



Questa checklist vi aiuta a rendere le offerte G+S inclusive. In questo modo bambini e giovani, con e senza disabilità, possono praticare sport insieme, divertirsi e partecipare attivamente alla società sportiva.

Discutere la tematica all'interno della società

Create condizioni favorevoli in seno alla vostra società sportiva. Quali membri sono disposti a sostenervi?

Create un **«team per l'inclusione»**. L'ideale sarebbe che le persone con disabilità facessero parte di questo team fin dall'inizio. Il loro punto di vista, in quanto esperti in questo ambito, è molto importante.

Organizzate una riunione con il comitato della società.

Mostrate ai membri del comitato le opportunità che l'inclusione offre¹: nuove idee e modelli, più dinamismo, una società in cui tutti i membri si sentono apprezzati, incontri emozionanti, un impatto positivo verso l'esterno e molto altro ancora.

Insieme al comitato sviluppate i vostri valori per quanto riguarda la diversità e l'inclusione² e ancorateli nelle linee direttive della vostra società o nello statuto.

Discutete le sfide che vi aspettate (ad es. opposizione da parte dei genitori, mancanza di infrastrutture accessibili) e cercate soluzioni per affrontarle.

Insieme al comitato della società nominate una persona responsabile dell'inclusione. Definite i compiti di questa

persona: ad es. fungere da persona di contatto per i soci, i genitori e gli esterni, trasmettere informazioni importanti al comitato, sostenere le monitorici e i monitori ecc.

Assicuratevi che questa persona sia conosciuta all'interno della società e dai genitori.

Comunicare anche verso l'esterno che la vostra società accoglie bambini e giovani con disabilità. Menzionate la persona responsabile dell'inclusione e i suoi compiti.

Rendete accessibili le informazioni (ad es. i documenti o il vostro sito Internet)³.

¹ Cfr. anche [Manuale didattico inclusione e diversità nell'associazione giovanile \(in tedesco\)](#) (scout), pag. 7.

² Un esempio sono gli scout. Cfr. [Manuale didattico inclusione e diversità nell'ambito dell'associazione giovanile \(in tedesco\)](#). Contiene una guida all'inclusione al capitolo 3. Oppure utilizzate il manuale didattico sull'inclusione e il set di carte di PluSport [La diversità smuove – L'inclusione nello sport](#) (in tedesco e francese).

³ Idee su come procedere sono fornite, ad esempio, dalla Fondazione Aktion Mensch: [link alla pagina sull'accessibilità in Internet](#) (in tedesco). Oppure l'Ufficio federale per le pari opportunità delle persone con disabilità (UFPD): [Comunicazione digitale senza barriere](#) (admin.ch). Nel sito Internet [navigazionefacile.ch](#) trovate spunti concernenti la comunicazione in Internet rivolta a persone con disabilità cognitive.

Discutere la tematica con le monitrici e i monitori G+S nonché con i coach G+S

Coinvolgete le vostre monitrici e i vostri monitori G+S nell'inclusione di bambini e giovani con disabilità.

Organizzate una serata informativa per loro e informateli sui partecipanti con disabilità.

Sensibilizzate sulle persone con disabilità nello sport: aiutateli a sperimentare disabilità simulate attraverso esercizi pratici e discutete di questa esperienza.

Sensibilizzate le vostre monitrici e i vostri monitori, ad esempio invitando a una riunione uno specialista nel campo dello sport, della disabilità e dell'inclusione.

Organizzatevi in modo tale da avere un numero sufficiente di monitrici e monitori che si occupano dei vostri gruppi nel miglior modo possibile.

Nel caso di un onere maggiore (ad es. tempo, personale, materiale), chiedete ai vostri coach G+S di effettuare presso G+S un annuncio per contributi supplementari (vedi il video tutorial «annunciare dei partecipanti con disabilità»).

A tal fine almeno uno di voi deve avere la qualifica aggiuntiva «Sport e handicap»: frequentate un modulo interdisciplinare G+S Sport e handicap – Basi. Il vostro coach G+S può iscrivervi tramite la vostra disciplina sportiva.

Chiedete ai vostri coach G+S di informarsi presso i servizi specializzati o il comune/Cantone se sono disponibili aiuti o fondi aggiuntivi per l'inclusione di bambini e giovani con disabilità.

Discutete all'interno del team di monitrici e monitori se ci sarebbero altre persone da coinvolgere (ad es. il custode nel caso in cui qualcuno utilizzi una sedia a rotelle in palestra).

Discutere la tematica con i partecipanti con disabilità e i genitori

Cerca il contatto con i **partecipanti con disabilità** e i genitori⁴ o il tutore.

Quali sono i desideri del partecipante? E dei genitori o del tutore?

Cosa vorreste sapere da loro per poter pianificare attività G+S in modo efficace per l'intero gruppo? Ad es. domande sull'organizzazione durante l'attività sportiva (pause necessarie, luoghi dove ritirarsi, ecc.) o sulla salute (ad es. farmaci). Su quali aspetti dovete mettervi d'accordo? Ad es. come organizzate il viaggio di andata e ritorno o i cambi di vestiario nello spogliatoio?

Discutete su come informare gli altri bambini e giovani del gruppo.

Siate consapevoli che i genitori o i tutori sono un importante sostegno. Tuttavia abbiate il coraggio di mettere dei limiti.

Siete voi gli esperti delle attività G+S!

Discutere la tematica prima dell'inizio dell'attività G+S

In vista del primo allenamento o del primo giorno di campo, chiarite con il partecipante disabile se l'impianto sportivo è **accessibile**. Ad esempio:

Chiarite se l'infrastruttura (palestra, piscina, area esterna, spogliatoi, ecc.) è priva di barriere architettoniche: porte sufficientemente larghe, rampe al posto di gradini, ascensori (anche in piscina), ecc.?

Ci sono servizi igienici accessibili? Serve una chiave speciale (Eurokey)? Lo spogliatoio e la doccia sono attrezzati? Le scale, i servizi igienici e gli ingressi sono contrassegnati in modo visibile? Come sono le condizioni di illuminazione e di acustica all'interno della palestra?

Verifica se è necessario avere del **materiale** speciale:

Il partecipante disabile ha bisogno ad es. di una sedia a rotelle sportiva? Una protesi sportiva⁵? Una protezione per la testa/casco?

Avete bisogno di materiale speciale o ausiliario, come palloni con sonagli⁶, scarpe di seta, pittogrammi⁷, ecc.?

⁴ Vedi anche Manuale didattico inclusione e diversità nell'ambito dell'associazione giovanile (in tedesco) (scout), pag. 46-47.

⁵ In caso di necessità di materiale speciale personale, è possibile rivolgersi ad organizzazioni sportive per disabili (ad es. l'Associazione svizzera dei paraplegici o PluSport).

⁶ Possono essere ordinati ad es. su www.sport-thieme.ch (in tedesco).

⁷ Possono essere scaricati ad es. dalla banca dati pittogrammi (in tedesco).

Durante l'attività G+S

Pianificate le vostre attività G+S con largo anticipo. In questo modo mantenete una certa flessibilità per adattare l'attività al momento. Va bene se le cose non vanno come previsto.

Organizzate un primo allenamento tranquillo. Pianificate esercizi semplici e pensate a come renderli più impegnativi. Se necessario inserite più pause.

Osservate tutti i bambini e i giovani. Prestate attenzione anche alle dinamiche di gruppo. Ricordate che tutti vogliono divertirsi. L'inclusione è un processo reciproco. Anche i partecipanti con disabilità, per quanto possibile, possono adattarsi.

Osservate cosa funziona bene e dove è necessario apportare modifiche. Utilizzate il modello 6+1 per le attività sportive adattative (in tedesco, secondo Thiemann, 2013). Cosa si può migliorare?

Abbiate il **coraggio** di provare finché non funziona. Siate **creativi** e utilizzate il materiale anche in modo non convenzionale. Coinvolgete il vostro gruppo nella ricerca di soluzioni.

Le vostre attività sono caratterizzate dal rispetto e da un buon clima di apprendimento.

Riflettere di tanto in tanto

Discutete regolarmente all'interno dei vostri team: nei vari gruppi di allenamento con i bambini e i giovani, con il team di monitorici e monitori e con il comitato della società.

Tutti i bambini e i giovani sono in grado di partecipare all'attività G+S? Tutti si divertono? Sono tutti in grado di compiere progressi (individuali)?

Ci sono conflitti irrisolti nel gruppo? È necessario discuterne? Sono necessari dei chiarimenti nel team di monitorici e monitori?

C'è bisogno di più personale? Serve altro materiale?

Anche se queste necessità non possono essere soddisfatte (immediatamente), è importante parlarne.

Il team di monitorici e monitori desidera un maggiore sostegno esterno o una formazione continua (cfr. pagina successiva)?

I genitori o i tutori dei bambini e giovani hanno bisogno di informazioni o di colloqui?

Sottolineate sempre ciò che funziona. Segnalatelo regolarmente, soprattutto ai genitori/tutori, al team di monitorici e monitori e al comitato della società.

Cercare aiuto se necessario

Qui trovate link e **documenti** utili:

- [Promemoria G+S Sport e handicap](#).
- [Direttiva](#) riguardante i contributi supplementari per i partecipanti G+S con handicap. Per qualsiasi domanda inviate una mail alla [helpline G+S](#).

Materiali didattici

- [Materiale didattico](#) di IngoldVerlag su sport, disabilità e inclusione, ad es. il [ventaglio «Giocare con le differenze»](#) (in tedesco e francese).
- JSet di carte di PluSport [La diversità smuove – L'inclusione nello sport](#) (in tedesco e francese).
- [Guida all'inclusione e alla diversità nelle federazioni giovanili](#) (in tedesco e francese). Contiene informazioni sull'inclusione e la diversità. Utile per le federazioni e le società sportive che vogliono promuovere l'inclusione al proprio interno.

Acquisire conoscenze

- [Vivere la varietà](#)
- [Attività G+S inclusive](#)
- [Sport mit Amputation oder Dysmelie](#)
- [Sport mit cerebraler Bewegungsstörung](#)
- [Sport im Rollstuhl](#)
- [Sport mit Sehbehinderung](#)
- [Sport mit Autismus-Spektrum-Störungen](#)
- [Sport mit geistiger Behinderung](#)
- [Sport mit Schwerst- und Mehrfachbehinderung](#)
- [Sport mit psychischen Störungen](#)

Queste organizzazioni vi **guideranno o consiglieranno** nell'ambito dello sport, della disabilità e dell'inclusione:

- [PluSport Andicap Svizzera](#). Per domande sul movimento e lo sport per persone con disabilità e sull'inclusione rivolgersi a inklusion@plusport.ch
- [Sport svizzero in carrozzella](#). Per domande sugli sport in carrozzella scrivere a rsf@spv.ch.
- [Special Olympics Switzerland](#). Per domande sullo sport e sull'inclusione nelle società sportive e negli eventi sportivi inviare una mail a info@specialolympics.ch. Il loro [Programma Unified](#) fornisce informazioni sugli Unified Clubs e Unified Events.
- [Swiss Deaf Sport](#). Informazioni sullo sport per persone con problemi di udito.
- [Procap Sport](#). Informazioni su gruppi sportivi ed eventi sportivi per persone con disabilità (in tedesco e francese).

Formazioni e formazioni continue nell'ambito dello sport, della disabilità e dell'inclusione:

- [Modulo interdisciplinare Sport e handicap - Basi](#). Gestire la diversità – Come progettiamo attività G+S inclusive?
- [Modulo interdisciplinare Sport e handicap – Approfondimento](#). Approfondimento sullo sport con forme specifiche di disabilità (ad es. sport in carrozzella) o sull'inclusione nello sport.
- [Offerte di formazioni e formazioni continue di PluSport](#).
- [Offerte di formazioni e formazioni continue di Sport svizzero in carrozzella](#).
- [Offerte di formazioni continue di Special Olympics](#).