

# VERSIONE ITALIANA MANUALE SOS







## SOMMARIO

<b>RINGRAZIAMENTI</b>	<b>6</b>
<b>ABBREVIAZIONI E ACRONIMI</b>	<b>7</b>
<b>INTRODUZIONE</b>	<b>8</b>
<b>SEZIONE 1</b>	<b>11</b>
LA LOGICA DEL PROGETTO SOS	<b>11</b>
LA CREAZIONE DELLE 15 UNITÀ	<b>14</b>
<b>SEZIONE 2</b>	<b>19</b>
A CHI È DESTINATO IL MANUALE SOS	<b>19</b>
COME USARE IL MANUALE SOS	<b>20</b>
<b>SEZIONE 3</b>	<b>23</b>
IMPLEMENTAZIONE DEL PROGETTO	<b>23</b>
Progettazione, formazione e sperimentazione del modulo didattico	<b>23</b>
Resoconti della sperimentazione	<b>25</b>
ANALISI DEL PROGETTO	<b>29</b>
Il punto di vista dei docenti di Educazione Fisica	<b>29</b>
Le voci degli studenti	<b>35</b>
<b>SOS CHECKLIST</b>	<b>41</b>
<b>CONCLUSIONI</b>	<b>42</b>
<b>ALLEGATI</b>	
IL SET DI CARTE SOS	<b>43</b>
Teoria, tecnica e metodologia dello sport	<b>44</b>
Istruzione sportiva adattata al contesto scolastico	<b>46</b>
Benessere fisico e mentale	<b>48</b>
Il ruolo educativo dello sport: le regole non scritte	<b>50</b>
Attività fisica che migliora la salute	<b>52</b>
Sport e diritti umani	<b>56</b>
Fair Play	<b>58</b>
Violenza Sportiva	<b>60</b>

Antidiscriminazione e razzismo	62
Valori sportivi	64
Lavorare bene sotto pressione	68
Autogestione	70
Senso di responsabilità e leadership	72
Automotivazione e motivare gli altri	74
Collaborazione/Teamwork	76
ATTIVITÀ SOS	78
Lezioni frontali/ di gruppo	79
Il Centopiedi - La rete e il pesce	80
Focus group su Sport & Salute	81
Prendi & Scappa	82
Sfida mensile con se stessi	83
HIIT	85
Tempo di Stretching	87
Progettare insieme	89
Workshop	90
Quiz	91
Sport inclusivo	92
Confronto sulla violenza sportiva	93
Carte contro la violenza sportiva	94
Giochi tradizionali	96
Film e dibattito	97
Nuvole di parole	99
Momenti di sportività	100
Equipaggiamento creativo	101
Cappuccetto Rosso	102
Campo minato	103
Festival	104
Vacanze al mare	105
Chernoball	106
Zattere	107
Tris	108
Staffetta ginnica	109
Basket - Passaggio & Tiro	110
Basket - Passaggio, Rimbalzo & Tiro	111
Partita di Basket	112
Orienteering Virtuale	113
Naufraghi	114
<b>BIBLIOGRAFIA</b>	<b>115</b>

# RINGRAZIAMENTI

Il progetto SOS - Sport Opens School è finanziato dal Programma Erasmus+ dell'Unione Europea.

Progetto n. 603266-EPP-1-2018-1-IT-SPO-SCP. Grant Agreement n. 2018-3684.

Questo manuale è stato preparato da un team di esperti del progetto SOS: Marianna Pavan, Marta Gravina e Laura Brazzarola.

Ringraziamo per il loro lavoro i formatori di SOS:

Francesco Uguagliati, Roberto Taffara, Silvia Cerea, Leonardo Busca, Simonetta Bortolami, Jacopo Tognon, Daniela Drago, Iulian Vrinceanu, Mariana Andone, Mojca Doupona Topic and Laura Capranica.

Un ringraziamento speciale va ai Coordinatori delle Scuole: Rotaru Ana Maria, José Vinagre, Caicci Annalisa, Ferenczi Szilvia, a tutti gli insegnanti di Educazione Fisica coinvolti nel progetto e a Valentina Mariotto.

Il team di SOS è inoltre grato ai numerosi studenti che hanno partecipato con entusiasmo al progetto.

Il supporto della Commissione Europea per la produzione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflette solo le opinioni degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per qualsiasi uso che possa essere fatto delle informazioni in essa contenute

*Progetto grafico di: Giacomo Simioni*

© SOS project, 2021

Tutti i diritti riservati

La presente pubblicazione può essere riprodotta, in tutto o in parte, previa citazione della fonte. La notifica di ciò sarebbe gradita.

# ABBREVIAZIONI E ACRONIMI

AF = Attività fisica

BPN = bisogni psicologici di base

EC = Commissione Europea

EF = Educazione Fisica

ETS = Educazione attraverso lo Sport

EU = Europeo

EUROSTAT = Ufficio statistico dell'Unione Europea

FARE = Football Against Racism in Europe

HEPA = Network Europeo per la promozione dell'attività fisica salutare

HIIT = Allenamento ad intervalli ad alta intensità

HRC = Consiglio per i diritti umani

IOC = Comitato Olimpico Internazionale

KC = competenze chiave

LIIS = stato stazionario a bassa intensità

NGO = Organizzazione Non Governativa

PYD = sviluppo giovanile positivo

SDT = teoria dell'autodeterminazione

SMART = Metodo: specifico - misurabile -raggiungibile - realistico - definito nel tempo

SOS = Sport Opens School

TPB = teoria del comportamento modificato

TPSR = insegnare la responsabilità personale e sociale

UDHR = Dichiarazione Universale dei Diritti Umani

UN = Nazioni Unite

UNESCO = Organizzazione delle Nazioni Unite per l'Educazione, la Scienza e la Cultura

UNGA = Assemblea generale delle Nazioni Unite

UNICEF = Fondo delle Nazioni Unite per l'infanzia

WHO = Organizzazione mondiale della Sanità

# INTRODUZIONE

**Sport Opens School (SOS)** è un progetto basato sul triplice scopo che lo sport può svolgere. Riconosce da un lato l'importanza del movimento e dell'attività fisica e dall'altro il ruolo cruciale che l'insegnamento dell'educazione fisica (EF) a scuola può avere nel trasmettere valori sociali e migliorare le abilità di vita.

L'obiettivo principale del progetto è stato quello di fornire agli insegnanti di educazione fisica delle scuole superiori un modulo di insegnamento innovativo che aumenta la partecipazione degli adolescenti allo sport, li educa al fair-play, alla tolleranza e all'inclusione per evitare il bullismo e infine fornire agli studenti competenze per la vita e l'occupabilità.

Nel 2000, il Consiglio europeo ha già riconosciuto i valori educativi che lo sport può far emergere affermando che "lo sport è un'attività umana che poggia su valori sociali, educativi e culturali fondamentali" (Consiglio UE, 2000).

Infatti, SOS si basa su diversi documenti dell'UE in materia di sport che sottolineano il ruolo importante dello sport come strumento educativo e di miglioramento della salute.

## **Gli obiettivi principali del progetto erano i seguenti:**

- Creare un modulo di insegnamento di educazione fisica per le scuole superiori che consideri l'importanza dell'attività fisica (miglioramento della salute), l'etica sportiva (fair play, integrità, lotta contro il bullismo) e le competenze di vita
- Sviluppare le competenze per la vita (life skills) e per l'occupabilità degli studenti che partecipano al progetto
- Formare gli insegnanti di educazione fisica in modo che possano implementare questo modulo didattico e partecipare al suo sviluppo e alla sua modifica sul posto di lavoro
- Rendere il modulo di educazione fisica SOS replicabile e applicabile in qualsiasi scuola superiore d'Europa (comprese le scuole superiori non sportive)
- Riposizionare l'importanza dell'insegnamento dell'educazione fisica, con lo scopo di migliorare la percezione dell'importanza dell'insegnamento dell'attività fisica nelle scuole superiori che non sono licei sportivi.

Il progetto crea una connessione tra il ruolo sociale dello sport e lo sviluppo di alcune delle competenze chiave raccomandate dalla CE per il mantenimento del benessere psicofisico dei giovani (KC6 "Competenza sociale e civica" e KC7 "Senso di iniziativa e imprenditorialità"). Ci sono prove, infatti, che numerosi indicatori positivi di sviluppo sono associati alla partecipazione sportiva, tra cui il miglioramento dell'autostima, la regolazione emotiva, la risoluzione dei problemi, il raggiungimento degli obiettivi, le competenze sociali e le prestazioni accademiche e professionali. La presenza di insegnanti di educazione fisica ben qualificati può coinvolgere gruppi di studenti nella costruzione di buone relazioni tra pari e nello sviluppo di competenze per la vita, in particolare capacità d'iniziativa, leadership, rispetto e lavoro di squadra.

Secondo l'indagine mondiale sull'educazione fisica nelle scuole dell'UNESCO (2013), l'autonomia delle scuole produce disparità e a volte accade che l'educazione fisica possa cedere il passo ad altre materie ritenute più importanti.

Seguendo le raccomandazioni della Commissione UE (2016) è fondamentale sostenere la formazione degli insegnanti perché, nell'istituzione educativa, essi hanno il maggior impatto sul rendimento degli studenti e possono ispirare e aiutare gli studenti ad acquisire competenze più elevate e rilevanti. Inoltre, fornire agli insegnanti una formazione continua significa stimolare la loro creatività e innovazione, aggiornare le loro competenze e dare loro la possibilità di sfruttarle per nuove opportunità di carriera.

Lo sviluppo delle competenze chiave europee è un obiettivo importante in tutti i paesi dell'UE, come espresso nel rapporto Eurydice (2002). L'aumento di queste competenze chiave nei giovani e nell'educazione degli adulti è pienamente integrato negli obiettivi del progetto SOS: le conoscenze, le abilità e le attitudini dei giovani saranno adeguatamente migliorate attraverso programmi di educazione formale e non formale; gli insegnanti di educazione fisica avranno l'opportunità di aggiornare le loro abilità e competenze. Infine, tutti i beneficiari del progetto trarranno vantaggio dalla dimensione europea dell'esperienza.

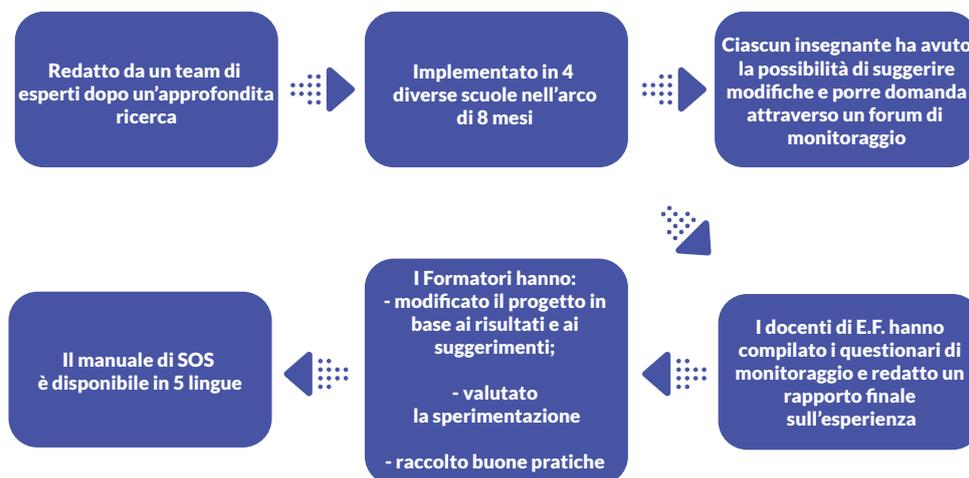
Pertanto, il modulo didattico SOS elaborato è molto innovativo sia nel contenuto che negli obiettivi. Infatti, mira a coprire tre argomenti principali: salute, fair play/integrità e life skills.

La novità consisterà nel cercare di combinare un modulo didattico che serva allo scopo di:

- Promuovere l'importanza dello sport come strumento di miglioramento della salute;
- Sensibilizzare sulle questioni dei diritti umani e rafforzare le relazioni degli studenti attraverso l'insegnamento del fair play e dell'integrità attraverso lo sport;
- Preparare gli studenti a occupazioni future e alle interazioni della vita quotidiana grazie all'insegnamento delle competenze per la vita e l'occupabilità attraverso lo sport.

L'aspetto innovativo del progetto è l'idea di creare un modulo così coinvolgente e utile allo stesso tempo, che dopo essere stato testato nei licei sportivi partner, sarà anche possibile esportarlo facilmente in ogni scuola secondaria di I° e II° grado.

La qualità del progetto è stata assicurata da un team di esperti che ha utilizzato un approccio top- down e bottom-up.



# SEZIONE 1

## LA LOGICA DEL PROGETTO SOS

Il progetto Sport Opens School (SOS) nasce dal presupposto che l'Educazione Fisica è importante quanto le altre materie scolastiche perché trasmette agli studenti competenze e valori fondamentali. Tuttavia, lo sport in sé non svolge automaticamente la sua funzione educativa; competenze e valori devono essere trasmessi agli studenti intenzionalmente. A questo scopo, gli insegnanti di educazione fisica svolgono un ruolo fondamentale. Quindi, devono essere formati per acquisire competenze e strumenti metodologici adeguati. Il nuovo metodo di insegnamento sviluppato dal team del progetto SOS vuole infatti affrontare il problema della qualità dei programmi di educazione fisica e delle qualifiche degli insegnanti coinvolti (Commissione Europea - Sviluppare la Dimensione Europea nello Sport, 2011).

La nuova visione dell'educazione sportiva proposta dal team del progetto SOS si è tradotta in un modulo innovativo di insegnamento dell'educazione fisica che è stato testato in 4 scuole superiori partner, concentrandosi sul ruolo dello sport per lo sviluppo di tre scopi principali che lo sport può svolgere:

- Migliorare la salute e il benessere dei giovani;
- Insegnare ai giovani i valori sociali fondamentali (fair play, integrità, tolleranza, inclusione);
- Promuovendo le loro capacità di vita e di impiego.



Il potere educativo non formale dello sport è ampiamente riconosciuto a livello europeo e il Libro Bianco sullo sport (Commissione Europea, 2007) sottolinea l'importanza dell'educazione fisica a scuola, poiché è benefica sia per la salute dei giovani che per uno sviluppo giovanile positivo. Tuttavia, lo sviluppo positivo dei giovani a volte non è una conseguenza automatica della partecipazione allo sport (Coakley, 2011) e deve essere combinato con altre attività al fine del rafforzamento del senso civico e sociale degli studenti (Wiese-Bjornstal e Weiss, 2009). Questa questione è particolarmente rilevante perché la maggior parte dei programmi di educazione fisica delle scuole superiori manca ancora di un modello di insegnamento innovativo che combini un approccio orientato alle abilità motorie e non motorie per imparare il fair play e la tolleranza, per prevenire il bullismo e per sostenere i giovani nello sviluppo delle competenze di vita e di occupabilità.

Per questo motivo, il progetto SOS risponde alla necessità di raggiungere risultati efficaci attraverso un nuovo programma di educazione fisica, mostrando come le attività sportive possono essere un mezzo efficace per migliorare le competenze personali e sociali degli studenti se correttamente definite verso questi obiettivi di apprendimento. Infatti, alcuni approcci di apprendimento sportivo sono oggi costruiti sulla convinzione che i valori dello sport devono essere integrati all'interno dei programmi di educazione fisica piuttosto che insegnati separatamente per essere più efficaci (Goudas, 2010). Pertanto, l'integrazione e l'attuazione di elementi sportivi da utilizzare per lo scopo educativo specifico di affrontare le competenze sociali e la trasformazione sociale dei giovani dovrebbe essere pianificata con risultati chiari, realistici e misurabili. Poiché il nuovo approccio consiste nell'adattare lo sport e l'attività fisica ai nuovi obiettivi di apprendimento, il primo scopo principale è stato quello di creare un ambiente amichevole tra gli studenti, superando in alcuni casi il tradizionale contesto educativo basato sulla performance all'interno del quale gli studenti spesso si trovano ad agire.

Negli approcci ricreativi all'educazione fisica, gli obiettivi primari degli insegnanti sono quelli di aiutare gli studenti a divertirsi, a sfogarsi e a lavorare in modo cooperativo con i loro compagni per rendere l'esperienza piacevole per tutti (Ennist, 2017). All'interno di un approccio ricreativo all'educazione fisica, le attività nelle classi possono essere gestite attraverso i giochi al centro dell'educazione come una metafora che offre l'opportunità di stimolare associazioni di pensieri e idee.



Un nuovo approccio dovrebbe essere progettato secondo i seguenti passi:

- Valutare la classe e i bisogni degli studenti
- Definire diversi modelli di intervento basati sui tre pilastri principali di SOS, in modo onnicomprensivo
- Progettare attività sulla base di nuovi obiettivi educativi:
  - Pianificare l'attività attraverso un approccio basato sullo sport
  - Costruire l'attività concentrandosi anche sullo sviluppo delle abilità non-motorie
  - Scegliere la metodologia orientata al nuovo obiettivo educativo (gioco di ruolo; apprendimento esperienziale all'aperto; dibattito; feedback degli studenti)
- Valutare i risultati della sperimentazione, cercando di individuare aree di miglioramento e condizioni per ridefinire alcuni elementi delle attività

Questo approccio porta a testare un nuovo ruolo per gli insegnanti di educazione fisica che tendono a sviluppare competenze più legate al ruolo di allenatore, riposizionando la rilevanza degli insegnanti di educazione fisica nelle scuole superiori sportive e non, evidenziando il beneficio finale per gli studenti grazie ad una visione più interdisciplinare. Di conseguenza, gli insegnanti di educazione fisica possono costruire una comunità di apprendimento dove gli studenti possono sviluppare insieme spirito di iniziativa, leadership positiva, nuova motivazione nella partecipazione sportiva, collaborazione e senso di responsabilità verso l'altro.

# LA CREAZIONE DELLE 15 UNITÀ

Nella definizione del nuovo programma di insegnamento, il team del progetto SOS ha incluso tutte le dimensioni che lo sport - come metodo completo - può migliorare per lo sviluppo positivo dei giovani. L'impatto di questo nuovo modulo di insegnamento sugli studenti avrà sia un impatto a breve termine, sviluppando la consapevolezza degli studenti sul ruolo dello sport nel promuovere il fair play, l'integrità, l'uguaglianza e la salute, sia un impatto a lungo termine, preparando gli studenti per le attività della vita quotidiana e i futuri lavori.

Così, abbiamo creato un nuovo modulo di insegnamento basato su tre pilastri principali che si sviluppa attraverso 15 argomenti. Chiaramente, sono tutti intrecciati. Tuttavia, per ragioni pratiche e per un'analisi approfondita sono raccolti in tre pilastri principali:

## • **Attività fisica e salute**

- Teoria, tecnica e metodologia dello sport
- Istruzione sportiva adattata al contesto scolastico
- Benessere fisico e mentale
- Ruolo educativo dello sport: le regole non scritte
- Attività fisica per migliorare la salute

## • **Integrità e fair play**

- Sport e diritti umani
- Fair Play
- Violenza nello sport
- Antidiscriminazione e razzismo
- Valori sportivi

## • Life skills

- Lavorare bene sotto pressione
- Autogestione
- Senso di responsabilità/leadership
- Auto-motivazione e motivare gli altri
- Collaborazione/teamwork

### • Attività fisica e salute

È opinione comune che il principio della promozione di stili di vita sani a scuola si scontri con il limitato impegno nello sport degli studenti e con le condizioni attuali che favoriscono stili di vita sedentari, come i programmi scolastici che dedicano meno tempo all'attività sportiva e l'uso crescente di strumenti mobili. In questo difficile quadro, la promozione di esperienze sportive giovali tra i giovani è diventata una questione urgente. La definizione di diverse opportunità sportive attraenti e accessibili a tutti gli studenti può essere un modo per migliorare la consapevolezza delle conseguenze di stili di vita sbagliati. Inoltre, grazie all'uso della tecnologia moderna, come le app digitali, i giovani hanno la possibilità di dare e ricevere feedback mentre fanno sport e questo può essere utile per migliorare il loro senso di autoefficacia nelle attività motorie. Allo stesso tempo, questa percezione di competenza si trasferirà in un migliore benessere fisico e mentale, nonché in una nuova motivazione ad adottare uno stile di vita fisicamente attivo anche al di fuori dell'ambiente scolastico. La strategia di includere il pilastro della salute nella progettazione del SOS risponde alla necessità di creare un approccio mirato, dove tutti gli studenti sono aperti a fare esperienza della loro autodeterminazione come un aspetto fondamentale del loro benessere mentale. Infine, i modelli di insegnamento dovrebbero prendere in considerazione i fattori di cooperazione tra pari, la creatività e il senso di appartenenza che sono rilevanti nei giovani.

### • Integrità e Fair play

L'impatto sociale dello sport è raramente affrontato nei programmi di educazione fisica delle scuole superiori. Il potenziale ruolo positivo dello sport nella società deve essere discusso in classe. Fair play, inclusione sociale nello sport e attraverso lo sport, lotta contro la violenza sportiva e razzismo, antidiscriminazione, integrità nello sport sono tutti argomenti con cui gli studenti devono familiarizzare. Spesso, i curricula di educazione fisica si concentrano principalmente sulla parte fisica dell'insegnamento. Tuttavia, anche la parte etica acquisirà il suo ruolo nell'insegnamento.

Ad esempio, il fair play potrebbe sembrare un argomento che chiunque dovrebbe conoscere. Tuttavia, come insegnarlo e implementarlo dentro e fuori i confini dello sport non è scontato. In effetti, gli atteggiamenti positivi nello sport dipendono anche dal comportamento degli educatori e degli allenatori. Ad esempio, un allenatore che enfatizza un atteggiamento "vincente a tutti i costi" influenza negativamente l'esperienza sportiva degli atleti. Nel campo della violenza sportiva, per superare la presenza di una visione sbagliata dello sport, gli insegnanti dovrebbero promuovere il divertimento e lo sviluppo delle abilità individuali come obiettivo principale. Presentando modelli di ruolo positivi, gli insegnanti dovrebbero incoraggiare il contributo, consentire la partecipazione al processo decisionale di tutti gli studenti ed evidenziare l'importanza del loro feedback in ogni attività. In questo modo aumentano il senso di appartenenza nelle squadre, integrando il valore positivo dello sport nel curriculum degli studenti. Allo stesso tempo, il coinvolgimento di altre persone del contesto di vita personale dello studente come i genitori può aiutare gli studenti a sviluppare un atteggiamento positivo nei confronti dello sport. Se i genitori condividono con gli insegnanti di educazione fisica il concetto di atteggiamenti positivi nei confronti della competizione, promuovendo gli stessi obiettivi di godimento, un'aspettativa realistica in termini di prestazione e affrontando possibili stati di ansia o comportamenti aggressivi, è più facile raggiungere il risultato atteso. Questo potrebbe

anche prevenire potenziali episodi di bullismo dentro e fuori la scuola.

Inoltre, gli studenti possono anche apprendere principi come l'antidiscriminazione e la lotta al razzismo attraverso lo sport. Le attività sportive di per sé possono insegnare loro l'uguaglianza, ma anche ascoltare le storie di vita di persone/atleti che sono state discriminate può essere utile. Possono anche mettersi nei panni delle persone con disabilità per comprendere gli ostacoli che incontrano nell'accedere e praticare lo sport. Tutto ciò li aiuterà a sviluppare una comprensione critica dello sport.

Infine, grazie ad attività extrascolastiche o interdisciplinari, potrebbero comprendere il potenziale potere dello sport nel promuovere i diritti umani e lo sviluppo (UNICEF 2004; UNGA 2004, 2007, 2014a, 2014b). Gli studenti possono imparare come lo sport può essere utilizzato per affrontare le questioni sociali e aumentare l'inclusione sociale (Comitato per i diritti umani delle Nazioni Unite 2015). Possono ampliare le loro conoscenze sul ruolo dello sport nel sostenere un cambiamento sociale positivo. In questo modo, mentre praticano e incoraggiano la pratica dello sport per migliorare il benessere fisico e mentale delle persone, potrebbero anche considerare il potenziale ruolo sociale dello sport. Questa è la chiave per costruire società inclusive e tolleranti.

#### • Life skills

Il lavoro di squadra, il senso di responsabilità/leadership e la motivazione sono tre abilità importanti da acquisire tra le competenze per la vita. L'educazione fisica può giocare un ruolo essenziale per l'acquisizione di queste competenze e per la trasferibilità delle abilità apprese nel contesto educativo e sportivo alla vita quotidiana degli studenti. Così, gli sport giovanili forniscono le opportunità perfette per i giovani di acquisire e sviluppare competenze sociali.

Tuttavia, è importante distinguere cosa sia lo "sport" come fattore sociale e cosa siano lo "sport e l'attività fisica" come potenziali strumenti educativi. I diversi approcci dell'educazione sportiva introdotti da Henning Eichberg (2010) possono sostenere un quadro chiaro all'interno del quale gli insegnanti possono definire la loro metodologia (Foldi et al., 2013).

- Il concetto di Educazione allo Sport ha come obiettivo principale lo sviluppo di abilità e competenze motorie in termini di prestazioni sportive. La metodologia è tradizionale, implementata attraverso la pratica di diverse discipline sportive. È un metodo tipico applicato nel contesto formale dell'educazione.
- L'educazione attraverso lo sport, è un processo più complesso e include obiettivi specifici come lo scopo di affrontare i problemi di salute e benessere. L'obiettivo principale è quello di diffondere la consapevolezza di stili di vita sani nella società, sostenendo il concetto di "sport per tutti", come strumento per educare le persone sul processo individuale di benessere.
- L'approccio Education through Sport (ETS) è molto più profondo in termini di obiettivi e risultati attesi e utilizza una prospettiva olistica. Questo approccio consiste nell'integrazione e nell'implementazione di elementi sportivi a scopo educativo per affrontare un problema sociale, sviluppare competenze sociali e innescare una trasformazione sociale duratura. L'intero processo educativo è pianificato e preparato. Dopo di esso ci si aspettano risultati chiari, realistici e misurabili.

L'ETS crea un apprendimento esistenziale tra le persone. Attraverso l'ETS ci si aspetta un cambiamento sociale duraturo. L'obiettivo è quello di consentire la conquista della consapevolezza di sé (empowerment) e provocare una trasformazione sociale sostenibile. L'ETS può essere considerato un approccio basato sullo sport dei metodi esperienziali (Kolb 1984). Questo metodo supporta gli studenti a fare esperienza, mettendo il gioco sportivo al centro dell'attività e dando più importanza al feedback degli studenti sui processi di gioco e sui loro comportamenti che alla performance stessa. Riflettendo insieme in un processo di debriefing guidato con regole fondamentali da parte degli insegnanti, essi stessi attraversano il cambiamento e sono in grado di utilizzare le nuove competenze che hanno imparato.

L'uso di giochi sportivi per l'apprendimento in modo esperienziale diventa efficace se:

- Sono motivanti, cooperativi e interdisciplinari
- Soddisfano gli obiettivi educativi
- Permettono la risoluzione di situazioni problematiche e l'applicazione di concetti in situazioni pratiche
- Favoriscono l'espressione orale e la consapevolezza culturale nel rispetto degli altri (è un metodo di apprendimento non giudicante, che dà feedback su processi e comportamenti non su persone)

La necessità di diffondere il disegno sperimentale è sottolineata nella ricerca che evidenzia la forte relazione tra sport e life skills (Gould e Carson, 2008). L'approccio di apprendimento esperienziale emerge come uno dei modi migliori per applicare una metodologia di sviluppo delle life skills negli ultimi anni. Questa metodologia include strumenti di teoria già testati in passato. Chapman et al. (1995) hanno fornito una lista di fattori che dovrebbero essere presenti per definire un'attività o un metodo come "esperienziale".

Per progettare in modo più efficiente le attività nel quadro dell'approccio ETS, come già suggerito da alcuni studi in passato (Sariscsany 1993; Carlson 1994), è necessaria una ridefinizione dei giochi sportivi tradizionali con il fattore del divertimento in educazione fisica. Un'estensione del concetto di gioco/divertimento potrebbe per esempio significare la responsabilità dell'arbitraggio, l'organizzazione degli orari o il posizionamento dei giocatori in una posizione adatta, così come il lavoro di squadra, la cooperazione e l'apprendimento di nuove abilità. L'educazione sportiva può essere quella che permette questa ridefinizione espandendo i termini del divertimento per includere il lavoro di squadra così come la socializzazione. Inoltre, nel caso delle abilità di leadership, lo sviluppo della leadership giovanile richiede sforzi intenzionali da parte di allenatori ed educatori fisici efficaci, dove ai giovani non solo vengono date opportunità di emergere ma viene anche insegnato come essere efficaci in quei ruoli (Gould, Voelker e Griffes, 2013).

Gli allenatori delle scuole superiori svolgono un ruolo importante nell'aiutare gli studenti a sviluppare competenze di vita attraverso la loro partecipazione sportiva, acquisendo nuove competenze come coach per le competenze sociali che possono valorizzare il loro percorso professionale.

## SEZIONE 2

# A CHI È DESTINATO IL MANUALE SOS

- Sei interessato a trovare modi più efficaci per coinvolgere i tuoi studenti nelle lezioni di educazione fisica?
- Vuoi incentivare il loro interesse per i diritti umani e il fair play?
- Stai cercando dei modi per migliorare il coinvolgimento degli studenti nelle attività extracurricolari?
- Stai pensando di introdurre l'insegnamento delle soft skills nelle tue classi?

**Allora continua a leggere!**

Questo manuale è pensato per:

- Insegnanti di educazione fisica delle scuole superiori
- Insegnanti delle scuole superiori
- Dirigenti delle scuole superiori
- Educatori
- Allenatori
- Organizzazioni della società civile, comprese le organizzazioni non governative (ONG) che lavorano in ambito educativo
- Istituzioni accademiche
- Comitati olimpici nazionali

Il manuale di SOS è rivolto principalmente agli insegnanti di educazione fisica delle scuole superiori come guida per le loro lezioni. Copre sia il supporto teorico che gli strumenti pratici per aiutare a realizzare sul campo i concetti presenti nel manuale.

# COME USARE IL MANUALE SOS

## PER CAPIRE:

OPTION  
**01** IL RUOLO EDUCATIVO  
DELLO SPORT

L'USO POTENZIALE DELL'EF PER  
MIGLIORARE LA SALUTE

OPTION  
**02**

OPTION  
**03** IL RUOLO DELLO SPORT NELLA  
PROMOZIONE DI ATTIVITA'  
ANTIDISCRIMINATORIE

COME LO SPORT PUO' INSEGNARE  
I DIRITTI UMANI E IL FAIR PLAY

OPTION  
**04**

OPTION  
**05** COME LO SPORT PUO' FAVORIRE  
LE ABILITA' DI VITA

COME ALCUNI PROBLEMI (ISOLAMENTO,  
BULLISMO ECC.) POSSONO ESSERE  
AFFRONTATI ATTRAVERSO LO SPORT

OPTION  
**06**

OPTION  
**07** COME REALIZZARE LE ATTIVITA'  
SOS

## PER IMPARARE:

OPTION

01

LE BUONE PRASSI DI ALTRE  
SCUOLE SUPERIORI

MAGGIORI INFORMAZIONI SULLA  
CONDUZIONE DI ATTIVITA' SPORTIVE  
DA REMOTO

OPTION

02

OPTION

03

I PUNTI DI VISTA DEGLI STUDENTI  
SULL'APPRENDIMENTO DELLE  
SOFT SKILLS

SULL'IMPORTANZA DI UN MODULO  
DI EF INNOVATIVO

OPTION

04

OPTION

05

ALCUNE DELLE ATTIVITA' CHE  
POSSONO ESSERE SVOLTE

COME MODIFICARE L'AMBIENTE  
SCOLASTICO ATTRAVERSO LO SPORT

OPTION

06

OPTION

07

COME MOTIVARE L'INTERESSE  
DEGLI STUDENTI PER I DIRITTI  
UMANI E I VALORI DELLO SPORT

Il manuale di SOS offre sia contenuti teorici che esempi pratici su come implementare le attività che fanno riferimento alla teoria.

Per ognuno dei 15 argomenti c'è una scheda didattica e diverse attività.

IL/I NUMERO/I  
IN GRASSETTO  
INDICANO A QUALE/I  
ARGOMENTO/I SI  
RIVOLGE L'ATTIVITA'



## Pillar n. 1 | Physical Activity and Health

### FRONTAL/GROUP LESSONS

#### Topics n.:

**2, 3, 5** (6, 10)

#### Age target:

**From 12 to 18 years old** (different materials in accordance with participants' age)

#### N. of people involved:

Min: 5 Max: 20

#### Necessary materials:

Projector and slides

#### Venue

School, home

#### Time:

30 mins per class

#### Activity description:

Frontal/Group lessons on the advantages to play sport and the importance of physical activity (PA):

- 1.** Introduction to PA: Definition of PA, Physical Exercise (PE) and sport activity.
- 2.** Guidelines of the World Health Organization (WHO; 2010): Recommended amount of PA.
- 3.** Positive effects of PA on physical wellbeing: type 2 diabetes, hypertension, obesity, cardiovascular diseases, osteoporosis, and cognitive impairment.
- 4.** Positive effects of PA on mental wellbeing: development of a positive body image and high self-esteem through the perception of self-efficacy, physical competence, and physical acceptance.
- 5.** Inclusion of other relevant topics.

OGNI ATTIVITA' APPARTIENNE PRINCIPALMENTE AD UN PILASTRO, RAPPRESENTATO DA UN SIMBOLO.

TUTTAVIA, LA MAGGIOR PARTE DELLE ATTIVITA' ESSENDO INTERDISCIPLINARI, TOCCANO PIU' DI UN PILASTRO

I NUMERI TRA PARENTESI RAPPRESENTANO QUALI ALTRI ARGOMENTI SONO COPERTI DALLA REALIZZAZIONE DELL'ATTIVITA'

LE ATTIVITA' SONO PROGETTATE PER ESSERE SVOLTE PRINCIPALMENTE A SCUOLA, MA LA MAGGIOR PARTE DI ESSE SONO ADATTE ANCHE PER L'APPRENDIMENTO A DISTANZA

## SEZIONE 3

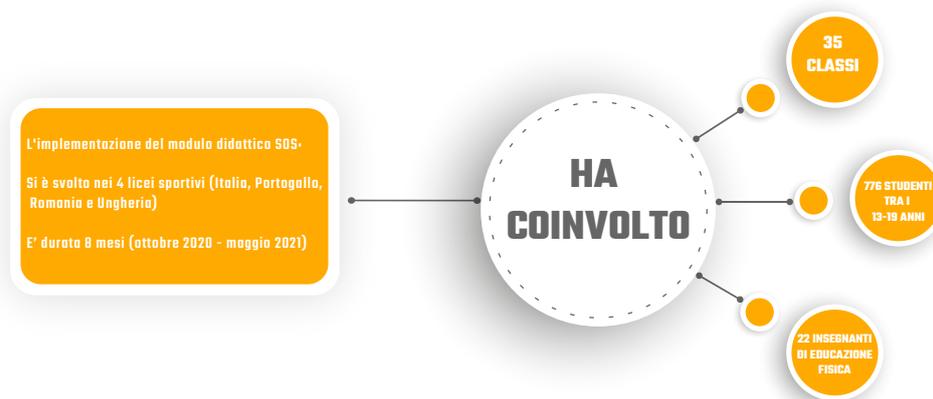
# IMPLEMENTAZIONE DEL PROGETTO

### Progettazione, formazione e sperimentazione del modulo didattico SOS

L'obiettivo principale del nuovo programma di insegnamento SOS era quello di creare un modulo di Educazione Fisica e di testarlo in primo luogo nei 4 licei sportivi coinvolti nel progetto. La sperimentazione era un passo necessario per raccogliere i feedback dei partecipanti e valutare i punti di forza e di debolezza del modulo per renderlo efficace e facilmente replicabile in tutte le scuole superiori. La fase di formazione dei 22 insegnanti di educazione fisica coinvolti e la sperimentazione nei 4 licei, ha permesso agli insegnanti di educazione fisica di mettere in pratica il nuovo modulo all'interno di un approccio basato sullo sport applicando una necessaria ridefinizione dei loro obiettivi educativi come un elemento stimolante della loro attività abituale. In linea con l'ambizione di creare un programma didattico europeo, basato sullo scambio di pratiche tra tutti i formatori, è stata creata una piattaforma online. Attraverso la piattaforma, il team interdisciplinare di formatori e gli insegnanti di educazione fisica coinvolti hanno interagito e scambiato opinioni e punti di vista sulle attività proposte. Di conseguenza, gli insegnanti di educazione fisica hanno avuto la possibilità di migliorare i loro metodi, tenere traccia delle attività realizzate e riferire il loro lavoro e le loro considerazioni, mentre i formatori hanno potuto utilizzare la piattaforma come strumento di monitoraggio della sperimentazione. La piattaforma ha dato la possibilità agli insegnanti di suggerire modifiche basate sulla loro esperienza pratica durante l'implementazione del modulo e sul feedback degli studenti. Infatti, anche gli studenti hanno avuto voce in capitolo sulle attività grazie alla chat presente nella piattaforma dove potevano lasciare commenti e suggerimenti per qualsiasi attività.

Alla base della sperimentazione scolastica tre elementi principali hanno sostenuto la qualità del lavoro:

- Il coinvolgimento di un team interdisciplinare di esperti nella stesura del nuovo modulo in aperta collaborazione con gli insegnanti delle scuole superiori di 5 paesi dell'UE (Italia, Malta, Romania, Ungheria e Portogallo)
- La partecipazione degli insegnanti di educazione fisica alla progettazione e alla sperimentazione delle attività del nuovo modulo
- La possibilità per tutto il team del progetto (formatori e insegnanti di educazione fisica) di interagire tra di loro durante un incontro di formazione di tre giorni e attraverso una piattaforma interattiva online.



In termini di progettazione, il nuovo modulo è stato sviluppato come attività motoria all'aperto e al coperto, secondo il concetto di gioco come metafora per supportare la crescita di abilità e competenze specifiche degli studenti come previsto dai tre pilastri di SOS. La sperimentazione era appena stata avviata quando la diffusione della pandemia COVID-19 ha improvvisamente costretto tutte le scuole alla chiusura e di conseguenza ha messo un freno alla sperimentazione del progetto SOS. Il team del progetto, sia i formatori che gli insegnanti di educazione fisica, sono stati costretti a ridefinire la maggior parte delle attività previste in modalità remota. In ogni scuola la situazione era diversa e la modalità di insegnamento seguiva la diffusione della pandemia di COVID-19 in ogni paese: alcune scuole sono passate completamente alla didattica a distanza, ma la maggior parte di esse poteva svolgere le attività in una modalità ibrida. Alcune scuole superiori hanno proposto l'esercizio fisico per mantenere i loro studenti in forma e preservare la loro salute e condizione motoria. Per motivi di salute e sicurezza, in alcune scuole non è stato possibile far svolgere agli studenti attività fisiche a casa, quindi, la maggior parte delle attività proposte durante l'insegnamento a distanza si sono concentrate su workshop online, dibattiti e discussioni di casi di studio, video e quiz su piattaforme online. Il coinvolgimento dei formatori per sostenere gli insegnanti di educazione fisica in questa fase è stato fondamentale per motivare gli insegnanti e per proporre nuovi strumenti per continuare le attività da remoto.

I formatori hanno aiutato gli insegnanti a raggiungere questi obiettivi principali:

- Selezionare gli strumenti online adeguati per soddisfare gli obiettivi educativi del SOS.
- Aumentare la loro abilità nel promuovere dibattiti e moderare la discussione sugli argomenti del SOS.
- Proporre strumenti di valutazione delle nuove competenze degli studenti (strumenti di osservazione, feedback e discussione nella comunità degli insegnanti).

## Resoconti della sperimentazione

Nel complesso, la fase di sperimentazione ha prodotto buoni risultati in termini di apprezzamento degli studenti e tasso di soddisfazione delle attività proposte; la capacità degli insegnanti di educazione fisica di accettare la sfida di cambiare i loro modelli educativi e provare nuovi strumenti; e il raggiungimento degli obiettivi educativi previsti. Alla fine della fase di sperimentazione, ogni scuola superiore ha prodotto una relazione che riassumeva gli aspetti positivi e negativi delle loro esperienze. Le questioni principali evidenziate nelle relazioni sono descritte di seguito e potrebbero essere utili per future applicazioni del metodo.

### Pilastro 1, Attività fisica e salute

A causa della pandemia, gli insegnanti hanno avuto poco tempo per svolgere attività in presenza a scuola. Pertanto, si sono concentrati principalmente sull'aumento della partecipazione degli studenti, rendendo le lezioni di educazione fisica più divertenti e piacevoli attraverso i giochi. I giochi sportivi aiutano a coinvolgere anche gli studenti che di solito sono meno attivi e a raggiungere l'obiettivo di forgiare il loro carattere e insegnare loro comportamenti pro-sociali come la collaborazione e l'empatia.

Gli insegnanti sono stati costretti a trovare il modo di adattare l'educazione sportiva alle nuove esigenze degli studenti: preservare il loro benessere fisico e mentale durante una pandemia globale. Hanno dovuto essere creativi per far sì che gli studenti smettessero di considerare lo sport solo come una materia scolastica e iniziassero a vederlo come un metodo per mantenersi in salute. Così anche nell'insegnamento a distanza, gli insegnanti hanno lavorato per migliorare le capacità motorie degli studenti, non solo per migliorare le loro prestazioni sportive, ma soprattutto per aumentare la consapevolezza di sé, la competenza percepita e il piacere delle loro esperienze nell'attività fisica. Gli studenti si sono sentiti motivati a mantenersi fisicamente attivi, gestendo autonomamente il tempo da dedicare all'attività fisica. Gli studenti a casa hanno dovuto sperimentare l'autogestione del tempo dedicato all'allenamento, dell'alimentazione, delle posture corrette. Dovevano essere fedeli a se stessi per vedere i risultati e sapevano che dipendeva tutto da loro. Questo significa che hanno dovuto sviluppare il senso di responsabilità così come l'automotivazione.

#### CONSIGLI PER L'INSEGNANTE

Invita gli studenti a usare app e dispositivi tecnologici per monitorare la loro salute e la forma fisica.

Questi strumenti aiutano a coinvolgere gli studenti meno attivi fisicamente che preferiscono la tecnologia agli sport all'aria aperta

Le attività che avevano lo scopo di migliorare la salute fisica e mentale hanno aiutato la maggior parte degli studenti a sviluppare forza, velocità e resistenza in varie condizioni, come richiesto negli eventi sportivi. Inoltre, hanno coinvolto la capacità tipica di atleti di livello avanzato di concentrarsi, dosare e controllare la forza in varie situazioni, così come la capacità di prendere decisioni in breve tempo. Alcune delle attività hanno anche coinvolto studenti con diversi problemi di salute come diabete di tipo 2, ipertensione, obesità, malattie cardiovascolari, osteoporosi, disturbi cognitivi e hanno dimostrato di avere effetti positivi sulla loro salute

fisica. Inoltre, le attività aiutano a sviluppare un'immagine positiva di sé, l'accettazione, un'alta autostima e l'autoefficacia, raggiungendo così lo scopo ultimo di sviluppare la personalità degli studenti per uno stile di vita sano.

Allo scopo di aumentare la consapevolezza sull'importanza del benessere fisico e mentale, gli insegnanti hanno coinvolto gli studenti attraverso discussioni, risoluzione di problemi, studi di casi, giochi di ruolo. Gli studenti hanno discusso argomenti difficili come l'anoressia, l'uguaglianza e l'accettazione della propria identità e questo li ha aiutati a migliorare la loro empatia e la loro capacità di mettersi nei panni degli altri. Gli insegnanti di educazione fisica hanno creato un ambiente di apprendimento molto stimolante e amichevole, portando gli studenti ad esprimere liberamente le loro emozioni e a discutere su alcuni temi difficili, e infine aiutando alcuni di loro a raggiungere l'accettazione di sé.

## **Pilastro 2, Integrità e Fair Play**

Tutte le attività proposte per gli argomenti del secondo pilastro sono state progettate tenendo presente un approccio ai diritti umani e avendo come pietra angolare il principio di non discriminazione. Inoltre, gli insegnanti di educazione fisica hanno interiorizzato molto bene il concetto di gioco come metafora, cioè la proposta di un contesto insolito, capace di attirare l'attenzione dei partecipanti e portarli fuori dalla loro vita quotidiana. Così, gli insegnanti di educazione fisica hanno imparato a riprogettare le attività e a concentrarsi sui fattori di divertimento e di ambiente amichevole delle metafore.

Gli insegnanti di educazione fisica hanno proposto attività per rendere gli studenti consapevoli del contesto in cui vivono e hanno sensibilizzato su atti e ambienti potenzialmente discriminatori; hanno svolto attività che consentono lo scambio di conoscenze culturali (sportive) tra gli studenti; oltre ad attività sportive che includono studenti con disabilità. Gli insegnanti di educazione fisica hanno valutato positivamente il fatto che la maggior parte delle attività non solo erano facilmente applicabili nel contesto scolastico, ma anche che i giochi erano adattabili per il pieno coinvolgimento di tutti gli studenti, indipendentemente dalla loro età e abilità. Nel periodo più difficile della pandemia COVID-19, quando tutte le attività devono essere gestite da remoto, gli insegnanti di educazione fisica hanno gestito le proposte di insegnamento online ottenendo feedback positivi dai loro studenti che si sono divertiti a guardare filmati sui valori dello sport e sulla lotta contro la discriminazione e a discuterli in seguito nelle lezioni online. Inoltre, i quiz sullo sport e sui diritti umani consegnati attraverso una piattaforma online sono stati molto ben accolti dagli studenti. Gli insegnanti di educazione fisica hanno apprezzato di avere più tempo da dedicare ai diritti umani, al fair play e all'integrità con i loro studenti, permettendo la crescita della consapevolezza sul ruolo dello sport nella società. Tuttavia, la maggior parte di loro avrebbe preferito avere l'opportunità di discutere questi argomenti in classe piuttosto che da remoto, in quanto ritengono più efficace combinare la teoria con le attività pratiche

### **CONSIGLI PER L'INSEGNANTE**

Tieni a mente un approccio basato sui diritti umani e il principio di non discriminazione quando pianifichi le attività

Gli insegnanti di educazione fisica sono riusciti a innescare molti dibattiti dopo aver visto i video con i loro studenti su vari argomenti come i diritti umani, il fair play, la violenza nello sport, la discriminazione e i valori dello sport. Hanno sostenuto diverse opinioni sul tema discusso su diverse situazioni, come casi reali di violenza in campo o di discriminazione, incoraggiando l'idea di fair play. Inoltre, i giochi scelti per le attività avevano lo scopo di ridurre il comportamento violento, incoraggiando gli studenti a lavorare insieme per la squadra. Ancora, le discussioni online sui temi avevano lo scopo di mantenere gli studenti allineati e stabili emotivamente e fisicamente.

Nel secondo pilastro, gli insegnanti di educazione fisica hanno sperimentato anche attività volte a sviluppare lo spirito di squadra e la fiducia nei compagni.

Gli studenti sono stati incoraggiati a rispettare tutti i valori dello sport e a invocare il fair play. Le squadre sono state create considerando un livello misto di abilità fisiche e coinvolgendo individui provenienti da gruppi svantaggiati. Anche se la competizione è stata incoraggiata così come la performance, tutto è stato gestito nei limiti del fair play e del senso di comunità.

### CONSIGLI PER L'INSEGNANTE

Crea le squadre tenendo conto di un livello misto di abilità fisiche e coinvolgi ragazzi/e provenienti da contesti svantaggiati

## Pilastro 3, Life Skills

Le attività sperimentate nel pilastro 3 hanno contribuito a stimolare un clima di grande collaborazione nella maggior parte delle classi. Allo stesso tempo alcune attività sperimentate in piccoli gruppi hanno aumentato le capacità creative degli studenti e favorito il coinvolgimento di tutti gli studenti. Anche gli studenti più isolati e demotivati hanno spesso offerto un contributo personale ai gruppi di lavoro, mostrando un nuovo senso di iniziativa.

Il nuovo modulo testato ha raggiunto i risultati di migliorare non solo le abilità motorie degli studenti, ma anche il processo decisionale e la velocità di pensiero durante i giochi e le competizioni. E' chiaro che i partecipanti hanno sviluppato nuove competenze come: comunicazione efficace, fiducia nell'altro e lavoro di squadra. La complessità di alcune attività ha rafforzato l'empowerment degli studenti ed è stato molto apprezzato. Inoltre, le attività li hanno spinti ad essere più creativi e hanno sviluppato la loro empatia; gli insegnanti di educazione fisica hanno riferito che nelle classi in cui l'atmosfera era difficile, era

### CONSIGLI PER L'INSEGNANTE

Se hai bisogno di supporto nell'applicazione del nuovo metodo, discuti con i tuoi colleghi, condividi con loro buone pratiche e diversi punti di vista.

necessario molto lavoro per raggiungere gli obiettivi di apprendimento. La collaborazione e il lavoro di squadra erano probabilmente l'argomento più facile da promuovere durante le lezioni di educazione fisica, poiché il lavoro di squadra è comunque un requisito essenziale nei giochi di educazione fisica e negli sport di squadra.

In tutti i Pilastri SOS, gli insegnanti di educazione fisica hanno apprezzato il tempo dedicato al feedback degli studenti attraverso il dibattito, così come

le fasi di briefing e debriefing dell'approccio basato sullo sport del metodo di apprendimento sperimentale per il terzo pilastro. Il tempo dedicato a queste due attività - che purtroppo è molto breve nella routine della scuola - è stato considerato molto utile perché potrebbe aiutare gli studenti ad esprimere opinioni diverse, ad imparare ad ascoltare gli altri e a capire i diversi punti di vista. Anche in questo caso, gli insegnanti di educazione fisica hanno segnalato la necessità di ulteriore supporto per migliorare la loro capacità in questo nuovo ruolo di coaching come facilitatore del dibattito in classe.

Il pilastro 3 è stato considerato come un campo trasversale perché è stato preso in considerazione in ogni attività dei pilastri 1 e 2. Gli studenti sono stati allenati a lavorare bene sotto pressione, il che significa che hanno dovuto affrontare i limiti di tempo, mostrare e sfruttare le loro capacità di leadership. Attraverso i giochi, hanno sviluppato il senso di responsabilità, perché hanno dovuto mettere l'interesse della squadra al di sopra del proprio. Il lavoro di squadra è diventato la parola chiave, il che significa che dovevano sostenere, aiutare, incoraggiare gli altri membri della squadra a raggiungere gli obiettivi, nonostante la loro relazione

### CONSIGLI PER L'INSEGNANTE

Per promuovere la leadership, scegli con cura i leader dei team ed eventualmente cambiali in modo che ogni persona abbia la possibilità di esercitare questa capacità

al di fuori di questo contesto. Dopo l'applicazione del nuovo modulo di formazione, gli insegnanti hanno notato un cambiamento significativo negli studenti, soprattutto per quanto riguarda le competenze di lavoro di squadra, un nuovo senso di responsabilità, fair play e problem solving soprattutto per risolvere situazioni impreviste durante un gioco pressante. Per questo motivo, i formatori hanno suggerito di ampliare la gamma di attività nelle scuole, dando più spazio alle questioni psicologiche degli studenti e sostenendo lo sviluppo delle loro competenze sociali e civiche.

Infine, nella fase di test, gli insegnanti avevano bisogno di ulteriore supporto per il monitoraggio del metodo e per comprendere il concetto di gioco come "strumento serio" per sviluppare le abilità sociali dei loro studenti.

# ANALISI DEL PROGETTO

## Il punto di vista degli insegnanti di educazione fisica

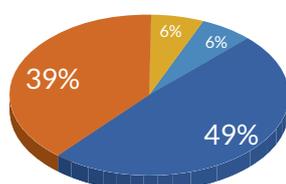
Per valutare l'implementazione del modulo didattico, sono state compilate delle schede di monitoraggio dagli insegnanti di educazione fisica e dagli studenti coinvolti nel progetto SOS.

Gli insegnanti di educazione fisica hanno completato un sondaggio qualitativo 3 mesi dopo aver iniziato a implementare il modulo didattico SOS nelle loro classi. Hanno anche compilato un sondaggio quantitativo alla fine della fase di implementazione. Entrambi i sondaggi sono stati resi disponibili sulla piattaforma online SOS e completati in inglese.

L'80% dei 22 insegnanti di educazione fisica ha risposto sia al primo che al secondo sondaggio.

### Frequency of implementation

- Every second week
- Once a week
- Three times a week
- Four times a week

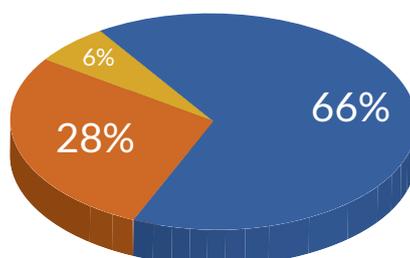


Uno dei primi argomenti trattati è stata la frequenza di sperimentazione delle attività SOS. Ogni scuola proponeva le attività più o meno frequentemente: circa la metà degli insegnanti svolgeva le attività ogni due settimane, il 39% ogni settimana e il restante 12% due, tre o più volte a settimana.

Poiché la maggior parte del modulo didattico SOS, è stato implementato durante la pandemia di COVID-19, le lezioni non sono state frequentate di persona. Quindi, il team di formatori SOS ha dovuto adattare le attività alle nuove impostazioni di insegnamento. Le attività, infatti, sono state per lo più realizzate attraverso la didattica ibrida (67%) e la didattica a distanza (28%). Solo poche attività (6%) potevano essere svolte di persona.

## TEACHING MODALITY

- Only from remote
- Only in person
- Hybrid teaching



Prima dell'inizio delle attività, l'89% degli insegnanti aveva detto agli studenti di controllare il sito web di SOS per avere una panoramica del progetto. Il 72% degli insegnanti li ha anche informati dell'esistenza di una pagina Facebook che gli studenti potevano visitare per farsi un'idea su cosa aspettarsi dal modulo e quali argomenti avrebbero approfondito.

Dopo 3 mesi dall'inizio dell'implementazione del modulo didattico SOS, ogni pilastro era stato coperto da almeno la metà degli insegnanti (il 61% ha coperto il primo pilastro, il 56% ha coperto il secondo pilastro e il 67% ha coperto il terzo pilastro).

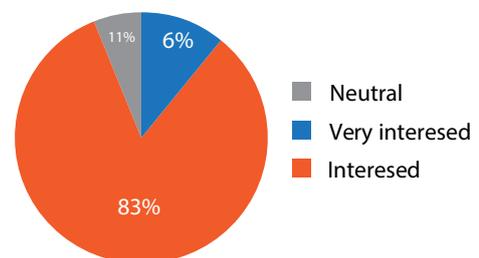
La maggior parte degli insegnanti (94%) ha affermato che la pandemia ha gravemente influenzato in negativo l'attuazione delle attività, il che sembra ragionevole se si considera l'importanza del lavoro in presenza quando si tratta di lezioni di educazione fisica.

Tuttavia, alcuni insegnanti sono riusciti a trovare elementi positivi nonostante questa situazione difficile. Grandi intuizioni sono emerse quando è stato chiesto loro quale fosse l'elemento positivo del modello di insegnamento a distanza. In primo luogo, gli insegnanti hanno affermato che un elemento positivo è stato quello di essere in grado di svolgere attività indipendentemente da dove ci si trova. Alcuni insegnanti hanno anche visto una maggiore interazione tra gli studenti sulla piattaforma online SOS, rispetto alle normali attività di persona. Un altro elemento positivo è stato che gli studenti hanno mostrato una maggiore volontà di sviluppare la conoscenza di sé e fare le proprie ricerche sui diversi argomenti. Infine, gli studenti hanno dovuto rendersi più responsabili e completare i compiti assegnati da soli, e hanno mostrato grande dedizione, senso di responsabilità e indipendenza.

Pertanto, gli insegnanti hanno trovato che il progetto avesse molti valori aggiunti. In primo luogo, il fatto che gli studenti potevano imparare l'importanza del lavoro di squadra e degli esercizi fisici; inoltre, la possibilità di vedere lo sport da una prospettiva diversa e di imparare un importante messaggio di inclusione, pari opportunità, fair play e valori sportivi. Alcuni insegnanti hanno anche dichiarato di essersi resi conto dell'importanza di discutere questi argomenti durante le lezioni di educazione fisica, piuttosto che concentrarsi solo sulle attività fisiche. Un altro valore aggiunto, secondo gli educatori, è stata l'opportunità di collaborare con altri paesi e combattere insieme alcune delle sfide dell'era moderna. Infine, gli insegnanti hanno apprezzato l'opportunità di partecipare alle attività del 6 aprile come un modo innovativo per introdurre gli studenti allo sport per lo sviluppo e conoscere come lo sport può potenzialmente essere uno strumento per un cambiamento sociale positivo.

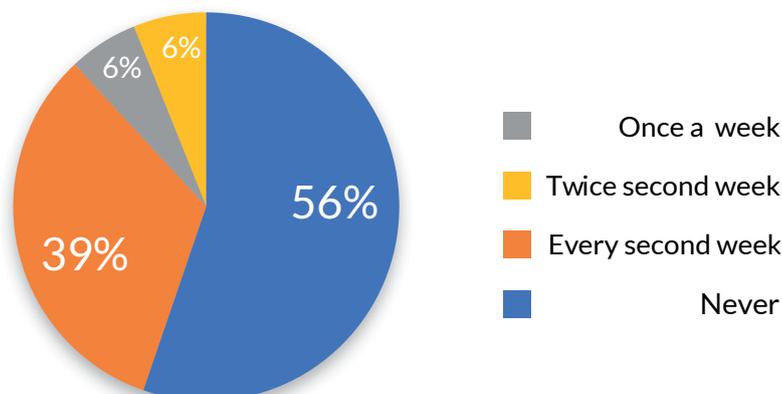
Grande importanza è stata data anche alla complementarità tra i tre pilastri, e il 67% degli insegnanti ha dedicato del tempo a discuterne in classe con i propri studenti.

I risultati hanno anche rivelato una grande risposta generale: più di quattro studenti su cinque hanno mostrato un grande interesse per le attività, e mentre una piccola parte (11%) sembrava essere neutra rispetto al materiale trattato, gli insegnanti hanno affermato che nessuno degli studenti ha mostrato poco o zero interesse per le attività.



Questo ha portato i docenti a ritenere che il modulo didattico SOS non dovesse limitarsi ai licei sportivi: l'89% di loro era infatti fiducioso che le attività potessero essere potenzialmente realizzabili anche in tutte le altre tipologie di scuole superiori. Quello che gli insegnanti hanno suggerito in questa nota è che per rendere il modulo applicabile in qualsiasi scuola superiore, siano previsti alcuni giochi e tornei per coinvolgere l'intera comunità scolastica. Tuttavia, la maggior

parte degli educatori sembra credere che l'attuale modulo di insegnamento SOS si possa adattare perfettamente ad ogni classe delle scuole superiori così com'è, e che non sia necessario alcun cambiamento. Alcuni di loro hanno anche riferito di aver già applicato il modulo ad altre classi non prettamente sportive, e che ha avuto successo come nei licei sportivi.



Se il modulo dovesse essere esteso ad altre scuole, uno strumento utile sarebbe sicuramente la piattaforma online SOS. La maggior parte degli insegnanti (67%) ritiene che sia un mezzo ottimo e utile per condividere esperienze e comunicare con altre scuole e solo il 6% degli insegnanti non lo ha trovato utile in questo senso. Come emerge dai risultati, questo strumento è stato utilizzato dal 61% degli insegnanti per condividere esperienze, scambiare opinioni e comunicare con i propri coetanei.

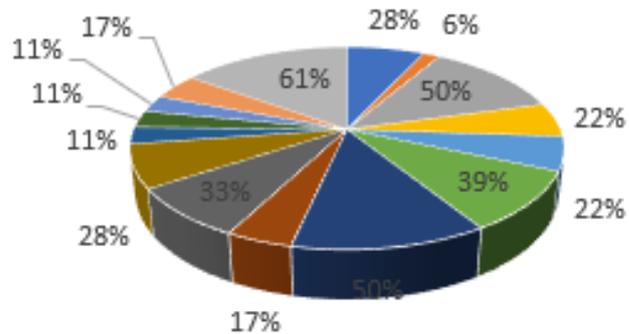
La maggior parte degli insegnanti accedrebbe alla piattaforma per chattare con i formatori ogni due settimane; Il 33% di loro, tuttavia, ha affermato di non averlo mai utilizzato con questo scopo, il che forse suggerisce la necessità di fornire maggiori incentivi per usufruire di questo strumento. La lingua è stata percepita come una barriera da alcuni insegnanti di educazione fisica. L'inglese è stato infatti scelto come lingua comune da utilizzare per comunicare tramite la piattaforma.

Per quanto riguarda i 3 pilastri e gli argomenti trattati da ciascuno di essi, ciò che è emerso è che alcuni dei concetti sono stati introdotti agli studenti per la prima volta durante le attività.

In particolare, il pilastro 1 "Attività fisica e salute" ha dato agli insegnanti l'opportunità di introdurre argomenti come "Benessere fisico e mentale" e "Ruolo educativo dello sport: le regole non scritte" per la prima volta nel 44% delle scuole. Allo stesso modo, tra gli argomenti trattati nel pilastro 2 "Fair Play", "Diritti umani" e "Anti-discriminazione e razzismo" sono stati concetti nuovi per il 39% delle scuole. Infine, per quanto riguarda il pilastro 3 "Life Skills", la metà degli insegnanti ha affermato di aver introdotto per la prima volta l'argomento "Lavorare bene sotto pressione" grazie al modulo, e il 44% di loro ha detto che anche "Autogestione" era un concetto nuovo per gli studenti.

Per concludere, gli argomenti che sono stati meglio accolti e ricevuti dagli studenti sono risultati essere "Collaborazione / lavoro di squadra", "Fair Play", "Diritti umani" e "Benessere fisico e mentale". Ciò che è interessante notare è il fatto che ognuno di questi tre argomenti più popolari appartiene a un pilastro diverso, suggerendo che gli studenti erano ugualmente interessati a tutte e tre le aree principali del materiale presentato.

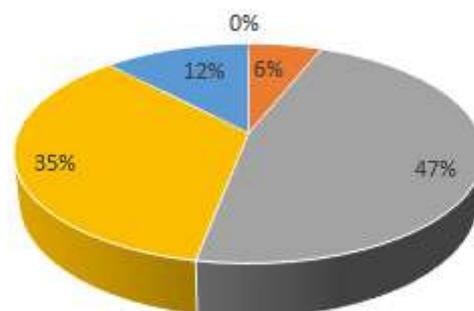
### Topics best received by students



- Theory, techniques and teaching methods of sports
- Sport education adapted to school settings
- Physical and mental wellbeing
- Educational Role of sport: the unwritten rules
- Health enhancing physical activity
- Human Rights and sport
- Fair Play
- Sport Violence
- Anti-discrimination and Racism
- Sport Values
- Performing well under pressure
- Self-Management
- Sense of responsibility /Leadership
- Self-motivation and motivating others
- Collaboration /teamwork

Alla fine della fase di implementazione, gli insegnanti di educazione fisica hanno avuto l'opportunità di esprimere ulteriormente la loro opinione sul progetto.

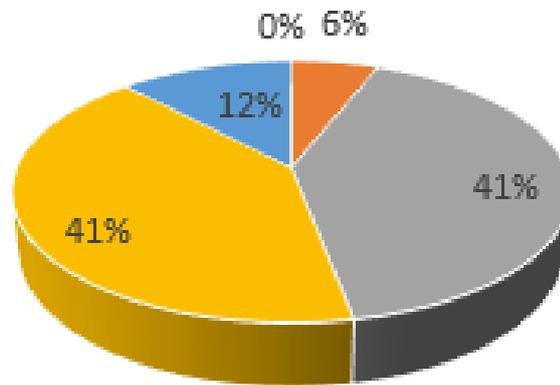
### Was the new module helpful to the students' general development ?



- Not at all
- Somewhat
- Moderately
- Very
- Extremely

Il 47% degli educatori ha trovato che il modulo è stato molto o estremamente benefico per lo sviluppo generale degli studenti, mentre un altro 47% lo ha considerato moderatamente benefico; ciò che è certamente positivo è il fatto che nessuno di loro ha pensato che il modulo non è stato affatto utile.

## How useful were the online activities?

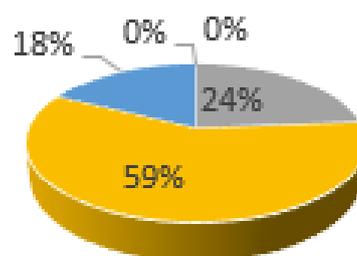


- Not at all useful    ■ Somewhat useful    ■ Moderately useful
- Very useful        ■ Extremely useful

Allo stesso modo, il 53% degli insegnanti ha pensato che la capacità di continuare a implementare le attività durante il periodo di insegnamento a distanza/ibrido grazie a una varietà di attività online disponibili fosse molto o estremamente utile. Di nuovo, nessuno di loro ha valutato questa opportunità come totalmente inutile, il che suggerisce che il modulo didattico SOS potrebbe adattarsi con successo alle sfide della pandemia.

Ciò che dimostra anche la solidità del progetto è il fatto che il 100% degli insegnanti ha affermato che intendono continuare a implementare il modulo nelle loro classi almeno qualche volta in futuro, con il 59% di loro che vogliono portare avanti le attività spesso.

## Will you keep on implementing the activities?



- Never    ■ Rarely    ■ Sometimes    ■ Often    ■ Always

Allo stesso modo, la maggior parte degli insegnanti intende implementare attività di persona, quando possibile, in futuro, ma solo il 12% prevede di utilizzare sempre questo formato, il che suggerisce che anche le attività online sono state ben accolte dai partecipanti.

Come emerge dai dati, ciò che gli insegnanti hanno apprezzato di più durante questa esperienza è stata la capacità di ottenere nuove idee e ispirazione per il futuro. Il 39% di loro non è stato in grado di attuare tutte le attività e intende applicarle in futuro. Solo il 6% degli insegnanti ha affermato che le loro aspettative non sono state soddisfatte.

Parlando di implementazioni future, più della metà degli insegnanti prevede di proporre le attività di tutti e tre i pilastri d'ora in poi. I risultati rivelano anche che il 47% degli insegnanti si sente sicuro di poter sviluppare nuove attività per adattarsi alle diverse abilità dei loro studenti, e che un altro 47% di loro è ora in grado di coinvolgere ogni studente nelle attività che intendono proporre.

D'altra parte, gli insegnanti hanno trovato qualche difficoltà nel gestire i momenti di dibattito e discussione in classe (53%) e a mantenere vivo l'interesse di tutti gli studenti rispetto alle attività proposte in classe (53%). Ciò che è certamente positivo è che solo il 18% degli insegnanti ha trovato difficoltà a far rispettare le regole del metodo agli studenti.

Il modulo è stato anche un'opportunità di sviluppo per gli insegnanti stessi. Infatti, alla fine delle attività, il 59% di loro pensava che l'educazione fisica può giocare un ruolo significativo nello sviluppo delle competenze civiche e di vita degli studenti, ma quello che sentivano era anche la necessità di sviluppare nuove competenze attraverso la formazione. La risposta è stata decisamente positiva, dato che il 41% degli educatori ha affermato che l'esperienza ha migliorato le relazioni interpersonali all'interno della comunità degli insegnanti, tra insegnante e studenti e la consapevolezza degli insegnanti del loro ruolo onnicomprensivo.

Il risultato è stato ottimo in quanto corrisponde all'obiettivo desiderato: più della metà degli insegnanti ha infatti affermato che il modulo è utile sia per gli insegnanti che per gli studenti per imparare e fare cambiamenti positivi. Un insegnante su quattro, inoltre, ritiene che sia molto utile in quanto fa evolvere i metodi di insegnamento verso una nuova visione dell'educazione, e un altro quarto pensa che faccia evolvere gli studenti attraverso la combinazione di opinioni e punti di vista diversi. Nessuno degli educatori pensava che non ci fosse alcun beneficio per il loro modello educativo.

Infine, il 71% degli insegnanti ha interpretato il feedback dei loro studenti come una motivazione per aggiungere le attività di SOS al programma scolastico annuale e sviluppare strumenti di valutazione dello sviluppo delle competenze degli studenti. Il 24% di loro, tuttavia, crede ancora che sia difficile implementare altre attività senza un programma specifico e un ulteriore supporto da parte di un esperto.

Chiaramente il modulo didattico SOS è stato molto apprezzato dagli insegnanti di educazione fisica. Sono riusciti a realizzarlo durante i tempi difficili legati alla pandemia di COVID-19 che ha ostacolato l'assetto del normale insegnamento di persona. I risultati promettenti e la volontà degli insegnanti di educazione fisica di continuare a implementare il modulo ne dimostrano la sua sostenibilità. In effetti, gli insegnanti hanno risposto positivamente quando è stato chiesto loro se questo modulo didattico potesse essere offerto in qualsiasi tipo di scuola superiore. Infine, la novità di alcuni argomenti trattati ha rappresentato non solo un'occasione per gli studenti di imparare cose nuove sullo sport ma anche un'occasione per gli insegnanti di educazione fisica di sviluppare le proprie conoscenze.

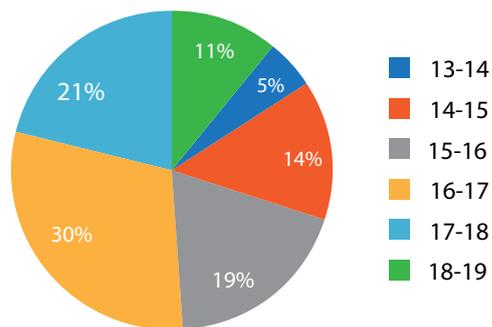
## La voce degli studenti

L'indagine è stata condotta su 373 studenti delle quattro scuole che hanno applicato il modulo didattico SOS in Italia, Romania, Portogallo e Ungheria.

La distribuzione dei sessi era quasi perfettamente equilibrata (51% donne, 49% uomini).

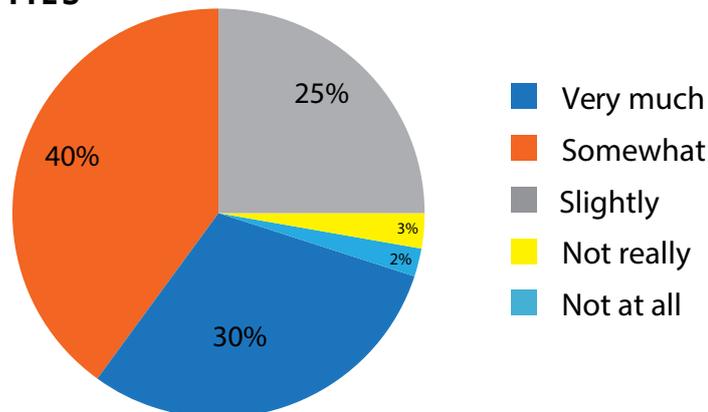
Come rappresentato dal grafico, l'età degli studenti coinvolti nel progetto variava tra i 13 e i 19 anni. La fascia d'età più rappresentata è stata quella dei 16-17 anni (61%), seguita dagli studenti di 17-18 anni.

### AGE OF STUDENTS



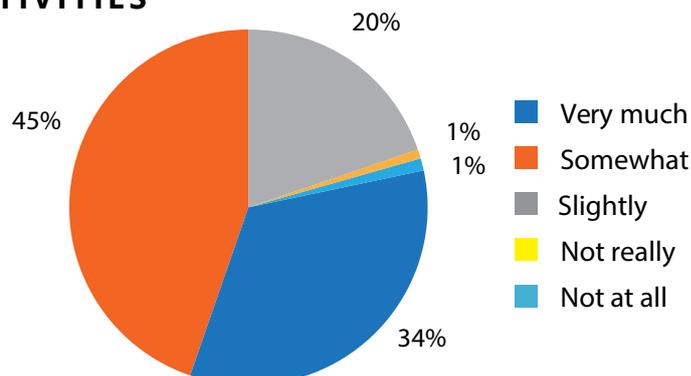
Per cominciare, agli studenti è stato chiesto quanto conoscessero alcuni degli argomenti e delle aree che sono stati affrontati durante le attività. In primo luogo, la maggior parte degli studenti ha affermato di avere già conoscenze nell'attività fisica e nella salute prima di prendere parte al progetto SOS, (34% molto, 45% abbastanza), mentre solo il 2% ha affermato di non sapere nulla prima dell'inizio delle attività.

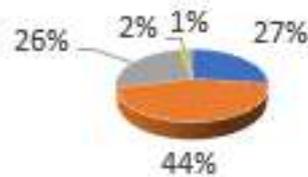
### FAIR PLAY AND INTEGRITY LEVEL OF AWARENESS BEFORE ACTIVITIES



Allo stesso modo, la maggior parte degli studenti ha affermato di essere già a conoscenza di argomenti come il fair play e l'integrità nello sport prima dell'implementazione del progetto (30% molto consapevole, 40% alquanto consapevole) e solo il 5% non aveva familiarità con questi concetti.

### PHYSICAL ACTIVITY AND HEALTH EXPERTISE BEFORE ACTIVITIES





■ Very much ■ Somewhat ■ Slightly  
 ■ Not really ■ Not at all

Infine, i risultati mostrano che la maggior parte degli studenti era almeno leggermente consapevole (44% abbastanza, 27% molto) della connessione tra sport e life skills prima di prendere parte alle attività del progetto. Pertanto, ciò che si può concludere è che gli studenti avevano una certa familiarità con le tre aree coperte dai moduli all'inizio dell'implementazione, sebbene i primi argomenti (attività fisica e salute) fossero quelli in cui gli studenti, nel complesso, sembravano leggermente più consapevoli.



***SPORTS SHOULD BE PRESENT IN OUR DAILY LIFE. IT IMPROVES NOT ONLY YOUR PHYSICAL BUT ALSO YOUR MENTAL STRENGTH. IT TEACHES YOU NOT TO GIVE UP AND IT MAKES YOU PATIENT AND HUMBLE. DOING SPORT REGULARLY MAKES YOU APPRECIATE YOUR BODY AND VALUES MORE.***

Passando alla fase realizzativa vera e propria, agli studenti è stato chiesto quale dei tanti argomenti trattati dal modulo trovassero più interessante. Sulla base dei risultati, gli argomenti più popolari sono stati "Benessere fisico e mentale" (55%), "Fair Play" (48%), "Collaborazione/teamwork" (46%) e "Auto-motivazione e motivare gli altri" (44%). Altri argomenti che gli studenti hanno trovato interessanti sono stati "Senso di responsabilità/Leadership" e "Diritti umani" (entrambi 34%).

Tuttavia, il 27% degli studenti ha affermato di volerne sapere di più sul tema "Autogestione", suggerendo forse non un'avversione per l'argomento in sé, ma piuttosto per il modo in cui è stato presentato durante le attività. I risultati hanno inoltre mostrato che gli studenti vorrebbero approfondire ulteriormente le proprie conoscenze su "Benessere Fisico e Mentale", su "Auto-motivazione e motivare gli altri", a conferma di un grande e generale interesse verso questi temi

Parlando della fase di implementazione, i risultati suggeriscono anche che gli studenti si sono divertiti molto a svolgere le attività del progetto durante le lezioni di educazione fisica, poiché il 77% ha concordato o concordato fortemente di apprezzare le attività proposte, il che può certamente essere considerato un buon risultato.



***HONESTLY, THESE CLASSES INTRODUCED ME TO SOMETHING I HAD NEVER HEARD OF BEFORE***

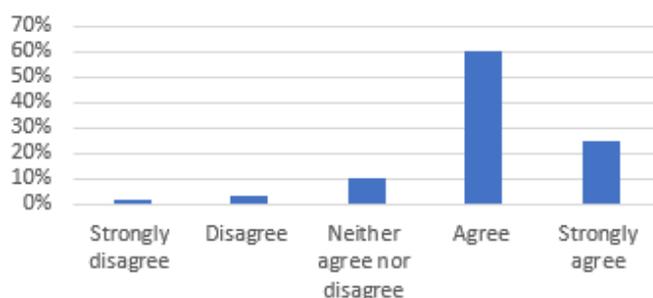
Il sondaggio è quindi proseguito per indagare su come gli studenti considerino lo sport connesso e correlato con altre aree, quali gli aspetti personali, civici e sociali.

In primo luogo, l'88% degli studenti concorda o concorda fortemente che la partecipazione allo sport è essenziale per uno stile di vita sano. C'è, invece, un leggero spostamento di opinioni per quanto riguarda il rapporto tra la pratica sportiva e la responsabilità civica: il 20% degli studenti non vede

una correlazione tra la pratica sportiva e l'essere un buon cittadino, e il 32% sembra non avere un'opinione su questo punto. Quasi la metà degli intervistati (49%), tuttavia, concorda sul fatto che esiste, in effetti, una correlazione positiva tra la pratica dello sport e il diventare un cittadino migliore. Forse, questo potrebbe anche essere correlato a una scarsa comprensione del loro ruolo di cittadini. I risultati mostrano infatti che quasi quattro studenti su cinque (79%) non fanno volontariato in modo regolare.

A questo proposito, un altro risultato che merita sicuramente di essere menzionato è che l'85% degli studenti ritiene che le lezioni di educazione fisica possano insegnare e trasmettere abilità e valori che possono aiutarli nella vita di tutti i giorni.

### Can physical education teach skills that are helpful in the everyday life?



**THE IMPACT OF PHYSICAL EDUCATION IS UNIMAGINABLE. IT PROVIDES A GREAT OPPORTUNITY FOR STUDENTS TO BECOME ACTIVE AND DEVELOP DIFFERENT SKILLS.** ”

**SPORT IMPROVES NOT ONLY YOUR PHYSICAL BUT ALSO YOUR MENTAL STRENGTH.** ”

La percentuale di studenti che non sono d'accordo su questo punto è bassa (5%), il che porta alla conclusione sicuramente auspicabile che gli studenti considerino le attività e il modulo potenzialmente utili al di fuori della scuola. Inoltre, ciò che emerge dai risultati del questionario è che il 92% degli studenti considera il fair play e il rispetto dei diritti umani come valori importanti non solo all'interno dell'ambiente sportivo, ma anche nella loro vita quotidiana.

**I DIDN'T JUST LIKE THIS FILM A LOT, BUT IT ALSO TAUGHT ME THE VALUES OF SPORT AND LIFE. SPORT IS A WAY OF CREATING A COMMUNITY, A FAMILY, BUT ALSO A MEANS OF COMBATING THE PREJUDICES IMPOSED BY SOCIETY; RACISM IS ONE OF THEM. JUST AS THE PROTAGONISTS OF THE FILM DID, WE SHOULD FIGHT FOR OUR IDEALS AND TRY TO DEFEAT NEGATIVE OPINIONS (THAT DON'T HAVE ANY REASON). I RECOMMEND SEEING THIS FILM AT LEAST ONCE IN YOUR LIFE, BECAUSE IT OPENS YOUR EYES TO ASPECTS ABOUT WHICH WE DO NOT THINK MUCH, PROBABLY BECAUSE WE DO NOT FEEL INVOLVED. BUT WE REALLY ARE, AND ANY SMALL GESTURE COULD CHANGE THIS SOCIETY**

Più di 4 studenti su 5 (81%) concordano sul fatto che i progetti sportivi potrebbero potenzialmente diventare uno strumento per favorire l'inclusione delle persone nella società, che è anche un segno di fiducia nel potere delle attività sportive.

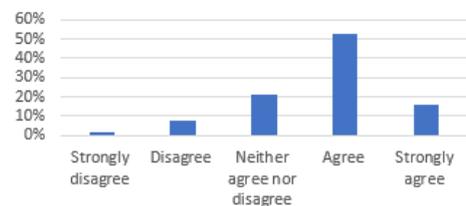
**THE RELATIONSHIPS THAT THE TEAM MEMBERS CREATE DURING THE CAMP ARE VERY STRONG AND THEY REALLY GROW A LOT DURING THE CHAMPIONSHIP. THAT'S WHY I STRONGLY BELIEVE THAT SPORT IS KEY FACTOR IN CREATING CLOSER AND STRONGER RELATIONS.** ”

**I HAVE GRASPED THE IMPORTANCE OF BEING ABLE TO DO WHAT YOU LOVE, WHICH IS TO BE ABLE TO PLAY SPORTS, THIS MAY SEEM OBVIOUS TO US, BUT FOR PEOPLE WITH DISABILITIES IT IS NOT** ”

**“ [...] BECAUSE THE WEAKNESS LIES ONLY IN THOSE WHO JUDGE AND CRITICIZE WITHOUT KNOWING, WHO LIMIT THEMSELVES WITH THOSE FOUR UNFOUNDED THOUGHTS THAT ARE USED TO TURN, THOSE WHO GO IN CLICHES, BECAUSE DIVERSITY IS NOT SOMETHING NEGATIVE, IN FACT, IT'S SOMETHING BEAUTIFUL.**

Parlando di aspetti sociali, la maggioranza degli studenti (69%) concorda sul fatto che lo sport può potenzialmente diventare un'importante piattaforma per discutere di questioni relative ai diritti umani. Sebbene solo il 10% degli studenti non sia d'accordo su questo punto, un quinto di loro non è ancora sicuro se le attività sportive possano avere un impatto positivo a questo livello o meno, il che forse suggerisce la necessità di discutere più approfonditamente questo argomento in futuro.

Could sport become a platform to discuss human rights matters?



**“ THE ACTIVITY TAUGHT ME TO RESPECT OTHERS DESPITE BEING DIFFERENT FROM ME APPARENTLY, BECAUSE IT IS FROM DIVERSITY THAT THE MOST BEAUTIFUL AND LASTING FRIENDSHIPS ARE BORN.**

**“ ITS MESSAGE IS: ACCEPTING DIVERSITY BECAUSE IT CAN ENRICH US. WE SHOULD ALL LEARN TO TRANSFORM OUR LIMITATIONS INTO STRENGTHS**

I risultati, tuttavia, mostrano che gli studenti hanno espresso un'opinione più uniforme quando è stato chiesto loro se l'industria dello sport dovrebbe tenere conto della protezione e del rispetto dei diritti umani nello svolgimento delle loro attività: l'85% degli intervistati concorda su questo punto, che potrebbe essere un indicatore che, anche se non credono fermamente che lo sport abbia il potenziale per influenzare e cambiare le questioni relative ai diritti umani, sono certamente d'accordo sul fatto che questi diritti devono essere presi in considerazione quando conducono qualsiasi attività.

Importante è anche il parere degli studenti su una nuova iniziativa proposta: il 76% degli studenti ritiene che il 6 aprile: La Giornata Internazionale dello Sport per lo Sviluppo e la Pace dovrebbe essere celebrata in qualsiasi scuola superiore; solo il 5% è contrario a questa proposta. Gli studenti di ciascuna delle quattro scuole sono stati infatti coinvolti nella realizzazione del video per celebrare la giornata internazionale.

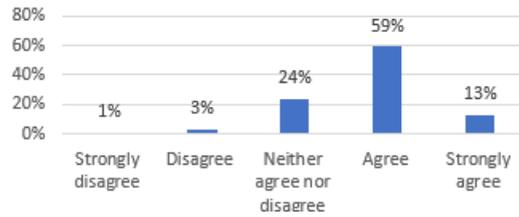
**“ BASICALLY, THE PARALYMPIC GAMES ARE VERY MUCH RELATED TO HUMAN RIGHTS, BECAUSE IT WAS BECAUSE OF THEM THAT SOCIETY CHANGED AND LEARNED TO RESPECT THE OTHER. NOWADAYS THE HUMAN BEING CONTINUES TO HAVE SOME DIFFICULTIES TO UNDERSTAND THAT ALL PEOPLE HAVE THE SAME RIGHTS AND DUTIES. ME BEING THE FUTURE OF SOCIETY, I HAVE THE DUTY TO RECOGNIZE THESE RIGHTS AND EQUALITY. I HAVE THE DUTY TO RESPECT THE OTHER, AND MAINLY I HAVE THE DUTY TO PASS THIS SAME KNOWLEDGE TO OTHER, SO THAT MENTALITIES CHANGE AND DEVELOP, SO THAT DISCRIMINATION AND DISRESPECT END. WE WILL HAVE THESE VALUES ALSO IN OUR EVERYDAY LIVES.**

**“ THE ACTIVITIES RELATED TO PILLARS 2 AND 3 MADE ME THINK A LOT ABOUT THE GREAT POWER OF TEAMWORK, WHICH MANAGES TO BREAK DOWN OBSTACLES AND THE JUDGMENTS OF OTHERS.**

**“ IT TAUGHT ME DEDICATION, WHICH THESE EXTRAORDINARY ATHLETES CERTAINLY DO NOT LACK, BUT ALSO RESPECT AND FAIR PLAY.**

Al termine delle attività sono state presentate agli studenti anche alcune domande personali e comportamentali. In primo luogo è stato chiesto loro se si assicurano o meno di diffondere la consapevolezza sull'importanza del fair play tra i loro coetanei durante le attività sportive, e i risultati sono stati complessivamente piuttosto positivi, con la maggioranza degli studenti che afferma di farlo (59% d'accordo e 13% pienamente d'accordo)

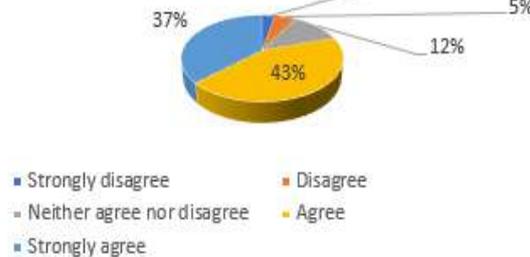
Students taking action to spread awareness on fair play during sport activities



Passando alla prevenzione del bullismo, il 76% degli studenti ha affermato di lavorare insieme ai coetanei per evitare episodi di bullismo, risultato sicuramente auspicabile vista l'importanza di questo argomento. Solo il 5% ha affermato di non cercare di fermare questi episodi, ma il restante 19% è neutrale, il che suggerisce che sono ancora necessarie alcune misure per prevenire il bullismo.

In generale, tendono a non giustificare comportamenti aggressivi durante le gare in nome dell'ansia: quattro studenti su cinque (80%) concordano o concordano fortemente sul fatto che l'ansia non sia una scusa valida per azioni violente.

Is anxiety a good excuse for aggressive behaviour?



Come dimostrano i risultati del sondaggio, anche gli studenti concordano sul fatto che nella vita di

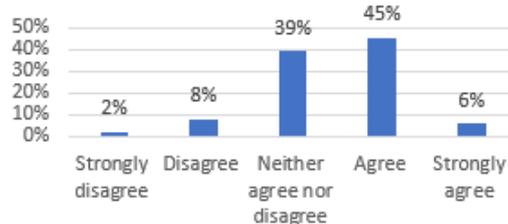
tutti i giorni è importante avere spirito di iniziativa e mettersi in gioco. Il 58% degli studenti è d'accordo, il 27% è fortemente d'accordo e solo il 2% di loro non è d'accordo su questo punto. Ciò su cui gli studenti hanno anche concordato è che alcuni valori appresi durante le attività di educazione fisica li aiuteranno nella loro carriera futura: i risultati mostrano che l'88% degli intervistati ritiene che abilità come il lavoro di squadra e la leadership li aiuteranno in futuro, il che conferma ancora l'idea che gli studenti valorizzino non solo l'importanza delle attività proposte da un punto di vista atletico, ma anche come esseri umani.



**SPORTS TEACH US TO WORK AS TEAMS, AS WELL AS RESPECT THOSE WE ARE PLAYING WITH AND AGAINST. IT TEACHES US VALUES SUCH AS PATIENCE AND MODESTY, AS WELL AS WORK ETHIC, AND PERSISTENCE, ALL OF WHICH CAN BE TRANSLATED TO OTHER AREAS OF LIFE.**

Ciò di cui gli studenti erano meno sicuri è se pensavano che il progetto migliorasse le loro capacità di comprendere i sentimenti degli altri: il 39% degli studenti non era in grado di formarsi un'opinione su questo e il 10% di loro non sentiva che le proprie capacità empatiche fossero potenziate

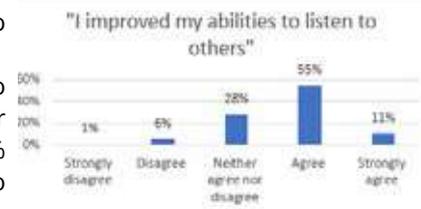
Did the project improve your ability of recognising other people's feelings



Allo stesso modo, il 31% degli studenti non era né d'accordo né in disaccordo quando è stato chiesto loro se ritenevano che il progetto avesse migliorato le loro capacità di mettersi nei panni degli altri. Il 58%, tuttavia, ha affermato di ritenere che la loro capacità di comprendere il punto di vista degli altri sia stata influenzata positivamente dalle attività del progetto.

**IT ALSO HELPS DEVELOP SOCIAL SKILLS, WHICH IS GREATLY NEEDED IN THE ADULT WORLD OF TODAY'S SOCIETY.**

Maggiore è la percentuale di studenti che ritiene che la propria capacità di ascolto sia migliorata grazie a questo progetto (66%), che è sicuramente un risultato auspicabile dell'implementazione. Inoltre, il 71% di loro ha affermato di collaborare con i compagni di classe per mediare e ridurre al minimo i conflitti, e poichè solo il 5% degli studenti non è d'accordo su questo punto, questo può essere considerato un altro grande risultato.



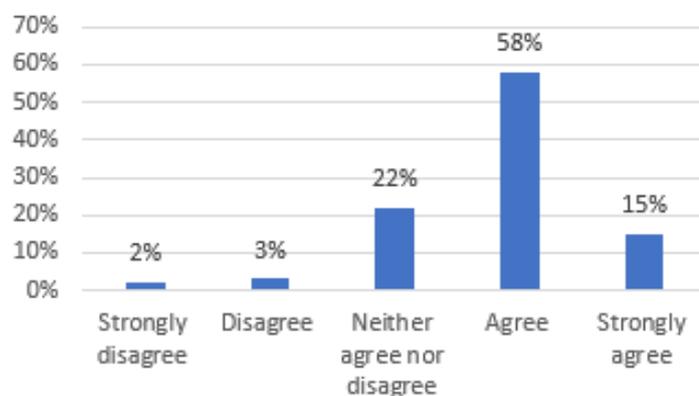
**THIS WAS A GREAT ACTIVITY TO LEARN TO TRUST OTHERS THAN OURSELVES, AND BE ABLE TO RELY ON OTHER PEOPLE. IT ALSO HELPS DEVELOP SOCIAL SKILLS, WHICH IS GREATLY NEEDED IN THE ADULT WORLD OF TODAY'S SOCIETY.**

**THIS GROUP WORK WAS USEFUL, BOTH TO GET TO KNOW EACH OTHER BETTER AND TO KNOW HOW TO PUT OURSELVES TO THE TEST AMONG TEAMMATES IN CASE OF DIFFICULTY AND MAKE US MORE UNITED.**

Infine, il 73% degli studenti ha affermato che metterà in pratica ciò che ha appreso nel corso delle attività del progetto nella loro vita quotidiana, un altro risultato significativo considerato che il modulo non mira solo a migliorare gli studenti come sportivi, ma aspira anche ad avere un impatto positivo sulla loro vita.

**I THINK SPORTS HELP US GAINING CONFIDENCE AND WE ARE ABLE TO WORK AND ACHIEVE THINGS DURING A STRESSFUL ACTIVITY. IT'S REALLY IMPORTANT IN THE REAL-LIFE AS WELL. SPORTS AND COMPETITIONS GIVE US GOOD EXPERIENCES HOW TO PERFORM WELL UNDER PRESSURE**

### "I apply what I learnt in my everyday life"



Gli studenti hanno senza dubbio apprezzato il modulo didattico SOS onnicomprensivo. Hanno accolto nuove attività e offerto opportunità di crescita nei momenti difficili rappresentati dalla didattica a distanza. Il loro interesse sempre crescente per gli argomenti trattati dal modulo, è evidente non solo nelle loro risposte al questionario, ma anche nelle loro dichiarazioni. Il loro entusiasmo e la loro disponibilità a partecipare a nuove attività sono stati fondamentali per garantire il successo di questo progetto.

# SOS CHECKLIST



**PLAY FAIR**  
 GUIDA I TUOI STUDENTI NEL SEGUIRE LE REGOLE E A SCEGLIERE IL FAIR PLAY NELLO SPORT



**PARLA!**  
 PRENDITI IL TEMPO PER PARLARE CON I TUOI STUDENTI ALLA FINE DELLE ATTIVITA': ASCOLTA E RACCOGLI I LORO FEEDBACK



**NESSUNO VIENE LASCIATO FUORI**  
 ASSICURATI CHE ANCHE GLI STUDENTI CHE TENDONO GENERALMENTE AD ISOLARSI, PRENDANO PARTE ALLE ATTIVITA'



**EQUILIBRIO DI GENERE**  
 COINVOLGI LE RAGAZZE IN TUTTE LE ATTIVITA' E FALLE SENTIRE VALORIZZATE



**SPIRITO DI SQUADRA**  
 ASSICURATI CHE TUTTI NEL GRUPPO ABBIANO UN RUOLO E CHE TUTTI SI ADOPERINO UN OBIETTIVO COMUNE



**OLTRE LO SPORT**  
 COINVOLGI GLI STUDENTI IN ATTIVITA' EXTRASCOLASTICHE IN CUI POSSANO APPRENDERE IN PRIMA PERSONA IL POTENZIALE IMPATTO POSITIVO DELLO SPORT. PER ES. ORGANIZZA UN PICCOLO EVENTO SULLO SPORT E I DIRITTI UMANI



**ACQUISIRE COMPETENZE**  
 RENDI GLI STUDENTI CONSAPEVOLI DEL FATTO CHE ATTRAVERSO LO SPORT POSSONO SVILUPPARE E PROMUOVERE LE LORO CAPACITA' PERSONALI E SOCIALI



**SENTIRSI MEGLIO**  
 PROMUOVI LO SPORT COME STRUMENTO PER MIGLIORARE IL BENESSERE FISICO E MENTALE DEGLI STUDENTI



**SPORT PER TUTTI**  
 INCORAGGIA LA PARTECIPAZIONE DI PERSONE CON DIVERSI BACKGROUND E ABILITA'. LO SPORT ACCOGLIE TUTTI!



**SII APERTO AL DIALOGO**  
 INVITA I TUOI STUDENTI A SUGGERIRE ULTERIORI ATTIVITA' SPORTIVE E AD INDIVIDUARE I PROBLEMI CHE AFFRONTANO DENTRO E FUORI LA SCUOLA

# CONCLUSIONI

Nel complesso, è giusto dire che il modulo didattico SOS è stato molto apprezzato sia dagli insegnanti che dagli studenti di educazione fisica. Entrambi hanno visto le potenzialità e le novità del modulo per cogliere una nuova comprensione dell'educazione fisica. La raccolta di feedback sia dagli insegnanti di educazione fisica che dagli studenti è servita allo scopo di adeguare e migliorare il modulo di insegnamento SOS per soddisfare meglio le esigenze dei beneficiari.

Tutti e tre i pilastri hanno avuto attività interdisciplinari e interconnesse che sono state implementate tenendo presente questa caratteristica. Avere la possibilità di discutere le attività sulla piattaforma online SOS ha permesso agli insegnanti e ai formatori di educazione fisica di comunicare e migliorare le attività. Inoltre, la piattaforma online SOS è stata utile per raccogliere i feedback diretti lasciati dagli studenti che hanno commentato con entusiasmo le attività.

Pertanto, il modulo didattico SOS, con il suo set di carte e attività, è il risultato di un approccio top-down e bottom-up. Mentre il set di carte SOS e le attività sono state inizialmente redatte da esperti; feedback, commenti, input sia dagli insegnanti di educazione fisica che dagli studenti sono stati raccolti durante la fase di implementazione. Quindi, questo manuale è il risultato di una continua interazione tra teoria e pratica. Ecco perché il modulo didattico SOS ha il potenziale per essere implementato in qualsiasi scuola superiore in tutta Europa. È stato redatto, testato, adattato ai contesti e riformulato.

Si spera che - quando applicato - questo modulo serva al suo triplice scopo di combinare il potere salutare dello sport con il suo impatto potenzialmente positivo sulla società e l'insegnamento di competenze per la vita e l'occupabilità. Il modulo didattico SOS è anche molto flessibile. Quindi, mentre il set di carte SOS sono linee guida su come trattare ogni argomento, le attività rappresentano alcune delle possibili attività da svolgere. Quindi, gli insegnanti di educazione fisica possono creare nuove attività!

Infine, questo modulo aiuta gli studenti a comprendere l'importanza dello sport nella società - non solo per i benefici fisici e mentali che può apportare - ma anche per il suo ruolo nel promuovere i diritti umani e lo sviluppo oltre ad offrire un'opportunità di apprendere le life skills. In effetti, questo ruolo onnicomprensivo del modulo didattico SOS contribuirà anche a un migliore riconoscimento dell'insegnamento dell'educazione fisica nei curricula delle scuole.