stati condivisi senza essere presentati come competizione.	
Round 2 e debriefing - Punto di osservazione	Note
La comunicazione o l'autoregolazione sono migliorate nel Round 2	
I partecipanti hanno collegato l'attività a situazioni della vita reale.	
La responsabilità ambientale è stata discussa nel debriefing.	
Temi o momenti chiave da portare nella sessione successiva.	

Attività 2 - La partita del fair play

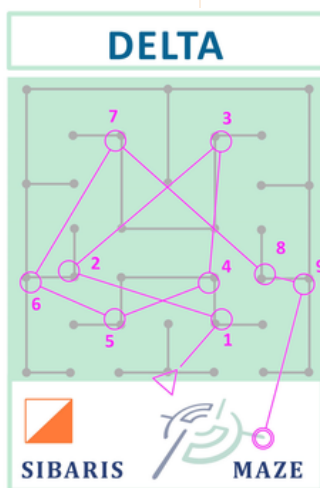
Strumento di osservazione del facilitatore 2

Utilizza questo strumento al termine dell'attività per registrare quanto accaduto.

Strumento di osservazione per gli operatori giovanili	
Attività	
Facilitatore	
Data e luogo	
Numero di partecipanti	
Punto di osservazione	Note
I partecipanti sono stati coinvolti.	
I partecipanti hanno compreso il compito.	
I partecipanti si sono supportati a vicenda.	
Sono stati inclusi anche i partecipanti con un livello di fiducia inferiore.	
I partecipanti hanno dimostrato iniziativa.	
Sono emersi lavoro di squadra, comunicazione o leadership.	
Si sono verificati conflitti o tensioni, che sono stati gestiti.	
La consapevolezza ambientale era evidente.	
Domanda di riflessione	Note del facilitatore
Cosa ha funzionato bene?	
Cosa si potrebbe migliorare la prossima volta?	
È necessario qualche ulteriore approfondimento?	

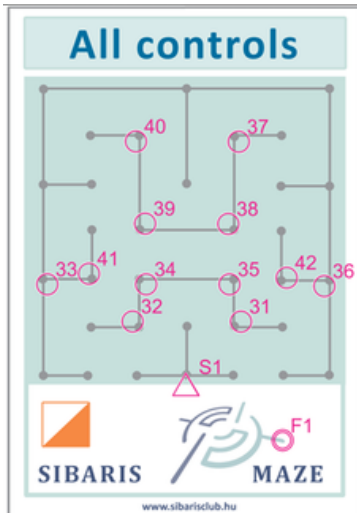
Allegato B - Materiali del Modulo 2

Esempi di mappe e strumenti



Materiali stampabili

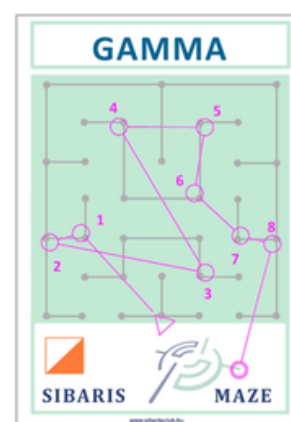
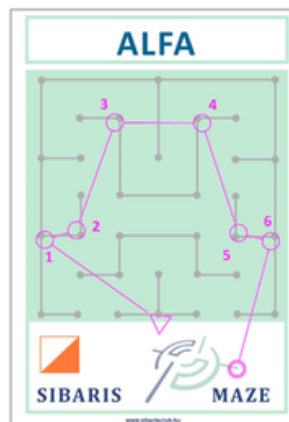
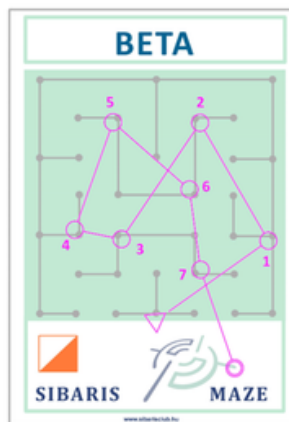
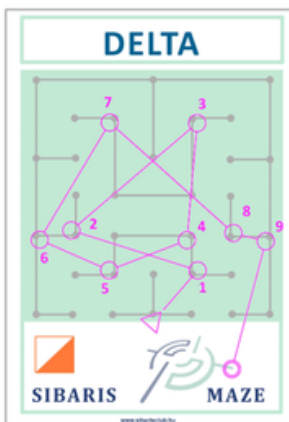
Attività 1: Orientamento nel labirinto



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Név				R	C		E		

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Név				R	C		E		

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Név				R	C		E		



Materiali stampabili

Attività 2: Percorso creativo



Point	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Birth	Name	Result
	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A			
	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B			
	Zero	Zero	Zero	Zero	Zero	Zero	Zero	Zero	Zero	Zero			

Attività 1: Orientamento nel labirinto

Scheda di riflessione del partecipante

Scheda di riflessione del partecipante	
Domanda	Risposta dei partecipanti
Attività	
Data	
Durante l'attività di oggi, ho provato...	
Una cosa che ho fatto bene oggi è stata...	
Una delle sfide che ho dovuto affrontare è stata...	
L'ho superato...	
Una cosa che ho imparato sul lavoro di squadra o sulla comunicazione è stata...	
Una cosa che ho notato riguardo all'ambiente o allo spazio pubblico è stata...	
Una cosa che posso usare nella vita di tutti i giorni è...	
Dopo questa attività, mi sento più sicuro di partecipare ad attività simili.	

Attività 1: Orientamento nel labirinto

Modulo di feedback dei partecipanti

Modulo di feedback dei partecipanti

Attività					
Data					
Dichiarazione	1 Fortemente in disaccordo	2 Non sono d'accordo	3 Non sono sicuro	4 Sono d'accordo	5 Sono pienamente d'accordo
L'attività era facile da capire.					
Mi sono sentito coinvolto durante l'attività.					
Ho avuto l'opportunità di comunicare o collaborare con altri.					
Questa attività mi ha aiutato a riflettere sulla responsabilità ambientale.					
Parteciperei volentieri di nuovo a un'attività simile.					
Cosa ti è piaciuto di più?					
Cosa si dovrebbe migliorare?					
Altri commenti?					

Attività 1: Orientamento nel labirinto

Strumento di osservazione per gli operatori giovanili

Strumento di osservazione per gli operatori giovanili	
Attività	
Facilitatore	
Data e luogo	
Numero di partecipanti	
Punto di osservazione	Note
I partecipanti sono stati coinvolti.	
I partecipanti hanno compreso il compito.	
I partecipanti si sono supportati a vicenda.	
Sono stati inclusi anche i partecipanti con un livello di fiducia inferiore.	
I partecipanti hanno dimostrato iniziativa.	
Sono emersi lavoro di squadra, comunicazione o leadership.	
Si sono verificati conflitti o tensioni, che sono stati gestiti.	
La consapevolezza ambientale era evidente.	
Domanda di riflessione	Note del facilitatore
Cosa ha funzionato bene?	
Cosa si potrebbe migliorare la prossima volta?	
È necessario qualche ulteriore approfondimento?	

Attività 1: Orientamento nel labirinto

Lista di controllo per la pianificazione dell'evento

Lista di controllo per la pianificazione dell'evento		
Zona	Punti da pianificare/controllare	Note / persona responsabile
Evento	Superficie piana, facile per costruire il labirinto	
Inclusione	Accesso garantito per tutti	
Logistica	Costruire una base prima dell'evento	
Sicurezza	Fissare i pali, usare strisce rosse/bianche	
Responsabilità ambientale	Raccogliere i rifiuti dopo l'evento	
Comunicazione	Spiegare nel modo più chiaro possibile Prova generale, presentazione in anticipo	
Valutazione		

Attività 2: Percorso creativo

Scheda di riflessione del partecipante

Scheda di riflessione del partecipante	
Domanda	Risposta dei partecipanti
Attività	
Data	
Durante l'attività di oggi, ho provato...	
Una cosa che ho fatto bene oggi è stata...	
Una delle sfide che ho dovuto affrontare è stata...	
L'ho superato...	
Una cosa che ho imparato sul lavoro di squadra o sulla comunicazione è stata...	
Una cosa che ho notato riguardo all'ambiente o allo spazio pubblico è stata...	
Una cosa che posso usare nella vita di tutti i giorni è...	
Dopo questa attività, mi sento più sicuro di partecipare ad attività simili.	

Attività 2: Percorso creativo

Modulo di feedback dei partecipanti

Modulo di feedback dei partecipanti					
Attività					
Data					
Dichiarazione	1 Fortemente in disaccordo	2 Non sono d'accordo	3 Non sono sicuro	4 Sono d'accordo	5 Sono pienamente d'accordo
L'attività era facile da capire.					
Mi sono sentito coinvolto durante l'attività.					
Ho avuto l'opportunità di comunicare o collaborare con altri.					
Questa attività mi ha aiutato a riflettere sulla responsabilità ambientale.					
Parteciperei volentieri di nuovo a un'attività simile.					
Cosa ti è piaciuto di più?					
Cosa si dovrebbe migliorare?					
Altri commenti?					

Attività 2: Percorso creativo

Strumento di osservazione per gli operatori giovanili

Strumento di osservazione per gli operatori giovanili	
Attività	
Facilitatore	
Data e luogo	
Numero di partecipanti	
Punto di osservazione	Note
I partecipanti sono stati coinvolti.	
I partecipanti hanno compreso il compito.	
I partecipanti si sono supportati a vicenda.	
Sono stati inclusi anche i partecipanti con un livello di fiducia inferiore.	
I partecipanti hanno dimostrato iniziativa.	
Sono emersi lavoro di squadra, comunicazione o leadership.	
Si sono verificati conflitti o tensioni, che sono stati gestiti.	
La consapevolezza ambientale era evidente.	
Domanda di riflessione	Note del facilitatore
Cosa ha funzionato bene?	
Cosa si potrebbe migliorare la prossima volta?	
È necessario qualche ulteriore approfondimento?	

Attività 2: Percorso creativo

Lista di controllo per la pianificazione dell'evento

Lista di controllo per la pianificazione dell'evento		
Zona	Punti da pianificare/controllare	Note / persona responsabile
Evento	Ambiente sicuro, superficie piana	
Inclusione	Prepararsi per le persone con biso	
Logistica	Trasferimento e parcheggio da gar	
Sicurezza	Deve essere accessibile alle persone	
Responsabilità ambientale	Raccogliere i rifiuti	
Comunicazione	Spiegare chiaramente i compiti	
Valutazione		

Allegato C - Materiali stampabili del Modulo 3

I seguenti materiali sono disponibili per il download e la stampa. Ogni documento è pensato per essere utilizzato insieme alle attività di questo modulo.

Questa confezione contiene:

- **Attività 1 — Il cerchio della connessione:** Schede di spunto (4 round), Lavagna degli accordi condivisi, Schede con domande di debriefing, Foglio di riflessione dei partecipanti, Lista di controllo per la preparazione del facilitatore, Lista di controllo per l'osservazione del facilitatore
- **Attività 2 — Lo scambio di ruoli:** Carte dei ruoli, Tabellone degli scambi, Foglio di osservazione del narratore, Carte con domande per il debriefing, Foglio di riflessione dei partecipanti, Lista di controllo per la preparazione del facilitatore, Lista di controllo per l'osservazione del facilitatore

Attività 1 - Il cerchio della connessione

Schede di promemoria

Una carta per ogni round. Posizionate la carta in un punto ben visibile ai partecipanti oppure leggete ad alta voce il compito prima di iniziare ogni round. Il facilitatore introduce ogni round e illustra il compito prima che il cerchio abbia inizio.

Primo round - INTRODUZIONE

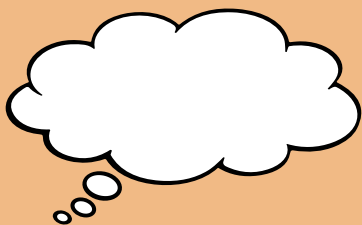


Il tuo compito:

- Condividi il tuo nome e una parola che descriva come ti senti in questo momento.

Persona successiva: riassumi brevemente ciò che hai sentito — "Ho sentito [nome] dire [parola]" — prima di condividere la tua versione.

Secondo round - ASPETTATIVE



Il tuo compito:

Condividi una cosa che speri di ottenere dalla sessione.

Una cosa che ti aiuterebbe a partecipare comodamente.

Il sorpasso è sempre consentito: puoi rientrare nel cerchio al turno successivo.

Attività 1 - Il cerchio della connessione

Schede di promemoria

Terzo round - ACCORDI CONDIVISI

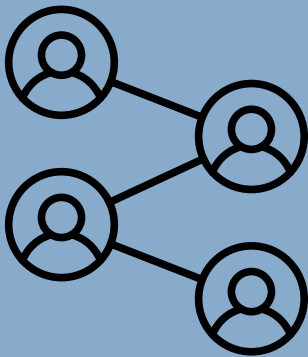


Il tuo compito:

Concordate insieme 3-4 regole di comunicazione per questa sessione. Scrivetele in un punto ben visibile a tutti.

Il facilitatore evidenzia i temi ricorrenti emersi nel secondo round per aiutare il gruppo a raggiungere un accordo.

Quarto round - CONNESSIONE



Il tuo compito:

Condividi una cosa che hai notato nella persona alla tua sinistra durante questa attività.

Non una valutazione, bensì un'osservazione. "Ho notato che hai sorriso quando..." oppure "Ti ho sentito dire..."

Attività 1 - Il cerchio della connessione

Consiglio degli accordi condivisi

Utilizzate questo foglio durante il terzo round per annotare le regole di comunicazione concordate dal gruppo. Tenetelo ben visibile per tutta la durata della sessione e per qualsiasi attività successiva. Potete anche copiarlo su un foglio a fogli mobili o su una lavagna bianca per una maggiore visibilità.

Il nostro accordo condiviso di comunicazione	
1	
2	
3	
4	
5	

Attività 1 - Il cerchio della connessione

Scheda con domande per il debriefing

Utilizzate queste domande per guidare la riflessione di gruppo al termine dell'attività. Iniziate con un minuto di riflessione individuale, poi passate alla condivisione a coppie e infine aprite la discussione al gruppo.

Nota per il facilitatore:

Il ruolo del facilitatore nel debriefing è quello di ascoltare e stimolare la riflessione, non di riassumere o valutare. Lasciate uno spazio dopo ogni domanda. Il silenzio spesso indica che è stato detto qualcosa di autentico.

D1

Cosa è stato facile nel parlare nel cerchio? Cosa è stato più difficile?

D2

Quando ti sei sentito/a più ascoltato/a? Cosa ha fatto la differenza?

D3

Quale degli accordi condivisi ti è sembrato più importante – e perché?

D4

Ti ha sorpreso qualcosa nel modo in cui qualcun altro comunicava?

D5

In che modo le abitudini di ascolto di oggi potrebbero essere utili nella vita quotidiana – al lavoro, nel tuo quartiere, con persone con cui non sei d'accordo?

Note:

Attività 1 - Il cerchio della connessione

Modulo di riflessione del partecipante

Completa questo foglio individualmente dopo il debriefing di gruppo.

Modulo di riflessione dei partecipanti – La partita del fair play	
Attività	Il cerchio della connessione
Data	
Durante l'attività di oggi mi sono sentito/a...	
Una cosa che ho fatto bene oggi è stata...	
Una difficoltà che ho incontrato è stata...	
L'ho superata...	
Una cosa che ho imparato sul lavoro di squadra o sulla comunicazione è stata...	
Una cosa che ho notato sull'ambiente o sullo spazio pubblico è stata...	
"Qualcosa che ho detto oggi che normalmente non direi in un gruppo è stato..."	
Una abitudine comunicativa che voglio allenare di più è...	
"Dopo questa attività mi sento più sicuro/a di partecipare ad attività simili."	1 – 2 – 3 – 4 – 5 (1 = per niente, 5 = moltissimo)

Attività 1 - Il cerchio della connessione

Modulo di feedback dei partecipanti

Completa questo foglio al termine dell'attività.

Modulo di feedback dei partecipanti					
Attività					
Data					
Dichiarazione	1 Fortemente in disaccordo	2 Non sono d'accordo	3 Non sono sicuro	4 Sono d'accordo	5 Sono pienamente d'accordo
L'attività era facile da capire.					
Mi sono sentito coinvolto durante l'attività.					
Ho avuto l'opportunità di comunicare o collaborare con altri.					
Questa attività mi ha aiutato a riflettere sulla responsabilità ambientale.					
Parteciperei volentieri di nuovo a un'attività simile.					
Cosa ti è piaciuto di più?					
Cosa si dovrebbe migliorare?					
Altri commenti?					

Attività 1 - Il cerchio della connessione

Lista di controllo per la preparazione del facilitatore

Completa questa lista di controllo prima della sessione.

Session details	
Data e luogo	
Numero di partecipanti	
Formato (1 cerchio / 2 cerchi)	
Eventuali bisogni di accessibilità o linguistici da considerare	
Il facilitatore parteciperà al cerchio oppure manterrà lo spazio dall'esterno?	

Area	Points to check	Done ✓
Spazio	- I posti a sedere sono disposti in cerchio prima dell'arrivo dei partecipanti. - Il cerchio ha le dimensioni giuste per il gruppo: tutti possono vedersi. - Lo spazio risulta accogliente e neutro - Se all'aperto: lo spazio deve essere osservato e riordinato prima dell'inizio della sessione.	
Materiali	- Carte suggerimento stampate: una per round (R1, R2, R3, R4) - È disponibile la lavagna degli accordi condivisi in formato cartaceo o su lavagna a fogli mobili/lavagna bianca. - Segnale di pronto per il cronometrista (campanello, cartellino alzato o oggetto morbido) - Opzionale: oggetto condiviso da tenere in mano mentre si parla - Facoltativo: foglio di frasi multilingue se il gruppo presenta diversità linguistiche - Schede con le domande per il debriefing pronte	
Round	- Tutti e 4 i round sono stati rivisti e sono pronti per essere introdotti. - Il facilitatore si è preparato a mostrare prima il compito del Round 1. - Primo cronometrista identificato prima della sessione - Opzione di passaggio confermata: i partecipanti possono passare e rientrare	
Facilitazione	- Cornice di apertura preparata - Domande di debriefing esaminate - Piano temporale confermato (durata totale circa 45-60 minuti). - È necessario predisporre un piano nel caso in cui un partecipante condivida qualcosa di angosciante.	
Ambientale	- Se all'aperto: invitate i partecipanti a notare lo spazio al loro arrivo - L'accordo ambientale è stato incluso come opzione per il terzo round. - Breve verifica dello spazio previsto al termine della sessione	
Accessibilità	- Opzione di disposizione in cerchio con posti a sedere disponibile per i partecipanti che ne hanno bisogno - Sono disponibili, se necessario, versioni pittografiche delle schede di supporto. - Alternativa al contatto visivo confermata (oggetto condiviso al centro)	

Attività 1 - Il cerchio della connessione

Strumento di osservazione del facilitatore 1

Utilizza questo strumento durante l'attività per annotare ciò che osservi.

Punto di osservazione	Note
Attività	The Connection Circle
Data e luogo	
Numero di partecipanti	
Formato (1 cerchio / 2 cerchi)	

Primo round - Introduzione

Punto di osservazione	Note
Tutti i partecipanti hanno preso la parola a turno oppure hanno scelto consapevolmente di passare	
È stato utilizzato il riconoscimento dell'ascolto ("Ho sentito che hai detto...")	
Energia e clima del gruppo all'inizio della sessione	

Secondo e terzo round: aspettative e accordi

Punto di osservazione	Note
Temi ricorrenti emersi dal Round 2	
Il gruppo ha raggiunto un accordo sulle regole condivise senza una guida diretta del facilitatore	
È stato incluso o proposto un accordo sull'ambiente	
Eventuali partecipanti che hanno passato – sono poi rientrati nel cerchio?	

Quarto round e debriefing

Punto di osservazione	Note
Le osservazioni nel Round 4 sono state specifiche e non giudicanti	
I partecipanti hanno collegato l'attività a situazioni della vita reale	
Ogni partecipante ha nominato un'abitudine comunicativa da sviluppare	
Temi chiave o momenti da portare nella sessione successiva	

Attività 1 - Il cerchio del passaggio

Strumento di osservazione del facilitatore 2

Utilizza questo strumento al termine dell'attività per registrare quanto accaduto.

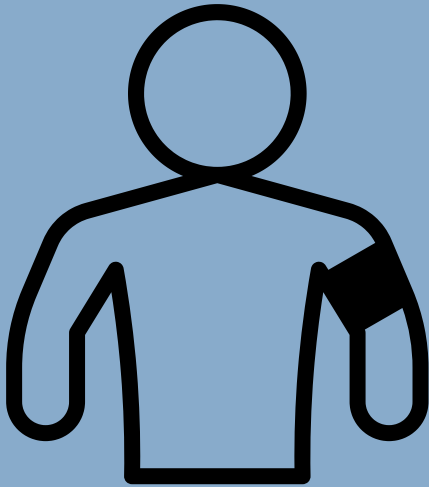
Strumento di osservazione per gli operatori giovanili	
Attività	
Facilitatore	
Data e luogo	
Numero di partecipanti	
Punto di osservazione	Note
I partecipanti sono stati coinvolti.	
I partecipanti hanno compreso il compito.	
I partecipanti si sono supportati a vicenda.	
Sono stati inclusi anche i partecipanti con un livello di fiducia inferiore.	
I partecipanti hanno dimostrato iniziativa.	
Sono emersi lavoro di squadra, comunicazione o leadership.	
Si sono verificati conflitti o tensioni, che sono stati gestiti.	
La consapevolezza ambientale era evidente.	
Domanda di riflessione	Note del facilitatore
Cosa ha funzionato bene?	
Cosa si potrebbe migliorare la prossima volta?	
È necessario qualche ulteriore approfondimento?	

Attività 2 - Lo scambio di squadre

Schede ruolo

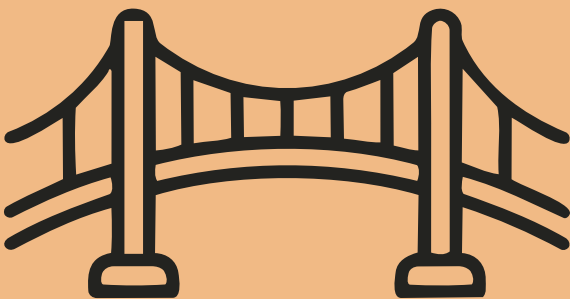
Queste schede sono uno strumento di riferimento per il facilitatore. Puoi scegliere di esporle, distribuirle o semplicemente usarle per preparare il briefing. È sufficiente una scheda per ogni ruolo.

CAPITANO



- Eletti da ciascuna squadra prima di ogni turno.
- Organizzate un breve incontro: ogni compagno di squadra dice il proprio nome e una parola che descrive come vuole giocare.
- Dopo lo scambio, il nuovo capitano guida il rituale di reintroduzione con la nuova squadra.
- Questo ruolo viene svolto a rotazione, in modo che ogni partecipante si eserciti a condurre un momento di comunicazione.

PONTE



- Ruolo facoltativo, introdotto dopo lo scambio. Assegnalo solo se un partecipante si sente sufficientemente sicuro di poterlo gestire, oppure lascialo non assegnato e lascia che la funzione emerga naturalmente.
- Bridge presta attenzione ai momenti in cui un compagno di squadra sembra escluso dal flusso comunicativo e trova un modo per includerlo.

Attività 2 - Lo scambio di squadre

Schede ruolo

NARRATORE



- Un partecipante per squadra osserva dalla panchina per un round (a rotazione). Note: Quali chiamate sono state utilizzate? Quando si è interrotta la comunicazione? Chi ha coinvolto chi?
- Condivide le proprie osservazioni durante il debriefing post-partita.
- Se la questione risulta troppo complessa per il gruppo, il facilitatore può assumere direttamente questo ruolo.

GIOCATORE



- Tutti gli altri partecipanti.
- Responsabile dell'applicazione degli accordi di comunicazione presi prima della partita: usare i nomi, segnalare chiaramente, prestare attenzione ai compagni di squadra che potrebbero aver bisogno di un tipo di comunicazione diverso.

Attività 2 - Lo scambio di squadre

Bacheca degli scambi

Preparate questa lavagna in anticipo. Tenetela a faccia in giù o nascosta fino all'intervallo.
Mostratela quando il gioco si ferma: lo scambio deve sembrare intenzionale, non improvvisato.
Potete stamparla su un foglio A4 o copiarla su un foglio a fogli mobili per una maggiore visibilità.

Primo turno — Composizione delle squadre

Squadre	Giocatori	Capitano
Team A		
Team B		
Team C		
Team D		

Secondo turno: nuove formazioni dopo lo scambio

Squadre	Giocatori	Capitano
Team A		
Team B		
Team C		
Team D		

Attività 2 - Lo scambio di squadre

Scheda di osservazione del narratore

Un foglio per ogni narratore, per ogni round. Usatelo per annotare i momenti di comunicazione durante la partita. Condividete le vostre osservazioni all'inizio del debriefing post-partita.

Scheda di osservazione del narratore	
Il mio team	
Round	

Cosa ho osservato	Note
Quali chiamate o segnali sono stati usati più spesso?	
Chi ha preso l'iniziativa nella comunicazione?	
Ci sono stati momenti di confusione o di incomprensione?	
Chi è sembrato incerto o escluso dal flusso?	
Come il Capitano ha facilitato la comunicazione?	
La lingua o il background hanno creato delle barriere?	
Come sono state gestite queste barriere?	

Un momento che vorrei sottolineare nel debriefing

Attività 2 - Lo scambio di squadre

Scheda con domande per il debriefing

Utilizzate queste domande dopo il dialogo post-partita. Fate riferimento a momenti specifici delle osservazioni del narratore e ai vostri appunti.

Nota per il facilitatore:

Iniziate invitando i narratori a condividere le loro osservazioni, un momento ciascuno, senza giudizio. Questo permette di dare una base concreta al debriefing prima di passare alle domande.

D1	Cosa è cambiato quando hai cambiato squadra? Cosa hai dovuto comunicare in modo diverso?
D2	Quando la comunicazione si è interrotta — e cosa ha aiutato a rimetterla in carreggiata?
D3	Ci sono stati momenti in cui la lingua o il background hanno reso la comunicazione più difficile? Come li ha gestiti il gruppo?
D4	Cosa ti dice questa esperienza su cosa significa includere qualcuno — davvero includerlo — in un gruppo?
D5	Nella tua vita quotidiana, dove devi adattare la tua comunicazione per lavorare con persone diverse da te?

Note:

Attività 2 - Lo scambio di squadre

Modulo di riflessione del partecipante

Completa questo foglio individualmente dopo il debriefing di gruppo.

Modulo di riflessione dei partecipanti – La partita del fair play

Attività	Il cambio di squadra
Data	
Il mio ruolo oggi	Capitano / Ponte / Narratore / Giocatore (cerchia uno)
Il mio team (Round 1)	
Il mio team (Round 2)	
“Durante l'attività di oggi mi sono sentito/a...”	
Una cosa che ho fatto bene oggi è stata...	
Una difficoltà che ho incontrato è stata...	
L'ho superata...	
Una cosa che ho imparato sul lavoro di squadra o sulla comunicazione è stata...	
Una cosa che ho notato sull'ambiente o sullo spazio pubblico è stata...	
“Prima dello scambio comunicare era... / Dopo lo scambio era...”	
Una cosa che voglio fare diversamente quando entro in un nuovo gruppo è...	
Una cosa che posso usare nella vita quotidiana è...	
“Dopo questa attività mi sento più sicuro/a di partecipare ad attività simili.”	1 – 2 – 3 – 4 – 5 (1 = per niente, 5 = moltissimo)

Attività 2 - Lo scambio di squadre

Modulo di feedback dei partecipanti

Completa questo foglio al termine dell'attività.

Modulo di feedback dei partecipanti					
Attività					
Data					
Dichiarazione	1 Fortemente in disaccordo	2 Non sono d'accordo	3 Non sono sicuro	4 Sono d'accordo	5 Sono pienamente d'accordo
L'attività era facile da capire.					
Mi sono sentito coinvolto durante l'attività.					
Ho avuto l'opportunità di comunicare o collaborare con altri.					
Questa attività mi ha aiutato a riflettere sulla responsabilità ambientale.					
Parteciperei volentieri di nuovo a un'attività simile.					
Cosa ti è piaciuto di più?					
Cosa si dovrebbe migliorare?					
Altri commenti?					

Attività 2 - Lo scambio di squadre

Lista di controllo per la preparazione del facilitatore

Completa questa lista di controllo prima della sessione.

Dettagli della sessione	
Data e Luogo	
Numero partecipanti	
Formato (1 campo / 2 campi)	
Eventuali bisogni di accessibilità o linguistici da considerare	

Area	Punti da controllare	Fatto / Note
Spazio	• Campo/i allestito/i: coni, porte o marcatori posizionati • Campi di dimensioni adeguate al gruppo • Sacchetti per i rifiuti posizionati agli angoli prima dell'arrivo dei partecipanti • Area sicura: nessun pericolo.	
Materiali	• Palloni e pettorine pronti (due set di colori di squadra) • Il tabellone degli scambi è stato preparato e tenuto nascosto fino all'intervallo. • Fogli di osservazione del narratore stampati: uno per narratore per ogni round • Opzionale: schede con frasi multilingue per le chiamate di base del calcio • Schede con le domande per il debriefing pronte	
Squadre e ruoli	• Squadre formate intenzionalmente: lingue diverse, provenienze diverse, livelli di fiducia diversi • È previsto un processo di elezione del capitano. • Ruolo di narratore assegnato o facilitatore pronto ad assumerlo • Ruolo di collegamento: assegnare solo se si è certi che un partecipante sia in grado di gestirlo.	
Rituale pre-partita	• Formato di riunione di squadra predisposto: nome + una parola che descrive come vogliono giocare • Spiegazione delle chiamate di comunicazione: i partecipanti si accordano su 2-3 prima della partita. • Rituale di reintroduzione previsto dopo lo scambio	
Facilitazione	• Momento di scambio preparato: come rivelarlo e spiegarlo • Pianificare la resistenza iniziale allo scambio • Struttura del debriefing chiara: i narratori parlano per primi • Piano temporale confermato (60-90 minuti in totale)	
Ambientale	• Sacchi per i rifiuti visibili agli angoli prima dell'inizio della sessione • Pulizia collettiva del campo prevista come azione conclusiva.	
Sicurezza	• Riscaldamento programmato (5-10 minuti prima dell'inizio del gioco). Acqua e pause di riposo disponibili. • È necessario predisporre un piano nel caso in cui un partecipante sia turbato dallo scambio. • I facilitatori saranno presenti per tutta la durata dell'evento, non per arbitrare, ma per fornire supporto.	

Attività 2 - Lo scambio di squadre

Strumento di osservazione del facilitatore 1

Utilizza questo strumento durante l'attività per annotare ciò che osservi.

Punto di osservazione	Note
Attività	The Team Swap
Data e luogo	
Numero di partecipanti	
Formato (1 campo / 2 campi)	

Rituale pre-partita

Punto di osservazione	Note
Il Capitano ha guidato efficacemente il briefing della squadra	
Le chiamate di comunicazione sono state concordate prima dell'inizio del gioco	
Il Narratore si è posizionato a bordo campo	

Primo turno

Punto di osservazione	Note
Pattern di comunicazione durante il gioco – quali chiamate sono state usate?	
Momenti di inclusione o esclusione	
Come il Capitano ha facilitato la comunicazione?	
Sono emerse barriere linguistiche o culturali?	

Lo scambio

Punto di osservazione	Note
Reazione iniziale allo scambio – nota per il debrief	
Rituale di reintroduzione completato dai nuovi Capitani	
"Ruolo del Ponte assegnato? Se sì, come ha funzionato?"	

Attività 2 - Lo scambio di squadre

Strumento di osservazione del facilitatore 1

Secondo round e debriefing

Punto di osservazione	Note
I modelli di comunicazione sono cambiati rispetto al Round 1	
Il ruolo del Ponte ha fatto una differenza visibile dove è stato utilizzato	
Le osservazioni del Narratore sono state specifiche e concrete	
I partecipanti hanno collegato l'attività a situazioni della vita reale	
Temi chiave o momenti da portare nella sessione successiva	

Attività 2 - Lo scambio di squadre

Strumento di osservazione del facilitatore 2

Utilizza questo strumento al termine dell'attività per registrare quanto accaduto.

Strumento di osservazione per gli operatori giovanili	
Attività	
Facilitatore	
Data e luogo	
Numero di partecipanti	
Punto di osservazione	Note
I partecipanti sono stati coinvolti.	
I partecipanti hanno compreso il compito.	
I partecipanti si sono supportati a vicenda.	
Sono stati inclusi anche i partecipanti con un livello di fiducia inferiore.	
I partecipanti hanno dimostrato iniziativa.	
Sono emersi lavoro di squadra, comunicazione o leadership.	
Si sono verificati conflitti o tensioni, che sono stati gestiti.	
La consapevolezza ambientale era evidente.	
Domanda di riflessione	Note del facilitatore
Cosa ha funzionato bene?	
Cosa si potrebbe migliorare la prossima volta?	
È necessario qualche ulteriore approfondimento?	

Allegato D - Materiale del Modulo 4

Materiali stampabili

Attività 1: Sviluppare la resilienza attraverso l'orientamento



Interpret Orienteering Maps

Introduction:

How to correctly read and interpret the information presented on an orienteering map is an essential skill to help you navigate your way through the terrain.

In this section, we will cover:

- Parts of an orienteering map
- Map colours - what do they mean
- Map symbols
- The shape of the ground
- How to orient your map to north



Materiali stampabili

Attività 2: Percorso di orientamento consapevole



Attività 1: Sviluppare la resilienza attraverso l'orientamento

Scheda di riflessione del partecipante

Scheda di riflessione del partecipante	
Domanda	Risposta dei partecipanti
Attività	
Data	
Durante l'attività di oggi, ho provato...	
Una cosa che ho fatto bene oggi è stata...	
Una delle sfide che ho dovuto affrontare è stata...	
L'ho superato...	
Una cosa che ho imparato sul lavoro di squadra o sulla comunicazione è stata...	
Una cosa che ho notato riguardo all'ambiente o allo spazio pubblico è stata...	
Una cosa che posso usare nella vita di tutti i giorni è...	
Dopo questa attività, mi sento più sicuro di partecipare ad attività simili.	

Attività 1: Sviluppare la resilienza attraverso l'orientamento

Modulo di feedback dei partecipanti

Modulo di feedback dei partecipanti					
Attività					
Data					
Dichiarazione	1 Fortemente in disaccordo	2 Non sono d'accordo	3 Non sono sicuro	4 Sono d'accordo	5 Sono pienamente d'accordo
L'attività era facile da capire.					
Mi sono sentito coinvolto durante l'attività.					
Ho avuto l'opportunità di comunicare o collaborare con altri.					
Questa attività mi ha aiutato a riflettere sulla responsabilità ambientale.					
Parteciperei volentieri di nuovo a un'attività simile.					
Cosa ti è piaciuto di più?					
Cosa si dovrebbe migliorare?					
Altri commenti?					

Attività 1: Sviluppare la resilienza attraverso l'orientamento

Strumento di osservazione per gli operatori giovanili

Strumento di osservazione per gli operatori giovanili	
Attività	
Facilitatore	
Data e luogo	
Numero di partecipanti	
Punto di osservazione	Note
I partecipanti sono stati coinvolti.	
I partecipanti hanno compreso il compito.	
I partecipanti si sono supportati a vicenda.	
Sono stati inclusi anche i partecipanti con un livello di fiducia inferiore.	
I partecipanti hanno dimostrato iniziativa.	
Sono emersi lavoro di squadra, comunicazione o leadership.	
Si sono verificati conflitti o tensioni, che sono stati gestiti.	
La consapevolezza ambientale era evidente.	
Domanda di riflessione	Note del facilitatore
Cosa ha funzionato bene?	
Cosa si potrebbe migliorare la prossima volta?	
È necessario qualche ulteriore approfondimento?	

Attività 1: Sviluppare la resilienza attraverso l'orientamento

Lista di controllo per la pianificazione dell'evento

Lista di controllo per la pianificazione dell'evento		
Zona	Punti da pianificare/controllare	Note / persona responsabile
Evento	Passeggiata di orientamento in gruppo, nella foresta	
Inclusione	Lavoro di gruppo, supporto ai nuovi arrivati	
Logistica	Viaggi in comune, car sharing. Comandi impostati il giorno precedente.	
Sicurezza	Distribuire le schede di sicurezza, spiegare i rischi.	
Responsabilità ambientale	Raccogliere i rifiuti.	
Comunicazione	Spiegazione chiara del compito, sessione di domande e risposte.	
Valutazione		

Attività 2: Percorso di orientamento consapevole

Scheda di riflessione del partecipante

Scheda di riflessione del partecipante	
Domanda	Risposta dei partecipanti
Attività	
Data	
Durante l'attività di oggi, ho provato...	
Una cosa che ho fatto bene oggi è stata...	
Una delle sfide che ho dovuto affrontare è stata...	
L'ho superato...	
Una cosa che ho imparato sul lavoro di squadra o sulla comunicazione è stata...	
Una cosa che ho notato riguardo all'ambiente o allo spazio pubblico è stata...	
Una cosa che posso usare nella vita di tutti i giorni è...	
Dopo questa attività, mi sento più sicuro di partecipare ad attività simili.	

Attività 2: Percorso di orientamento consapevole

Modulo di feedback dei partecipanti

Modulo di feedback dei partecipanti					
Attività					
Data					
Dichiarazione	1 Fortemente in disaccordo	2 Non sono d'accordo	3 Non sono sicuro	4 Sono d'accordo	5 Sono pienamente d'accordo
L'attività era facile da capire.					
Mi sono sentito coinvolto durante l'attività.					
Ho avuto l'opportunità di comunicare o collaborare con altri.					
Questa attività mi ha aiutato a riflettere sulla responsabilità ambientale.					
Parteciperei volentieri di nuovo a un'attività simile.					
Cosa ti è piaciuto di più?					
Cosa si dovrebbe migliorare?					
Altri commenti?					

Attività 2: Percorso di orientamento consapevole

Strumento di osservazione per gli operatori giovanili

Strumento di osservazione per gli operatori giovanili	
Attività	
Facilitatore	
Data e luogo	
Numero di partecipanti	
Punto di osservazione	Note
I partecipanti sono stati coinvolti.	
I partecipanti hanno compreso il compito.	
I partecipanti si sono supportati a vicenda.	
Sono stati inclusi anche i partecipanti con un livello di fiducia inferiore.	
I partecipanti hanno dimostrato iniziativa.	
Sono emersi lavoro di squadra, comunicazione o leadership.	
Si sono verificati conflitti o tensioni, che sono stati gestiti.	
La consapevolezza ambientale era evidente.	
Domanda di riflessione	Note del facilitatore
Cosa ha funzionato bene?	
Cosa si potrebbe migliorare la prossima volta?	
È necessario qualche ulteriore approfondimento?	

Attività 2: Percorso di orientamento consapevole

Lista di controllo per la pianificazione dell'evento

Lista di controllo per la pianificazione dell'evento		
Zona	Punti da pianificare/controllare	Note / persona responsabile
Evento	Organizzare in area urbana	
Inclusione	Prima la precisione nella navigazione, poi la velocità.	
Logistica	Il corso deve essere pronto 1 ora prima dell'inizio dell'evento.	
Sicurezza	Nessun rischio, area urbana, nei parchi	
Responsabilità ambientale	Raccolta dei rifiuti	
Comunicazione		
Valutazione		

Allegato E - Materiali del Modulo 5

Schede di squadra: Attività 1

TEAM LOGISTICA E MATERIALI

- ☐ Organizzare materiali e attrezzature
- ☐ Preparare lo spazio per l'evento
- ☐ Verificare la tempistica
- ☐ Supportare i team con esigenze logistiche

Competenze sviluppate:

Organizzazione
Responsabilità
Gestione del tempo
Risoluzione dei problemi

TEAM DI COMUNICAZIONE E PROMOZIONE

- ☐ Crea poster, slogan e idee promozionali
- ☐ Preparare annunci o presentazioni
- ☐ Favorire la comunicazione tra i team
- ☐ Incoraggiare il coinvolgimento dei partecipanti

Competenze sviluppate:

Comunicazione,
creatività,
lavoro di squadra,
parlare in pubblico

Schede di squadra: Attività 1

GRUPPO DI PROGETTAZIONE DELLE ATTIVITÀ E DEI PROGRAMMI

- ☐ Pianifica le attività e il programma degli eventi
- ☐ Progetta giochi, workshop e sessioni sportive
- ☐ Adattare le attività alle esigenze attuali
- ☐ Contribuisci a creare un'atmosfera positiva e inclusiva

Competenze sviluppate:

Leadership,
creatività,
adattabilità,
capacità di facilitazione

TEAM ORGANIZZATIVO PER LA SOSTENIBILITÀ E L'AMBIENTE

- ☐ Ridurre gli sprechi durante l'evento
- ☐ Incoraggiare soluzioni rispettose dell'ambiente
- ☐ Promuovere comportamenti sostenibili tra i partecipanti
- ☐ Monitorare l'impatto ambientale delle attività

Competenze sviluppate:

Iniziativa di sensibilizzazione
ambientale,
risoluzione dei problemi,
responsabilità

Schede sfida: Attività 2

**Carta Sfida 1 LIVELLO 1 –
SFIDE FACILI**

**Carta Sfida 2 LIVELLO 1 –
SFIDE FACILI**

**Carta Sfida 3 LIVELLO 1 –
SFIDE FACILI**

Schede sfida: Attività 2

CARTA SFIDA 1

Improvvisamente, durante l'attività, inizia a piovere leggermente.

Il vostro gruppo ha 5 minuti per decidere:

Continua all'aperto, spostati al chiuso oppure adatta completamente l'attività.

Come farete a mantenere alto il coinvolgimento dei partecipanti?

CARTA SFIDA 2

Manca una piccola parte della tua attrezzatura.

È consentito utilizzare solo:

materiali riciclati,

oggetti già presenti nello spazio, oppure alternative di lavoro di squadra.

Quale soluzione creativa può trovare il vostro gruppo?

CARTA SFIDA 3

Tre nuovi partecipanti arrivano quando l'attività è già iniziata.

Non conoscono le regole né il gruppo.

Come farai a:

spiegare rapidamente l'attività, includerli in modo equo,

ed evitare di interrompere lo svolgimento dell'evento?

Schede sfida: Attività 2

**Carta Sfida 4 LIVELLO 2 – SFIDE
MEDIE**

**Carta Sfida 5 LIVELLO 2 – SFIDE
MEDIE**

**Carta Sfida 6 LIVELLO 2 – SFIDE
MEDIE**

Schede sfida: Attività 2

CARTA SFIDA 4

**La tua attività è in ritardo di 20 minuti rispetto all'orario previsto.
Allo stesso tempo:**

**I partecipanti stanno perdendo la concentrazione e un altro gruppo
avrà presto bisogno di quello spazio.**

**Il vostro team deve riorganizzare il programma immediatamente.
Cosa cambierai o a cosa darai priorità?**

CARTA SFIDA 5

**Un partecipante afferma di sentirsi escluso perché l'attività è troppo
competitiva e frenetica.**

Altri partecipanti desiderano proseguire senza modifiche.
Come si bilancerà il vostro gruppo?

inclusione,

- Divertimento dei partecipanti e dinamiche di gruppo?

CARTA SFIDA 6

**Dopo aver controllato lo spazio, ti rendi conto che il tuo evento ha creato:
Troppi sprechi, uso superfluo di carta e materiali inutilizzati.**

Avete ora 10 minuti per migliorare l'impatto ambientale dell'evento prima della
presentazione finale.

Quali azioni immediate intraprenderà il vostro gruppo?

Schede sfida: Attività 2

**Carta Sfida 7 LIVELLO 3 – SFIDE
AVANZATE**

**Carta Sfida 8 LIVELLO 3 – SFIDE
AVANZATE**

**Carta Sfida 9 LIVELLO 3 – SFIDE
AVANZATE**

Schede sfida: Attività 2

CARTA SFIDA 7

I partecipanti sono confusi perché i diversi membri del team forniscono istruzioni contraddittorie.

Di conseguenza:

Alcuni partecipanti smettono di partecipare, altri si frustrano e si perde tempo.

Il tuo team deve riorganizzare rapidamente la comunicazione e la leadership senza creare ulteriore confusione.

CARTA SFIDA 8

All'interno del vostro team organizzativo è emerso un grave disaccordo.

Due membri sono in forte disaccordo su:

come l'attività dovrebbe proseguire, chi dovrebbe guidarla e come dovrebbero essere condivise le responsabilità.

Il disaccordo sta iniziando a influenzare l'atmosfera dell'intero gruppo. Come risolverà il vostro team il conflitto in modo rispettoso, garantendo al contempo la continuità dell'evento?

CARTA SFIDA 9

Si verificano contemporaneamente diversi problemi importanti: mancano materiali essenziali, metà dei partecipanti arriva in ritardo, lo spazio per l'attività non è più disponibile prima del previsto e un partecipante ha bisogno di ulteriore supporto per poter prendere parte all'attività.

La vostra squadra ha solo 15 minuti per riorganizzare l'intero evento. Come farai a: dare priorità alle decisioni, dividere le responsabilità, comunicare in modo chiaro,

ALLEGATO F - Materiali del Modulo 6

MAPPA DI OSSERVAZIONE AMBIENTALE DELLA COMUNITÀ: Attività 1

Nome del gruppo

Area di osservazione

Data

Istruzioni: Durante la passeggiata esplorativa nella comunità, osservate attentamente ciò che vi circonda.

Identificare:

- sfide ambientali,
- esempi positivi di sostenibilità,
- spazi che risultano accoglienti o trascurati,
- e aree che potrebbero essere migliorate per il benessere della comunità.

Utilizza appunti, disegni, simboli o fotografie per documentare le tue osservazioni.

Esempi positivi di iniziative comunitarie: Quali iniziative positive a favore dell'ambiente o della comunità avete notato?

- ☐ Contenitori per la raccolta differenziata
- ☐ Spazi verdi
- ☐ Orti comunitari
- ☐ Piste ciclabili
- ☐ Accesso ai trasporti pubblici
- ☐ Spazi pubblici puliti
- ☐ Sistemi riutilizzabili

Altre osservazioni:

MAPPA DI OSSERVAZIONE AMBIENTALE DELLA COMUNITÀ: Attività 1

Sfida prioritaria

Quale problematica ambientale ritenete più importante per la vostra comunità?

.....

Perché?

.....

.....

Piccole azioni locali:

Quali azioni concrete potrebbero organizzare i giovani a livello locale?

☐ Campagna di sensibilizzazione

☐ Pulizia della comunità

☐ Iniziativa di riciclaggio

☐ Attività sportiva ecologica

☐ Campagna per materiali riutilizzabili

☐ Progetto comunitario all'aperto

Altre idee:

.....

Riflessione di gruppo: Cosa ha sorpreso maggiormente il vostro gruppo durante la passeggiata di osservazione?

.....

QUADRO DI SVILUPPO DELL'IDEA ECOLOGICA: Attività 2

Nome del gruppo

.....

Nome della tua idea ecologica

.....

Fase 1 – Il problema:

Quale problema ambientale o sociale intende affrontare la tua idea?

.....

.....

Fase 2 – La tua soluzione :

Descrivi la tua idea in modo semplice e chiaro.

.....

.....

.....

Fase 3 – Chi ne trae vantaggio?

Chi potrebbe trarre vantaggio da questa idea?

- ☐ Giovani
- ☐ Scuole
- ☐ Società sportive
- ☐ Comunità locale
- ☐ Famiglie
- ☐ Gruppi ambientalisti

Altro:

.....

QUADRO DI SVILUPPO DELL'IDEA ECOLOGICA: Attività 2

Fase 4 – Elemento di sostenibilità: In che modo la tua idea contribuisce alla tutela dell'ambiente?

- ☐ Riduce gli sprechi
- ☐ Incoraggia il riciclo
- ☐ Protegge gli spazi verdi
- ☐ Promuove il trasporto sostenibile
- ☐ Incoraggia l'uso di materiali riutilizzabili
- ☐ Aumenta la consapevolezza ambientale

Spiega meglio:

Fase 5 – Risorse necessarie

Di quali materiali, persone o spazi avresti bisogno?

Fase 6 – Partecipazione dei giovani

Come possono i giovani partecipare attivamente al progetto?

QUADRO PER LO SVILUPPO DI IDEE ECOLOGICHE

Passaggio 7 – Prototipo creativo Disegna qui sotto la tua idea, il logo, l'allestimento dell'evento o il concetto visivo.
(Utilizzare questo spazio per schizzi, slogan o disegni.)

ALLEGATO G - Modello di scheda attività

Scheda attività

Nome dell'attività:

Tipo di attività:

Durata

Dimensione del gruppo

Posizione

Materiali

Scopo dell'attività

Obiettivi di apprendimento

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.

Facilitazione passo passo

Passaggio 1:

Passaggio 2:

Passaggio 3:

Passaggio 4:

Passaggio 5:

Passaggio 6:

Suggerimenti per l'inclusione e l'adattamento

Integrazione ambientale

Considerazioni sulla sicurezza

Domande di debriefing

Metodo di valutazione

Suggerimento per il facilitatore

Riconoscimento del finanziamento UE



Cofinanziato dall'Unione europea

Finanziato dall'Unione Europea. Le opinioni espresse sono tuttavia esclusivamente quelle dell'autore/degli autori e non riflettono necessariamente quelle dell'Unione Europea o dell'Agenzia europea dell'istruzione e della cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenute responsabili per tali opinioni.