

Deliverable D2.1-Output Number 2: DIALECT4 Needs assessment, guidelines and toolkits for children (10-12)

DIALECT Toolkit

Per bambini 10–12 anni

Oltre gli obiettivi: un Toolkit per chi allena o educa

DIALECT4

Enlarging DIALECT's Communities of Tolerance Through Football, Focusing on Younger Children

(Espandere le comunità inclusive di DIALECT attraverso il calcio, con particolare attenzione ai bambini più piccoli)

Numero del progetto: 101184384

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.

Indice

Informazioni su questo toolkit.....	- 1 -
Introduzione: Costruire comunità di appartenenza attraverso il calcio	- 2 -
Suggerimenti per Adattare Football3 ai Bambini dai 10 ai 12 Anni	- 3 -
Parte 1: Facilitare l'inclusione sociale	- 4 -
Il calcio come strumento per l'inclusione sociale	- 4 -
Parte 2: Cos'è il football3?.....	- 6 -
La partita dei 3 “tempi” – La struttura del football3.....	- 7 -
Parte 3: Dentro la partita: Ruoli chiave in football3	- 15 -
Giocatori.....	- 22 -
Organizzare tornei e programmi di football3.....	- 23 -
Genitori e tutori	- 24 -
Parte 4: Usare football3 per combattere il razzismo, la xenofobia e l'esclusione	- 25 -
Parte 5: Attività per costruire inclusione e comprensione.....	- 27 -
Attività di riscaldamento e team building.....	- 30 -
Argomento: Lavoro di squadra	- 32 -
Argomento: Comunicazione interculturale	- 34 -
PARTE 6: Allenare con Cura: Energia, Suggerimenti pratici e il Ruolo dell'Allenatore	- 57 -
Conclusione	- 60 -
Allegati	- 61 -
Allegato 1 – Modulo del mediatore.....	- 61 -
Allegato 2 – Regole aperte	- 62 -
Allegato 3- Flashcards delle emozioni	63
.....	63
Appendice 4- “Riflettiamo”	- 65 -
Appendice 5-Bingo Umano	- 66 -
Appendice 6-Jersey worksheet.....	- 67 -
Risorse	- 68 -
Ringraziamenti.....	- 69 -
Nota di responsabilità	- 69 -

Informazioni su questo toolkit

Questo toolkit è stato progettato per essere una guida pratica a disposizione di chi allena o educa bambini di età compresa tra i 10 e i 12 anni attraverso la metodologia del football3. Il toolkit adatta i principi del football3 ad una platea di più giovani partecipanti, concentrandosi su strategie appropriate per l'età, un linguaggio semplificato e modalità divertenti per esplorare valori importanti come il lavoro di squadra, la correttezza e il rispetto.

Piuttosto che sostituire i materiali originali di football3, questa guida agisce come una risorsa complementare. Si basa sulle basi contenute nei:

- **Manuale di formazione di football3**
- **Guida di football3**
- **[Toolkit di DIALECT](#)**

Chi allena o educa è incoraggiato a usare questo toolkit tenendo ben presente questi materiali fondativi. Per approfondimenti sia teorici che applicativi del football3, si prega di farvi riferimento per ulteriori spiegazioni dettagliate della metodologia, della formazione dei mediatori e dell'integrazione tematica.

Puoi trovare I documenti completi QUI:

[Manuale e Guida https](#)

[Toolkit di DIALECT](#)

Inoltre, in questo toolkit abbiamo incluso esempi di attività relative ai temi sociali menzionati, pensate per un coinvolgimento dei bambini che sia allo stesso tempo divertente ed esperienziale. Queste attività sono specificamente progettate per aiutare i più piccoli a sperimentare e riflettere attivamente sui valori fondamentali. Attraverso giochi ed esercizi interattivi, l'apprendimento diventa non solo significativo ma anche coinvolgente, permettendo ai bambini di connettersi con gli argomenti a un livello più profondo.

Introduzione: Costruire comunità di appartenenza attraverso il calcio

Negli ultimi anni, le comunità di tutta Europa hanno dovuto affrontare cambiamenti sociali significativi e nuove sfide derivanti dalla crescente complessità dei contesti. Sebbene tali trasformazioni siano fonte di arricchimento, possono anche generare tensioni e divisioni sociali, in particolare tra i giovani. Bambini e ragazzi sono spesso esposti a messaggi che promuovono l'esclusione, l'intolleranza o addirittura l'odio, rendendo ancora più cruciale l'intervento per promuovere la comprensione, l'empatia e l'inclusione.

Le diverse edizioni del progetto DIALECT hanno dimostrato che il calcio può essere uno strumento potente per abbattere queste barriere. Attraverso interviste, sondaggi e focus group che hanno coinvolto bambini, adolescenti, genitori, assistenti sociali e stakeholder locali in Grecia, Ungheria, Italia e Serbia, abbiamo confermato che il calcio ha la capacità di unire gruppi diversi, soprattutto quando è guidato da valori fondamentali come il fair play, il rispetto e il lavoro di squadra.

Questo toolkit nasce da tale ricerca e fornisce a educatori e allenatori modi semplici e appropriati per l'età per:

- Sostenere l'inclusione e la diversità
- Promuovere il rispetto e il senso di appartenenza attraverso il gioco
- Aiutare i bambini a creare connessioni interculturali

All'interno, scoprirai come la metodologia football3 possa essere utilizzata per creare spazi inclusivi in cui ogni bambino si senta visto, valorizzato e parte della squadra. Troverai inoltre modi pratici per affrontare argomenti delicati come il razzismo, l'esclusione e gli stereotipi, rendendo l'apprendimento parte integrante e naturale del gioco.

Cosa abbiamo imparato: Insights dalla nostra ricerca

Prima di redigere questo manuale, abbiamo voluto basarci su dati concreti. Per questo, abbiamo coinvolto attivamente allenatori, giovani giocatori ed esperti di sport in una ricerca mirata, volta a comprendere come ottimizzare la metodologia football3 per i bambini più piccoli. I risultati di questa ricerca sono stati determinanti per definire la stesura del manuale e le attività incluse. Ecco un riepilogo delle esigenze e dei suggerimenti individuati per un adattamento efficace alla fascia d'età 10-12 anni (elenco in ordine casuale).

Suggerimenti per Adattare Football3 ai Bambini dai 10 ai 12 Anni

- **Contestualizza il football3 in un percorso educativo.** Non considerarlo una semplice attività sportiva, ma un processo di apprendimento più ampio. Collega football3 a quadri educativi e pedagogici, in modo che i bambini imparino valori come il rispetto, l'empatia e l'inclusione in ogni fase del gioco.
- **Struttura e apprendimento ludico: le chiavi per l'età.** I bambini di questa fascia d'età traggono grande beneficio da routine chiare e da strumenti visivi/creativi. Metodi come il cerchio del tempo, disegni, giochi di ruolo e carte delle emozioni rendono concetti come il conflitto, l'empatia e l'inclusione più tangibili durante le fasi di accordo e riflessione.
- **Mantieni le discussioni brevi e coinvolgenti.** Data la breve capacità di attenzione (10-12 anni), discussioni brevi e giocose funzionano meglio di lunghi discorsi. Le fasi di dibattito pre- e post-partita devono essere essenziali e dinamiche.
- **Priorità al divertimento, non solo alla vittoria.** Il divertimento è il motore principale per mantenere l'interesse. Attività come lo storytelling, l'invenzione di nuove regole, l'uso di dadi per scelte casuali o l'uso di metafore (es. chiamare la difesa "la nostra casa") aumentano la motivazione e il senso di appartenenza, favorendo una profonda connessione emotiva con i temi trattati.
- **Sfrutta il potere dei modelli di ruolo positivi.** Suggerisci l'uso di storie e atleti famosi che incarnino valori come il lavoro di squadra, la gioia e l'inclusione. Vedere che anche i migliori atleti promuovono fair play e rispetto rafforza il messaggio che il calcio non è solo vincere.
- **Sostieni l'inclusione delle ragazze.** La presenza di donne in ruoli di allenatore è cruciale per promuovere l'uguaglianza di genere. Questo offre alle ragazze modelli di ruolo in campo, incoraggiandole a partecipare, e invia un forte messaggio di correttezza a tutti i bambini.
- **Fornisci supporto continuo agli allenatori.** Molti allenatori necessitano di più tempo dedicato o di formazione specializzata per condurre pienamente le fasi riflessive di football3. Maggiore supporto, strumenti e training specifici aiutano gli educatori a sentirsi più sicuri nell'affrontare sfide emotive o comportamentali dei bambini, sostenendo il loro sviluppo psicologico.
- **Lavora su piccoli gruppi e con impegno a lungo termine.** L'impatto è significativamente maggiore quando si lavora con lo stesso gruppo di bambini nel tempo. La fiducia si costruisce gradualmente, rendendo i bambini più aperti all'apprendimento e alla riflessione profonda.
- **Stabilisci regole chiare per un ambiente sicuro.** Fornisci una guida chiara su ciò che è accettabile (es. non prendere in giro, mostrare rispetto) e ciò che non lo è. Stabilire queste aspettative fin dall'inizio crea uno spazio sicuro e rispettoso per tutti.
- **Gli allenatori devono dare l'esempio.** I bambini osservano il comportamento degli adulti. Quando gli allenatori modellano rispetto, correttezza e risoluzione

calma dei conflitti, insegnano abilità di vita essenziali, che vanno oltre il gioco del calcio.

- **Garantisci la partecipazione di tutti.** Utilizza strategie ludiche e strumenti (come dadi o carte) per incoraggiare la partecipazione equa, dando voce anche ai bambini più tranquilli e assicurandoti che tutti si sentano inclusi.
- **Coinvolgi attivamente i genitori.** Le famiglie hanno un ruolo cruciale nel modellare gli atteggiamenti. Sostenere i genitori nel comprendere il valore di football3 e la sua importanza può fare una grande differenza nel rafforzare i valori insegnati sul campo, specialmente dove esistono forti pregiudizi culturali.

Parte 1: Facilitare l'inclusione sociale

Il calcio come strumento per l'inclusione sociale

Il calcio è uno strumento potente per unire le persone. Attraversa lingue, background e confini, creando uno spazio in cui tutti possono giocare, connettersi e sentirsi parte di qualcosa. In tutto il mondo, i bambini, indipendentemente dalla loro cultura, religione, genere, abilità o background economico, giocano a calcio. Ciò rende lo sport uno spazio naturale per insegnare il rispetto, l'uguaglianza e l'inclusione.

I bambini e i giovani che si trasferiscono in un nuovo paese affrontano spesso grandi sfide, come imparare una nuova lingua, trovare amici e adattarsi a usanze sconosciute. Molti sperimentano anche l'esclusione, l'incomprensione o persino un trattamento ingiusto a causa del loro background, religione o aspetto. Queste sfide possono manifestarsi in campo proprio come nella vita di tutti i giorni, quando i bambini non si sentono benvenuti, sono lasciati fuori o vengono trattati in modo diverso.

Per i bambini che sono nuovi in un paese o in una comunità, il calcio può offrire uno spazio sicuro per connettersi con gli altri e fare amicizia, per aumentare la loro fiducia e il loro benessere e aprire le porte a nuove opportunità e apprendimenti. Quando i bambini giocano in squadre miste con bambini di diverse culture, lingue o background, formano amicizie che abbattano i pregiudizi. Atti semplici, come stringere la mano dopo una partita o fare il tifo per entrambe le squadre, aiutano a costruire empatia e un senso di appartenenza.

In campo, i bambini imparano anche a lavorare in squadra, a risolvere i problemi e a sostenersi a vicenda, indipendentemente dal loro background. Le difficoltà di un gioco spesso rispecchiano la vita reale, il che rende il calcio un ambiente ideale per insegnare valori come il rispetto, la tolleranza, il lavoro di squadra e la correttezza. Usando il football3, gli allenatori possono creare attivamente ambienti inclusivi in cui tutti i bambini si capiscono a vicenda, imparano la correttezza e si sostengono a vicenda come uguali. Il football3 incoraggia il lavoro di squadra e dà ai bambini non solo la

possibilità di giocare, ma la possibilità di crescere insieme, imparare ad ascoltare gli altri e difendere ciò che è giusto, sia dentro che fuori dal campo.

Creare inclusione sociale significa riconoscere che alcuni bambini possono affrontare sfide basate sulla loro provenienza, sulla lingua che parlano, sul loro aspetto o sulle loro circostanze di vita. Nel tuo ruolo di educatore, puoi dare l'esempio usando il calcio per celebrare la diversità e aiutare ogni bambino a sentirsi parte della squadra.

Suggerimento per chi allena: Ricorda, il campo è più di un semplice campo. È un luogo in cui i giovani possono imparare a vivere e crescere insieme. Ogni bambino ha qualcosa da portare alla squadra. Attraverso il calcio, possiamo aiutarli a vederlo e a vedersi l'un l'altro.

Come espresso da F.N., una ragazza di 15 anni del Pakistan che gioca a football3 da 4 anni: *"Non importa da dove vieni o il tuo background... Siamo tutti uguali, purché possiamo lavorare insieme e rispettare le nostre differenze per creare un mondo senza bullismo."*

Riconoscere e affrontare i comportamenti razzisti, discriminatori e xenofobi

Come allenatore che lavora con giovani giocatori, è importante capire come il razzismo, la discriminazione e la xenofobia possano manifestarsi in modi sia evidenti che sottili:

- Questi comportamenti sono spesso mirati a individui in base alla loro razza, etnia, religione o nazionalità.
- Questi comportamenti possono verificarsi attraverso politiche ingiuste (come opportunità di lavoro disuguali) o attraverso azioni quotidiane (come escludere qualcuno o rifiutare un servizio).
- La xenofobia, la paura o l'odio verso gli estranei o gli stranieri, appare anche in stereotipi dannosi, trattamenti ingiusti di migranti/rifugiati e sistemi distorti.
- Anche i social media contribuiscono al problema diffondendo odio o normalizzando atteggiamenti dannosi.

Perché è importante nello sport: I bambini possono rispecchiare i pregiudizi che vedono intorno a loro. Quando il comportamento discriminatorio viene normalizzato, può degenerare in battute di parte o esclusione con danni più seri.

Il tuo ruolo come allenatore:

- Creare una cultura di squadra inclusiva e rispettosa.
- Intervenire quando noti un comportamento ingiusto o escludente.
- Usare il terzo tempo di football3 per guidare conversazioni aperte su correttezza, rispetto e diversità.

Promuovendo attivamente l'uguaglianza, l'empatia e il pensiero critico, chi svolge il ruolo di allenatore o educatore può aiutare a plasmare una generazione di giocatori che contrasti la discriminazione piuttosto che contribuirvi.

Domanda di riflessione per l'allenatore Pensa ai giocatori della tua squadra.

- Chi potrebbe sentirsi un outsider o meno sicuro di sé?
- Quale piccola azione puoi intraprendere questa settimana per farli sentire più inclusi dentro e fuori dal campo?

L'inclusione inizia con l'osservazione.

Promemoria per l'allenatore: L'inclusione significa che ogni bambino si sente visto, valorizzato e parte del gioco. Sei tu a dare il tono, a modellare il rispetto, a celebrare lo sforzo e a creare spazio per l'appartenenza di tutti.

Parte 2: Cos'è il football3?

Il football3 è un approccio unico che usa il calcio non solo come uno sport, ma come uno strumento potente per coinvolgere, educare e dare potere ai giovani. Va oltre il gioco stesso affrontando importanti questioni sociali come l'inclusione, l'equità, l'uguaglianza di genere e la costruzione della pace. Attraverso la partecipazione attiva, i giovani giocatori imparano a prendersi la responsabilità delle loro azioni, a comunicare efficacemente e a trattare gli altri con correttezza e rispetto. La metodologia li aiuta anche a sviluppare abilità di vita essenziali come il lavoro di squadra, l'empatia e la risoluzione dei problemi, tutte critiche per il successo nel mondo di oggi. Ogni partita è strutturata e include regole di fair play e tempo per riflettere, in modo che i giocatori imparino valori importanti sia durante che dopo la partita.

Obiettivi di football3

L'obiettivo principale della metodologia football3 è insegnare importanti abilità di vita e aiutare i giovani a diventare protagonisti attivi della propria comunità. Si concentra sull'incoraggiare la conversazione aperta e la risoluzione pacifica dei conflitti. Attraverso il football3, giocatori e mediatori possono crescere personalmente e acquisire abilità preziose, come:

- Migliore comunicazione e processo decisionale
- Abilità migliorate nella risoluzione dei conflitti e nell'aiutare gli altri ad andare d'accordo
- Abilità di leadership e facilitazione
- Partecipazione più attiva nella comunità

- Maggiore rispetto per ragazze e donne e comprensione dell'uguaglianza di genere
- Una maggiore volontà di includere tutti, indipendentemente dal loro genere, abilità, età o background
- Il desiderio di essere un modello di ruolo positivo per gli altri
- Una comprensione più profonda della correttezza, della responsabilità e della rendicontazione
- Maggiore fiducia in sé stessi e resilienza
- Un senso di appartenenza e connessione con i coetanei

Come spiegare ai bambini perché è stato creato il football3 Quando spieghiamo ai bambini il motivo della nascita di **football3**, dobbiamo essere semplici e focalizzarci sull'impatto positivo. Possiamo dire che **football3** è stato creato per aiutarli a:

- Parlare in gruppo
- Ascoltare gli altri
- Risolvere i problemi insieme
- Imparare la correttezza, il rispetto e l'inclusione

È più di un semplice gioco, è un modo per costruire comunità più coese.

Per esempio, potresti dire: *"il football3 non riguarda solo giocare a calcio, ma anche imparare a lavorare insieme, mostrare rispetto e risolvere i problemi come una squadra. Ti aiuta a crescere, a costruire fiducia e a diventare un leader che può rendere la tua comunità un posto migliore!"*

Suggerimento per l'allenatore: Usa il football3 per parlare di valori di vita reali, come cosa fare quando qualcuno viene lasciato fuori, o come risolvere un litigio pacificamente.

La partita dei 3 “tempi” – La struttura del football3

Ogni partita di football3 è composta da tre parti, ecco perché si chiama football3:

1. **Il primo tempo: discussione pre-partita** Entrambe le squadre si siedono insieme in cerchio, seguite da un allenatore o mediatore.
 - I giocatori concordano sulle regole che desiderano seguire nella sessione di oggi.
 - Le regole sono progettate per promuovere valori importanti (lavoro di squadra, rispetto ecc.).
 - Un mediatore qualificato* facilita la discussione e usa un modulo del mediatore per documentare le regole concordate dai giocatori.

**Vedi di più sul ruolo del mediatore a pagina 16 e il rispettivo modulo all'ALLEGATO 1*

2. Il secondo tempo: la partita di calcio La metodologia football3 è stata ispirata dal calcio di strada e di conseguenza ha caratteristiche comuni:

- Coinvolge squadre più piccole (es. 5-7 giocatori per lato)
- Durata delle partite breve (15-20 minuti)
- Campi piccoli o spesso improvvisati (campi da calcio, strade, parchi ecc.)
- Squadre miste (genere, background culturale)
- Nessun arbitro
- I giocatori si assumono la responsabilità collettiva del gioco

Durante la partita, i giocatori devono ricordare che stanno giocando secondo le regole che hanno concordato in precedenza nel 1° tempo.

In questa parte di football3, il ruolo del mediatore/allenatore è quello di:

- Supervisionare il gioco
- Intervenire solo se i giocatori non riescono a risolvere una disputa da soli
- Osservare e registrare sul modulo del mediatore se i giocatori rispettano le regole e dimostrano fair play.

3. Il terzo tempo: discussione post-partita Dopo la partita, l'allenatore/mediatore riunisce entrambe le squadre in modo che i giocatori possano:

- Riflettere sulla partita e condividere i loro pensieri e sentimenti
- Valutare quanto bene hanno seguito le regole
- Assegnare punti fair play sia alla propria squadra che ai loro avversari

Durante il terzo tempo, l'allenatore/mediatore:

- Facilita la discussione
- Si assicura che tutti siano giusti e onesti nell'assegnare i punti
- Prende nota dei punteggi suggeriti dai giocatori
- Calcola il totale dei punti di ogni squadra sommando i punti fair play e i punti della partita usando il modulo del mediatore

Regole di football3

Non c'è un solo modo per giocare a football3. Le organizzazioni che impiegano la metodologia football3 in tutto il mondo hanno adattato le regole alle loro esigenze specifiche e ai contesti locali. Puoi rendere il tuo programma più educativo e di impatto personalizzando le regole per sostenere i tuoi ruoli, come promuovere la partecipazione

femminile o favorire l'inclusione tra i partecipanti di diversi background. Assicurati solo che qualsiasi adattamento rimanga allineato con i principi fondamentali della metodologia football3: il formato dei tre tempi, squadre piccole e miste, partite più brevi su campi più piccoli e la presenza di mediatori invece di arbitri.

Regole fisse e aperte football3 ha un sistema di regole specifico che differisce dal calcio convenzionale. Ci sono due tipi di regole: regole fisse e regole aperte. Le regole fisse sono le regole di base che si applicano a ogni partita, come quanti giocatori ci sono in ogni squadra, la dimensione del campo e la durata della partita. Queste regole rimangono le stesse in tutte le partite e aiutano a mantenere il gioco organizzato e corretto. Le regole aperte, d'altra parte, sono flessibili e create dai giocatori stessi prima dell'inizio della partita. Queste possono includere cose come celebrare i gol, come gestire i falli o come mostrare rispetto.

Regole fisse Queste sono sempre le stesse, stabilite dagli organizzatori. Come allenatore, seleziona le regole fisse all'inizio di un programma o torneo di football3 e applicale in ogni partita. Nel contesto di un torneo, alcuni esempi di regole fisse potrebbero essere:

- I tackle scivolati e il linguaggio offensivo non sono ammessi.
- Le partite si giocano cinque contro cinque e durano 12 minuti ciascuna.
- Il numero di ragazze e ragazzi in campo deve essere uguale.
- Se un giocatore cade, gli altri dovrebbero aiutarlo a rialzarsi.
- I giocatori possono essere sostituiti senza alcun limite.
- La regola del fuorigioco non si applica.

Raccomandazione dell'allenatore: Se lavori con una squadra a lungo termine usando la metodologia football3, le regole fisse possono servire come "contratto" della squadra. Esempi:

- Ci ascoltiamo a vicenda e rispettiamo l'opinione di tutti.
- Arriviamo in orario per le partite e le sessioni di allenamento.
- Gli smartphone non sono ammessi durante l'allenamento.
- Non tolleriamo il bullismo o la discriminazione di alcun tipo.
- Giochiamo onestamente e non imbrogliamo, anche se potremmo farla franca.

Nota dell'allenatore: Incoraggia i bambini a votare la regola che ritengono più importante e a spiegare il perché. È un ottimo modo per iniziare una discussione significativa.

Regole aperte Queste sono divertenti e flessibili. I bambini le decidono insieme prima di ogni sessione di allenamento o partita. Le regole aperte insegnano il rispetto, l'uguaglianza e la creatività. Esempi:

- Tutti si uniscono alla celebrazione ogni volta che viene segnato un gol.
- I gol devono essere segnati alternativamente da ragazzi e ragazze.
- Un gol può essere segnato solo dopo aver completato un numero prestabilito di passaggi.
- Entrambe le squadre festeggiano ogni gol, indipendentemente da quale squadra segna.
- Ci sono tre opzioni per la regola del portiere: un portiere fisso, nessun portiere o permettere solo all'ultimo difensore di usare le mani all'interno dell'area di rigore.
- Sono ammessi solo i passaggi a terra. Non sono ammessi palloni giocati sopra l'altezza della vita.

Suggerimento per l'allenatore: Avere un elenco visivo di regole aperte tra cui i bambini possono scegliere. (Allegato 2 - Regole aperte).

Punteggio in football3

Ora che i giocatori comprendono le regole, il fair play e come esprimersi nel dialogo, è il momento di parlare di come funziona il punteggio in football3. A differenza del calcio normale, football3 non premia solo i gol, ma valorizza anche il lavoro di squadra, la correttezza e il comportamento rispettoso. Diamo un'occhiata a come vengono assegnati i punti e come i bambini possono aiutare a decidere cosa rende una squadra vincente, non solo la squadra che segna più gol!

Come funziona il punteggio



In football3, il punteggio non riguarda solo i gol, anche il fair play conta. Dopo la partita, le squadre ottengono punti in due modi: punti partita (basati sul risultato: vittoria, pareggio o sconfitta) e punti fair play (basati su quanto hanno rispettato le regole, mostrato rispetto, ecc.). I giocatori discutono e concordano sui punti fair play durante il

terzo tempo. A seconda del sistema di punti fair play utilizzato ([VEDI manuale football3, pp14-19](#)), le squadre possono dare punti solo ai loro avversari o sia alla propria squadra che all'altra squadra. Poi, i punti partita e i punti fair play vengono sommati per ottenere il punteggio totale di ogni squadra. A volte, una squadra che perde la partita ma gioca in modo leale può vincere in totale perché il fair play conta tanto quanto i gol.

Le squadre guadagnano:

- **Punti partita:**
 - Vittoria = 3 punti
 - Pareggio = 2 punti
 - Partecipazione = 1 punto
- **Punti fair play** (per il comportamento e il lavoro di squadra):
 - Il range di punti può variare a seconda del sistema di punteggio che scegli (vedi manuale football3, pp 17-19).
 - La maggior parte delle squadre usa una scala di 0-2 o 0-5.
 - I punti vengono assegnati dai giocatori durante il terzo tempo a seconda del sistema di punteggio che scegli, per esempio, sia alla propria squadra che alla squadra avversaria.

Adattare il football3 per le età 10-12

Ecco tre modi chiave per adattare football3 in modo da renderlo più adatto ai giocatori più giovani, mantenendo vivo lo spirito del gioco:

1. Modificare le sessioni di dialogo

Il dialogo è una parte fondamentale di football3, ma con i bambini dai 10 ai 12 anni, è utile mantenere le cose brevi, visive e facili da comprendere. Ecco come rendere i discorsi pre- e post-partita più coinvolgenti e appropriati per l'età:

- **tempi concisi e contenuti mirati** — 5-7 minuti per entrambi i dialoghi pre- e post-partita.
- Usa un timer o una transizione divertente (come un applauso o un coro) per segnalare quando è il momento di parlare e quando è il momento di giocare.

- **Usa ausili visivi** — Porta oggetti di scena semplici come carte con emoji, segni di pollice in su o coni colorati per aiutare i bambini a mostrare come si sentono. Le immagini rendono più facile per i giocatori timidi o più giovani partecipare.
- Fai domande facili e significative, come:
 - "Cosa ti ha reso orgoglioso oggi?"
 - "Qual è una cosa che la tua squadra ha fatto molto bene?"
 - "È stato facile essere leali oggi? Perché sì o perché no?"
 - "Hai aiutato qualcuno o sei stato aiutato da qualcuno?"

Raccomandazione per l'allenatore:

È importante capire come si sentono i partecipanti quando arrivano all'allenamento per supportarli in modo più efficace. Puoi trovare un file con le carte delle emozioni nell'Allegato 3. Dato che ce ne sono parecchie, sentiti libero di selezionare quelle più adatte alla tua squadra. I giocatori possono indicare come si sentono scegliendo una carta. Ripeti il processo dopo l'allenamento per osservare eventuali cambiamenti nel loro stato emotivo.

Nota per l'allenatore: Se un bambino ha difficoltà a rispondere, va bene. Vai avanti o torna su questo punto più tardi. L'obiettivo è creare uno spazio in cui tutti si sentano al sicuro e ascoltati.

2. Adattare la creazione delle regole di fair play

Creare regole di fair play è una parte importante del football3, ma i giocatori più giovani potrebbero aver bisogno di un po' di struttura e creatività extra per trarne il massimo. Ecco come guidare il processo mantenendolo divertente e significativo:

- **Offri scelte guidate:** Invece di chiedere ai bambini di inventare regole da zero, offri una breve lista di esempi chiari tra cui possono scegliere o modificare. Questo dà loro un senso di appartenenza senza sopraffarli.
- Usa **carte visive delle regole** con icone o emoji invece di sole regole verbali per renderlo tangibile e coinvolgente.
- Incoraggia i bambini a **co-creare 1 o 2 regole** per ogni partita.
- Lascia che i bambini **votino o mettano in scena le regole** per aiutarli a sentirsi coinvolti e a ricordarle.
- Per i giocatori giovani, è consigliabile **limitare il numero di regole** di football3, poiché potrebbero avere difficoltà ad applicarle. Un set di 3 regole di solito è

sufficiente per mantenere le cose semplici ed efficaci. Se i partecipanti hanno votato e c'è un pareggio tra due regole, usale entrambe.

- Visualizza le **regole concordate dalla squadra** su un "Poster delle Regole del Gioco" visibile durante la partita.

3. Adattare il flusso della partita

- La partita vera e propria (secondo tempo) dovrebbe durare **15-20 minuti**.
- Includi **pause regolari** per bere acqua, riposare o riflettere.
- Usa l'intervallo come un'opportunità per i giocatori di riflettere e parlare di come possono migliorare nel secondo tempo.
- Usa **lodi o ricompense basate sulla squadra** (come adesivi o titoli divertenti) per incoraggiare lo sforzo e il fair play.
- Usa **spunti divertenti**: "Una parola per oggi?", "Che animale era la nostra squadra oggi e perché?"

1. Adattare il sistema di punteggio del fair play

Proponiamo un adattamento al sistema di punti originale di football3, poiché i bambini più piccoli potrebbero trovare difficile valutare il fair play basandosi sull'applicazione complessiva di tutte le regole. A questa età, i giocatori traggono beneficio da una guida più chiara e concreta.

Per questo motivo, suggeriamo che i giocatori attribuiscono un punteggio a ogni singola regola. I punteggi individuali possono quindi essere sommati per formare il totale dei punti fair play per la partita. I mediatori possono usare il modulo "Riflettiamo" insieme al modulo del mediatore per facilitare il processo di punteggio (trovalo nell'Allegato 4).

Per ogni regola, i giocatori scelgono una delle tre emoji per indicare quanto credono di aver rispettato o applicato la regola. Ogni emoji corrisponde a un valore di punto specifico:

- 😞 **Per niente** = 0 punti
- 😊 **In parte / Così così** = 1 punto
- 😄 **Completamente** = 2 punti

Nota importante: Se il sistema di punteggio del fair play che stai usando include sia l'autovalutazione che la valutazione da parte della squadra avversaria (oltre ai punti partita, ovviamente), avrai bisogno di 2 moduli per squadra, 4 in totale.

Esempio (con autovalutazione e valutazione della squadra avversaria)

In una partita di football3, i giocatori hanno concordato le seguenti tre regole:

- Se qualcuno cade, fermiamo il gioco e lo aiutiamo a rialzarsi.
- Celebriamo ogni gol insieme, indipendentemente da quale squadra ha segnato.
- La squadra deve fare almeno tre passaggi prima di segnare.

Supponiamo che la Squadra A abbia seguito la prima e la seconda regola solo parzialmente e abbia applicato completamente la terza regola. Si darebbero:

1 punto (Regola 1) + 1 punto (Regola 2) + 2 punti (Regola 3) = 5 punti fair play.

Questi 5 punti fair play dall'autovalutazione vengono aggiunti ai punti fair play dati dalla Squadra B, così come ai loro punti partita basati sul risultato della partita.

2. Strumenti di rinforzo positivo

- Gli allenatori/coach possono premiare o usare **cartellini verdi** o "gettoni di squadra" per atti di correttezza, incoraggiamento o buon ascolto.
- I bambini possono nominarsi a vicenda dopo le partite per premi come "Giocatore più rispettoso" o "Miglior incoraggiatore".
- Crea un **"quadro dei valori della squadra"** dove i bambini raccolgono i successi di gruppo (es. 5 partite con pieno lavoro di squadra).

3. Usa storie e personaggi

- Introduci i principi di football3 attraverso **storie brevi, fumetti o giochi di ruolo**. I personaggi delle storie possono "insegnare" le regole o apparire come parte dei giochi di riscaldamento.

4. Routine per la sicurezza e l'inclusione

- Inizia ogni sessione con una **"domanda di check-in"** familiare (es. "Come ti senti oggi?") usando le carte delle emoji (Allegato 3).
- Crea un **"sistema di amici"** in modo che i giocatori più tranquilli o nuovi si sentano supportati dai coetanei.

5. Promuovi squadre miste e rotazione

- Mescola regolarmente le squadre per incoraggiare nuove connessioni sociali e ridurre l'esclusione.
- Assicurati un **tempo di gioco equo** per tutti i bambini, indipendentemente dal livello di abilità.

Valutazioni delle sessioni di football3

Per monitorare i progressi dei tuoi giocatori e riferire sull'impatto delle tue sessioni e del tuo programma, è importante raccogliere il **feedback dei giocatori** alla fine di ogni sessione.

- Per **le sessioni uniche**, puoi usare il nostro semplice esempio qui sotto per raccogliere feedback.

Alla fine di ogni sessione, riunisci i bambini in cerchio e disponi le carte delle emozioni dell'Allegato 3 (es. felice, confuso, orgoglioso, frustrato, eccitato). Chiedi a ogni bambino di scegliere una carta che meglio mostra come si è sentito durante la sessione e di alzarla.

Poi, invita alcuni volontari a spiegare la loro scelta:

"Perché hai scelto quell'emozione?" o

"Quale momento ti ha fatto sentire così?"

Questo divertente e visivo check-in aiuta i bambini a riflettere sulla loro esperienza e dà all'allenatore preziose intuizioni su come la sessione è stata percepita, emotivamente e socialmente. Incoraggia anche l'espressione emotiva e supporta l'empatia ascoltando anche come si sono sentiti gli altri.

- Per i **programmi a lungo termine** di football3, raccomandiamo di usare il modello logico per progettare il tuo programma e definire la tua strategia di valutazione. Questo ti aiuterà a vedere quanto stai raggiungendo i tuoi obiettivi! Puoi trovare maggiori informazioni sul modello logico nel [manuale dell'allenatore di football3](#) (pagine 54-71), e nel [manuale football3](#) (pagine 40-41).

Parte 3: Dentro la partita: Ruoli chiave in football3

Per prima cosa, dovrai trovare e formare i tuoi allenatori/coach e mediatori di football3. Nella prossima parte, ti guideremo attraverso tutto ciò che devi sapere sui membri del team che aiuteranno a rendere football3 un successo.

Allenatori/Formatori

Gli allenatori/formatori giocano un ruolo cruciale in football3. Guidano le sessioni, gestiscono i tornei, organizzano workshop e supportano la formazione continua e lo sviluppo dei mediatori.

Allenatori/Coach come modelli di ruolo

Gli allenatori/coach non stanno solo insegnando football3, sono anche modelli di ruolo per i giocatori, contatti fidati e una fonte di supporto. Come allenatori/coach di football3, guidano le sessioni che si concentrano su un argomento sociale specifico o su abilità di vita. Guideranno e supporteranno anche le squadre durante i tornei e gli eventi di football3, aiutandole a crescere sia dentro che fuori dal campo. Gli allenatori/coach che possono essere modelli di ruolo positivi aiutano a fornire il supporto e la guida di cui i giovani hanno bisogno.

Cosa rende un allenatore di successo?

Un grande allenatore conosce football3 a fondo, sia come giocatore che come mediatore. Capisce anche le esigenze uniche della sua comunità e il potere che football3 ha di ispirare il cambiamento, sia a livello personale che collettivo.

Gli allenatori/coach dovrebbero essere in grado di:

- Introdurre i giocatori a football3
- Progettare sessioni di football3 che si concentrino sul miglioramento delle abilità di vita
- Aiutare a sviluppare i giocatori all'interno delle loro squadre, promuovendo il lavoro di squadra e la crescita
- Aiutare i giocatori a sviluppare le loro abilità tecniche

Inoltre, un allenatore di successo può:

- Comunicare chiaramente
- Ascoltare attentamente
- Facilitare l'apprendimento in modo aperto, dinamico e interattivo per gruppi di giovani.

Dove trovare metodi di formazione e attività per allenatori/coach?

[Nel manuale football3, streetfootballworld spiega come gli allenatori/coach possono prepararsi per il loro ruolo \(vedi pagina 26\).](#)

Mediatori

I mediatori giocano un ruolo chiave nel rendere efficace il football3. Guidano le conversazioni tra le due squadre prima e dopo la partita, aiutano a risolvere eventuali problemi e supportano le squadre nel concordare le regole e i punti fair play. Si suggerisce che la mediazione avvenga in coppia, quindi è importante che i mediatori riflettano la diversità delle comunità in cui si svolgono le partite di football3.

Responsabilità chiave di un mediatore

- **Preparare e condurre le sessioni:**
 - Impostare e guidare le sessioni di football3 con i partecipanti, assicurandosi che siano coinvolgenti e divertenti.
- **Facilitare le discussioni:**
 - Guidare le squadre attraverso le discussioni pre- e post-partita, aiutandole a concordare su fair play e regole.
- **Monitorare e mediare la partita:**
 - Tenere d'occhio la partita e intervenire per mediare se sorgono problemi o conflitti tra i giocatori.
- **Modulo partita e valutazione:**
 - Compilare un modulo partita e valutare come è andata la sessione per migliorarla la prossima volta.
- **Essere un modello di ruolo positivo:**
 - Dare l'esempio e ispirare i giocatori e la comunità con atteggiamenti positivi e fair play.

Il ruolo del mediatore può essere assunto da varie persone nella tua comunità, come assistenti sociali, educatori, allenatori/coach e persino giovani leader che sono cresciuti attraverso la tua organizzazione. I giocatori esperti di football3 possono anche diventare mediatori.

Tuttavia, proprio come qualsiasi altra abilità, la mediazione richiede una formazione adeguata e uno sviluppo continuo. I mediatori di solito hanno tra i 16 e i 30 anni, ma anche i partecipanti più anziani sono benvenuti! L'ideale è avere un buon equilibrio di generi. Sebbene forti abilità calcistiche non siano richieste per un mediatore, avere esperienza nella guida di gruppi può essere molto utile.

Nota:

È importante scegliere attentamente mediatori che siano desiderosi e capaci di incoraggiare i giocatori e lodare i comportamenti positivi, piuttosto che concentrarsi sulla punizione di azioni negative o scarse prestazioni. Un mediatore che mostra un comportamento dominante potrebbe far sentire i partecipanti a disagio e meno propensi a condividere apertamente o a impegnarsi pienamente nelle attività.

Formare i mediatori

Una volta che hai selezionato i tuoi mediatori, è il momento di prepararli per il loro ruolo. La formazione per mediatori può durare da poche ore a diversi giorni, a seconda di quanto tempo hai a disposizione. Più formazione ricevono, meglio saranno in grado di guidare le partite.

Obiettivi della formazione

I mediatori giocano un ruolo chiave nel garantire che le partite di football3 si svolgano senza intoppi. Possono mediare una partita o una serie di partite in un campionato o in un torneo. È importante formarli bene perché sono responsabili di assicurarsi che i giocatori si sentano al sicuro e supportati, sia fisicamente che mentalmente, durante tutta la partita.

Dopo la formazione, i mediatori dovrebbero essere in grado di:

- Identificare e sviluppare le abilità chiave del mediatore.
- Spiegare chiaramente football3 ai giocatori.
- Mediare una partita di football3, prendendo in carico tutte le azioni necessarie durante i tre tempi.

Dove trovare metodi di formazione e attività per mediatori?

Puoi trovare utili metodi di formazione e attività per mediatori [nel manuale football3 \(pagine 22-25\)](#) e [nel manuale dell'allenatore di football3 \(pagine 24-36\)](#). Queste risorse di streetfootballworld offrono una guida pratica su come formare i tuoi mediatori. Ti incoraggiamo a dare un'occhiata a entrambi i toolkit e a usare i piani di sessione forniti.

Mediare le partite di football3

Affrontare il razzismo, la xenofobia e l'esclusione durante i tre tempi

Come mediatore, hai una notevole influenza sulla partita di football3 e sei responsabile del benessere fisico e mentale dei giocatori. Puoi indirizzare le discussioni in una direzione significativa incoraggiando i giocatori a riflettere su regole relative a specifici argomenti sociali. In questo modo, puoi guidarli a riflettere su questioni importanti come il razzismo, la xenofobia, l'esclusione e a come si relazionano ai valori di correttezza, rispetto e inclusione all'interno del gioco.

Quando lavori con bambini con e senza background migratorio o rifugiati, è essenziale per un mediatore:

- Essere consapevole dei propri stereotipi per assicurarsi che non influenzino la sua neutralità.
- Ridurre le barriere linguistiche per garantire una comunicazione chiara.
- Creare uno spazio sicuro e agire se si verifica un comportamento razzista.
- Affrontare l'inclusione sociale sia nel primo che nel terzo tempo per promuovere il rispetto e l'unità.

Neutralità del mediatore

Tutti abbiamo stereotipi, poiché il nostro cervello li usa naturalmente per semplificare informazioni complesse. Tuttavia, gli stereotipi inconsci possono essere dannosi, portando ad azioni discriminatorie o razziste se non vengono riconosciuti. L'autoconsapevolezza è la chiave per prevenire che questi pregiudizi influenzino il tuo ruolo di mediatore.

Rifletti sui tuoi stereotipi

Prenditi un momento per pensare a eventuali stereotipi che potresti avere. Scrivili senza filtrare o limitare i tuoi pensieri. Potresti essere sorpreso da quanti stereotipi trovi! Ecco alcune categorie da considerare:

- Migranti
- Cristiani
- Musulmani
- Nazionalità (es. Ungheresi, Serbi, Greci, Italiani)
- Gruppi razziali (es. Neri, Bianchi)
- Rifugiati
- Genere (ragazze/ragazzi/LGBTQ+)
- Giocatori di calcio

Dopo averli scritti, rifletti su contro-esempi, persone che conosci che infrangono questi stereotipi. Discuti le tue scoperte con gli amici e condividi contro-esempi per sfidare le tue convinzioni iniziali.

Esercizio di auto-riflessione

Prova un rompighiaccio che non si basi sul linguaggio per coinvolgere tutti, indipendentemente dalle barriere linguistiche. Questo aiuta a promuovere l'inclusività e incoraggia la partecipazione attiva.

Creare uno spazio sicuro

Uno spazio sicuro è un luogo in cui le persone si sentono protette dal giudizio, dalla critica o da azioni dannose. Affinché l'ambiente del football3 sia inclusivo, è essenziale stabilire alcune regole di base che tutti devono seguire.

I giocatori dovrebbero impegnarsi a:

- Nessun comportamento razzista o discriminatorio
- Rispettare le opinioni di tutti e non prendere in giro gli altri
- Riservatezza: Le storie personali condivise durante le discussioni non devono essere ripetute
- Ascolto attivo: Non interrompere mentre gli altri parlano

Come mediatore, puoi chiedere ai giocatori di suggerire regole di comportamento per le discussioni e poi proporre alcune aggiuntive per creare un ambiente sicuro e rispettoso. In contesti multietnici, i mediatori devono intervenire immediatamente se viene mostrato un comportamento razzista o discriminatorio, poiché ciò può danneggiare il benessere emotivo dei giocatori.

Identificare comportamenti irrispettosi e discriminatori

La mancanza di rispetto può manifestarsi come:

- Essere trattati con meno rispetto rispetto agli altri
- Ricevere un servizio più scadente rispetto agli altri
- Essere trattati come se non si fosse intelligenti
- Sentirsi minacciati o molestati
- Essere chiamati con nomi offensivi o insultati
- Essere esclusi o ignorati da giochi, dal lavoro o dalla scuola

La discriminazione può includere:

- Insulti verbali o scherno
- Trattamento ingiusto a causa di razza, etnia, lingua o aspetto
- Aggressione fisica
- Esclusione sociale in vari ambienti come la scuola o lo sport

Ridurre le barriere linguistiche

Quando si lavora con gruppi diversi, non tutti potrebbero parlare la stessa lingua. Per garantire l'inclusività nelle discussioni, segui questi consigli:

- Parla **lentamente e chiaramente**, usando un vocabolario semplice per assicurarti che tutti capiscano.
- Usa **ausili visivi** per spiegare concetti come i tre tempi, i punti e le regole.

- Avere **volontari per la traduzione** tra i giocatori per assistere coloro che potrebbero non parlare la lingua principale.
- Mantieni le discussioni **brevi e chiare** per limitare la quantità di lavoro di traduzione.

Affrontare l'inclusione sociale nel primo e terzo tempo

Come mediatore, giochi un ruolo chiave nel promuovere l'inclusione sociale attraverso le discussioni pre- e post-partita. Incoraggiare i giocatori a riflettere sull'inclusione sociale è essenziale per creare un ambiente equo e di supporto in cui tutti possano partecipare e sentirsi valorizzati.

Discussione pre-partita: Incoraggiare regole inclusive

Prima che la partita inizi, incoraggia le squadre a proporre regole che garantiscano che tutti, indipendentemente dal colore della pelle, religione, origini o genere, possano partecipare ed essere inclusi. Riflettere sulla potenziale esclusione all'interno del gruppo permette ai giocatori di plasmare attivamente un ambiente che promuove la correttezza.

Domande da porre durante la discussione pre-partita:

- Chi nel gruppo potrebbe sentirsi escluso durante la partita e perché?
- Come possiamo evitare che qualcuno si senta escluso?
- Possiamo inventare regole che promuovano l'inclusione sociale?

Alcuni esempi di regole inclusive:

- Ogni giocatore deve toccare la palla prima che un gol venga segnato.
- Almeno X nazionalità diverse devono essere rappresentate in campo in ogni momento.
- I passaggi devono alternarsi tra ragazze e ragazzi.
- I gol devono alternarsi tra ragazze e ragazzi.

Concordando collettivamente su queste regole, dai potere ai giocatori di creare un ambiente di gioco equilibrato e inclusivo orientato al fair play e al rispetto.

Riflessione post-partita: Analizzare l'inclusione sociale

Dopo la partita, rifletti con i giocatori su quanto bene hanno aderito alle regole inclusive e cosa l'esperienza ha insegnato loro sull'inclusione sociale. Fare le domande giuste può approfondire la loro comprensione e aiutarli ad applicare queste lezioni al di là del campo.

Domande da porre durante la riflessione post-partita:

- Come ti sei sentito durante la partita?
- Tutti hanno avuto la possibilità di partecipare?
- Come hai fatto a garantire che tutti avessero l'opportunità di giocare?
- Perché pensi che alcuni giocatori possano aver partecipato meno?
- Cosa ti ha sorpreso durante la partita?

Portare la discussione nella vita reale

Dopo la riflessione sulla partita, collega la conversazione a situazioni di vita reale di inclusione sociale ponendo domande che rendano chiaro il collegamento:

- Dove e quando vedi persone che non hanno pari opportunità di partecipare alla società?
- Perché pensi che succeda questo?
- Come possiamo includere tutte le persone nella vita, proprio come abbiamo fatto in campo?

Queste domande incoraggiano i giocatori a riflettere su questioni sociali più ampie, come il razzismo, l'uguaglianza di genere, la discriminazione e l'esclusione, e li aiutano a trovare modi per promuovere l'inclusione nelle loro comunità.

Punti chiave

- Incoraggia i giocatori a sviluppare regole che promuovano l'inclusione sia dentro che fuori dal campo.
- Usa domande di riflessione mirate per stimolare una riflessione più profonda sull'inclusione sociale e la sua rilevanza nella vita di tutti i giorni.
- Comprendi che i giocatori nuovi a football3 potrebbero inizialmente avere difficoltà a impegnarsi nelle discussioni, ma più giocano, più diventeranno bravi a riflettere ed esprimere i loro pensieri.

Seguendo questi passaggi, aiuterai i giocatori non solo a sviluppare le loro abilità calcistiche, ma anche a diventare campioni dell'inclusione nelle loro comunità.

[Per saperne di più sul ruolo del mediatore, consulta il manuale football3 \(pagine 22-35\).](#)

Giocatori

Prima che le partite inizino, è essenziale che i giocatori siano introdotti al concetto di football3 e ne comprendano i valori fondamentali. Per molti, specialmente quelli che conoscono solo il calcio tradizionale, adattarsi a football3 può richiedere un cambiamento di mentalità, che abbracci il dialogo, il fair play, l'uguaglianza di genere e la responsabilità personale.

Una volta che i tuoi mediatori e allenatori/coach sono stati formati, dovrebbero condurre una sessione introduttiva per aiutare i giocatori a capire come funziona il football3. Questa sessione può svolgersi prima dell'inizio di un torneo di football3 o come prima attività in un nuovo programma di football3. Alla fine di questa sessione, i giocatori dovrebbero avere una chiara comprensione degli obiettivi di football3, di come funzionano i tre tempi, delle regole specifiche e del loro ruolo all'interno del gioco.

È anche importante assicurarsi che i giocatori riflettano la diversità della comunità. Poiché il football3 si basa sull'inclusione, si dovrebbe prestare particolare attenzione per garantire che i giocatori provengano da una varietà di background. Le squadre dovrebbero avere sia ragazze che ragazzi e dovremmo concentrarci sull'includere, quando possibile, giocatori provenienti da gruppi migranti, non migranti e marginalizzati.

I giocatori che sono stati attivamente coinvolti nella metodologia football3 nel tempo e hanno acquisito esperienza possono fare il passo successivo formandosi per diventare mediatori. Questa opportunità permette loro di impegnarsi ulteriormente nel gioco in un ruolo di leadership, sviluppando al contempo abilità di vita essenziali. Attraverso la formazione per mediatori, migliorano le loro capacità di comunicazione, rafforzano le loro tecniche di risoluzione dei conflitti e migliorano le loro abilità interpersonali complessive. È un modo potente per loro di crescere sia dentro che fuori dal campo, trasformandosi in giovani leader fiduciosi che possono influenzare positivamente i loro coetanei e le loro comunità.

Nota: Senza una formazione adeguata, i giocatori potrebbero avere difficoltà a capire la metodologia del football3, portando a confusione e perdita di interesse. La formazione è la chiave per un'esperienza positiva e significativa.

Organizzare tornei e programmi di football3

I tornei e i programmi di football3 sono solitamente pianificati e gestiti da membri dello staff, inclusi responsabili di programma, project manager, mediatori e allenatori/coach. Per creare eventi divertenti, di impatto e significativi, è importante ricevere una formazione e una guida.

Dove trovare una guida sull'organizzazione di tornei e programmi? 📖

Puoi trovare una guida utile per l'organizzazione di tornei e la pianificazione di programmi di football3 [nel manuale football3 \(pagine 36-37, 40-41\)](#) e [nel manuale dell'allenatore di football3 \(pagine 37-71\)](#). Streetfootballworld fornisce consigli dettagliati sia sull'organizzazione di tornei che sull'implementazione di programmi di football3.

Raccomandiamo di consultare i toolkit per informazioni più approfondite!

Genitori e tutori

Genitori, tutori e famiglie giocano un ruolo chiave nel modo in cui i bambini affrontano nuove esperienze. Per creare comunità più inclusive, è importante coinvolgere i genitori nella metodologia football3. Se hanno la possibilità di provarla loro stessi, è più probabile che supportino il programma e ne comprendano il valore.

Ad esempio, considera di organizzare una partita di football3 per i genitori nella comunità. Più i genitori sono coinvolti, più è probabile che tu riesca a coinvolgere con successo i giocatori.

Sostieni i genitori e i membri della comunità nell'organizzare le proprie partite o tornei. Incoraggiali ad aiutare a creare nuovi spazi per giocare e a promuovere i tuoi eventi distribuendo volantini o invitando amici a guardare.

Per coinvolgere genitori/tutori in football3, puoi organizzare...

- Partite di football3 dimostrative nella comunità, dove possono giocare sia i partecipanti che i genitori/tutori.
- Incontri informativi per genitori/tutori per spiegare gli obiettivi e la struttura del programma football3.
- Eventi di incontro in cui puoi incontrare genitori/tutori negli spazi della comunità per presentare il programma e sottolineare come ne beneficiano i loro figli.

Linee guida per coinvolgere genitori/tutori

Per garantire rispetto e inclusività, tieni a mente questi suggerimenti quando lavori con i genitori:

- Tratta tutti i genitori/tutori come partner che vogliono il meglio per i loro figli e per la comunità.
- Invita i genitori/tutori a condividere le culture e le tradizioni della loro famiglia.
- Riconosci e rispetta le differenze nelle strutture familiari.
- Riconosci il ruolo che l'identità e il background giocano nel plasmare le relazioni tra giocatori, mediatori e allenatori/coach.

Parte 4: Usare football3 per combattere il razzismo, la xenofobia e l'esclusione

Il football3 è uno strumento flessibile che può essere utilizzato per affrontare importanti argomenti sociali e insegnare abilità di vita. In questa sezione, esploreremo come il football3 può essere adattato per aiutare i giovani a lottare contro il razzismo, la xenofobia e l'esclusione.

Come allenatore che lavora con giovani giocatori, è importante capire come il razzismo, la discriminazione e la xenofobia possano manifestarsi in modi sia evidenti che sottili:

- Questi comportamenti sono spesso mirati a individui in base alla loro razza, etnia, religione o nazionalità.
- Questi comportamenti possono verificarsi attraverso politiche ingiuste (come opportunità di lavoro disuguali) o attraverso azioni quotidiane (come escludere qualcuno o rifiutare un servizio).
- La xenofobia, paura o odio verso gli estranei o gli stranieri, appare anche in stereotipi dannosi, trattamenti ingiusti di migranti/rifugiati e sistemi distorti.
- Anche i social media contribuiscono al problema diffondendo odio o normalizzando atteggiamenti dannosi.

Perché è importante nello sport: I bambini possono rispecchiare i pregiudizi che vedono intorno a loro. Quando il comportamento discriminatorio viene normalizzato, può degenerare da battute di parte o esclusione a danni più seri.

Il tuo ruolo come allenatore:

- Creare una cultura di squadra inclusiva e rispettosa.
- Intervenire quando noti un comportamento ingiusto o escludente.
- Usare il terzo tempo di football3 per guidare conversazioni aperte su correttezza, rispetto e diversità.

Promuovendo attivamente l'uguaglianza, l'empatia e il pensiero critico, gli allenatori/coach possono aiutare a plasmare una generazione di giocatori che sfidano la discriminazione piuttosto che contribuirvi.

Preparazione per una partita di football3

Squadre

Quando ci si prepara per una partita, un torneo o un campionato di football3, è importante che i mediatori e gli organizzatori si assicurino che le squadre rappresentino la diversità del gruppo target. Le squadre dovrebbero essere:

- A nazionalità mista
- A etnia mista
- A genere misto (idealmente con una divisione di genere equa)

È cruciale formare squadre diverse per evitare la segregazione e l'esclusione. Invece, promuovi la comunicazione interculturale, incoraggia nuove amicizie e stimola il dialogo riunendo giocatori di diversi background.

Regole

Potresti anche voler decidere in anticipo quali argomenti sociali o abilità di vita dovrebbero essere affrontati attraverso le regole aperte. Ad esempio, potresti impostare le seguenti:

- Una regola sull'uguaglianza
- Una regola sull'inclusione
- Una regola sulla celebrazione

Queste regole dovrebbero aiutare a guidare i giocatori verso la costruzione di un ambiente più inclusivo e rispettoso.

Spazio sicuro e divertente

Per rompere il ghiaccio, costruire fiducia e creare un senso di appartenenza, è importante iniziare ogni giorno del torneo o il primo tempo con alcune attività divertenti. Questo aiuterà tutti a sentirsi a proprio agio e pronti a partecipare alle partite.

Struttura della sessione di football3

Per assicurarsi che i giocatori comprendano e integrino veramente queste lezioni importanti, suggeriamo di usare la seguente struttura:

- **Primo tempo:** Inizia con un'attività breve incentrata su un argomento sociale o un'abilità di vita. È qui che i giocatori rifletteranno sull'argomento.
- **Secondo tempo:** Gioca una partita di football3 in cui le regole riflettono l'apprendimento del primo tempo. Il gioco diventa un modo per praticare e vivere la lezione in campo.

- **Terzo tempo:** Dopo la partita, fai un debriefing con i giocatori. Discuti ciò che hanno imparato e come applicarlo a situazioni di vita reale. È qui che le riflessioni si approfondiscono.

Includendo un gioco in cui i giocatori possono riflettere sull'argomento nel primo tempo, crei una solida base per la sessione. Assicurati di mantenere il debriefing veloce dopo il primo tempo e di avere una discussione più approfondita nel terzo tempo alla fine della sessione.

Dopo le sessioni di football3, i giocatori dovrebbero essere in grado di:

- Comprendere argomenti sociali legati al razzismo e alla xenofobia attraverso il gioco.
- Acquisire abilità di vita che aiutano a creare comunità più inclusive.

Riflettere gli apprendimenti nelle regole di football3

Parte 5: Attività per costruire inclusione e comprensione

Il Toolkit DIALECT per bambini dai 10 ai 12 anni, delinea le sessioni pianificate per ogni squadra/gruppo all'interno del programma, concentrandosi su abilità di vita e abilità sociali attraverso la metodologia football3. Per ottenere il massimo impatto nel gruppo target, raccomandiamo di condurre:

❖ Sessioni Settimanali

- Una sessione a settimana con ogni squadra, dove gli allenatori/coach incorporano argomenti sociali e abilità di vita, seguita da una o più partite di football3.
- Gli allenatori/coach guidano i giocatori nella riflessione su queste abilità durante la sessione.

I giocatori esploreranno ogni abilità di vita e argomento sociale durante due sessioni di football3 consecutive:

Settimana 1: L'allenatore si concentra sull'affrontare e riflettere sull'argomento sociale o sull'abilità di vita.

Settimana 2: L'allenatore aiuta la squadra a tradurre l'argomento sociale o l'abilità di vita in campo creando regole specifiche di football3.

- Ogni sessione di allenamento dovrebbe durare circa 1 ora.

❖ **Partite amichevoli bimestrali:**

- Una partita amichevole di football3 ogni 2 mesi in cui le squadre si sfidano, applicando ciò che hanno imparato.
- Gli allenatori/coach facilitano la partita e assicurano che i principi di inclusione e fair play siano rispettati.

- ❖ **Tornei locali** in cui i bambini celebrano i loro successi con la comunità, promuovendo contro-narrazioni su diversità, stereotipi e non discriminazione.

Questa struttura aiuta a ottenere il massimo impatto, assicurando che i giocatori non solo imparino valori importanti, ma abbiano anche l'opportunità di praticarli e riflettere su di essi in un ambiente di supporto.

Nella sezione seguente, troverai una serie di attività divertenti e ponderate progettate per aiutare i bambini a esplorare argomenti importanti come il lavoro di squadra, l'inclusione, la discriminazione, l'empatia e la gestione delle emozioni, in modi sicuri, appropriati per l'età e coinvolgenti. Certo, ci sono molti altri argomenti che puoi esplorare, quindi sentiti libero di cercare idee aggiuntive e di incorporarle nel tuo curriculum di allenamento. Alla fine di ogni attività, troverai anche un elenco di Regole Aperte suggerite da considerare quando conduci le sessioni di football3 con i bambini. Questi sono solo punti di partenza, sentiti libero di aggiungerne altri per adattarli al meglio alle esigenze e alle idee del tuo gruppo.

Queste attività usano il calcio e il lavoro di squadra per aprire conversazioni, costruire empatia e creare squadre più forti e più inclusive. Attraverso il gioco, i bambini possono iniziare a notare le ingiustizie, celebrare le differenze e scoprire come difendersi a vicenda sia dentro che fuori dal campo.

Le attività esperienziali sono uno strumento potente per aiutare i giovani a riflettere su importanti argomenti sociali. Permettono ai giocatori di sperimentare situazioni, analizzarle e poi discutere ciò che hanno imparato. I giochi stimolano l'immaginazione, costruiscono la motivazione e sono sempre divertenti. Rendono anche possibile includere tutti i bambini, indipendentemente dalle loro capacità intellettuali, assicurando che tutti possano impegnarsi, condividere le loro impressioni ed esprimere i loro sentimenti.

Come allenatore, il tuo ruolo è incoraggiare tutti a riflettere sulla loro esperienza ponendo domande che stimolino discussioni ponderate. Giochi un ruolo chiave nel plasmare il modo in cui i bambini imparano il rispetto, la correttezza e l'appartenenza.

Queste attività e discussioni sono strumenti per rendere l'apprendimento attivo, giocoso e potente.

Panoramica delle sessioni settimanali	
Settimana	Focus
SETTIMANA 1	Attività rompighiaccio/Costruzione della squadra
SETTIMANA 2	Attività di riscaldamento/Costruzione della squadra
SETTIMANA 3	Introduzione al football3
SETTIMANA 4	Introduzione al football3
SETTIMANA 5	Lavoro di squadra
SETTIMANA 6	Partite di football3 con regole sul lavoro di squadra
SETTIMANA 7	Comunicazione interculturale
SETTIMANA 8	Partite di football3 con regole sulla comunicazione
SETTIMANA 9	Diversità / Appartenenza
SETTIMANA 10	Partite di football3 con regole sull'appartenenza
SETTIMANA 11	Empatia e Rispetto per l'Altra Squadra
SETTIMANA 12	Partite di football3 incentrate su empatia e rispetto
SETTIMANA 13	Inclusione / Esclusione
SETTIMANA 14	Partite di football3 con regole sull'inclusione
SETTIMANA 15	Auto-riflessione
SETTIMANA 16	Partite di football3 con regole sull'auto-riflessione
SETTIMANA 17	Superare le sfide e costruire la perseveranza / storia di un modello di ruolo
SETTIMANA 18	Partite di football3 con regole sull'incoraggiamento e il non incolpare
SETTIMANA 19	Ansia da allenamento
SETTIMANA 20	Partite di football3 con regole sulla gestione dell'ansia da allenamento

SETTIMANA 21	Gestire frustrazione e rabbia / fiabe-fumetti-simbolismo ecc.
SETTIMANA 22	Partite di football3 con regole sulla gestione delle emozioni
SETTIMANA 23	Risoluzione dei conflitti
SETTIMANA 24	Partite di football3 con regole sulla risoluzione dei conflitti
SETTIMANA 25	Stereotipi di genere
SETTIMANA 26	Partite di football3 con regole che contrastano gli stereotipi

Nota per l'allenatore: Creare uno spazio sicuro

Prima di iniziare una qualsiasi delle seguenti attività, prenditi qualche istante per creare uno spazio in cui i bambini si sentano al sicuro, rispettati e ascoltati.

Ricorda loro che:

- Tutti hanno il diritto di condividere o di rimanere in silenzio se preferiscono.
- Tutte le voci contano in egual misura.
- Ascoltiamo per capire, non per giudicare.
- Sbagliare è lecito, siamo qui per imparare insieme.

Puoi stabilire semplici accordi di gruppo come:

"Un microfono" (solo una persona parla alla volta).

"Rispetta tutte le risposte".

"Fai del tuo meglio per ascoltare".

Consiglio: Inizia con una riunione di squadra, usa un linguaggio del corpo amichevole e stabilisci il tono con la tua apertura. Se mostri curiosità e cura, i bambini seguiranno il tuo esempio.

Attività di riscaldamento e team building

Attività 1. Attività 1. "Bingo Umano" - Conosci i tuoi compagni di squadra

Obiettivo: Incoraggiare i partecipanti a interagire con quante più persone possibile, trovando altri che corrispondono a specifiche affermazioni legate al calcio e alla vita personale. **Durata:** 15 minuti **Materiali:** 1 foglio di Bingo Umano (Allegato 5) e 1 penna a persona, 1 palla a persona (opzionale se segui la variante). **Come si gioca:**

1. **Distribuisci le schede del Bingo:** Dai a ogni partecipante un foglio di Bingo Umano 5x5.
2. **Spiega l'obiettivo:** I giocatori si muovono e parlano con gli altri per trovare qualcuno che corrisponda a un'affermazione in ogni casella. Quando trovano una corrispondenza, scrivono il nome di quella persona nella casella.
3. **Regole:**
 - Non puoi usare lo stesso nome più di una volta di seguito. Devi parlare con tutti gli altri prima di chiedere di nuovo alla stessa persona.
 - Fai domande chiare e specifiche basate su ciò che è scritto nelle caselle.
 - La prima persona a completare una riga, una colonna, una diagonale completa o l'intera scheda può gridare "Bingo!".

Variante: Per praticare abilità tecniche di calcio durante l'attività, i partecipanti devono, per esempio, palleggiare la palla con i piedi mentre si muovono per parlare con la persona successiva.

4. **Discussione conclusiva:**

- Cosa hai imparato sui tuoi compagni di squadra?
- C'è qualcosa che ti ha sorpreso?
- Perché è importante imparare a conoscersi l'un l'altro nel calcio?

Attività 2. "Muoviti Se..."

Obiettivo: Aiutare i partecipanti a conoscersi in modo giocoso e inclusivo, scoprendo interessi, abitudini o preferenze condivise. **Durata:** 10 minuti **Materiali:** coni (1 in meno rispetto al numero di partecipanti) **Come si gioca:**

1. Disponi i coni in un cerchio. Usa un cono per ogni giocatore ma lasciane fuori uno in modo che ci sia sempre una persona senza un posto.
2. Un giocatore sta al centro del cerchio. Tutti gli altri si siedono dietro il cono, rivolti verso l'interno.
3. La persona al centro dice un'affermazione che è vera per sé stessa. Per esempio:
 - "Amo giocare in difesa."
 - "Ho un animale domestico."
 - "So fare una rovesciata."
4. Tutti coloro per i quali l'affermazione è vera devono alzarsi rapidamente, muoversi e trovare un nuovo cono.
5. La persona al centro cerca di trovare rapidamente e mettersi dietro un cono vuoto.
6. La persona rimasta senza cono diventa il prossimo oratore al centro.

Regole e consigli:

- I giocatori devono spostarsi su un posto diverso (preferibile: non quello proprio accanto a loro).
- Usa affermazioni positive e inclusive che permettano a molte persone di partecipare.
- Non spingere o bloccare gli altri dal prendere un cono.
- Incoraggia affermazioni relative al calcio, agli hobby o a fatti divertenti (es. "Ho segnato un gol di testa" o "Mi piace la pizza").

Argomento: Lavoro di squadra

"Passa e Costruisci"

Obiettivi: Promuovere la comunicazione, la collaborazione e il processo decisionale collettivo in un divertente contesto di gioco calcistico. **Durata:** 20-30 minuti **Materiali:**

1 pallone per squadra, coni o marcatori (5-6 per squadra per delimitare le zone). **Come si gioca:**

1. Dividi i giocatori in squadre da 4-6 bambini.
2. Imposta una piccola "zona di passaggio" usando i coni (circa 10x10 metri).
3. All'estremo opposto, posiziona una porta o un'area bersaglio (possono essere due coni come pali).
4. **La sfida:** La squadra deve passarsi la palla tra di loro all'interno della zona per almeno 3 volte senza perderne il controllo. Dopo 3 passaggi riusciti, possono provare a segnare un gol lavorando insieme per portare la palla nell'area bersaglio. Se la palla viene persa, la squadra ricomincia il conteggio dei passaggi.
Variante (Opzionale): Aggiungi un "turno silenzioso" in cui ai giocatori non è permesso parlare e devono fare affidamento sulla comunicazione non verbale, o gioca un turno in cui ogni giocatore può toccare la palla solo una volta per possesso.

Debriefing e riflessione (dopo l'attività): Poni al gruppo alcune veloci domande di riflessione:

- *"Cosa ha aiutato la vostra squadra a lavorare bene insieme?"*
- *"È stato difficile includere tutti? Perché?"*
- *"Cosa potete fare la prossima volta per aiutare la vostra squadra a lavorare ancora meglio insieme?"*

Esempi di Regole Aperte sul Lavoro di Squadra:

- Un gol varrà due punti se la squadra riesce a passarsi la palla a ogni giocatore prima di segnare.

- Il gol varrà tanti punti quanti sono i passaggi che la squadra fa prima di segnare. Per esempio, se la squadra fa 6 passaggi, il gol conterà 6 punti.
- Un gol è valido solo dopo almeno 3 passaggi consecutivi tra diversi compagni di squadra.
- Ogni giocatore dovrebbe dire almeno una cosa positiva a un compagno di squadra alla fine della partita.
- Dopo ogni gol, il giocatore che ha segnato si scambia la posizione con il portiere.
- Le squadre sono incoraggiate a coinvolgere i giocatori meno esperti o timidi in ogni azione d'attacco.
- Durante la partita, viene assegnato un punto bonus se un giocatore aiuta un compagno di squadra in difficoltà.

Argomento: Comunicazione interculturale

"Parla a Colori"

Obiettivi: Sensibilizzare alla diversità linguistica e culturale come valore, incoraggiare la cooperazione e il rispetto reciproco e stimolare l'attenzione, la coordinazione e la

prontezza motoria. **Durata:** 20 minuti **Materiali:** 4 coni o cerchi colorati: es. blu, rosso, giallo, verde, una palla morbida per ogni squadra, una lista scritta con i nomi dei colori in diverse lingue (da preparare in anticipo), uno spazio ampio (palestra, cortile o campo).

Come si gioca: Fase introduttiva in cerchio (5 minuti) I partecipanti si siedono in cerchio. L'educatore introduce il tema: "Ci sono molte lingue e modi diversi di comunicare nel mondo. Oggi, giocheremo con i colori per scoprire come le parole cambiano da un paese all'altro, ma il significato rimane lo stesso." Vengono selezionati 4 bambini con background culturali diversi (o vengono assegnate delle lingue se non ci sono bambini di diversi background). Ogni bambino dice i nomi dei 4 colori (blu, rosso, giallo, verde) nella propria lingua o in quella assegnata. Il gruppo ripete insieme i nomi dei colori 1-2 volte per familiarizzare con essi.

Divisione in squadre (1 minuto) I bambini vengono divisi in 2 squadre equilibrate. I 4 coni colorati vengono posizionati a circa 5 metri dalla linea di partenza di ogni squadra.

Gioco: "Colpisci il colore giusto" (10 minuti) Un giocatore per squadra, a turno, parte dalla linea di lancio con la palla in mano. L'educatore chiama un colore ma usando ogni volta una lingua diversa (dalla lista preparata). Il giocatore deve ascoltare, riconoscere il colore nella lingua data, mirare e colpire il cono del colore corretto con la palla. I passaggi continuano finché ogni membro della squadra ha fatto almeno due turni. La squadra che completa il maggior numero di lanci corretti vince.

Variante: Se il gruppo è molto eterogeneo, i compagni di squadra possono aiutarsi a vicenda traducendo il colore prima del lancio (incoraggiando la cooperazione linguistica). **Fase conclusiva in cerchio (4 minuti)** Una breve discussione per rafforzare il messaggio del valore e della ricchezza della diversità linguistica. Puoi porre le domande qui sotto: "Come vi siete sentiti a sentire parole in lingue diverse? È stato difficile? Perché è importante conoscere parole in altre lingue per comunicare meglio?" Incoraggia il gruppo a riflettere su come si sono sentiti a sentire e usare lingue diverse. Alcuni bambini potrebbero trovarlo confuso o eccitante, entrambe le reazioni sono valide e aprono la porta alla conversazione. Ricorda al gruppo che imparare anche solo poche parole in un'altra lingua può aiutarci a connetterci meglio, mostrare rispetto e capirci più profondamente. Usa questo momento per sottolineare come la diversità linguistica sia una forza, non una barriera.

Esempi di Regole Aperte per la Comunicazione Interculturale:

- Ogni giocatore dovrebbe gridare il nome del compagno di squadra quando passa la palla.
- Ogni giocatore deve rimanere in silenzio per tutta la partita.
- Ogni giocatore deve comunicare in un modo unico e diverso. Per esempio: comunicazione verbale in una lingua diversa; comunicazione non verbale, come

l'uso di segnali con le mani o battere le mani due volte per chiedere la palla quando non è marcato.

- Usa un saluto da un'altra lingua prima dell'inizio della partita.
- Ogni squadra deve creare e usare un coro o una parola di squadra in una lingua diversa dalla propria.
- Ogni giocatore condivide una cosa sulla propria cultura durante il cerchio pre-partita.
- Il portiere di ogni squadra incoraggia i giocatori e organizza la formazione.
- All'intervallo, le squadre fanno un briefing su cosa sta andando bene e su quali aspetti devono migliorare.
- Per 3 minuti, le squadre devono giocare senza parlare, usando solo gesti per comunicare.
- Alla fine della partita, ogni squadra insegna una parola gentile (es. "grazie", "ben fatto") nella propria lingua.

Argomento: Diversità e Appartenenza

"Passo Separati, Passo Insieme"

Obiettivi: Aiutare i bambini a esplorare come siamo tutti diversi eppure, tutti condividiamo molte cose in comune. Un modo divertente e fisico per stimolare la

discussione sull'inclusione, il lavoro di squadra e l'empatia. **Durata:** 10-15 minuti

Materiali: Solo uno spazio aperto.

Come si gioca:

- Chiedi a due volontari di venire davanti e stare schiena contro schiena al centro dello spazio.
- Chiedi al resto del gruppo: "Qual è qualcosa che sembra o è diverso tra loro?" (Esempi: "Uno è più alto", "Capelli diversi", "Indossano scarpe diverse", ecc.) Per ogni differenza nominata, i due volontari fanno un passo all'indietro l'uno dall'altro.
- Quando non possono più allontanarsi, di: "Ora cerchiamo ciò che hanno in comune!" (Esempi: "A entrambi piace il calcio", "Entrambi sono gentili", "Entrambi indossano gli occhiali", ecc.) Per ogni somiglianza nominata, fanno un passo l'uno verso l'altro finché non si incontrano di nuovo.

Riflessione guidata dall'allenatore: Dopo che si sono incontrati al centro, riunisci il gruppo in un cerchio per una breve discussione:

- Le differenze sono state facili da notare? Perché?
- Le somiglianze a volte sono state più difficili da vedere? Perché?
- Perché entrambe sono importanti quando stiamo costruendo una squadra?
- Come possiamo assicurarci che tutti nella nostra squadra si sentano inclusi, anche se sembrano diversi?

Consiglio per l'allenatore: Se il gruppo è timido, puoi mostrare prima l'attività con un altro adulto o un bambino più grande. Mantieni un tono leggero, giocoso e positivo. L'obiettivo è celebrare l'unicità e la connessione.

Esempi di Regole Aperte per la Diversità e l'Appartenenza:

- Ogni giocatore deve giocare in almeno due posizioni diverse durante la partita.
- Prima della partita, ogni giocatore dice una cosa che gli piace dell'essere parte di questa squadra.

- Usa i nomi dei giocatori quando passi la palla.
- Ogni tempo deve iniziare con un passaggio da un giocatore che non ha ancora parlato durante la discussione pre-partita.
- Ogni giocatore condivide una parola positiva su un compagno di squadra prima che la partita inizi.
- Nessun giocatore può segnare più di due gol consecutivi.
- Prima della partita, tutti dicono una cosa bella su se stessi alla squadra.
- Un gol segnato da un giocatore che non ha segnato in precedenza nella partita conta il doppio.

Argomento: Empatia e Rispetto per l'altra squadra

"Il Gioco delle Emozioni: Palleggia, Condividi e Connettiti"

Obiettivi: Aumentare la consapevolezza emotiva, la fiducia e la collaborazione all'interno della squadra e promuovere il fair play, l'inclusività e il rispetto. **Durata:** 40 minuti **Materiali:** palloni, coni, una piccola porta finale, qualsiasi attrezzatura che possa essere utilizzata in un percorso di dribbling.

Come si gioca: Riscaldamento (8 minuti) In cerchio o liberamente per il campo, i giocatori si passano la palla con le mani o i piedi. Chi passa nomina un'emozione (Gioia-Tristezza-Rabbia-Paura-Sorpresa-Disgusto-Orgoglio-Gelosia). Chi riceve deve dire una parola associata all'emozione menzionata. Es. Gioia – Gelato / Tristezza – Inverno / Rabbia – Rosso.

Palleggio ed Emozione (7 minuti) I giocatori palleggiano liberamente per la griglia. Al tuo fischio, si mettono in coppia e condividono un momento in cui si sono sentiti nervosi, orgogliosi o frustrati in una partita. Ripeti il processo 5 volte con 5 diverse emozioni.

Palleggio ed Empatia & Rispondi (20 minuti) Imposta un percorso di dribbling con ostacoli – pensa a un percorso di slalom. Alla fine del percorso metti una porta finale molto piccola o due coni (a circa 1,5 metri di distanza) per indicare una porta finale. Accanto alla porta finale metti per terra le carte degli scenari (vedi sotto).

1. Un giocatore alla volta inizia il percorso, palleggiando attraverso i coni o eseguendo semplici sfide di abilità (es. tocchi di punta, dribbling interno-esterno, passaggio contro un muro/cono).
2. Quando arrivano alla fine del percorso, devono segnare con successo la palla nella porta finale.
3. Se segnano, prendono una carta e la tengono.

Esempi di carte scenario:

- "Hai sbagliato una porta vuota."
- "Hai fatto un grande assist, ma nessuno ha detto niente."
- "Sei il giocatore più piccolo in campo e non ricevi molti passaggi."
- "I tuoi genitori ti guardano giocare dagli spalti e ti danno istruzioni su come giocare."
- "Sei nuovo in una squadra e non parli la stessa lingua." Ripeti il processo finché tutti i giocatori hanno fatto il percorso almeno due volte.

Siediti in cerchio a terra. Ogni giocatore che ha "vinto" una carta scenario la legge ad alta voce. Se alcuni giocatori hanno più carte mentre altri non ne hanno, incoraggiali a condividerle in modo che ogni giocatore possa leggere ad alta voce uno scenario. Per ogni carta scenario, i compagni di squadra rispondono alle seguenti domande:

- "Come ti sentiresti se succedesse a te?"

- "Cosa potrebbe fare un compagno di squadra per aiutarti in quel momento?" Chiedi a tutti di stare in piedi in cerchio. Fate il giro e chiedi a ogni giocatore di completare la frase: "Una cosa che farò diversamente con i miei compagni di squadra dopo oggi è..." Chiunque può scegliere di passare se non vuole condividere. Puoi condividere con i bambini una conclusione come la seguente: "Oggi abbiamo imparato che il calcio non riguarda solo la vittoria o il segnare gol, ma anche come ci trattiamo l'un l'altro, sia in campo che fuori. Quando ascoltiamo, condividiamo e supportiamo i nostri compagni di squadra, aiutiamo tutti a sentirsi inclusi e rispettati. Questo è ciò che rende una vera squadra. Quindi continuiamo a giocare con empatia, rispetto e gentilezza perché il modo in cui giochiamo conta tanto quanto il risultato."

Esempi di Regole Aperte per l'Empatia e il Rispetto per l'altra squadra:

- Prima di iniziare la partita, ogni giocatore deve dire qualcosa di positivo su un compagno di squadra o un avversario.
- Qualsiasi offesa o linguaggio inappropriato ferma il gioco per 60 secondi e tutti eseguono una penitenza (es. flessioni, squat, ecc.).
- Qualsiasi offesa o linguaggio inappropriato concede alla squadra avversaria un calcio di punizione.
- Se un giocatore usa un linguaggio inappropriato, rimane fuori dalla partita per 3 minuti.
- Ogni volta che viene segnato un gol, entrambe le squadre si riuniscono in cerchio e recitano un motto comune.
- All'inizio e alla fine della partita, le due squadre si salutano con un 'cinque'.
- Dopo ogni gol, il marcatore deve ringraziare il giocatore che ha passato la palla con un gesto o una parola.
- Se un giocatore aiuta un avversario ad alzarsi dopo un fallo (es. fair play), la sua squadra riceve un calcio di punizione extra da usare durante la partita.
- Ogni squadra sceglie un "giocatore gentile" alla fine della partita e spiega perché.

Argomento: Inclusione/Esclusione

"Cosa c'è sotto la mia maglia?"

Obiettivi: Aiutare i bambini a esplorare e condividere parti della loro identità che potrebbero non essere visibili in superficie e aprire una conversazione sicura su razzismo, discriminazione ed esclusione. Incoraggiare i bambini a riflettere sulle proprie

esperienze e valori mentre imparano a rispettare le differenze degli altri. **Durata:** 20-30 minuti **Materiali:** Carta, matite/pennarelli, maglia stampabile opzionale (Allegato 6).

Come si gioca:

1. **Usa il modello (Allegato 6) (10 minuti)** Dai a ogni bambino il disegno di una maglia divisa in due parti:
 - **Lato visibile** – Questa metà rappresenta ciò che gli altri possono vedere (es. aspetto, comportamenti, azioni, come mi comporto, come mi vesto, come parlo).
 - **Lato invisibile** – Questa metà simboleggia ciò che è nascosto o interiore (es. pensieri, sentimenti, preoccupazioni, la mia cultura, tradizioni, paure, sogni, lingua, esperienze di sentirsi esclusi, speranze per la squadra). Incoraggia i bambini a scrivere su entrambi i lati per esprimere sia le parti "viste" che "nascoste" di sé stessi.
2. **Cerchio di riflessione (10 minuti)** Siediti in cerchio e lascia che i bambini condividano una o due cose di cui sono orgogliosi che si trovano "sotto la loro maglia". Nessuna pressione a condividere tutto. **Domande per la discussione di squadra:**
 - Perché pensate che le persone a volte vengano trattate ingiustamente solo per il loro aspetto o il loro modo di parlare?
 - Quali sono alcuni modi in cui possiamo includere e rispettare tutti dentro e fuori dal campo?
 - Come può il sapere cosa c'è sotto la maglia di qualcuno aiutarci a essere compagni di squadra migliori?

Spunto di riflessione per l'allenatore: "Pensate a una volta in cui qualcuno vi ha giudicato senza conoscere la vostra storia. Come potete assicurarvi che nessuno nella vostra squadra si senta così?" Puoi concludere la sessione con la seguente riflessione: "A volte, tutti noi viviamo momenti in cui qualcuno ci giudica prima di sapere veramente chi siamo o cosa abbiamo passato. Può essere doloroso e ingiusto. Come compagni di squadra, è importante ricordare che ognuno ha una storia e, prendendoci il tempo di capirci e rispettarci al di là di ciò che vediamo in superficie, creiamo una squadra più forte e gentile. Promettiamo di assicurarci che nessuno nella nostra squadra si senta escluso o giudicato, perché quando ci rispettiamo e ci supportiamo a vicenda, giochiamo tutti meglio insieme."

Consigli per l'allenatore su argomenti sensibili:

- Evita di chiedere ai bambini di condividere qualcosa di troppo personale.

- Normalizza la differenza: "È normale essere diversi, è questo che rende una squadra forte."
- Usa metafore calcistiche per mantenerlo concreto e sicuro: "Così come non vinciamo una partita con un solo giocatore, non costruiamo una grande squadra con un solo tipo di persona."

IDEA BONUS: Crea un "Muro dell'Identità della Squadra" Se i bambini si sentono a proprio agio, invitali ad aggiungere la loro maglia completata a un "Muro dell'Identità della Squadra" condiviso nel tuo spazio di allenamento. Questa esposizione collettiva diventa una celebrazione sia dell'individualità che dell'appartenenza, un promemoria visivo che ogni parte di noi, visibile e invisibile, è importante.

Esempi di Regole Aperte per l'Inclusione/Esclusione:

- Ogni giocatore deve giocare almeno 5 minuti in un ruolo centrale (es. attaccante o portiere).
- Se un giocatore non ha ricevuto un passaggio per 3 minuti, la squadra deve assicurarsi che riceva il prossimo.
- Durante le pause, le squadre devono parlare con qualcuno che non ha ancora parlato.
- Ogni squadra deve nominare un **'capitano dell'inclusione'** che si assicuri che tutti siano coinvolti.
- Ogni squadra deve insegnare a un compagno di squadra una parola in un'altra lingua prima dell'inizio della partita.
- Se una squadra riesce a passare la palla a tutti i suoi giocatori prima di segnare, il gol conterà due punti.
- Dopo un gol, la squadra deve fare una **celebrazione che includa tutti**.
- Inventate una **"danza della celebrazione"** che entrambe le squadre fanno insieme alla fine.
- I giocatori possono chiedere un **time-out** se si sentono insicuri o esclusi.
- I giocatori si alternano nell'eseguire le situazioni di palla inattiva (es. rimesse laterali, rigori, calci d'angolo, calci di punizione), seguendo un ordine predefinito.

Argomento: Auto-riflessione

"La Mia Partita, il Mio Specchio"

Obiettivo: Aiutare i bambini a riflettere sul proprio comportamento, sulle decisioni e sul lavoro di squadra durante una partita, sviluppando la consapevolezza delle proprie azioni e di come influenzano gli altri.

Durata: 30-40 minuti

Materiali: Coni colorati (o qualsiasi cosa per segnare lo spazio), "carte di riflessione" (opzionali - possono essere semplicemente suggerimenti verbali), un pallone.

Come si gioca:

Mini-Partita (15-20 minuti)

Dividi i giocatori in 2-3 piccole squadre e falli giocare a brevi partite in stile football3 (5-7 minuti ciascuna). Questa volta non ci sono regole aperte, solo gioco normale, ma chiedi loro di concentrarsi su come si comportano: *"Come tratto i miei compagni di squadra? Sono corretto? Aiuto gli altri?"*

Cerchio di Riflessione (15-20 minuti)

Prepara 3 coni colorati etichettati: *"Orgoglioso," "Posso Migliorare," "Sto Ancora Riflettendo."* Dopo la partita, fai una domanda come *"Come ho comunicato oggi?"* I bambini corrono verso il cono che riflette il loro stato d'animo. Poi chiedi a qualche giocatore di spiegare la propria scelta.

Puoi aiutarli con domande stimolanti come le seguenti:

- *"In che modo ho aiutato la mia squadra oggi?"*
- *"C'è stato un momento in cui mi sono sentito frustrato? Come ho reagito?"*
- *"Quale decisione che ho preso mi rende orgoglioso?"*
- *"Se potessi cambiare una cosa che ho fatto, quale sarebbe?"*
- *"Ho rispettato gli altri, sia i compagni di squadra che gli avversari?"*

Esempi di Regole Aperte per l'Auto-riflessione (Idea per la Prossima Partita):

Lascia che i giocatori co-creino una regola come:

- *"Alla fine della partita, tutti danno un commento positivo a un compagno di squadra."*
- *"Non puoi urlare a meno che non sia per incoraggiare."*
- *"Prima che la partita inizi, ogni squadra sceglierà una parola chiave o un valore (come lavoro di squadra, rispetto, coraggio, comunicazione o leadership) che*

rappresenta l'atteggiamento o il comportamento su cui si concentreranno durante l'attività. Questa parola servirà da tema per la riflessione finale, aiutando i partecipanti a identificare cosa ha guidato le loro azioni e modellato la loro esperienza."

Argomento: Superare le sfide e costruire la perseveranza

"Sfida Accettata!"

Obiettivi: Rafforzare la perseveranza con una riflessione ponderata e sostenere i compagni di squadra sotto pressione.

Durata: 40 minuti

Materiali: Palloni, coni, corde (a seconda delle sfide che sceglierai di usare).

Gioco di sfida sulla perseveranza (15-20 minuti)

Dividi i giocatori in piccole squadre. Crea un mini percorso a ostacoli usando coni o oggetti semplici.

Ad esempio:

- Palleggio a zig-zag → striscia sotto una corda (o una corda immaginaria) → mantieni l'equilibrio della palla per 5 secondi → tira in una piccola porta.
- 10 tocchi con la punta → 10 rotolamenti della palla → 5 tocchi con il piede debole → 3 palleggi → 1 tiro al volo senza rimbalzo.

Ogni squadra deve completare la sfida il maggior numero di volte possibile in 5 minuti, supportandosi a vicenda. Ogni volta che "falliscono", dicono ad alta voce: "La prossima volta!" e ricominciano.

Dopo il primo turno, aggiungi una piccola "difficoltà inaspettata" (es. usare il piede debole o legare insieme le gambe di due giocatori per rappresentare come la vita a volte ci lancia delle sfide).

Sottolinea: "Non si tratta di vincere, ma di incoraggiare i tuoi compagni di squadra e di non arrendersi!"

Riflessione di squadra (5-10 minuti)

Chiedi ai ragazzi:

- "Qual è stata la parte più difficile della sfida?"

- **"Come vi siete sentiti a continuare?"**

Cerchio della storia (10 minuti)

Riunisci i bambini in cerchio. Leggi o racconta questa breve storia:

"Quando Ángel Di María era un bambino, la sua famiglia lavorava duramente in un deposito di carbone per mantenerlo. Avevano pochissimi soldi, ma Di María sognava di diventare un calciatore. Correva agli allenamenti, giocava su campi accidentati e gli fu detto molte volte che non era abbastanza bravo. Ma lui continuò. Anche quando perse la finale della Coppa del Mondo per un infortunio, non si arrese. Anni dopo, segnò il gol della vittoria nella Copa América e aiutò l'Argentina a vincere la Coppa del Mondo. La sua storia ci insegna a continuare a provare anche quando le cose sono difficili."

- Quali sfide ha affrontato Angel di Maria?
- Cosa lo ha aiutato a vincere?
- Come può affrontare e superare le sfide aiutarci a crescere e diventare persone migliori?
- Avete mai provato a impegnarvi in qualcosa anche quando era difficile?

Esempi di Regole Aperte per Superare le Sfide e la Perseveranza:

- Ogni volta che un compagno di squadra commette un errore (sbaglia un passaggio, sbaglia un tiro, perde la palla), la squadra deve incoraggiarlo con una parola positiva o un 'cinque'.
- Ai giocatori non è permesso criticare o incolpare un compagno di squadra durante il gioco - sono consentiti solo commenti costruttivi o di supporto.
- Se un giocatore commette un errore, deve immediatamente fare un'altra mossa (un altro passaggio, un dribbling o riprovarci) senza fermarsi o arrendersi.
- I giocatori devono trovare un **"amico di supporto"** prima della partita. Durante il gioco, si incoraggiano a vicenda ogni volta che uno dei due è in difficoltà.
- Può essere assegnato un punto bonus se la squadra mostra perseveranza continuando a giocare bene anche quando sta perdendo.
- All'intervallo, ogni squadra deve condividere una cosa che per loro è stata difficile e una cosa che faranno diversamente nel secondo tempo.

Argomento: Ansia da allenamento

"Camminata dell'Ansia – Passaggio di Potere"

Obiettivo: Aiutare i bambini a nominare e a liberarsi delle preoccupazioni legate all'allenamento trasformandole in punti di forza, attraverso il movimento e il lavoro di squadra.

Durata: 15-20 minuti

Materiali necessari: Piccoli foglietti di carta e penne/matite, un grande contenitore o scatola vuota etichettata "Scatola dell'Ansia", un pallone per ogni piccolo gruppo (3-5 bambini per pallone).

Come si gioca:

Scrittura silenziosa dell'ansia (5 minuti)

Ogni bambino prende un foglietto di carta e scrive o disegna in privato qualcosa che lo fa sentire nervoso o ansioso quando si allena o gioca (es. sbagliare un tiro, essere osservato, compagni di squadra che urlano). Piegono i loro foglietti e li tengono in mano.

Camminata dell'Ansia (3-5 minuti)

I bambini camminano lentamente per il campo insieme, ognuno tenendo la propria ansia piegata tranquillamente nelle mani, senza parlare...

L'allenatore dice: *"Ad ogni passo, immaginate che l'ansia diventi più leggera. Non siete soli, tutti portano qualcosa."*

Passaggio di Potere (5 minuti)

Il gruppo forma un cerchio e inizia a passarsi il pallone, assicurandosi che tutti facciano un turno. Ogni volta che un bambino riceve la palla, dice ad alta voce una frase (esempi forniti in anticipo):

- "Posso riprovare."
- "Va bene essere nervosi."
- "Sto migliorando ogni giorno."
- "La mia squadra mi supporta."

Incoraggia i bambini a ripetere o a inventare le proprie brevi frasi di supporto.

La Scatola dell'Ansia (2-3 minuti)

Una volta che ogni bambino ha condiviso almeno una volta, camminano verso la "Scatola dell'Ansia" e vi lasciano cadere il loro foglietto piegato.

L'allenatore dice: "Avete superato la vostra ansia. Lasciamola nella scatola così possiamo concentrarci sul divertirvi e imparare."

Suggerimenti opzionali per la riflessione:

- *"Come vi siete sentiti a dire qualcosa di incoraggiante?"*
- *"Avete notato che i vostri sentimenti sono cambiati durante la camminata o i passaggi?"*
- *"Cosa possiamo fare quando qualcun altro è nervoso?"*

Esempi di Regole Aperte per l'Ansia da Allenamento:

- I giocatori possono richiedere un **time-out** se si sentono insicuri o stressati.
- Gli **errori sono permessi**. Nessuno è perfetto. I compagni di squadra incoraggiano lo sforzo, non solo i risultati.
- **Niente urla, colpe o pressioni**. Tutti parlano con calma e rispetto.
- Le **piccole vittorie** (come un buon passaggio o un primo tocco) vengono celebrate da tutta la squadra.
- I giocatori si controllano a vicenda prima della partita, durante l'intervallo e dopo la partita per vedere se qualcuno si sente a disagio o stressato.
- Prima di ogni partita, i giocatori devono dire una frase positiva ad alta voce come squadra.
- Dopo un gol mancato o un errore, i compagni di squadra devono dare un **feedback di supporto, non una critica**.

Argomento: Gestire la frustrazione e la rabbia

"Fuoco o Ghiaccio"

Obiettivo: Aiutare i giocatori a identificare ciò che scatena la loro rabbia ed esplorare strategie per gestirla attraverso la discussione e il movimento.

Durata: 60 minuti

Materiali: coni rossi e blu, palloni, carta e penne, pettorine.

Come si gioca:

Partita ingiusta (7 minuti)

Inizia una partita di calcio e prendi decisioni ingiuste/dai istruzioni ingiuste. Gioca per 5 minuti. Ferma il gioco e dedica i successivi 2 minuti alla discussione. Chiedi ai giocatori come si sono sentiti durante la partita. Hanno provato frustrazione o rabbia?

Discussione di riscaldamento (8 minuti)

Chiedi ai giocatori:

- *"Ci sono altri motivi per arrabbiarsi durante una partita o nella vita in generale?"*
- *"Come capite di essere arrabbiati (faccia rossa, pugni chiusi, battito cardiaco accelerato, ecc.)?"*

(Scrivi le loro risposte).

- *"Cosa vi aiuta a calmarvi?"*

(Respiri profondi? Parlare con qualcuno? Attività fisica? Musica?)

Spiega che la rabbia è normale, ma ciò che facciamo con essa è importante. Discuti di come la rabbia sia come il fuoco. Può dare energia, ma se non è controllata può bruciare noi stessi o gli altri.

Fuoco o Ghiaccio (15 minuti)

- Crea due zone a circa 20-30 metri di distanza. Una sarà segnata con coni rossi che rappresentano il **FUOCO** e l'altra con coni blu che rappresentano il **GHIACCIO**.
- Chiedi ai giocatori di mettersi in fila al centro di quella distanza.
- Spiega che il fuoco rappresenta la rabbia, mentre il ghiaccio rappresenta la totale assenza di emozione.
- Inoltre, dici loro che leggerai alcuni scenari e che dovranno scegliere se correre* verso l'area del fuoco o del ghiaccio a seconda che lo scenario provochi loro rabbia o meno, rispettivamente.

**Per arricchire l'attività, puoi istruire i giocatori a muoversi verso le aree designate facendo un'esercitazione con la palla invece di correre, come guidare la palla con il piede destro/sinistro, muovere la palla facendo "campanelle", ecc.*

- Scegli e leggi ad alta voce uno degli scenari forniti nella tabella sottostante.

Affermazioni sullo scenario della rabbia

- Un compagno di squadra ti incolpa per aver sbagliato un gol.
- L'arbitro prende una decisione che pensi sia totalmente ingiusta.
- Sei seduto in panchina e vuoi davvero giocare.

- Un altro giocatore ti spinge durante la partita.
- Sbagli una giocata che hai praticato per tutta la settimana.
- Un compagno di squadra ti urla contro con rabbia dopo un errore.
- L'altra squadra sta giocando sporco e non viene sanzionata.
- Senti che nessuno ti passa la palla.
- Qualcuno a bordo campo ti sta prendendo in giro.
- Senti che l'allenatore non sta notando il tuo impegno.
- I tuoi genitori urlano dagli spalti che non stai giocando bene/non stai segnando.
- Chiedi ad alcuni volontari di spiegare la loro scelta.
- Ricomincia. Fai questo processo 4-5 volte in totale.
- Ricorda ai giocatori le tecniche di "raffreddamento" che avevano menzionato durante la discussione di riscaldamento e scegli 3 di esse da praticare sul posto (es. fai 5 respiri profondi, sdraiati e chiudi gli occhi per 20 secondi, fai uno sprint, chiedi consiglio agli altri, ecc.).

Partita di calcio (20 minuti)

Continua la sessione giocando una partita di calcio. Chiedi ai giocatori di tenere a mente ciò su cui hanno già lavorato e che dovrebbero cercare di metterlo in pratica se necessario.

Idea Bonus: Puoi segretamente assegnare a un partecipante il compito di comportarsi in modo provocatorio o ingiusto di proposito, offrendo agli altri la possibilità di praticare la gestione della rabbia.

Riflessione (10 minuti)

Dopo la partita, potete sedervi tutti in cerchio e porre le seguenti domande suggerite: Come vi siete sentiti durante questa sessione? Cosa avete imparato? Perché è importante imparare a controllare la nostra rabbia?

Concludi l'attività spiegando che la gestione della rabbia richiede pratica costante e consapevolezza di sé. Puoi condividere esempi di gestione della rabbia sia riuscita che fallita da parte di atleti professionisti. Un esempio di successo potrebbe essere quando calciatori famosi come Ronaldo o Messi, in partite specifiche, hanno scelto di non reagire a comportamenti provocatori o aggressivi degli avversari. Invece, sono rimasti concentrati sul gioco e hanno incanalato le loro emozioni nel creare opportunità di segnare o nel guidare le loro squadre.

Al contrario, un esempio di gestione della rabbia non riuscita è il caso di Boban Janković, che, frustrato dopo aver ricevuto il suo quinto fallo, sbatté la testa contro un palo di cemento imbottito - un'azione che lo lasciò tragicamente paralizzato a vita.

!!! Assicurati sempre che gli esempi che scegli siano appropriati per l'età, il livello di maturità e le esigenze dei tuoi giocatori!

Esempi di Regole Aperte per la Gestione della frustrazione e della rabbia:

- Se un giocatore si sente frustrato, deve alzare la mano e fare tre respiri profondi prima di continuare.
- Se un giocatore si sente sopraffatto, può fare un **"gesto di pausa"** per prendere fiato. Tutti rispettano il gesto e fanno una breve pausa.
- Se un compagno di squadra mostra segni di rabbia, un altro giocatore deve offrire incoraggiamento con un **gesto positivo** (come un 'cinque' o un pollice in su).
- Non si discute con arbitri, mediatori o altri giocatori - le dispute devono essere risolte con un **mini-raduno di squadra**.
- Dopo un fallo o un errore, i giocatori devono usare una **parola calmante** (come "reset" o "focus") per ricordare alla squadra di rimanere positiva.
- Ogni squadra ha un **"alleato del benessere"** che osserva come si sentono tutti durante il gioco.
- Se si verifica un conflitto, i capitani di entrambe le squadre si incontrano rapidamente al centro e concordano su una soluzione equa senza incolpare nessuno.

Argomento: Risoluzione dei conflitti

"Il Problema del Calcio Magico"

Questa attività è ispirata al classico scenario di negoziazione 'Ugli Orange', originariamente sviluppato per la formazione sulla risoluzione dei conflitti.

Obiettivo: Incoraggiare i bambini a risolvere un conflitto pacificamente parlando, ascoltando e trovando una soluzione vantaggiosa per tutti.

Durata: 30-40 minuti

Materiali:

- Carte dei ruoli stampate (una per ogni squadra o scritte su schede)
- Informazioni segrete della Squadra dei Fulmini
- Informazioni segrete della Squadra dei Portieri d'Oro

- Script o foglio del facilitatore (la preparazione dello scenario che leggi ad alta voce)
- Timer o orologio
- Spazio per il lavoro di gruppo e la negoziazione (solo aree sul pavimento)

Come si gioca:

Preparazione della storia (10-15 minuti)

1. Riunisci i bambini e introduci l'attività:

"Ciao a tutti! Oggi giocheremo a un gioco divertente chiamato 'Il Problema del Calcio Magico.' Sarete divisi in due squadre e ogni squadra avrà un problema speciale da risolvere. L'obiettivo è lavorare insieme, parlare e trovare un modo in cui entrambe le squadre possano vincere!"

2. Dividi i bambini in due squadre:

- Puoi dividerli in modo uniforme contando i numeri ("1, 2, 1, 2...") o scegliere le squadre lasciando che i bambini scelgano i loro nomi di squadra di calcio preferiti.
- Nomina le squadre: **Squadra dei Fulmini** e **Squadra dei Portieri d'Oro**.

3. Dai a ogni squadra la loro carta segreta del ruolo:

"Ogni squadra riceverà una carta con alcune informazioni segrete sul problema della vostra squadra. Ricordate, non mostrate la vostra carta all'altra squadra! Leggetela in silenzio e non condividetela ancora."

- **Carta della Squadra dei Fulmini:** La vostra squadra ha maglie vecchie e consumate, e avete bisogno del tessuto speciale del Kit Magico per farne di nuove. Senza di esso, non potete giocare comodamente nella vostra grande partita.
- **Carta della Squadra dei Portieri d'Oro:** I vostri guanti da portiere si stanno sfasciando, e avete bisogno del materiale super-aderente del Kit Magico per ripararli. Senza di esso, il vostro portiere non può parare nessun tiro.

4. Spiega lo scenario:

"Due squadre di calcio, i Fulmini e i Portieri d'Oro, hanno entrambe una partita molto importante in arrivo questo fine settimana. A entrambe le squadre è stato detto che l'allenatrice Maria ha l'unico Kit Magico rimasto e lo darà solo a una delle due a meno che le due squadre non riescano a trovare una soluzione insieme."

! La Svolta (inizialmente nascosta a tutti i bambini) !

Il Kit Magico contiene entrambi:

- Tessuto per le maglie
- Materiale per i guanti da portiere

Quindi, se le squadre parlano e condividono ciò di cui hanno realmente bisogno, si renderanno conto di poter dividere il kit ed entrambe le squadre vinceranno.

Fase di Negoziazione (10 minuti)

Riunisci entrambe le squadre.

Di' a entrambe le squadre: "Ora potete parlare con l'altra squadra e cercare di risolvere il problema. Ricordate di ascoltare attentamente, di essere rispettosi e di cercare un modo che aiuti entrambe le squadre."

Imposta un timer per 10 minuti.

Osserva in silenzio. Incoraggia semplicemente il dialogo e l'ascolto rispettoso. Come facilitatore, non guidare i bambini verso la soluzione durante la fase di negoziazione. Osserva e basta.

Perché questo è importante:

L'apprendimento deriva dal fatto che lo capiscano da soli, specialmente nel momento in cui realizzano: "Oh! In realtà non abbiamo bisogno della stessa parte del kit, possiamo vincere entrambi!"

Se li aiuti o li guidi (es. "Forse dovrete dire all'altra squadra esattamente di cosa avete bisogno..."), togli loro quel momento di rivelazione, che è la parte più potente dell'attività.

Esempi di cosa NON fare durante la negoziazione: "Perché non chiedete loro di che parte del kit hanno bisogno?", "Volete entrambi la stessa cosa... o no?", "Potrebbe esserci un modo per vincere entrambi..."

Cosa PUOI fare: Osservare in silenzio, ricordar loro il tempo se necessario, intervenire solo se litigano in modo irrispettoso o si allontanano dal tema.

Condivisione della Soluzione (3-5 minuti)

Le squadre condividono cosa hanno deciso e come hanno risolto il problema.

Debriefing e Riflessione (10-15 minuti)

Discussione di gruppo su ciò che hanno imparato sulla comunicazione, il lavoro di squadra e la risoluzione dei conflitti. È in questo momento che li aiuti a riflettere.

Domande per il debriefing (dopo che hanno negoziato):

Se le squadre hanno trovato una soluzione/accordo, chiedi:

- Cosa è successo quando avete iniziato a parlare?
- All'inizio pensavate che solo una squadra potesse vincere?
- Come vi siete sentiti a trovare una soluzione che ha aiutato entrambe le squadre?
- Cosa vi ha aiutato a raggiungere un accordo?
- Come vi siete sentiti a trovare un modo in cui entrambe le squadre potevano vincere?
- Riuscite a pensare a problemi della vita reale in cui questo potrebbe aiutare?

Se le squadre non hanno trovato una soluzione/accordo, chiedi:

- Cosa è successo quando avete iniziato a parlare?
- Cosa ha reso difficile mettersi d'accordo o trovare una soluzione?
- Avete ascoltato attentamente ciò di cui l'altra squadra aveva bisogno?
- Come pensate che condividere i vostri veri bisogni avrebbe potuto aiutare?
- Cosa potreste fare diversamente la prossima volta per lavorare meglio come squadra?
- Vi viene in mente un momento in cui parlare vi ha aiutato a risolvere un problema?
- Perché è importante rimanere rispettosi anche quando non siete d'accordo?

Se le squadre hanno raggiunto una soluzione, ma solo una ha davvero "vinto"...

Se i bambini trovano una soluzione, ma non è una situazione vantaggiosa per tutti (es. una squadra "si è arresa" o ha fatto tutti i compromessi), questo è un ottimo momento di insegnamento. Dovrai guidarli a riflettere più profondamente sulla correttezza, la collaborazione e le opportunità mancate. Puoi porre alcune delle seguenti domande:

- Entrambe le squadre hanno ottenuto ciò di cui avevano bisogno o una squadra ha ottenuto di più?
- Come pensate che si sia sentita l'altra squadra riguardo al risultato?
- C'era un altro modo per risolvere il problema in modo che entrambe le squadre fossero felici?

- Cosa potete fare la prossima volta per cercare una soluzione in cui tutti ottengano qualcosa di cui hanno bisogno?

Aggiungi un tocco divertente (Idea Bonus Opzionale!)

- Un piccolo oggetto di scena "Kit Magico" (una scatola o una borsa con scarti di tessuto e pezzi di guanti) per aggiungere un elemento visivo e pratico.
- Una lavagna o un foglio di carta per il debriefing (es. per elencare ciò che li ha aiutati a risolvere il conflitto).
- Piccoli premi o certificati per il lavoro di squadra o la creatività.
- Ai bambini di questa età piace un po' di gioco di ruolo e creatività. Prendi in considerazione l'idea di dare loro dei badge con il nome della squadra o di farli disegnare il logo della loro squadra prima di iniziare per aumentare il coinvolgimento.

Esempi di Regole Aperte per la Risoluzione dei Conflitti:

- Alza la mano se c'è un disaccordo o una situazione poco chiara. In caso di disaccordo, prenditi una "pausa fair-play": ogni squadra propone una soluzione e tutti votano insieme.
- Alza la mano e ferma il gioco se commetti un fallo.
- Parla con calma e rispetto a tutti.
- Ferma il gioco se qualcuno si fa male o si arrabbia.
- Usa un time-out se le emozioni si fanno troppo intense.
- Aiuta gli altri a calmarsi. Cerca di non peggiorare le cose.

Argomento: Stereotipi di genere

"Il Gioco dei Nomi: Rompere gli Stereotipi!"

Questa attività è ispirata ai workshop di sensibilizzazione di genere "Making Rights a Reality" sviluppati da Amnesty International, originariamente progettati per migliorare la comprensione e promuovere discussioni sull'uguaglianza di genere.

Obiettivo: Introdurre ed esplorare gli stereotipi di genere in un modo divertente e semplice, aiutando i bambini a capire come il linguaggio può modellare il modo in cui vediamo gli altri.

Durata: 35-40 minuti

Materiali necessari:

- Nessuno (solo un pallone da calcio o una qualsiasi palla da lanciare, se lo si desidera)
- Una lavagna e un pennarello (se vuoi scrivere qualche nota dalla discussione con i bambini).

Come si gioca:

1. **Gioco dei Nomi Stereotipati** (10 minuti)

Inizia spiegando che gli stereotipi sono idee o pensieri che le persone hanno sugli altri in base a cose come il loro genere, età, background etnico o aspetto. Per esempio, a volte le persone pensano che solo i ragazzi possano essere bravi a calcio o che le ragazze debbano essere sempre gentili e dolci.

Forma un cerchio con i bambini. Il gioco inizia con una persona che dice il proprio nome, ma deve inventare un aggettivo che inizia con la stessa lettera del nome ed è legato all'essere una ragazza o una donna. Queste parole possono essere sia positive che negative. Esempi di risposte possono essere: "Bella Bianca", "Noiosa Nora", "Autoritaria Alice", "Gentile Giulia", "Forte Franco", "Selvaggio Simone", "Pigro Pasquale".

Nota per l'allenatore: Questo può essere un ottimo modo per avviare una conversazione sugli stereotipi. L'attività aiuta i bambini a vedere come certe parole vengono usate per descrivere ragazze e ragazzi.

2. **Discussione di Gruppo sugli Stereotipi** (10 minuti)

Dopo che tutti hanno condiviso il proprio nome e aggettivo, guida una discussione con le seguenti domande:

- *"Quante delle parole usate descrivono le ragazze in modo positivo?"*
- *"Cosa pensate che succederebbe se usassimo gli aggettivi che abbiamo usato per le ragazze per descrivere i ragazzi e quelli che abbiamo usato per i ragazzi per descrivere le ragazze?"*
- *"Perché pensate che le persone usino parole come 'autoritaria' per le ragazze o 'duro' per i ragazzi?"*
- *"Il nostro modo di parlare può portare a trattare le persone ingiustamente?"*

Nota per l'allenatore da condividere con i bambini: "Le parole possono essere potenti e possono modellare il modo in cui le persone vengono viste. Gli stereotipi spesso usano parole che fanno sembrare alcune persone più forti o migliori di altre, in base al loro genere. Anche gli stereotipi positivi, come dire che le ragazze sono sempre gentili o che i ragazzi sono sempre forti, possono essere dannosi. Queste idee fanno sentire le

persone come se dovessero agire in un certo modo e non potessero essere se stesse. È importante ricordare che tutti dovrebbero essere liberi di esprimere chi sono senza essere giudicati, anche se lo stereotipo sembra carino."

4. **Sfidare gli Stereotipi** (10 minuti)

Chiedi al gruppo di inventare parole che potrebbero essere usate per descrivere sia i ragazzi che le ragazze in modo positivo. Scrivi queste parole sulla lavagna.

Per esempio: "Intelligente", "Coraggioso", "Gentile", "Forte", "Sicuro di sé", "Creativo".

Spiega che parole come queste non dovrebbero essere legate a un solo genere. Tutti possono essere intelligenti, forti o coraggiosi, che siano un ragazzo o una ragazza.

5. **Discussione Conclusiva** (5 minuti)

Chiedi ai ragazzi:

- *"Cosa può succedere quando le persone credono negli stereotipi?" (Spiega che credere negli stereotipi può portare a trattamenti ingiusti, sentimenti feriti e impedire alle persone di provare cose nuove o di mostrare chi sono veramente.)*
- *"Da dove pensate che provengano gli stereotipi?" (Spiega che gli stereotipi vengono spesso imparati da cose come programmi TV, social media e a volte anche da ciò che le persone ci dicono a casa o a scuola.)*
- *"Cosa possiamo fare per limitare gli stereotipi?" (Incoraggia idee come usare un linguaggio corretto, riconoscere che ragazzi e ragazze possono fare le stesse cose e trattare tutti allo stesso modo.)*

Conclusione: Rafforza l'idea che nessuno dovrebbe essere limitato dagli stereotipi e che tutti dovrebbero essere liberi di fare ciò che amano, che sia giocare a calcio, leggere o qualsiasi altra cosa. Gli stereotipi possono far sentire le persone meno se stesse, come se non fossero trattate come persone reali. Quando iniziamo a vedere gli altri solo come parte di un gruppo o di un'etichetta, è più facile trattarli ingiustamente. Tutti meritiamo di essere visti per chi siamo veramente, non solo per un'etichetta.

Esempi di Regole Aperte per gli Stereotipi di Genere:

- Ogni gol consecutivo segnato da una squadra deve alternarsi tra una giocatrice e un giocatore.
- Ci dovrebbero essere lo stesso numero di ragazzi e ragazze all'interno di una squadra (se il numero di ragazze nella squadra è sufficiente a supportare tale regola).
- Ogni giocatore deve fare almeno un passaggio a un compagno di squadra del sesso opposto prima di tirare.
- I gol delle ragazze contano doppio (cioè, se una ragazza segna, conta come due gol).

- Un round di mediazione (dopo la partita) è guidato ogni volta da un ragazzo e una ragazza.

NOTA IMPORTANTE:

Le regole sopra menzionate in football3 sono progettate per incoraggiare l'inclusione e aumentare la partecipazione delle ragazze, ma possono involontariamente creare una discriminazione positiva. Idealmente, l'equità non dovrebbe dipendere dal genere. Gli allenatori/coach dovrebbero valutare criticamente le esigenze del loro gruppo e decidere se tali regole supportano o ostacolano un gioco inclusivo. Per esempio, se i ragazzi in una squadra hanno forti stereotipi sulle ragazze e tendono a escluderle dal gioco, allora queste regole possono servire come uno strumento efficace per sfidare tale comportamento.

PARTE 6: Allenare con Cura: Energia, Suggerimenti pratici e il Ruolo dell'Allenatore

Suggerimenti per l'Allenatore: Mantenere l'Attenzione e Gestire l'Energia

Lavorare con ragazzi tra i 10 e i 12 anni significa gestire un'enorme **carica di energia**, una grande **curiosità** e, al contempo, brevi periodi di **attenzione**. Per rendere le tue sessioni divertenti, mirate e piene di **vibrazioni positive**, segui questi suggerimenti pratici:

1. Mantieni le attività brevi e dinamiche

- Dividi le attività in brevi blocchi (10-15 minuti).
- Usa transizioni veloci tra gli esercizi per mantenere lo slancio.

2. Usa Istruzioni Chiare e Semplici

- Dai un'istruzione alla volta. Mostrala, dilla e poi falla.
- Usa segnali con le mani o segnali visivi per rafforzare ciò che stai dicendo.

3. Mescola Attività Fisiche e Mentali

- Dopo un gioco ad alta energia, fai qualcosa di più lento, come un cerchio di discussione.
- Bilancia le pause mentali e il movimento per aiutare i ragazzi a resettare.

4. Imposta Limiti di Tempo

- Usa il conto alla rovescia ("ancora 5 secondi!") per mantenere le cose in movimento.
- I ragazzi rispondono bene a una tempistica prevedibile; aiuta con la concentrazione e le transizioni.

5. Coinvolgi i Ragazzi nel Guidare

- Lascia che dimostrino i riscaldamento, suggeriscano esercizi o aiutino a preparare l'attrezzatura.
- Dare loro responsabilità aumenta la concentrazione e il lavoro di squadra.

6. Usa il Chiamata-e-Risposta per Riconquistare l'Attenzione

Esempi:

- Allenatore: "Pronti ad ascoltare?" Ragazzi: "Pronti a imparare!"
- Allenatore: "1-2-3..." Ragazzi: "Occhi su di me!"

7. Loda ad Alta Voce il Comportamento Positivo

- Nota quando i ragazzi fanno buone scelte e celebra i loro sforzi.
- Usa frasi come: "Ottimo lavoro di squadra!" o "Concentrazione fantastica!"

8. Sappi Quando Cambiare Rotta

- Se l'energia sta crollando o il caos sta aumentando, cambia.
- Un gioco veloce, una pausa per l'acqua o un incoraggiamento di gruppo possono resettare l'atmosfera.

9. Mantieni una Presenza Calma

- Rimane positivo e coerente, anche se le cose si fanno rumorose o caotiche.
- I ragazzi rispecchiano la tua energia: la calma fiducia è contagiosa.

Riflessione Finale: Prevenire e Fermare Comportamenti Razzisti, Discriminatori e Xenofobi

È essenziale per gli allenatori riflettere sul ruolo più ampio che ricoprono nel plasmare l'ambiente per i giocatori. Prevenendo attivamente e affrontando i comportamenti razzisti, discriminatori e xenofobi, ci assicuriamo che tutti, indipendentemente dal loro background, si sentano al sicuro, valorizzati e rispettati nelle vostre squadre.

Ecco alcuni passi chiave che puoi compiere:

- **Identifica i Tuoi Pregiudizi Inconsci**

Tutti abbiamo pregiudizi e alcuni sono inconsci. È fondamentale riflettere su come le tue convinzioni e atteggiamenti verso persone che sono diverse da te potrebbero essersi formati. Essere consapevoli di questi pregiudizi ci permette di affrontare ogni situazione con una mentalità aperta e non giudicante.

- **Prendi Posizione Contro il Linguaggio Razzista o Xenofobo**

Se senti battute razziste, commenti o linguaggio xenofobo, sia da parte dei giocatori che di altri adulti, assicurati di farlo notare. Queste osservazioni, sebbene a volte considerate innocue, possono perpetuare stereotipi e atteggiamenti dannosi. Il silenzio può essere interpretato come assenso, quindi è importante affrontare questi comportamenti immediatamente.

- **Sostieni la Diversità Culturale**

Incoraggia la tua squadra ad accogliere e imparare a conoscere le diverse culture. Questo potrebbe significare partecipare a eventi culturali, esplorare cucine, leggere libri o guardare film/animazioni da diversi paesi. Quando i giocatori vedono che sostieni e celebri la diversità culturale, saranno più propensi a fare lo stesso.

Il tuo Ruolo come Allenatore:

Non devi essere un esperto di ogni cultura o avere abilità calcistiche avanzate. Ciò di cui hai bisogno è dare l'esempio. Creare un ambiente inclusivo riguarda l'empatia, la consapevolezza e la comunicazione aperta. Guida i tuoi giocatori a comprendere l'importanza della correttezza e del rispetto, non solo nel gioco ma anche in come interagiscono con gli altri nella loro vita quotidiana. Promuovendo l'empatia, la

consapevolezza e l'inclusività, puoi aiutare a formare giocatori che diventeranno non solo grandi atleti, ma anche persone migliori, contribuendo a una società più pacifica.

Conclusione

In un momento in cui i bambini in tutta Europa navigano in un mondo plasmato da tensioni sociali, comunità in evoluzione e influenze digitali crescenti, è più importante che mai creare spazi sicuri e inclusivi in cui i giovani si sentano di appartenere. È qui che il calcio, se usato in modo intenzionale, può essere più di un semplice gioco.

L'approccio football3 ci ricorda che il calcio può favorire l'empatia, la cooperazione e il rispetto. Questo kit di strumenti adatta quella potente metodologia per i bambini di 10-12 anni, offrendo ad allenatori ed educatori modi giocosi e creativi per aprire conversazioni su importanti argomenti sociali, supportando al contempo la crescita emotiva e la connessione sociale.

Combinando lo sport con il dialogo, la narrazione e le sfide di squadra, possiamo aiutare i bambini a imparare competenze di vita che vanno ben oltre il campo da gioco. Le attività in questa guida supportano l'**auto-riflessione**, la **regolazione emotiva**, il **pensiero critico** e le **competenze di cittadinanza attiva** di cui i giovani hanno bisogno per prosperare in un mondo sempre più complesso.

Organizzazioni comunitarie, educatori e allenatori hanno un'opportunità unica per trasformare il calcio in uno spazio che sfida l'esclusione, il pregiudizio e la discriminazione, promuovendo al contempo la correttezza, il lavoro di squadra e il rispetto reciproco. Questo kit di strumenti è solo il punto di partenza. Possa ispirarti ad adattare, espandere e creare i tuoi percorsi creativi e giocosi verso l'inclusione.

Allegati

Allegato 1 – Modulo del mediatore

Modulo del mediatore

Mediatore/i:

Luogo:

Data:

Punteggio della partita

Squadre			
Gol			
Punti Partita			
Punti (Autovalutazione)	Fair	Play	
Punti (dati dall'altra squadra)	Fair	Play	
TOTALE PUNTI			

LE REGOLE

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

NOTE

Allegato 2 – Regole aperte

Carte Visive delle Regole Aperte

Queste sono regole aperte semplici e giocose, facili da capire per i bambini e divertenti da votare o da alternare settimanalmente. Puoi metterle su carte o piccoli poster e lasciare che i bambini scelgano quelle che preferiscono.

Tema Visivo	Regola Aperta	Valore Insegnato
 Sparacoriandoli	Tutti festeggiano ogni gol, non importa chi segna.	Inclusività, gioia, successo condiviso
 Icona della stretta di mano	I giocatori si stringono la mano o si danno il cinque prima e dopo la partita.	Rispetto, connessione
 Frecce a loop	Devi passare la palla ad almeno 2 compagni di squadra prima di segnare.	Lavoro di squadra, equità
 Ragazzi e ragazze devono alternarsi nel segnare.	Ragazzi e ragazze devono alternarsi nel segnare.	Equità di genere, correttezza
 Niente urla o reazioni di rabbia. Solo voci calme.	Niente urla o reazioni di rabbia. Solo voci calme.	Gestione dei conflitti, regolazione delle emozioni
 Corona	La squadra deve scegliere un "capitano della gentilezza" che faccia complimenti durante il gioco.	Leadership, incoraggiamento
 Arcobaleno	Crea una posa o una danza di celebrazione di squadra per dopo la partita.	Creatività, legame di squadra
 Ogni gol vale tanti punti quanti sono i passaggi che la squadra ha fatto prima di segnare. (es. sei passaggi-sei punti)	Ogni gol vale tanti punti quanti sono i passaggi che la squadra ha fatto prima di segnare. (es. sei passaggi-sei punti)	Lavoro di squadra, cooperazione



GIOIOSO



FELICE



TRISTE



ARRABBIATO



CALMO



STANCO



CONFUSO



ASSONNATO



PREOCCUPATO



SOLITARIO



ORGOGLIOSO



AFFAMATO



RAFFREDDATO



ACCALDATO



ECCITATO



SODDISFATTO

Appendice 4- “Riflettiamo”



Riflettiamo!

Data: _____ Argomento: _____

Luogo: _____ Squadra: _____

Rules

Per Niente

Così Così

100%

1.



2.



3.



4.



5.



Punteggio Complessivo: (Per niente =0, Così così=1, 100%=2)

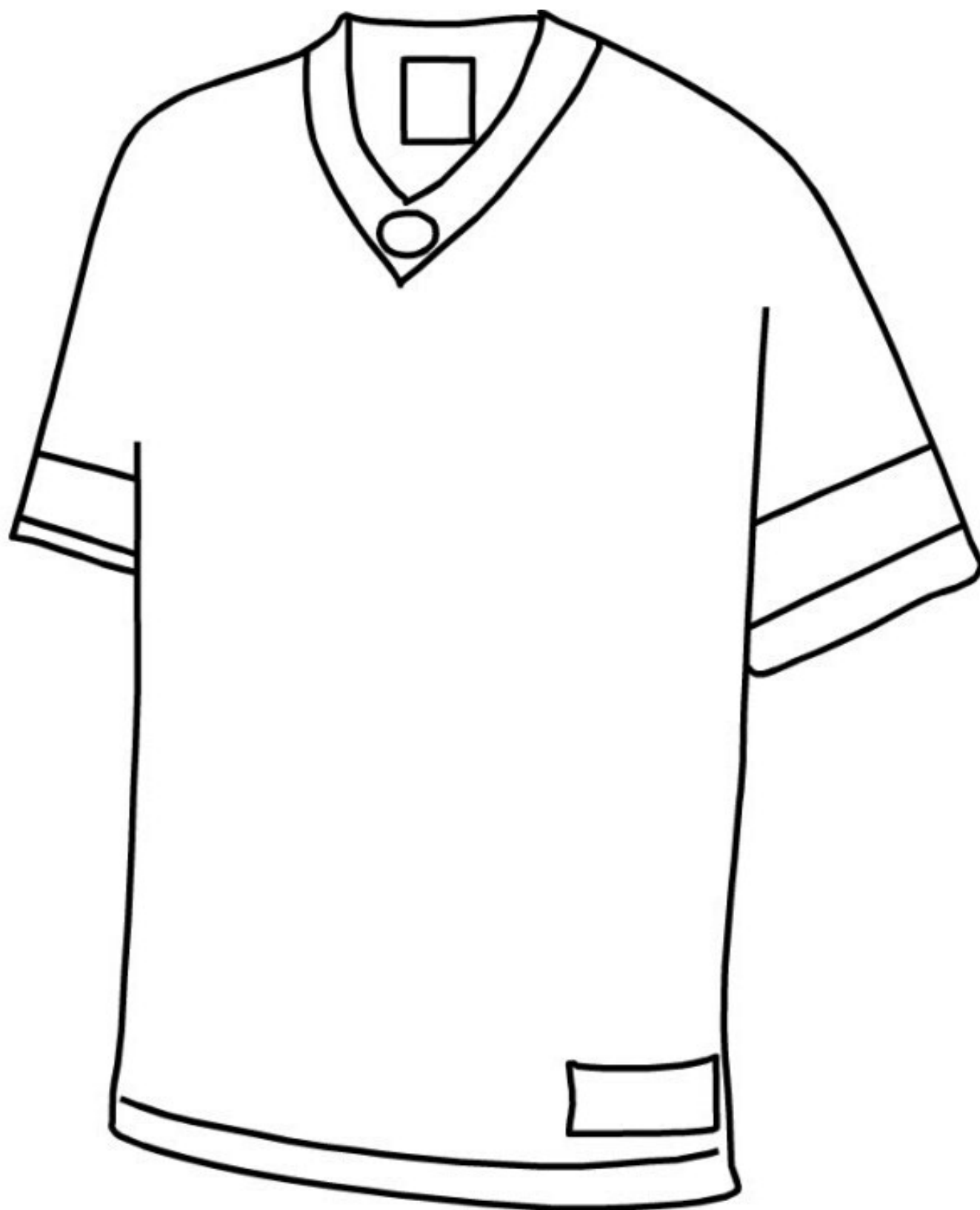
Commenti:

Appendice 5-Bingo Umano

Trova qualcuno che...

Sa fare una rovesciata	Ha 2 fratelli e sorelle	Ha praticato uno sport diverso dal calcio	Sa imitare le esultanze tipiche di due calciatori famosi	Sa nominare 10 paesi in 10 secondi
È nato/a in un altro paese	Conosce la data di compleanno di un calciatore famoso	Parla un'altra lingua a casa	Ama la pizza	Ha un animale domestico
Sa nominare 3 ruoli del calcio	Ha una bandiera di un altro paese in casa	Sa dire "ciao" in cinque lingue diverse	È nato/a nello stesso mese tuo	Ha giocato come portiere
Sa fischiare	Ha viaggiato all'estero	Sa fare almeno 5 palleggi	È mancino/a	Conosce un segnale dell'arbitro
Ha amici di culture diverse	Ha assaggiato cibi di un altro paese	Sa recitare uno scioglilingua	È molto bravo/a ai videogiochi	Vuole diventare allenatore/allenatrice un giorno

Appendice 6-Jersey worksheet



Risorse

- Horne, M., & Thiele, V. (n.d.). *DIALECT Toolkit: Disrupting polarisation – Building communities of tolerance through football* [PDF]. streetfootballworld. https://dialectproject.eu/wp-content/uploads/2022/02/DIALECT_Integrated-Training-Toolkit.pdf
- streetfootballworld (2018): football3 trainer manual. Available at: <https://www.streetfootballworld.org/sites/default/files/football3%20for%20respect%20Toolkit.pdf>.
- streetfootballworld (2014): football3 handbook. Available at: <https://www.streetfootballworld.org/sites/default/files/football3%20Handbook.pdf>
- National Center of Social Research (EKKE). (2020). *Primary and secondary research findings report*. Retrieved from <https://dialectproject.eu/dialect-4/news/>
- Amnesty International. (2021). Making rights a reality: Gender awareness workshops. <https://www.amnesty.org/ar/wp-content/uploads/2021/05/ACT770352004ENGLISH.pdf>

Ringraziamenti

Lo sviluppo di questo toolkit è stato possibile grazie al finanziamento dell'Unione Europea.

ActionAid Hellas ha realizzato questo manuale con il prezioso supporto dei partner del progetto DIALECT 4.

I risultati di questo progetto riflettono gli sforzi collettivi del consorzio DIALECT 4 e della comunità globale di organizzazioni che utilizzano football3 per liberare il potere del calcio a favore del cambiamento sociale.

Un ringraziamento speciale ai partner che fanno parte del progetto DIALECT e che lavorano per costruire comunità inclusive in Europa: ActionAid Hellas (Grecia), ActionAid Italia, EKKE (Grecia), Football Friends (Serbia), Second Chance Sports Association (Ungheria) e ai nostri partner associati, la UEFA Foundation for Children e Common Goal, per il loro sostegno inestimabile.

Nota di responsabilità

Finanziato dall'Unione Europea. Le opinioni e i punti di vista espressi sono tuttavia esclusivamente degli autori e non riflettono necessariamente quelli dell'Unione Europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenute responsabili in merito.