

**Con i suoi compiti e le sue misure,
il progetto Ginnastica Insieme
persegue obiettivi in tre diversi ambiti
di sostegno.**

**Sostegno precoce,
la promozione dell'attività fisica e
la promozione delle pari opportunità.**



Sostegno alla prima infanzia / Sostegno precoce

Il sostegno alla prima infanzia è incentrato sulla promozione delle capacità motorie, linguistiche, sociali e cognitive dei bambini tra 0 e 6 anni. Il sostegno precoce contribuisce alle pari opportunità per i bambini e aiuta genitori ed educatori a creare un ambiente favorevole allo sviluppo. Il decorso della prima infanzia influisce sull'intera biografia di un individuo. La Rete svizzera per la custodia dei bambini ha creato un quadro d'orientamento per la formazione, l'educazione e l'accoglienza della prima infanzia,

riportato nella figura 1. La promozione della prima infanzia avviene all'interno della famiglia o in luoghi di apprendimento extrafamiliari. Mediante misure e prestazioni, i genitori e i tutori vengono aiutati a prendersi cura dei bambini. L'obiettivo è creare un ambiente di apprendimento attento e stimolante che consenta al bambino di imitare e di giocare liberamente (Rete svizzera per la custodia dei bambini, 2012).

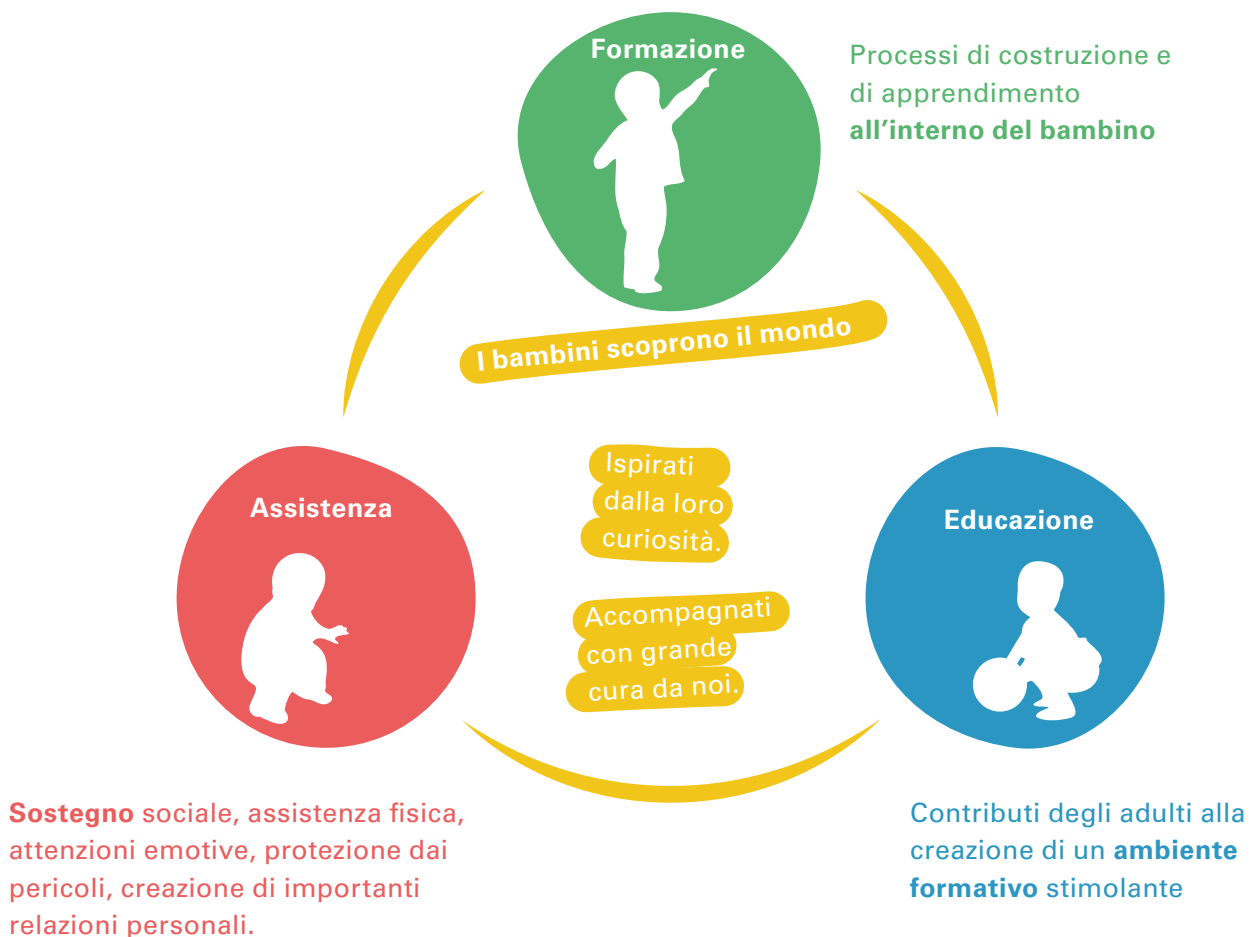


Figura 1:
grafico informativo – Quadro d'orientamento per l'educazione e l'accoglienza della prima infanzia (Rete svizzera per la custodia dei bambini, 2017)

I bambini che crescono in famiglie socialmente svantaggiate sono maggiormente esposti al rischio di essere svantaggiati. Affinché le premesse sfavorevoli non crescano insieme allo sviluppo, il sostegno nella prima infanzia è particolarmente importante per le famiglie che si trovano in situazioni difficili. Oltre alle famiglie con un passato migratorio, tra le famiglie socialmente svantaggiate rientrano anche quelle con problemi di dipendenza, violenza e problemi psichici. In Svizzera, dal 10 al 15% dei bambini cresce in condizioni problematiche, che a loro volta possono mettere a repentaglio e danneggiare il loro sviluppo. Se un bambino ha già migliori condizioni di partenza all'inizio della scuola, ciò si ripercuote positivamente sulle possibilità di sviluppo professionale e sulla salute (Hafen, 2014; Hafen, 2019).



Promozione dell'attività fisica

I bambini hanno un naturale bisogno di muoversi. Attraverso l'attività fisica vengono insegnate le capacità motorie, cognitive e sociali dei bambini. Nella prima infanzia il movimento è più importante che in qualsiasi altra fase della vita. Attraverso la variazione del movimento e dell'ambiente circostante, i bambini sperimentano lo spazio che li circonda ed esplorano il proprio corpo.

Dato che moltissimi processi di sviluppo iniziano, proseguono e si concludono proprio nella prima infanzia, l'entità delle possibilità e delle frequenze di movimento svolge un ruolo fondamentale in questi processi. Concretamente, i bambini in età prescolare dovrebbero fare attività fisica ogni giorno per almeno 3 ore e trascorrere il meno tempo possibile seduti (Promozione Salute Svizzera, 2016).

Nel raffronto internazionale si evince che la Svizzera nel sostegno alla prima infanzia è rappresentata in misura inferiore alla media. Le spese per promuovere le offerte nella prima infanzia ammontano in Svizzera allo 0,2% del prodotto interno lordo, mentre la media di tutti i paesi OCSE è dello 0,5%. In Norvegia e Germania, ad esempio, esistono piani di orientamento con obiettivi specifici per l'istruzione precoce. In Norvegia, il 98% di tutti i bambini tra il 1° e il 5° anno di età frequentano la «scuola materna», dove l'educazione al movimento si svolge quotidianamente in modo specifico, ma anche integrato nella vita quotidiana della scuola materna. In Svizzera, finora non esistono praticamente piani di formazione relativi all'attività fisica nella prima infanzia. Le offerte di movimento a favore della prima infanzia sono generalmente organizzate a titolo volontario tramite organizzazioni sportive. Ne sono un esempio la ginnastica madre-bambino, padre-bambino, genitori-bambino. Le singole offerte si differenziano sia per qualità che per contenuto. In Svizzera, nell'ambito della promozione precoce dell'attività fisica non esiste un piano quadro sovraordinato come quello in Norvegia e Germania (Perret, 2019; Hafen, 2014).

Promozione dell'integrazione

«Ogni bambino deve trovare un (il proprio) percorso nelle comunità e un (il proprio) posto al loro interno. Entrambi sono fondamentali per lo sviluppo.»

Heidi Simoni, direttrice Marie Meierhofer Institut für das Kind (MMI)

I due compiti di sviluppo menzionati in questa citazione da Heidi Simoni dipendono dall'intensità delle premesse individuali e sociali che il bambino ha con sé. La promozione dell'integrazione tiene conto del riconoscimento della diversità nella società e della tolleranza, della curiosità e dell'allineamento degli individui. Il successo della promozione dell'integrazione dipende in larga misura dalle pari opportunità e dalla possibilità di accesso e partecipazione.

Integrazione come termine si riferisce a un individuo o a un determinato gruppo di persone che diventano parte di un sistema esistente. Per essere più precisi si tratta di come possono ambientarsi nel nuovo sistema e come vi saranno accolti. L'integrazione viene vista come processo reciproco e avviene sia sul lato dei migranti che su quello dei soci di una comunità di accoglienza (Rete svizzera per la custodia dei bambini e Commissione svizzera UNESCO, 2014).

L'inclusione si occupa di come viene curata e vissuta una comunità, affinché ogni individuo sia stimolato e sollecitato nel suo sviluppo personale e sociale. Ciò significa che le persone si differenziano l'una dall'altra, ma possono partecipare con pari diritti in tutti gli ambiti della società. Il termine inclusione viene spesso utilizzato in riferimento alle persone con disabilità. Si può trattare di limitazioni fisiche, mentali, psichiche o sensoriali. A seconda della disabilità, cambiano le possibilità di imparare, comprendere ed eseguire il movimento (consorzio Sport e integrazione, 2016).

Curva di andamento dell'integrazione

Nella curva del cambiamento della ricercatrice Elisabeth Kübler-Ross (1969), specializzata in studi sulla morte, si analizza il comportamento in base a diverse fasi, che vanno dalle persone in fin di vita alla morte stessa. È stata realizzata una curva di questo tipo anche per l'integrazione (Sluzky, 2010 – v. fig. 2). Sull'asse Y si trova la motivazione personale all'azione e sull'asse X si trova il periodo di tempo.

Quando arriva in un nuovo luogo, una persona emigrata all'inizio sta bene, poiché molte impressioni influiscono su di lei. Seguono poi lo shock culturale e i valori diversi vissuti e rappresentati della cultura nuova ed «estranea» ed eventualmente di una lingua sconosciuta. Il cambiamento è uno shock, bisogna abbandonare le vecchie abitudini ed esplorare nuove strade. A questo punto gli immigrati si trovano in una situazione molto impegnativa. Le persone coinvolte imparano ad accettare la situazione, ma si oppongono interiormente. Attraverso il cambiamento emotivo aumenta la disponibilità a compiere i primi adattamenti e ad accettare la nuova cultura e comunità. Grazie alle offerte di integrazione, le persone interessate ricevono un sostegno nell'adattamento e al contempo un accesso più facile alle offerte. A causa di diversi fattori, le persone coinvolte vivono un periodo impegnativo, caratterizzato da battute d'arresto. Con un'apertura consapevole al nuovo e la riorganizzazione di abitudini e strutture precedenti è possibile creare una nuova identità sulla base delle esperienze interculturali. Le persone con un passato migratorio, che probabilmente sono cresciute e hanno vissuto in contesti culturali diversi, possono trarre vantaggio dalla struttura di un'associazione e dalla partecipazione regolare. Spesso si trovano in nuove situazioni di vita, con insicurezze e sovraccarichi. Ci vuole molto tempo per conoscere e interiorizzare nuove regole e nuovi valori (Hergesell, 2009).

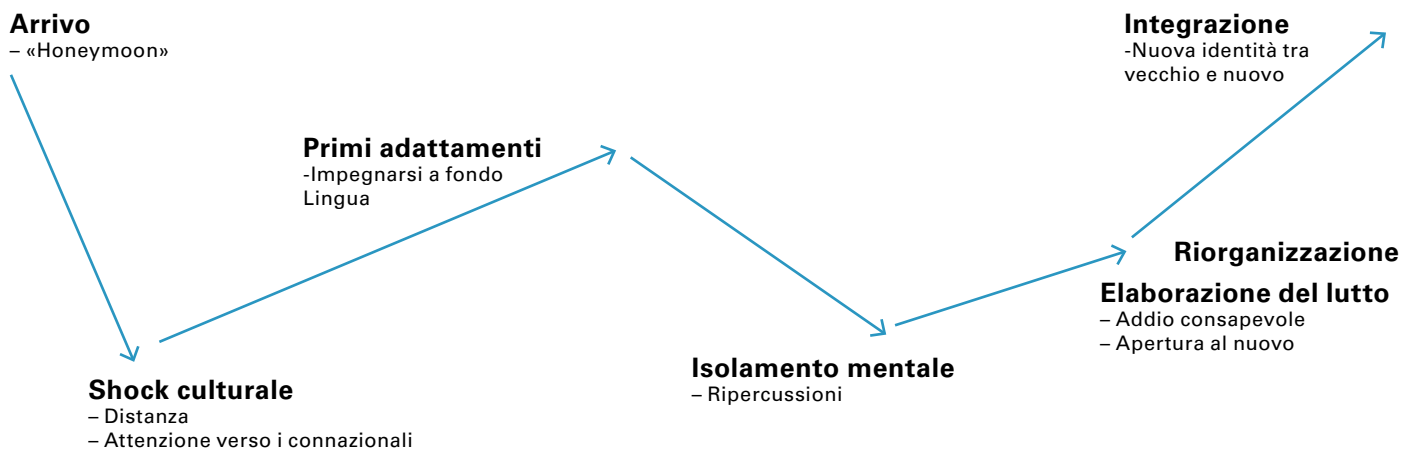


Figura 2:
andamento del processo di integrazione (Sluzky, 2010)

Sport e integrazione

Lo sport svolge un'importante funzione sociale. In particolare, le associazioni sportive sono un luogo di contatti periodici all'interno di un gruppo (Becker & Häring, 2012). Il rispetto vissuto, la tolleranza, il fair play e altri valori etici dello sport possono favorire l'integrazione. Nelle associazioni sportive possono così nascere processi che favoriscono l'inclusione di componenti in un'unità d'insieme. Negli ultimi anni, la diversità culturale nelle associazioni sportive è aumentata. Tuttavia, le persone con un passato migratorio sono ancora nettamente sottorappresentate. I motivi della sottorappresentazione delle persone con un passato migratorio nelle associazioni sportive possono essere la precarietà della situazione socio-economica, orari di lavoro irregolari, lunghi tragitti fino alle strutture sportive, la scarsità o la mancanza di strutture per la custodia dei bambini a causa della mancanza di una rete di assistenza e altri. Gli ostacoli finanziari e temporali si ripercuotono negativamente sul comportamento sportivo delle persone con un passato migratorio. A ciò si aggiungono gli ostacoli culturali e linguistici che possono inibire la partecipazione (consorzio Sport e integrazione, 2016).

Le principali ipotesi relative ai servizi di integrazione sociale delle associazioni sportive si basano su una doppia ipotesi di integrazione: in una prima fase, la persona che si trasferisce ha accesso a un'associazione sportiva e quindi a un'attività sportiva all'interno di una comunità. La seconda fase consente ai membri di acquisire competenze e di agire con successo in altri contesti sociali (Braun & Finke, 2010).

Gestione della diversità

Una società è multiforme a diversi livelli. La cultura è uno di questi. Il termine «cultura» struttura gli schemi di percezione, azione e interpretazione di un gruppo. Esistono stili di vita culturali marcati e opinioni simili. Gli individui possono identificarsi attraverso l'appartenenza a gruppi sociali. Nella nostra società esistono innumerevoli culture e sottoculture diverse. Mentre gli adulti hanno interiorizzato i loro sistemi di valori culturali e li trasmettono inconsapevolmente ai bambini, gli adolescenti imparano in modo ludico ed esplorano anche le culture. Per gli adulti è importante allentare un po' la marcata immaginazione culturale e immedesimarsi nella scoperta di sistemi di valori sconosciuti. La sensibilizzazione interculturale inizia quindi da se stessi. Cosa mi succede quando mi trovo a confrontarmi con l'ignoto/il nuovo? In un gruppo, ad esempio nell'offerta di ginnastica prescolare di un'associazione sportiva, i soci possono differenziarsi l'uno dall'altro anche sotto altri aspetti, oltre alla cultura. La figura 3 sottostante illustra la diversità di una società e

all'interno di un gruppo. Diventare parte di una comunità e integrarsi è un compito di sviluppo fondamentale per tutti i bambini. I bambini vogliono sperimentare tra loro somiglianze e differenze ed esplorare le peculiarità. Per diventare parte della comunità ed essere contemporaneamente coinvolti attivamente, ogni bambino deve essere accolto e rispettato (Rete svizzera per la custodia dei bambini e Commissione svizzera UNESCO, 2014).

«Per il loro sviluppo individuale e sociale, i bambini traggono vantaggio da affinità e differenze all'interno della comunità. Sono interessati a entrambe.»

Heidi Simoni, direttrice del Marie Meierhofer Institut für das Kind (MMI)

«Insieme, i bambini imparano a comprendere la diversità come normalità e opportunità. Sono curiosi di conoscere la propria cultura e le proprie origini nonché di conoscere il mondo di altre culture e contesti. Acquisiscono competenze interculturali e godono dell'interazione. Imparano insieme e gli uni dagli altri. Apprendono i punti in comune e le differenze.»

Heidi Simoni, direttrice del Marie Meierhofer Institut für das Kind (MMI)

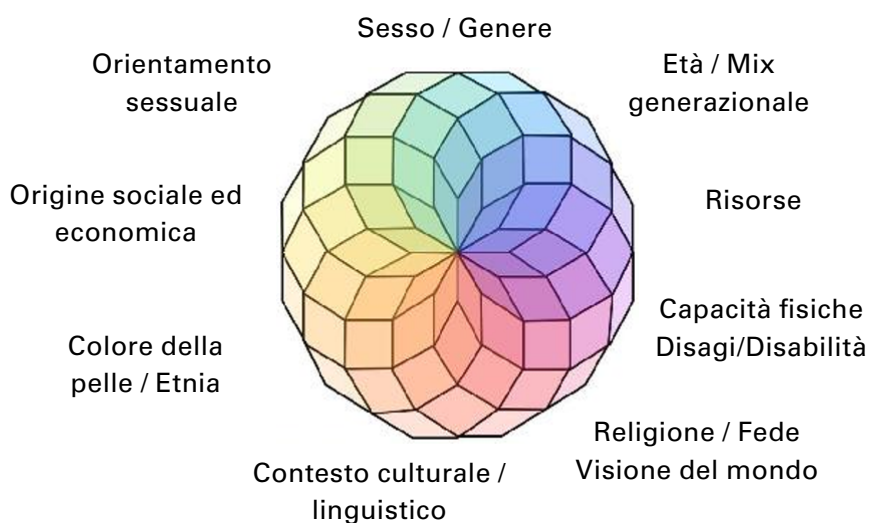


Figura 3:
Ruota Diversity (ComSens, 2020)

L'approccio alla diversità richiama l'attenzione sulla molteplicità della società e sull'eterogeneità delle identità. Questa diversità è considerata un potenziale e un'opportunità. Ogni persona è unica e contribuisce alla diversità della società. I punti in comune e le differenze possono essere percepiti, tutte le persone vengono rispettate e l'unicità di ogni individuo, che porta a una varietà di comunità, viene apprezzata e considerata un vantaggio o una forza. Ci si dovrebbe allontanare da una mentalità a compartimenti stagni attraverso una riflessione critica su discriminazione e svalutazione, per sostituirla con un riconoscimento differenziato. Le caratteristiche dell'eterogeneità sociale possono essere il sesso, il genere, l'età, le generazioni, la provenienza sociale ed economica, il colore della pelle, l'etnia, i retroscena culturali e linguistici, la religione, la fede, le capacità fisiche e le limitazioni, l'istruzione e molte altre. L'approccio alla diversità costituisce la diversa caratterizzazione di tali caratteristiche. Nessuna dimensione è più importante di un'altra.

Per ottenere l'inclusione e le pari opportunità sono necessari processi continui. Si attraversano numerosi processi personali e condivisi, sia a breve che a lungo termine. In questi processi vengono messi in discussione i precedenti modi di percepire, pensare e agire. Occorre prestare attenzione a reagire consapevolmente alle interazioni tra le dimensioni, affinché un individuo possa svilupparsi liberamente con tutti i potenziali e le capacità. Per ridurre le disuguaglianze, un approccio attento e rispettoso rappresenta un presupposto importante. Nessun individuo può essere descritto con un'unica categoria della diversità. La nostra personalità è caratterizzata piuttosto da diversi tratti caratteristici identitari. Ciascun individuo presenta caratteristiche diverse, il che a sua volta è legato a diverse esperienze (Fondazione SPI, 2011).

Per un'integrazione efficace è importante un approccio coinvolgente. L'inclusione di persone con trascorsi migratori o con disabilità è una sfida per l'intera società. L'importante è disporre della consapevolezza e della sensibilità verso le persone con bisogni speciali e di conoscenze sui possibili ostacoli. Per questo motivo l'intera organizzazione, ad esempio un'associazione sportiva con tutti i suoi soci, deve essere sensibilizzata e possibilmente coinvolta nelle tematiche dell'integrazione e dell'inclusione. Maggiore è il livello di consapevolezza e di conoscenza, migliore può essere l'integrazione. Anche la comunicazione e il sostegno all'integrazione rappresentano un passo a favore dell'integrazione sia all'interno che all'esterno dell'associazione. La comunicazione del lavoro di integrazione rafforza i soci dell'associazione che si impegnano verso un'ottica inclusiva e lancia anche verso l'esterno un segnale che consenta di raggiungere o rivolgersi meglio ai gruppi di persone interessate. In un'associazione sportiva, i processi partecipativi con il diritto di co-decisione delle persone con esigenze speciali sono fondamentali per un'integrazione efficace e duratura. L'apertura interculturale di un'associazione sportiva e lo scambio di opinioni consentono di abbattere le paure legate al contatto e ai pregiudizi. Anche con la creazione di un'offerta conveniente e orientata agli sport di massa è possibile raggiungere individui con esigenze speciali a bassa soglia. Attraverso la messa in rete di un'associazione sportiva con altre organizzazioni nell'ambito dell'integrazione e dell'inclusione è possibile raggiungere nuovi gruppi target. Inoltre, le cooperazioni e i partenariati consentono di sfruttare le reti esistenti e di migliorare il know-how mancante o la mancanza di premesse infrastrutturali per misure integrative. Per favorire l'integrazione attraverso lo sport, le offerte sportive devono essere strutturate in modo duraturo e affidabile, nonché accessibili con regolarità e a lungo termine. In questo modo è possibile aumentare l'autonomia delle persone con bisogni speciali e rafforzare le pari opportunità (consorzio Sport e integrazione, 2016).



Sviluppo del bambino

Come sviluppo, si intende un processo che dura tutta la vita caratterizzato da cambiamenti di un individuo (Zimmer, 2014). Con il termine sviluppo si intende in generale una sequenza temporale di processi fisici e psichici interconnessi. Durante l'infanzia lo sviluppo è particolarmente marcato, il che le conferisce una grande importanza. Lo stadio di sviluppo di un bambino non è il risultato di una crescita continua di singole funzioni, ma è il risultato di un'interazione tra fattori legati alla predisposizione e fattori ambientali.

Ogni persona si sviluppa individualmente e in modo diverso. I singoli processi di sviluppo motorio dipendono da molti fattori. Per motricità si intende l'insieme di tutte le sequenze motorie di un organismo. Lo sviluppo motorio viene considerato come elemento centrale per lo sviluppo complessivo dell'essere umano nell'azione (Hobmair et al. 2013).

Nell'età prescolare si sviluppano molteplici forme di movimento nella motricità elementare (Winter & Hartmann, 2007). Tra il 1° e il 3° anno di vita il bambino impara forme di movimento fondamentali come camminare, correre, saltare, strisciare, rotolare, spingere, tirare, appendere, stare in equilibrio, salire e portare. Dal 4° al 6° anno di età, le forme di movimento di base vengono perfezionate e migliorate nei dettagli. Il bambino impara a combinare tra loro diverse forme di movimento fondamentali e fa grandi progressi soprattutto nelle capacità di coordinazione (per es. capacità di equilibrio) e nei movimenti della motricità fine (Zimmer, 2014).

«L'infanzia è un periodo movimentato.»

Dottoressa Renate Zimmer, fondatrice e direttrice dell'Institut Bewegte Kindheit (Istituto per l'infanzia attiva), dell'Università di Osnabrück

«Un bambino dovrebbe stare più ore al giorno con coetanei. Impara così a parlare, a immedesimarsi negli altri bambini, ad adattarsi, a gestire i conflitti, a curare le relazioni e a stringere amicizie.»

Remo Largo, pediatra e autore

«Ogni bambino è un essere unico. Non solo per le diverse esperienze che fa. È unico anche nella sua predisposizione.»

Remo Largo, pediatra e autore

Nelle citazioni si vede che i bambini scoprono il mondo circostante sin dal primo giorno in modo attivo, ludico e individuale. L'apprendimento avviene attraverso le proprie azioni ed esperienze, per esempio esplorando, osservando, imitando e comunicando con se stessi, nei peer group, in famiglia e con altre persone. I bambini hanno bisogno di persone di riferimento diverse, dalle quali possano ricevere attenzione e stima. Nella prima infanzia, apprendere significa soprattutto giocare. Solo le nozioni apprese con gioia possono essere durevoli nei bambini. Mettendo a disposizione spazi gioco, i bambini possono sperimentare esperienze di apprendimento variegata e ricche (Wustmann Seiler & Simoni, 2014).

Bibliografia

Consorzio Sport e integrazione presso il Ministero federale della difesa e dello Sport. (2016). Interkulturelle Kompetenz im Sport (Competenza interculturale nello sport). Manuale sulla diversità nello sport e sulla serie di workshop «Sport spricht viele Sprachen» (Le tante lingue dello sport). Vienna: consorzio Sport e integrazione.

Becker, S. e Häring, A. (2012). Soziale Integration durch Sport (Integrazione sociale attraverso lo sport). Rivista Sportwissenschaft (Scienze sportive, 12) Vol. 42.

Braun, S. e Finke, S. (2010). Integrationsmotor Sportverein. Ergebnisse zum Modellprojekt «spin-sport interkulturell» (L'associazione sportiva come motore di integrazione. Risultati del progetto di modello «spin-sport interculturale»). Wiesbaden: Casa editrice VS per le scienze sociali.

ComSens. (2020). Comunicazione interculturale nella ginnastica prescolare. Corsi di perfezionamento MiTu Ginnastica Insieme.

Commissione federale della migrazione (CFM). (2009). Sostegno alla prima infanzia. Ricerca, prassi e politica in materia di sostegno alla prima infanzia. Punto della situazione e campi d'azione. Berna CFM.

Promozione Salute Svizzera. (2016). Bewegung schon früh abwechslungsreich fördern (Stimolare precocemente il movimento in modo variato). Accesso l'11 gennaio 2021 all'indirizzo www.bit.ly/bewegung-abwechslung

Hafen, M. (2014). Better together. Prävention durch Frühe Förderung (Prevenzione attraverso il sostegno alla prima infanzia). Lucerna: Scuola universitaria di Lucerna.

Hafen, M. (2019). Conferenza sul sostegno alla prima infanzia come investimento. Accesso l'11 gennaio 2021 all'indirizzo www.bit.ly/weinfeld-m-hafen (PDF)

Hergesell, B. (2009). Migranten – Grenzgänger – Entgrenzte (Migranti – Frontalieri – Dissolvimento dei confini .) In G. Herlyn, J. Mücke, K. Schönenberger & O. Sutter. Arbeit und Nicht-Arbeit. Entgrenzungen und Begrenzungen von Lebensbereichen und Praxen (Lavoro e non-lavoro. Dissolvimento dei confini e delimitazioni di ambiti di vita e prassi - 211). Monaco di Baviera e Mering: Hampp.

Hobmair, H. (2013). Psychologie (Psicologia). Colonia: Casa editrice didattica EINS.

Kübler-Ross, E. (1969). On Death and Dying. New York: Scribner.

Rete svizzera per la custodia dei bambini e Commissione svizzera dell'UNESCO. (2014). Pubblicazione tematica Integrazione: aspetti ed elementi costitutivi di un lavoro qualitativamente valido per l'integrazione nella prima infanzia. Approfondimento tematico del quadro d'orientamento per la formazione, l'educazione e l'accoglienza della prima infanzia in Svizzera. Zofingen: Commissione Svizzera dell'UNESCO.

Perret, J. (2019). Frühe Bewegungserziehung (Educazione precoce al movimento). Rapporto sul semestre di formazione SS 2018/2019. San Gallo: PHSG.

Sluzki, C. (2010): Psychologische Phasen der Migration und ihre Auswirkungen (Fasi psicologiche della migrazione e loro effetti), In T. Hegemann & R. Salman (ed.). Manuale Transkulturelle Psychotherapie (psicoterapia transculturale, 108 - 123). Bonn.

Fondazione SPI. (2011). Vielfalt gestaltet. Handreichung zu Diversity in Schule und Berufsvorbereitung (La varietà prende forma. Guida sulla Diversity a scuola e preparazione professionale). Berlino: Fondazione SPI.

Winter, R. e Hartmann, C. (2007). Die motorische Entwicklung des Menschen von der Geburt bis ins hohe Alter (Lo sviluppo motorio dell'essere umano dalla nascita fino all'età avanzata - panoramica). In: Meinel, Kurt; Schnabel, Günter (ed.). Bewegungslehre Sportmotorik. Abriss einer Theorie der sportlichen Motorik unter pädagogischem Aspekt (Teoria della motricità sportiva. Sintesi di una teoria della motricità sportiva da un punto di vista pedagogico). Achen: Meyer & Meyer.

Wustmann Seiler, C. & Simoni, H. (2016). Quadro d'orientamento per la formazione, l'educazione e l'accoglienza della prima infanzia in Svizzera). Zurigo; Commissione svizzera dell'UNESCO e Rete svizzera per la custodia dei bambini.

Zimmer, R. (2014). Manuale Bewegungserziehung. Grundlagen für Ausbildung und pädagogische Praxis (Educazione al movimento. Fondamenti per la formazione e la pratica pedagogica). Friburgo in Brisgovia: Casa editrice Herder.