

SCHEDA INFORMATIVA

MODELLO 6+1 INCLUSIONE

MODELLO 6+1 INCLUSIONE



Modello 6+1 secondo Tiemann (2013), adattato da G+S (2022)

SUPPLIERS



NOSERGROUP

PARTNERS



SWISSLOS



Organizzare un insegnamento inclusivo del nuoto

Ogni gruppo è eterogeneo. Le partecipanti e i partecipanti si differenziano, ad esempio, per le esperienze pregresse, i ritmi di apprendimento, le capacità e le esigenze, ma anche per il modo in cui recepiscono le informazioni.

Il modello 6+1 (secondo Tiemann, 2013) ti aiuta ad adattare i compiti motori affinché il maggior numero possibile di partecipanti possa prendere parte attivamente all'insegnamento e lavorare per raggiungere un obiettivo di apprendimento comune.



Vale il seguente principio: non è la persona a doversi adattare al compito, ma è il compito che può essere adattato.

I sei ambiti rappresentano sei elementi sui quali puoi intervenire per adattare l'insegnamento. Il +1 rappresenta te, in qualità di monitorice o monitore. Il tuo atteggiamento, la tua capacità di osservazione e la tua disponibilità a cercare soluzioni flessibili sono determinanti.



- Lavorare con i pittogrammi (di grande aiuto anche in presenza di persone con ADS/ADHD o difficoltà uditive)
- Concordare regole chiare sul volume della voce e sulle modalità di comunicazione, ad es. chiamare la persona con il suo nome prima di lanciarle la palla
- Comunicare attraverso diversi canali sensoriali, ad es. uditivi, tattili e visivi
- Utilizzare un linguaggio semplice

- Lavorare in piccoli gruppi
- Lavorare in coppia
- Collaborare anziché competere (attività motorie cooperative)
- Definire ruoli di supporto, ad es. l'addetto ai passaggi
- Formare gruppi in base al livello, alle prestazioni o agli interessi e svolgere le attività in spazi diversi



- Impostare gli esercizi in modo che siano accessibili a tutti, ad es. preparando diversi «canestri» per la pallacanestro (altezze e dimensioni diverse dei canestri, cassoni, cerchi ecc.)
- Rendere gli esercizi più facili o difficili in funzione del livello
- Strutturare l'esercizio in modo graduale
- Concentrarsi su un altro aspetto, ad es. non conta la prestazione del singolo, bensì che l'esercizio venga svolto in squadra

- Creare un ambiente con poche distrazioni
 - Attenzione all'influsso della luce
 - In presenza di rumori fastidiosi, cambiare luogo, se possibile
 - Procedure strutturate, semplici e spiegate in modo chiaro
 - Ritualità; ad es. quando si saluta o ci si congeda, ma anche durante le lezioni/la pratica sportiva
 - Creare un luogo di ritiro, un'«isola-pausa» in un ambiente tranquillo
-



- Distribuire compiti e ruoli speciali in funzione delle abilità e delle competenze
 - Giocare a zone
 - Stabilire regole individuali
 - Adattare le dimensioni del campo da gioco
-

- Materiale speciale: palla con sonaglio
- Squadre facilmente distinguibili (preferire le maglie ai nastri)
- In alternativa, utilizzare palloni morbidi o leggeri
- Palloni con colori fortemente contrastanti facilitano il riconoscimento da parte delle persone ipovedenti
- Cuffie per ridurre gli stimoli acustici (pamir)
- Attrezzi speciali: carrozzine sportive, protesi sportive, ortesi ecc.



1. COMUNICAZIONE

La comunicazione comprende il modo in cui le informazioni vengono trasmesse e recepite. Ciò comprende in particolare le spiegazioni verbali, le dimostrazioni, le informazioni visive, i segnali e i feedback.

Non tutte le persone recepiscono le informazioni allo stesso modo. Utilizza quindi diversi canali di comunicazione.

Possibili adattamenti:

- Trasmettere le informazioni in modo conciso e strutturato
- Dimostrare i movimenti
- Spiegare i singoli elementi del movimento passo dopo passo
- Utilizzare ausili visivi
- Utilizzare gesti e segnali concordati
- Ripetere e riformulare le informazioni
- Fornire feedback mirati e comprensibili

Nell'insegnamento del nuoto

In piscina, le informazioni acustiche possono essere difficili da comprendere a causa del riverbero, dei rumori dell'acqua o di quelli prodotti dagli altri gruppi. Quanto più il movimento è complesso, tanto più è importante trasmettere le informazioni in modo chiaro e conciso.

Esempio: apprendimento di un nuovo movimento nel nuoto

Anziché spiegare il movimento esclusivamente a parole, si possono utilizzare anche altri canali di comunicazione:

- Visivo: dimostrare il movimento (dentro o fuori dall'acqua)
- Uditivo: utilizzare segnali acustici concordati, come battere le mani o fischiare, per scandire il ritmo o regolare la velocità di esecuzione
- Tattile-cinestetico: guidare l'esecuzione del movimento

2. FORME SOCIALI

Una forma sociale descrive l'organizzazione della collaborazione all'interno di un gruppo. Un compito può essere svolto, ad esempio, individualmente, a coppie, in piccoli gruppi oppure tutti insieme. La scelta della forma sociale influisce sul tempo dedicato all'apprendimento individuale delle partecipanti e dei partecipanti, sulle possibilità di sostegno, sulle modalità di feedback e su molti altri aspetti. Nell'insegnamento inclusivo del nuoto, tuttavia, occorre considerare non soltanto le esigenze individuali, ma anche le dinamiche del gruppo.

Possibili adattamenti:

- Lavoro individuale, lavoro a coppie o in piccoli gruppi
- Formare coppie fisse o variabili
- Formare gruppi in base al livello di prestazione o agli interessi
- Assegnare ruoli diversi all'interno di un compito
- Proporre compiti cooperativi
- Adattare le dimensioni e la composizione dei gruppi

Nell'insegnamento del nuoto

Una forma sociale adeguata può essere particolarmente utile quando le partecipanti e i partecipanti hanno esigenze diverse in termini di comunicazione, orientamento o sostegno. Ad esempio, una coppia affiatata può facilitare l'orientamento di una persona con disabilità visiva. Per una persona che si sente rapidamente sopraffatta da numerosi stimoli, un piccolo gruppo stabile può essere più indicato rispetto a frequenti cambiamenti nella composizione dei gruppi.

Esempio: esercitare la posizione del corpo in acqua

Per esercitare la posizione del corpo in acqua, le partecipanti e i partecipanti lavorano a coppie. Una persona nuota per un breve tratto, mentre l'altra osserva un aspetto concordato in precedenza, ad esempio la posizione del corpo. Successivamente, i ruoli vengono invertiti. Il lavoro a coppie consente di scambiarsi feedback e aumenta il tempo dedicato all'apprendimento attivo.

3. PRESENTAZIONE DEGLI ESERCIZI

La presentazione degli esercizi chiarisce ciò che le partecipanti e i partecipanti devono fare e imparare. Può essere strutturata in modo da tenere conto delle diverse condizioni individuali, senza rinunciare all'obiettivo di apprendimento comune.

Possibili adattamenti

- Suddividere un esercizio in singole fasi di apprendimento
- Proporre diversi livelli di difficoltà
- Consentire diverse modalità di esecuzione
- Concentrarsi su un aspetto specifico del movimento
- Svolgere un esercizio con o senza sostegno
- Proporre sfide supplementari alle partecipanti e ai partecipanti che hanno già acquisito sicurezza

Nell'insegnamento del nuoto

Un esercizio può essere adattato, ad esempio, modificando la complessità del movimento, la coordinazione richiesta o il grado di autonomia. In questo modo, tutte le partecipanti e tutti i partecipanti possono lavorare per raggiungere lo stesso obiettivo di apprendimento, ma con un livello di difficoltà adeguato.

Esempio

Durante l'apprendimento della rana, una persona si esercita inizialmente soltanto nel movimento delle gambe con un sostegno.

Un'altra combina già i movimenti delle braccia e delle gambe. Entrambe lavorano per raggiungere lo stesso obiettivo di apprendimento, ma si trovano in fasi di apprendimento diverse.

4. AMBIENTE DI APPRENDIMENTO

L'ambiente di apprendimento comprende le condizioni in cui si svolgono le lezioni e gli esercizi. In piscina, queste includono in particolare lo spazio, la profondità dell'acqua, i rumori, l'orientamento e l'organizzazione della lezione.

Possibili adattamenti

- Scegliere un luogo adatto per gli esercizi
- Utilizzare in modo mirato la profondità dell'acqua
- Organizzare in modo chiaro le corsie e gli spazi
- Stabilire punti di partenza e di ritrovo
- Ridurre gli stimoli e le distrazioni
- Prevedere una sequenza di attività chiara e regolare
- Prevedere spazio sufficiente tra le partecipanti e i partecipanti
- Organizzare in modo chiaro i passaggi da un esercizio all'altro

Nell'insegnamento del nuoto

L'ambiente di apprendimento in acqua influisce non soltanto sull'apprendimento, ma anche sull'orientamento e sulla sicurezza. Una chiara organizzazione degli spazi e dei tempi può essere particolarmente utile quando molte persone sono attive contemporaneamente.

Esempio

Per un nuovo esercizio, il gruppo si riunisce sempre nello stesso punto a bordo vasca. Qui viene spiegato e dimostrato l'esercizio. Solo successivamente le partecipanti e i partecipanti si distribuiscono nelle corsie e iniziano al segnale concordato.

5. REGOLE

Le regole stabiliscono le condizioni in cui si svolgono un compito, un gioco o un esercizio. Possono essere adattate per consentire una partecipazione significativa o per rendere il compito adeguatamente impegnativo.

Possibili adattamenti

- Semplificare o integrare le regole del gioco
- Stabilire punti di partenza o di arrivo individuali
- Consentire pause supplementari
- Permettere di assumere ruoli diversi
- Modificare l'ordine di esecuzione
- Consentire forme di movimento alternative

Nell'insegnamento del nuoto

Soprattutto nelle gare e nelle staffette, le regole possono essere adattate senza compromettere l'esperienza condivisa. L'importante è che l'adattamento rimanga comprensibile per il gruppo e che l'obiettivo del compito venga mantenuto.

Esempio

In una staffetta non tutte le partecipanti e tutti i partecipanti percorrono la stessa distanza. A seconda delle capacità individuali, si nuotano ad esempio 10 m, 15 m o 25 m. Tutte e tutti contribuiscono al risultato comune.

6. MATERIALE

Il materiale può supportare, facilitare o rendere più difficile l'esecuzione di un movimento. Attraverso la scelta e l'impiego mirato del materiale è possibile consentire diversi approcci a uno stesso obiettivo di apprendimento.

Possibili adattamenti

- Proporre materiali con caratteristiche diverse
- Sfruttare o ridurre in modo mirato la spinta ascensionale
- Variare le dimensioni e il peso del materiale
- Utilizzare materiale ben visibile o con colori contrastanti
- Posizionare o tenere il materiale in modo diverso
- Combinare diversi materiali
- Ridurre gradualmente il sostegno

Nell'insegnamento del nuoto

L'acqua, grazie alla spinta ascensionale, alla resistenza e alle diverse profondità, offre molteplici possibilità di adattamento. È possibile utilizzare in modo mirato materiali supplementari, ad esempio per stabilizzare la posizione del corpo in acqua, isolare un movimento o creare una sfida aggiuntiva.

Esempio

Per esercitare la posizione del corpo in acqua, una persona utilizza inizialmente un tubo galleggiante come sostegno. Non appena riesce a mantenere la posizione con crescente autonomia, il sostegno viene ridotto.

7. MONITRICE O MONITORE (+1)

Il +1 rappresenta la monitrice o il monitore e la sua capacità di osservare e valutare le situazioni e di adattare l'insegnamento in modo flessibile. Il modello costituisce uno strumento di riferimento: non tutte le difficoltà richiedono il medesimo tipo di adattamento.

Possibili adattamenti

- Osservare prima di apportare un adattamento
- Analizzare la causa di una difficoltà
- Modificare in modo mirato uno o più elementi
- Verificare l'efficacia di un adattamento
- Chiedere alle partecipanti e ai partecipanti di condividere le proprie esperienze ed esigenze
- Integrare gli adattamenti efficaci nella successiva pianificazione dell'insegnamento

Nell'insegnamento del nuoto

Quando una persona non riesce a svolgere un esercizio, occorre innanzitutto verificare quale sia la causa della difficoltà. Forse il problema non è il movimento stesso, ma la spiegazione, l'ambiente, il materiale o l'organizzazione.

Esempio

Una persona non riesce ripetutamente a svolgere un esercizio. Anziché rinunciare subito all'esercizio, la monitrice o il monitore modifica dapprima il materiale e accorcia la distanza. Successivamente verifica se la persona riesce a eseguire il movimento con maggiore facilità.