



Edu4Impact - L'educazione degli adulti attraverso lo sport come mezzo per migliorare l'inclusione sociale

Progetto n.: 2024-1-IT02-KA220-ADU-00025456

Dalla ricerca al piano di formazione

Il progetto è cofinanziato dal programma Erasmus+ dell'Unione Europea. Il contenuto del presente documento riflette esclusivamente il punto di vista dell'autore ed è di sua esclusiva responsabilità. La Commissione Europea non si assume alcuna responsabilità per l'uso che potrà essere fatto delle informazioni in esso contenute.



**Co-funded by
the European Union**

Indice

1. Introduzione	4
2. Metodologia di ricerca	6
2.1 Obiettivi della ricerca	6
2.2 Quadro metodologico.....	6
a) Rassegna della letteratura e raccolta delle buone pratiche	6
b) Indagini.....	6
c) Interviste ad esperti	7
d) Focus group	7
2.3 Integrazione dei dati e analisi transnazionale	8
3. Risultati nazionali	9
3.1. Italia.....	9
3.2. Grecia	12
3.3. Spagna.....	14
3.4. Romania	16
4. Analisi comparativa.....	21
4.1. Modelli comuni tra i paesi	21
4.2. Differenze e aspetti specifici dei singoli paesi	21
4.3. Lacune e punti ciechi nella ricerca/pratica.....	21
4.4. Lezioni apprese a livello transnazionale	22
Tabella comparativa	23
5. Dalla ricerca all'azione: il piano di formazione	24
5.1. Quadro metodologico.....	24
5.2. Definizione delle aree di formazione	24
a) Area formativa 1 – Consapevolezza di sé attraverso lo sport	25
b) Area di formazione 2 – Consapevolezza sociale e inclusione attraverso lo sport	25
c) Area di formazione 3 – Processo decisionale responsabile attraverso lo sport	25
d) Area di formazione 4 – Autogestione attraverso lo sport.....	26
e) Area di formazione 5 – Capacità relazionali attraverso lo sport	26
Tabella riassuntiva: le 5 aree di formazione.....	26
5.3. Presentazione dei casi di formazione.....	27
a) Consapevolezza di sé attraverso lo sport	28
b) Consapevolezza sociale e inclusione attraverso lo sport	29
c) Processo decisionale responsabile attraverso lo sport	30

d) Autogestione attraverso lo sport	31
e) Capacità relazionali attraverso lo sport.....	32
6. Linee guida per i formatori	33
6.1 Aspetti pratici.....	33
6.2 Ruolo dei facilitatori e dei formatori.....	33
6.3 Risultati di apprendimento attesi e metodi di valutazione.....	34
6.4 Sostenibilità e trasferibilità.....	35
7. Conclusioni	36
8. Allegati	37
9. Riferimenti.....	38

1. Introduzione

Il progetto Edu4Impact è stato creato per promuovere l'empowerment degli educatori e dei formatori per adulti attraverso opportunità di formazione innovative che uniscono la pratica sportiva ai principi dell'apprendimento socio-emotivo (SEL). Il progetto nasce dalla convinzione che lo sport, se affrontato in modo intenzionale, non sia solo una forma di attività fisica, ma un potente strumento pedagogico per promuovere l'inclusione, la cooperazione e la crescita emotiva tra gli adulti vulnerabili.

Attraverso una collaborazione transnazionale che coinvolge partner provenienti da Italia, Grecia, Spagna e Romania, Edu4Impact mira a migliorare le competenze professionali di coloro che lavorano nel settore dell'educazione degli adulti integrando il SEL nelle metodologie educative basate sullo sport. Il progetto sottolinea che le competenze SEL (consapevolezza di sé, consapevolezza sociale, autogestione, processo decisionale responsabile e capacità relazionali) sono fondamentali non solo per il benessere personale, ma anche per un apprendimento efficace e la partecipazione sociale.

Per raggiungere questi obiettivi, il partenariato ha condotto un'ampia fase di ricerca volta a indagare le esigenze formative degli educatori degli adulti e dei professionisti dello sport che lavorano con adulti vulnerabili. La ricerca ha cercato di capire quanto questi professionisti abbiano familiarità con il concetto di SEL, come lo applicano già (formalmente o intuitivamente) nel loro lavoro e quale tipo di formazione o risorse potrebbero aiutarli a implementare il SEL in modo più efficace attraverso lo sport.

La ricerca si è concentrata principalmente sui seguenti gruppi:

- Educatori di adulti disposti a integrare lo sport e l'attività fisica nella loro pratica educativa come mezzo per migliorare l'inclusione e lo sviluppo emotivo;
- Professionisti dello sport che lavorano con adulti vulnerabili, con l'obiettivo di rafforzare la loro capacità di utilizzare lo sport non solo per le prestazioni, ma anche come mezzo per l'apprendimento sociale ed emotivo;
- Professionisti del terzo settore (in generale)
- Adulti vulnerabili (in secondo luogo)

È importante chiarire come viene interpretato il termine "professionista dello sport" in ciascun paese partner, poiché il ruolo, le qualifiche e l'ambito di competenza di tali professionisti variano a seconda del contesto:

- Italia: professionisti che svolgono attività sportive retribuite e continuative con contratti formali all'interno di club riconosciuti dal CONI o da Sport e Salute (Decreto Legislativo 36/2021, Art. 27).
- Grecia: Allenatori e istruttori che lavorano principalmente in club sportivi locali e organizzazioni comunitarie che promuovono l'educazione fisica.
- Spagna: professionisti qualificati registrati ai sensi della legge nazionale o catalana, in possesso di diplomi o certificazioni ufficiali in materia di educazione fisica (ROPEC).
- Romania: insegnanti di educazione fisica certificati, allenatori e preparatori atletici accreditati dalla legge nazionale e dal Ministero della Gioventù e dello Sport.

La ricerca ha incluso:

- Una revisione della letteratura e una mappatura delle buone pratiche in ciascun paese per identificare i riferimenti teorici e applicati che collegano lo sport e il SEL.
- Sondaggi condotti su oltre 350 professionisti e partecipanti in tutta Europa per esplorare i livelli di consapevolezza, le esigenze e le percezioni.
- Interviste con esperti e focus group con professionisti per raccogliere approfondimenti qualitativi ed esperienze di prima mano.

Insieme, queste attività hanno offerto una visione completa del panorama europeo in cui lo sport incontra l'educazione degli adulti, contribuendo a identificare sfide comuni, buone pratiche e opportunità di innovazione. I risultati hanno portato alla creazione del Piano di formazione Edu4Impact, che traduce i risultati della ricerca in strumenti di apprendimento pratici e basati sull'esperienza.

2. Metodologia di ricerca

La fase di ricerca del progetto Edu4Impact ha costituito la base teorica per la formazione pratica che sarà sviluppata nella seconda parte del progetto. Essa mirava a indagare lo stato dell'arte dell'integrazione dell'apprendimento socio-emotivo (SEL) nelle pratiche sportive per promuovere l'inclusione sociale degli adulti vulnerabili e le esigenze formative dei nostri gruppi target.

Il consorzio ha progettato un approccio di ricerca misto, combinando strumenti quantitativi e qualitativi per esplorare sia le esperienze dei professionisti che le percezioni degli adulti vulnerabili coinvolti in contesti sportivi ed educativi. Questa metodologia è stata definita e implementata congiuntamente da tutte le organizzazioni partner per garantire coerenza, comparabilità e rilevanza transnazionale.

2.1 Obiettivi della ricerca

La ricerca ha perseguito i seguenti obiettivi:

- Analizzare la letteratura esistente e identificare le buone pratiche (se presenti) che collegano lo sport e il SEL.
- Esplorare le esigenze formative degli educatori di adulti e dei professionisti dello sport che lavorano con adulti vulnerabili.
- Raccogliere prove per informare la progettazione del piano di formazione Edu4Impact e del futuro curriculum.

2.2 Quadro metodologico

La ricerca è stata strutturata in quattro componenti principali, implementate da ciascun partner nel proprio paese (Italia, Grecia, Spagna e Romania).

a) Revisione della letteratura e raccolta di buone pratiche

Ciascun partner ha condotto:

- Una revisione della letteratura analizzando almeno due articoli accademici o scientifici sull'uso dello sport per sviluppare competenze SEL o promuovere l'inclusione sociale;
- Una ricerca sulle buone pratiche, raccogliendo e descrivendo almeno tre esempi concreti di iniziative, progetti o programmi in cui lo sport è stato utilizzato con successo per favorire lo sviluppo emotivo e sociale.

Questa prima fase ha fornito una panoramica concettuale ed empirica di come lo sport contribuisca al SEL, offrendo modelli reali e metodologie innovative.

b) Sondaggi

Ciascuna organizzazione ha condotto un sondaggio volto a raccogliere percezioni, esperienze ed esigenze formative.

Sono stati presi in considerazione due gruppi target principali:

- Educatori per adulti e professionisti dello sport che lavorano con adulti vulnerabili;
- gli adulti vulnerabili stessi, che partecipano a programmi sportivi o educativi.

Ciascun partner mirava a raggiungere un minimo di 100 intervistati in totale per garantire la significatività statistica.

Il sondaggio è stato distribuito online tramite Google Forms e ha raccolto dati su:

- Familiarità con il concetto di SEL;
- Esperienze nell'uso dello sport a fini educativi o di inclusione;
- Sfide percepite e necessità di formazione;

I dati raccolti sono stati poi analizzati quantitativamente e qualitativamente per identificare modelli, priorità ed esigenze specifiche di ciascun paese.

c) Interviste agli esperti

Ciascun partner ha condotto un'intervista approfondita con un professionista esperto nell'applicazione dello sport o dell'attività fisica all'inclusione sociale di adulti vulnerabili e informato sugli approcci SEL.

Queste interviste hanno fornito approfondimenti qualitativi sulle migliori pratiche, sulle sfide e sui fattori di successo, integrando i dati del sondaggio con prospettive professionali ed esperienze vissute.

d) Focus group

Ciascun partner ha condotto un focus group con cinque o sei partecipanti. I partecipanti sono stati selezionati tra professionisti dello sport, educatori e altri operatori che lavorano direttamente con adulti vulnerabili, che già integrano lo sport nella loro pratica o che hanno espresso l'intenzione di farlo. Questa selezione ha garantito una rappresentanza diversificata di professionisti in grado di fornire approfondimenti pertinenti e basati sull'esperienza.

Il focus group mirava ad approfondire i risultati emersi dai sondaggi e dalle interviste, consentendo ai partecipanti di riflettere sulle loro esperienze professionali, esigenze e sfide relative all'integrazione delle competenze di apprendimento socio-emotivo (SEL) attraverso lo sport.

Prima di ogni sessione, i partecipanti hanno ricevuto un documento preparatorio che riassumeva:

- Gli obiettivi del progetto Edu4Impact;
- Una sintesi concisa dei risultati della ricerca nazionale;
- La serie di domande del focus group (due generiche, comuni a tutti i partner, e due o tre specifiche per ciascun paese, basate sui risultati delle ricerche locali).

Il documento è stato tradotto nella lingua nazionale e condiviso in anticipo per aiutare i partecipanti a familiarizzare con il contesto e la terminologia della ricerca, in particolare con il concetto di SEL, che in alcuni casi era nuovo per loro.

All'inizio di ogni sessione, i facilitatori hanno presentato gli obiettivi del progetto e hanno spiegato che la discussione mirava a raccogliere esperienze di vita reale, sfide e suggerimenti dai professionisti per aiutare a progettare il programma di formazione Edu4Impact. Ai partecipanti è stato assicurato che non c'erano risposte giuste o sbagliate e che la discussione sarebbe rimasta riservata e sarebbe servita solo a fini di ricerca e didattici.

Sebbene adattate al contesto nazionale di ciascun paese, le sessioni hanno seguito una struttura comune, consentendo il confronto dei risultati tra i vari paesi. I facilitatori hanno guidato la conversazione per garantire che tutti i partecipanti all' e contribuissero e che le discussioni rimanessero mirate ma dinamiche, incoraggiando la riflessione condivisa.

Questa metodologia ha garantito che i focus group fornissero approfondimenti qualitativi e approfonditi sulle reali esigenze dei professionisti e contribuissero in modo sostanziale alla definizione del piano di formazione Edu4Impact, colmando il divario tra la ricerca teorica e la progettazione della formazione pratica.

2.3 Integrazione dei dati e analisi transnazionale

Dopo la raccolta dei dati, tutti i partner hanno condiviso i loro risultati attraverso un quadro di riferimento comune. I risultati nazionali sono stati prima riassunti individualmente (Capitolo 3) e poi sintetizzati in un'analisi comparativa (Capitolo 4) che evidenzia le tendenze comuni, le caratteristiche specifiche di ciascun paese e le principali lacune negli attuali approcci formativi.

Questa metodologia, che combina letteratura, buone pratiche, sondaggi, interviste e focus group, ha permesso al consorzio di ottenere una comprensione completa e multiprospettica del legame tra sport, apprendimento emotivo e inclusione.

3. Risultati nazionali

Le sezioni seguenti riassumono i principali risultati ottenuti in ciascun Paese, evidenziando le tendenze chiave, le sfide e le opportunità individuate nel corso della ricerca. Nel loro insieme, questi risultati hanno fornito le basi teoriche per l'identificazione delle aree di formazione Edu4Impact e la progettazione del piano di formazione Edu4Impact e delle sue cinque aree di formazione.

Le pagine seguenti presentano una sintesi della ricerca condotta in ciascuno dei paesi partner e i relativi risultati. La ricerca completa è disponibile in allegato e può essere scaricata dalla sezione dedicata sul sito web Edu4Impact:

<https://www.edu4impact.eu/output/>

3.1. Italia

Letteratura e buone pratiche

Entrambi i partner italiani, Consorzio Tartaruga ed ENDAS Sicilia, hanno esaminato la letteratura esistente sul rapporto tra sport, inclusione sociale e apprendimento socio-emotivo (SEL).

Gli studi esaminati evidenziano che lo sport è un contesto potente per lo sviluppo personale e relazionale quando accompagnato da pratiche riflessive e inclusive. Favorisce l'autocontrollo, l'empatia e il lavoro di squadra (competenze SEL fondamentali che si traducono in un migliore adattamento sociale e nella partecipazione alla comunità).

La ricerca italiana sottolinea in particolare il ruolo centrale dell'educatore o dell'allenatore: lo sport diventa uno strumento inclusivo ed educativo solo quando i facilitatori progettano intenzionalmente attività che promuovono la cooperazione e la riflessione emotiva. La competizione spontanea, al contrario, può rafforzare l'esclusione o la frustrazione se non guidata.

La revisione ha anche rivelato la crescente rilevanza dell'apprendimento non formale in contesti sportivi, dove gli approcci esperienziali e riflessivi sono in linea con i quadri SEL. L'alfabetizzazione emotiva, l'espressione di sé e la comunicazione sono considerate fondamentali per rendere lo sport accessibile e vantaggioso per tutti, in particolare per gli adulti vulnerabili.

Buone pratiche

I partner italiani hanno individuato diversi esempi di buone pratiche che illustrano come i principi SEL possano essere integrati nello sport:

- I programmi sportivi comunitari di ENDAS Sicilia, che promuovono l'inclusione attraverso giochi cooperativi e attività di autoconsapevolezza, in particolare per le donne e i giovani in contesti svantaggiati.
- I percorsi di empowerment del Consorzio Tartaruga che combinano lo sport con il sostegno psicologico ed emotivo alle vittime di violenza domestica, sottolineando come l'attività fisica possa ricostruire l'autostima e la capacità di agire.
- Iniziative regionali che utilizzano lo sport misto e intergenerazionale per ridurre gli stereotipi e rafforzare l'empatia tra i gruppi.

Di seguito è riportato un elenco e una sintesi delle buone pratiche individuate. La descrizione dettagliata è disponibile negli allegati:

Tempo libero e sviluppo socio-emotivo: i benefici dell'attività sportiva

Esplora come gli sport ricreativi strutturati promuovano la regolazione emotiva, l'interazione sociale e il benessere mentale, dimostrando che la partecipazione a sport di gruppo migliora la cooperazione, la motivazione e la resilienza.

Educazione attraverso lo sport: miti e realtà

Evidenzia il divario tra il potenziale educativo percepito e quello effettivo dello sport. Lo studio richiede una progettazione pedagogica consapevole per garantire che lo sport sostenga realmente l'apprendimento socio-emotivo (SEL) piuttosto che rafforzare la competitività o l'esclusione.

Lo sport per la promozione della salute mentale negli adolescenti

Si concentra su come l'attività fisica contribuisca alla prevenzione dell'ansia e della depressione rafforzando l'autostima, la connessione sociale e l'equilibrio emotivo, elementi trasferibili ai programmi di benessere per adulti.

Lo sport: uno strumento sovversivo per l'apprendimento

Presenta lo sport come uno strumento educativo alternativo in grado di rimodellare le gerarchie tradizionali, migliorare il lavoro di squadra e costruire la consapevolezza sociale attraverso esperienze condivise e coinvolgimento emotivo.

Sport: educare ed educare

Esamina come lo sport sviluppi responsabilità, disciplina ed empatia attraverso un coaching e un tutoraggio strutturati, posizionando l'allenatore sia come educatore che come modello di riferimento nello sviluppo SEL.

Progetto Argo

Un progetto sportivo inclusivo che promuove l'accesso per i gruppi emarginati e svantaggiati. Dimostra come l'attività fisica possa essere utilizzata per rafforzare i legami comunitari, la fiducia in se stessi e il rispetto reciproco attraverso l'apprendimento esperienziale.

Le buone pratiche identificate dimostrano che l'integrazione dell'apprendimento socio-emotivo (SEL) nell'educazione degli adulti attraverso lo sport rimane un campo relativamente inesplorato. Molte di esse, sebbene originariamente sviluppate per i giovani o per un pubblico generico, offrono tuttavia modelli adattabili che possono essere efficacemente trasferiti a contesti adulti e inclusivi.

Risultati del sondaggio

Il sondaggio italiano ha coinvolto 211 partecipanti, tra cui educatori, formatori e adulti vulnerabili.

I risultati mostrano che, sebbene la maggior parte dei professionisti abbia familiarità con l'idea che lo sport favorisca l'inclusione e il benessere, pochi hanno una formazione formale sull'integrazione dell'apprendimento emotivo nei programmi basati sullo sport.

I risultati principali includono:

- Oltre il 70% degli intervistati concorda sul fatto che lo sport aiuta a sviluppare la fiducia in se stessi e il lavoro di squadra.

- Solo il 25% ha dichiarato di utilizzare consapevolmente strategie SEL (come la riflessione emotiva o la definizione cooperativa degli obiettivi) nel proprio lavoro.
- Il tempo, la mancanza di formazione e le risorse limitate sono stati citati come i principali ostacoli.
- Gli adulti vulnerabili hanno riferito un miglioramento della motivazione, del controllo emotivo e del senso di appartenenza quando le attività sportive erano inclusive e ben facilitate.

Questi risultati confermano la necessità di percorsi formativi strutturati per aiutare gli educatori a sviluppare consapevolmente le competenze SEL attraverso lo sport.

Intervista agli esperti

In Italia sono state condotte due interviste ad esperti con professionisti che hanno offerto prospettive complementari su come lo sport possa promuovere l'apprendimento socio-emotivo (SEL) e l'inclusione sociale tra gli adulti vulnerabili.

Ramiro Lerda, giocatore professionista di rugby, allenatore e insegnante di educazione fisica, ha condiviso la sua vasta esperienza nell'uso dello sport come strumento di inclusione e sviluppo personale. Attivo in diversi progetti che promuovono l'integrazione sociale attraverso lo sport, Lerda ha sottolineato che i valori del rugby (lavoro di squadra, rispetto, disciplina e solidarietà) sono naturalmente in linea con i principi SEL.

Secondo lui, lo sport offre un ambiente sicuro e strutturato in cui gli individui possono mettere alla prova i propri limiti, imparare a fidarsi degli altri e sviluppare la resilienza emotiva. Per gli adulti vulnerabili, questa esperienza può essere trasformativa, aiutandoli a riscoprire la fiducia, il senso di appartenenza e uno scopo. Lerda ha sottolineato che il ruolo dell'allenatore come educatore è essenziale: al di là delle competenze tecniche, gli allenatori devono guidare la riflessione, dare l'esempio dell'empatia e aiutare i partecipanti a riconoscere ciò che imparano dentro e fuori dal campo. Ha anche sottolineato l'importanza dell'adattabilità e della consapevolezza, poiché l'apprendimento emotivo nello sport emerge dal modo in cui le attività sono condotte piuttosto che dall'attività stessa.

Il dottor Giovanni Giacobbe, psicologo e garante regionale per i diritti degli animali in Sicilia, ha portato una prospettiva innovativa attraverso il suo lavoro negli sport assistiti dai cani e nella psicoterapia interspecie. Attingendo a oltre trent'anni di esperienza, ha illustrato come l'interazione con gli animali favorisca lo sviluppo dell'empatia, della regolazione emotiva e della responsabilità. I partecipanti imparano a comprendere e rispettare i segnali di un altro essere, sviluppando la comunicazione non verbale e l'autocontrollo.

Giacobbe ha spiegato che questo approccio combina la dimensione fisica e relazionale dello sport con la consapevolezza emotiva richiesta nell'interazione uomo-animale, offrendo un potente modello per l'apprendimento socio-emotivo in contesti inclusivi. Ha sottolineato la necessità che gli educatori ricevano una formazione di base psicologica che integri la scienza dello sport, la psicologia comparata e le capacità di facilitazione emotiva per massimizzare i risultati sociali ed emotivi.

Entrambi gli esperti hanno convenuto che il potenziale educativo dello sport dipende da una progettazione intenzionale, da una riflessione guidata e da una facilitazione emotivamente competente. Le loro esperienze, dal campo di rugby alle attività assistite con animali, dimostrano

che quando lo sport viene affrontato in modo consapevole, diventa un potente strumento per la consapevolezza di sé, l'empatia e l'inclusione.

Focus group

Il focus group ha riunito professionisti dello sport ed educatori che lavorano con adulti vulnerabili. I partecipanti hanno discusso delle loro esperienze quotidiane e delle sfide legate alla fusione dello sport con obiettivi emotivi e sociali.

Hanno riconosciuto che lo sport fornisce un contesto naturale per il lavoro di squadra e l'empatia, ma hanno sottolineato che spesso gli allenatori non dispongono degli strumenti necessari per trasformare le interazioni spontanee in un apprendimento strutturato.

Le discussioni hanno rivelato tre esigenze ricorrenti:

- Strumenti pratici ed esempi per applicare il SEL attraverso lo sport;
- Un linguaggio comune tra educatori e professionisti dello sport;
- Spazi di riflessione e apprendimento tra pari per consolidare le competenze.

Il gruppo ha anche riflettuto sulle dinamiche di genere, sulla motivazione e sull'equilibrio tra regole e libertà nello sport come ambiente di apprendimento.

Approfondimenti chiave

La ricerca condotta in Italia dal Consorzio Tartaruga e dall'ENDAS ha rivelato un contesto vivace in cui lo sport è ampiamente riconosciuto come strumento di sviluppo personale e sociale, ma l'integrazione dei principi dell'apprendimento socio-emotivo (SEL) rimane in gran parte informale e intuitiva. Sia i professionisti che gli educatori dimostrano motivazione e apertura verso il SEL, ma esprimono un forte bisogno di formazione strutturata e guida pratica. In particolare:

- È stata osservata una scarsa consapevolezza dei modelli SEL, in particolare tra i professionisti più giovani e gli istruttori sportivi. Molti partecipanti al gruppo Consorzio Tartaruga hanno associato il SEL al benessere generale o al lavoro di squadra piuttosto che a un modello di competenza specifico.
- Nonostante le conoscenze formali limitate, molti professionisti applicano già intuitivamente strategie legate al SEL, come lo sviluppo dell'empatia, la comunicazione e la regolazione emotiva, senza collegarle a una metodologia chiara.
- Il sondaggio e il focus group hanno confermato un elevato bisogno di formazione in tutte e cinque le competenze SEL, con particolare interesse per l'apprendimento di strumenti e metodi pratici di facilitazione per una riflessione strutturata con i partecipanti.
- Le discussioni dei focus group hanno evidenziato una forte richiesta di formazione basata su casi ed esperienze, che affronti situazioni reali come la gestione dei conflitti, l'inclusione di gruppi con abilità miste e la consapevolezza emotiva negli ambienti sportivi.

Nel complesso, i professionisti italiani considerano lo sport un potente spazio educativo, ma cercano un quadro comune per collegare la pratica, la riflessione e la crescita emotiva.

3.2. Grecia

Revisione della letteratura

La revisione della letteratura greca evidenzia una crescente integrazione dell'apprendimento socio-emotivo (SEL) nell'istruzione e nello sviluppo della comunità, anche se la sua applicazione

nell'istruzione degli adulti attraverso lo sport rimane limitata. Le strategie nazionali sull'apprendimento permanente e l'inclusione riconoscono il SEL come una competenza chiave per l'occupabilità e l'impegno civico, ma i quadri strutturati sono ancora in fase di sviluppo.

Il terzo settore - ONG, imprese sociali e iniziative comunitarie - svolge un ruolo di primo piano nella promozione del SEL attraverso progetti di istruzione non formale e di inclusione sociale. Questi sforzi sono in linea con le linee guida dell'UE sulle competenze chiave e l'apprendimento permanente, spesso sostenute dalle iniziative Erasmus+. Mentre l'istruzione formale degli adulti raramente include il SEL, lo sport e le attività fisiche sono sempre più riconosciuti come strumenti per lo sviluppo dell'empatia, del lavoro di squadra e della resilienza.

Buone pratiche

Sebbene il SEL attraverso lo sport nell'istruzione degli adulti sia un campo emergente, tre pratiche greche si distinguono per il loro approccio innovativo e la loro adattabilità:

Lo sport come riabilitazione per i giovani delinquenti

Un'iniziativa guidata dal governo che utilizza programmi sportivi strutturati per prevenire la criminalità giovanile e promuovere il reinserimento. Le attività sviluppano il lavoro di squadra, la disciplina e la regolazione emotiva, promuovendo al contempo l'inclusione e l'uguaglianza.

Progetto Reintegrazione attraverso lo sport (RTS+)

Un progetto europeo coordinato da KETHEA che promuove l'apprendimento esperienziale attraverso lo sport nel recupero dalla dipendenza. Fornisce un kit di strumenti completo ("Empower+") per formare i professionisti e sostenere la salute mentale, la resilienza e le competenze di vita dei partecipanti.

Programma di cittadinanza attiva della terza età di Drosostalida

Un'iniziativa locale che coinvolge adulti di età superiore ai 65 anni in attività intergenerazionali che migliorano il processo decisionale, la comunicazione, l'empatia e la collaborazione attraverso gruppi di camminata, musica e laboratori sociali.

Questi esempi confermano che i principi SEL sono adattabili a tutte le fasce d'età e a tutti i contesti sociali.

Risultati del sondaggio

Il sondaggio greco ha coinvolto 72 professionisti (educatori per adulti, assistenti sociali, allenatori sportivi, psicologi) e 30 adulti vulnerabili.

Sebbene il 55% dei professionisti abbia familiarità con il SEL, solo una minoranza lo applica sistematicamente nel proprio lavoro. Circa il 43% ha citato la mancanza di formazione come ostacolo principale. La maggior parte dei professionisti è desiderosa di imparare come combinare lo sport e il SEL, privilegiando metodi di apprendimento pratici e riflessivi, in particolare attività di gruppo, all'aperto e inclusive.

Gli adulti vulnerabili, per lo più disoccupati o in fase di recupero, hanno confermato che lo sport favorisce la regolazione emotiva, le relazioni sociali e la fiducia in se stessi. Tuttavia, essi devono affrontare ostacoli quali vincoli economici, problemi di salute e accesso limitato alle opportunità.

Intervista agli esperti

Ioannis Petsanis, educatore e coordinatore presso Kinoniko EKAV, ha sottolineato che la consapevolezza di sé, la consapevolezza sociale e le capacità relazionali sono essenziali per gli educatori che lavorano con adulti vulnerabili. Egli sostiene che l'apprendimento esperienziale basato sullo sport, il tutoraggio e gli esercizi di riflessione sulla vita reale siano i metodi di formazione SEL più efficaci. La sua testimonianza evidenzia la necessità di risorse formative pratiche, inclusive e adattabili che riflettano le diverse realtà degli studenti adulti.

Focus group

Il focus group in Grecia ha coinvolto professionisti del settore dell'istruzione, dello sport e del sociale. I partecipanti hanno discusso dell'uso intuitivo dei principi SEL nel loro lavoro, nonostante la mancanza di quadri formali. Hanno chiesto una formazione basata su casi concreti, lo scambio di buone pratiche e linee guida sull'integrazione del SEL nello sport. La discussione ha sottolineato l'importanza di adattare gli strumenti alle realtà locali e di utilizzare lo sport come ponte per l'empatia e l'empowerment.

Idee chiave

I risultati della ricerca condotta in Grecia da Drosostalida mostrano un ecosistema ricco di pratiche SEL informali, ma che necessita di struttura, formazione e sostegno politico.

- Il SEL attraverso lo sport è riconosciuto come altamente efficace ma ancora poco sviluppato.
- I professionisti applicano il SEL in modo intuitivo e cercano strutture strutturate e pratiche.
- Le esigenze di formazione sono elevate in tutte le aree SEL, in particolare nella regolazione emotiva e nella gestione dei conflitti.
- Gli adulti vulnerabili esprimono una forte motivazione a partecipare ad attività di inclusione basate sullo sport quando le barriere vengono ridotte.

Nel complesso, la Grecia dimostra che il legame tra SEL e sport è un terreno fertile per l'innovazione.

3.3. Spagna

Analisi della letteratura

La Spagna mostra un uso maturo del SEL nelle scuole, ma molto meno nell'istruzione degli adulti. Le organizzazioni del terzo settore colmano questa lacuna attraverso programmi non formali ed esperienziali che collegano l'attività fisica al benessere, alla resilienza e all'inclusione. Le prove sottolineano la necessità di quadri strutturati, facilitatori formati e strumenti di valutazione per trasformare la pratica intuitiva in un apprendimento SEL intenzionale per gli adulti.

Buone pratiche

Tre modelli applicati illustrano il SEL attraverso lo sport con adulti vulnerabili:

Proyecto Hombre (Comunità terapeutica)

Pallavolo e allenamento della forza, con riflessione pianificata e sostegno tra pari; miglioramenti nell'autogestione, nell'inclusione e nella comunicazione.

Ospedale Sant Rafael (Unità psichiatriche e PHP)

Condizionamento misto, giochi cooperativi e brevi controlli delle emozioni; rafforza la consapevolezza di sé, la consapevolezza sociale e la regolazione dello sforzo.

Wellness (gruppo di reinserimento di Barcellona)

3 sessioni settimanali + sfide all'aperto; definizione degli obiettivi, routine e trasferimento nella vita quotidiana; aumenta la fiducia e i legami sociali.

Queste iniziative dimostrano il potenziale pedagogico dello sport quando è supportato da una riflessione intenzionale e da una facilitazione emotiva. Sono inoltre in linea con i più ampi quadri di riferimento spagnoli, come la metodologia "Mental-Fit" di Sport2Live e il programma "SportNet" della Fondazione FC Barcelona, che integrano entrambi lo sport, la psicologia e i principi di inclusione nei contesti comunitari e di recupero (vedi Allegato n. 12).

Risultati del sondaggio

Dalle 52 risposte dei professionisti sono emersi profili diversi (allenatori, educatori sociali, terapisti). La conoscenza del SEL era eterogenea (~36% "sì", 32% "in parte", 32% "no"), ma il 67% ha dichiarato di utilizzare già idee correlate nelle sessioni. Principali ostacoli: riluttanza dei partecipanti (50%) e mancanza di formazione (45,5%). Tra le competenze, i professionisti hanno preferito approcci pratici: mindfulness e riflessione post-attività (), scambio di ruoli e compiti di gruppo (Social awareness), casi di studio per il processo decisionale, routine e debriefing post-attività (Self-management) e progettazione di team per la costruzione della fiducia (Relationship skills). Il 74% non conosceva le buone pratiche SEL esistenti, sottolineando una lacuna di visibilità.

Intervista agli esperti

Il professionista intervistato ha sottolineato l'importanza dell'autoconsapevolezza (immagine di sé realistica e compassionevole), delle abilità relazionali (per il reinserimento) e dell'autogestione/processo decisionale attraverso la definizione di obiettivi e sfide progressive. Una formazione efficace per i professionisti dovrebbe combinare la teoria SEL specifica per lo sport, il mentoring, lo scambio tra pari e la collaborazione interdisciplinare con terapeuti/educatori per garantire il trasferimento nella vita quotidiana. Le sfide di gruppo all'aperto sono state evidenziate per la motivazione, il legame e la resilienza.

Focus group

Sei professionisti (allenatori, infermieri di salute mentale, integratori sociali) hanno riferito un uso intuitivo del SEL, ma hanno chiesto una formazione strutturata e basata su casi concreti, quadri di riferimento condivisi e lavoro di squadra interdisciplinare (sport-salute-sociale). Sfide segnalate: tempo limitato per sessione, equilibrio tra terapia e divertimento e gestione dei conflitti/crisi emotive; le strategie includevano sfide negoziate, rapida de-escalation e coordinamento con il personale clinico. Risorse desiderate: video di casi reali, guide, comunità di pratica e formati di apprendimento misto.

Approfondimenti chiave

La ricerca condotta in Spagna da Sport2Live ha confermato che lo sport rappresenta un mezzo potente ma sottoutilizzato per lo sviluppo delle competenze di apprendimento sociale ed emotivo (SEL) tra gli adulti, in particolare quelli che si trovano in condizioni di vulnerabilità sociale. I professionisti del settore ne riconoscono ampiamente il potenziale educativo e

terapeutico, ma spesso mancano di quadri strutturati e risorse per guidare la pratica. I principali risultati possono essere riassunti come segue:

- Il SEL è ben sviluppato nelle scuole ma poco sistematizzato nei contesti adulti, con le organizzazioni del terzo settore che guidano la maggior parte dell'innovazione.
- I professionisti privilegiano approcci pratici, riflessivi e interdisciplinari ed esprimono la necessità di una maggiore visibilità delle buone pratiche e di un linguaggio metodologico condiviso.
- È stato osservato un forte allineamento tra le routine sportive combinate con attività riflessive e i miglioramenti nell'autogestione, nella consapevolezza di sé e sociale e nelle capacità relazionali, in particolare nei contesti di recupero dalla dipendenza e di salute mentale.

Nel complesso, l'esperienza spagnola dimostra che quando lo sport viene affrontato in modo intenzionale diventa uno strumento di trasformazione per la crescita personale e il reinserimento sociale.

3.4. Romania

Revisione della letteratura

La revisione della letteratura rumena mostra che l'integrazione dell'apprendimento sociale ed emotivo (SEL) nell'educazione degli adulti e nello sport è ancora in una fase iniziale di sviluppo. Le strategie educative nazionali e gli studi accademici riconoscono sempre più l'importanza dell'intelligenza emotiva, della comunicazione e del lavoro di squadra, ma questi aspetti sono raramente applicati in modo sistematico nei programmi di educazione basati sullo sport per adulti. La maggior parte delle ricerche e degli interventi che collegano il SEL e lo sport si concentrano sui bambini e sugli adolescenti, lasciando un vuoto nel settore dell'educazione degli adulti.

Tuttavia, la revisione rivela anche una crescente consapevolezza tra gli educatori e le ONG del valore di combinare l'attività fisica con l'apprendimento emotivo. I progetti emergenti sottolineano il ruolo dello sport nel promuovere l'inclusione, la resilienza e il benessere, in particolare tra i gruppi vulnerabili come gli adulti disoccupati, i migranti e le persone con disabilità. Gli studiosi sottolineano che, affinché questo collegamento sia efficace, i programmi devono includere una riflessione strutturata, facilitatori qualificati e risultati di apprendimento contestualizzati, trasformando lo sport da strumento ricreativo a pratica educativa deliberata per la crescita sociale ed emotiva.

Buone pratiche

In Romania, i programmi strutturati che combinano direttamente lo sport e l'apprendimento sociale ed emotivo (SEL) sono ancora rari. Tuttavia, diverse iniziative dimostrano come l'attività fisica e l'apprendimento di gruppo possano promuovere efficacemente l'inclusione, l'empatia e lo sviluppo personale, in particolare tra i giovani e gli adulti vulnerabili. Gli esempi seguenti evidenziano pratiche emergenti che potrebbero servire da modelli da adattare nel quadro di Edu4Impact:

"Move for Health" (Terre des Hommes Romania)

Un intervento psicosociale che combina sport, movimento ed espressione emotiva per sostenere i bambini e i giovani colpiti dalla migrazione o dalla povertà. Le attività sono progettate per aiutare i partecipanti a regolare le emozioni, costruire la fiducia e rafforzare i legami sociali.

"Sport for All" (UNICEF Romania)

Un progetto comunitario che incoraggia la partecipazione inclusiva allo sport senza distinzioni di genere e abilità. Promuove la parità di accesso all'attività fisica, favorendo al contempo la cooperazione, la comunicazione e il rispetto per la diversità.

Teach for Romania – Leadership attraverso il movimento

Integra l'attività fisica nelle pratiche didattiche per promuovere la consapevolezza di sé, la motivazione e il lavoro di squadra sia tra gli educatori che tra gli studenti. L'iniziativa rafforza la capacità degli educatori di applicare i concetti SEL attraverso il gioco e l'apprendimento esperienziale.

Queste iniziative confermano che, sebbene i quadri SEL espliciti non siano ancora molto diffusi, molte organizzazioni rumene utilizzano intuitivamente lo sport come strumento per lo sviluppo emotivo e la coesione sociale. Le loro esperienze sottolineano la necessità di una sistematizzazione e di una formazione professionale, garantendo che i principi SEL diventino una componente intenzionale e misurabile dell'educazione degli adulti attraverso lo sport.

Risultati del sondaggio

Il sondaggio rumeno ha raggiunto un totale di 104 intervistati, tra cui educatori di adulti, professionisti dello sport e rappresentanti di gruppi vulnerabili (adulti disoccupati, migranti e persone con disabilità). Il sondaggio ha cercato di valutare il livello di consapevolezza, applicazione e benefici percepiti dell'apprendimento socio-emotivo (SEL) nell'ambito dello sport e dell'educazione degli adulti.

I risultati hanno rivelato che solo circa un terzo dei professionisti aveva familiarità con il concetto di SEL, sebbene la maggior parte applicasse inconsapevolmente pratiche correlate, come il lavoro di squadra, lo sviluppo dell'empatia e gli esercizi di regolazione emotiva. Gli intervistati hanno dimostrato un'elevata motivazione ad approfondire le proprie conoscenze, soprattutto attraverso una formazione pratica e basata sull'esperienza piuttosto che sull'insegnamento teorico.

Tra le cinque competenze SEL, la consapevolezza di sé e le capacità relazionali sono state valutate come le più rilevanti per il loro lavoro, mentre il processo decisionale responsabile e l'autogestione sono stati identificati come aree in cui erano necessari ulteriori orientamenti e metodi strutturati.

Alla domanda sulle preferenze formative, i partecipanti hanno indicato:

- Workshop che combinano attività fisica con riflessione e discussione di gruppo;
- Casi di studio reali e scambio tra pari;
- Formati di apprendimento brevi e modulari adattabili alle loro routine professionali.

Il sondaggio ha anche rivelato che i professionisti percepiscono lo sport come un potente veicolo di inclusione, ma hanno citato ostacoli significativi: mancanza di finanziamenti, strutture insufficienti e scarso sostegno istituzionale. Gli adulti vulnerabili hanno sottolineato i benefici psicologici e sociali della partecipazione - aumento dell'autostima, della motivazione e dell'appartenenza sociale - ma hanno segnalato ostacoli quali i trasporti, i costi e la scarsa accessibilità dei programmi sportivi.

Nel complesso, i dati indicano che l'apprendimento socio-emotivo attraverso lo sport è molto apprezzato ma poco sviluppato in Romania. C'è una forte domanda di formazione, orientamento e modelli educativi strutturati, esattamente il tipo di supporto che il progetto Edu4Impact cerca di fornire.

Intervista all'esperto

L'intervista rumena è stata condotta con Despina Maria Ilinca Iorga, educatrice per adulti e facilitatrice sportiva con esperienza in progetti di inclusione comunitaria per adulti e giovani vulnerabili. L'esperta ha sottolineato che, sebbene lo sport sia ampiamente utilizzato per l'attivazione sociale e la costruzione della fiducia, il suo potenziale emotivo ed educativo rimane sottoutilizzato a causa della mancanza di metodologie strutturate che colleghino lo sport all'apprendimento socio-emotivo (SEL).

Secondo l'intervistata, la sfida più grande nel lavorare con adulti vulnerabili è promuovere la motivazione, la fiducia e la stabilità emotiva. Molti partecipanti lottano con l'insicurezza o la paura di fallire, che possono essere affrontate solo attraverso una facilitazione empatica e un'atmosfera di gruppo sicura e di sostegno. Lo sport, se guidato consapevolmente, offre un ambiente dinamico in cui i partecipanti possono esplorare e rafforzare queste dimensioni emotive.

L'esperto ha anche sottolineato che i programmi sportivi orientati al SEL dovrebbero bilanciare la sfida fisica e la riflessione emotiva. Le attività che implicano cooperazione, obiettivi condivisi e feedback immediato consentono ai partecipanti di praticare l'autocontrollo, l'empatia e la comunicazione in tempo reale. Il ruolo del facilitatore è fondamentale, non come allenatore in senso tradizionale, ma come guida emotiva che aiuta i partecipanti a collegare l'esperienza fisica a competenze di vita più ampie come il processo decisionale, la resilienza e il lavoro di squadra.

Infine, l'intervista ha sottolineato la necessità di una formazione specializzata per educatori e professionisti dello sport, dotandoli di strumenti sia tecnici che psicosociali per integrare i principi SEL nella loro pratica quotidiana. L'esperto ha concluso che la Romania ha bisogno di un quadro nazionale che colleghi sport, istruzione e benessere.

Focus group

Il focus group rumeno ha riunito sei professionisti dei settori dell'istruzione degli adulti, dell'insegnamento dello sport e del lavoro sociale, tutti con esperienza di lavoro con adulti vulnerabili, tra cui disoccupati, migranti e persone con disabilità. La discussione ha esplorato come l'apprendimento socio-emotivo (SEL) possa essere integrato nelle attività sportive per migliorare l'inclusione e lo sviluppo personale.

I partecipanti hanno convenuto che, sebbene promuovano già valori come la cooperazione, il rispetto e l'empatia attraverso lo sport, raramente lo fanno all'interno di un quadro SEL esplicito. Per la maggior parte di loro, l'apprendimento emotivo avviene in modo intuitivo, come sottoprodotto del lavoro di squadra, dei conflitti o dei risultati condivisi. Tuttavia, è stata riconosciuta all'unanimità la necessità di sistematizzare queste esperienze in modelli di formazione intenzionali supportati da strumenti di riflessione, feedback e facilitazione.

Sono emersi diversi temi chiave:

- Gli stereotipi di genere e culturali influenzano ancora la partecipazione allo sport e la percezione di alcune attività come "maschili" o "femminili".
- La sicurezza emotiva è stata evidenziata come presupposto fondamentale per un apprendimento efficace; i partecipanti devono sentirsi accettati prima di impegnarsi in esercizi competitivi o impegnativi.
- I professionisti hanno chiesto metodologie chiare e quadri strutturati che li aiutino a collegare la pratica fisica con obiettivi emotivi e sociali.
- Il gruppo ha apprezzato l'idea di casi di formazione e scenari di vita reale, che potrebbero fornire una guida ed esempi pratici per educatori e allenatori.

Il focus group ha concluso che il SEL attraverso lo sport offre un immenso potenziale sia per la crescita personale che per la coesione della comunità in Romania.

Approfondimenti chiave

La ricerca rumena, coordinata da Sorangeli, ha rivelato che l'apprendimento socio-emotivo (SEL) attraverso lo sport rimane un campo nascente e poco esplorato, con la maggior parte delle iniziative che provengono da ONG piuttosto che da istituzioni pubbliche. Nonostante ciò, c'è una forte motivazione tra i professionisti ad apprendere e applicare i principi SEL nei contesti dell'educazione degli adulti e della comunità.

I principali risultati possono essere riassunti come segue:

- Scarsa consapevolezza del SEL: la maggior parte dei professionisti conosceva solo superficialmente i concetti del SEL, anche se molti incorporavano intuitivamente pratiche correlate nelle loro attività.
- Elevata motivazione e necessità di formazione: gli intervistati hanno mostrato grande interesse nell'acquisire conoscenze strutturate e metodi pratici per integrare il SEL negli interventi basati sullo sport.
- Leadership delle ONG: organizzazioni come Terre des Hommes, UNICEF e Teach for Romania svolgono un ruolo pionieristico nel combinare sport, inclusione ed educazione emotiva, ma i loro sforzi rimangono frammentati e su piccola scala.
- Ostacoli e percezioni sociali: il focus group ha evidenziato come gli stereotipi di genere persistenti, le infrastrutture limitate, gli ostacoli finanziari e la riluttanza dei genitori rappresentino sfide significative alla partecipazione allo sport.
- Priorità di formazione: i professionisti hanno espresso la necessità di strumenti relativi alla consapevolezza, alla regolazione emotiva, alla definizione degli obiettivi, alla gestione dei conflitti e ad attività sportive inclusive adattabili a vari gruppi.

Nel complesso, la Romania presenta un panorama frammentato ma promettente. C'è un crescente riconoscimento del valore sociale ed emotivo dello sport, ma la sua adozione su larga scala richiede una formazione professionale mirata, campagne di sensibilizzazione dell'opinione pubblica e un sostegno istituzionale più forte.

4. Analisi comparativa

Questo capitolo fornisce un'analisi comparativa delle ricerche nazionali condotte in Italia, Grecia, Spagna e Romania. Evidenzia modelli comuni ai quattro contesti, differenze notevoli e lacune specifiche in cui i risultati di un paese affrontano questioni assenti negli altri. Questa analisi costituisce la base per la progettazione del programma educativo Edu4Impact.

4.1. Modelli comuni tra i paesi

- Elevata motivazione a integrare lo sport e il SEL, ma bassi livelli di formazione formale in tutti e quattro i paesi.
- I professionisti applicano spesso le pratiche relative al SEL in modo intuitivo, senza inquadrarle come SEL.
- Gli sport di squadra, le attività all'aria aperta e gli esercizi che richiedono poche attrezzature sono le modalità più comunemente preferite.
- Le priorità di allenamento sono coerenti: gestione dello stress/di sé stessi, consapevolezza di sé, capacità decisionali e relazionali.
- Gli ostacoli sono ricorrenti: riluttanza dei partecipanti, scarso sostegno istituzionale, visibilità limitata delle buone pratiche e ostacoli strutturali quali costi, logistica o accesso alle strutture.

4.2. Differenze nell'e e aspetti specifici dei singoli paesi

- Familiarità con il SEL: la Grecia mostra una maggiore familiarità; la Spagna ha solide pratiche cliniche/di trattamento delle dipendenze; l'Italia presenta ampie lacune; la Romania mostra una familiarità complessivamente bassa.
- Ecosistema istituzionale: la Grecia ha progetti pilota legati alle politiche (settore della giustizia); la Spagna ha metodologie mature con collegamenti interdisciplinari; l'Italia offre due prospettive complementari (sistema sportivo e terzo settore); la Romania si affida a progetti pilota guidati da ONG senza mainstreaming.
- Ostacoli: la Romania sottolinea le infrastrutture e gli stereotipi di genere; la Grecia evidenzia la sicurezza/logistica nei contesti giudiziari; la Spagna deve affrontare vincoli di tempo/logistici; l'Italia sottolinea il divario formativo.

4.3. Lacune e punti ciechi nella ricerca/pratica

- La Grecia è l'unico paese ad aver condotto un'indagine sia sui professionisti che sugli adulti vulnerabili.
- La Grecia fornisce dati sui risultati dei progetti pilota nel settore giudiziario (giovani autori di reati) con prove di una riduzione della recidiva.
- La Spagna documenta in modo unico l'integrazione del SEL in contesti clinici e psichiatrici.
- La Romania fornisce prove dettagliate degli stereotipi di genere e dell'abbandono precoce dello sport.
- L'Italia beneficia della prospettiva di due partner, offrendo una doppia visione sugli approcci sportivi e sociali/del terzo settore.

4.4. Lezioni apprese a livello transnazionale

In tutti e quattro i paesi partecipanti, la ricerca Edu4Impact conferma che lo sport è un canale potente ma sottoutilizzato per lo sviluppo dell'apprendimento socio-emotivo (SEL) nell'educazione degli adulti e nel lavoro di inclusione. Nonostante le differenze contestuali, i risultati convergono su diversi insegnamenti chiave.

In primo luogo, la consapevolezza del SEL rimane bassa, ma la pratica intuitiva è diffusa. Molti professionisti coltivano già l'empatia, l'autocontrollo e la cooperazione attraverso lo sport senza quadri formali. Ciò indica un forte potenziale di sviluppo delle capacità e di miglioramento delle competenze, piuttosto che partire da zero.

In secondo luogo, c'è un bisogno universale di metodologie strutturate e strumenti adattabili che traducano la teoria SEL in azioni basate sullo sport. I professionisti richiedono casi di studio, moduli esperienziali e tecniche di facilitazione riflessiva, elementi che ora sono centrali nel piano di formazione Edu4Impact.

In terzo luogo, è essenziale la collaborazione tra i settori (sport, istruzione, salute e inclusione sociale). Le iniziative più efficaci sono quelle che mettono in contatto allenatori, educatori e psicologi, dimostrando che il SEL prospera dove si incontrano più aree di competenza.

Infine, il confronto transnazionale evidenzia l'importanza di un adattamento sensibile al contesto. Mentre la Grecia è leader nei progetti pilota legati alle politiche, la Spagna nella pratica clinica, l'Italia nell'esperienza dualistica e la Romania nell'innovazione guidata dalla comunità, ciascuna di esse contribuisce con intuizioni uniche che arricchiscono il quadro europeo condiviso.

Tabella comparativa

Dimensione	Italia	Grecia	Spagna	Romania
Familiarità con SEL	Bassa a Tartaruga, mista a ENDAS; molti agiscono senza nominare SEL.	Maggiore familiarità e utilizzo; sono stati intervistati anche adulti vulnerabili.	Familiarità mista; pratica sicura in contesti clinici/di dipendenza.	Scarsa familiarità; forte richiesta di strumenti concreti.
Chi è stato intervistato	Professionisti (n=211 tra due partner).	Professionisti (n=72) + adulti vulnerabili (n=30).	Professionisti (≈50).	Professionisti (n=50).
Modalità preferite	Attività di gruppo e all'aperto; attrezzature minime.	Metodi di gruppo/all'aperto + esperienziali.	Di gruppo/all'aperto + routine cliniche.	All'aperto (75%), di gruppo (55%), individuale (49%).
Ostacoli	Grave carenza di formazione; scarsa consapevolezza SEL.	Vincoli istituzionali/di sicurezza; sfiducia dei partecipanti.	Tempo/logistica in contesti clinici; necessità di un metodo condiviso.	Infrastrutture/accesso; stereotipi di genere; atteggiamenti dei genitori.
Esigenze formative	SEL basato su casi reali in tutti e 5 i domini.	Gestione dello stress, empatia, processo decisionale; strumenti e scambio tra pari.	Autogestione, riflessione, risoluzione dei conflitti; script pronti per il coach.	Consapevolezza, giochi inclusivi, definizione degli obiettivi, risoluzione dei conflitti.
Maturità delle buone pratiche	Letteratura incentrata sui giovani; necessario adattamento per gli adulti.	Giustizia, dipendenza, iniziative per gli over 65; progetti pilota legati alle politiche.	Casi gravi di dipendenza/psichiatrici; fondazioni di club.	Progetti pilota di ONG (rifugiati, danza inclusiva); scarsa diffusione.
Sostegno istituzionale	Frammentato; doppia ottica (sport vs. terzo settore).	Forte; ad esempio, programma ministeriale per i detenuti, progetti pilota da implementare.	Collegamenti interdisciplinari (allenatore-terapeuta-educatore).	Debole; occorrono campagne, finanziamenti, infrastrutture migliori.
Visibilità delle pratiche	Moderata; necessaria una selezione da parte del settore degli adulti.	Presente tramite ONG/progetti pilota politici.	Bassa consapevolezza tra i professionisti (~74% non ne è a conoscenza).	Consapevolezza molto bassa (86% non ne è a conoscenza).

5. Dalla ricerca all'azione: il piano di formazione

Il progetto Edu4Impact mira a tradurre i risultati della fase di ricerca nella base per un percorso educativo strutturato che combini lo sport e l'apprendimento socio-emotivo (SEL). Fornirà a formatori, educatori e professionisti dello sport un quadro pratico per sviluppare e rafforzare le competenze SEL attraverso attività basate sull'esperienza.

Basato sull'educazione non formale e sull'apprendimento esperienziale, il piano di formazione delinea cinque aree di formazione corrispondenti alle cinque competenze SEL e presenta dieci casi di formazione, due per ogni area, che trasformano la teoria in pratica. Insieme, formano una base coerente e adattabile per un programma che supporta gli educatori degli adulti e i formatori sportivi nella promozione dell'inclusione, della crescita emotiva e del benessere tra gli adulti vulnerabili attraverso il potere dello sport.

5.1. Quadro metodologico

Il Piano di Formazione Edu4Impact è stato sviluppato sulla base di un ampio processo di ricerca partecipativa condotto nei quattro paesi partner: Italia, Grecia, Spagna e Romania. I partner hanno condotto sondaggi, interviste, focus group tra i gruppi target (educatori di adulti e adulti vulnerabili), insieme a ricerche sulle buone pratiche e revisioni della letteratura per esplorare come lo sport e l'attività fisica possano essere utilizzati per migliorare le competenze socio-emotive (SEL) nell'educazione degli adulti sia degli educatori che degli adulti vulnerabili, al fine di promuovere l'inclusione sociale di questi ultimi.

Attraverso questa ricerca, educatori, professionisti dello sport ed esperti hanno evidenziato una forte necessità di approcci strutturati e basati sull'esperienza che aiutino sia i formatori che gli studenti a rafforzare competenze quali l'empatia, l'autocontrollo, la collaborazione e il processo decisionale responsabile. Queste intuizioni hanno guidato la definizione di cinque aree di formazione, ciascuna incentrata su una specifica competenza SEL e su come questa possa essere migliorata attraverso lo sport. Su queste cinque aree di formazione i partner hanno sviluppato dieci casi di formazione (due per area di formazione): attività pratiche basate sull'esperienza che costituiscono la base dell'attuale piano di formazione Edu4Impact.

Nello sviluppo dell'area di formazione, il consorzio ha applicato una metodologia basata sull'apprendimento non formale ed esperienziale, in cui i partecipanti imparano facendo, riflettendo e applicando nuove competenze, coinvolgendo gli studenti come partecipanti attivi, invece che come destinatari passivi di informazioni. L'approccio educativo si basa sulla facilitazione dell'esperienza diretta attraverso lo sport, seguita da attività di dialogo e riflessione che incoraggiano i partecipanti a trasferire nella vita quotidiana le conoscenze acquisite durante le attività.

5.2. Definizione delle aree di formazione

Sulla base dei risultati della ricerca condotta, il Piano di formazione Edu4Impact identifica cinque aree di formazione. Ciascuna area corrisponde direttamente a una delle cinque competenze SEL (Social Emotional Learning) ed è adattata alle esigenze espresse dagli allenatori sportivi e dagli educatori per adulti coinvolti dal consorzio nella ricerca nei paesi partner. Le

aree di formazione forniscono le basi concettuali e pratiche per lo sviluppo di casi educativi concreti e materiali di formazione.

a) Area di formazione 1 - Consapevolezza di sé attraverso lo sport

Questa area si concentra sulla capacità degli educatori e dei formatori di riconoscere e regolare le proprie emozioni e di guidare gli adulti vulnerabili a fare lo stesso. La ricerca ha evidenziato un forte interesse per le tecniche di mindfulness, le attività di riflessione strutturate e gli esercizi di rilassamento. Sebbene il riscaldamento e il defaticamento siano ampiamente utilizzati, raramente sono collegati in modo esplicito alla consapevolezza emotiva. La formazione metterà quindi l'accento sulla mindfulness nel movimento, sul debriefing riflessivo e sulle routine pratiche per l'autocontrollo emotivo.

Principali risultati della ricerca: I professionisti hanno richiesto tecniche di consapevolezza, attività di riflessione ed esercizi di rilassamento. Molti utilizzano già il riscaldamento/defaticamento, ma mancano di un debriefing emotivo strutturato.

Enfasi: consapevolezza nel movimento, riflessione durante/dopo le attività, routine di autocontrollo emotivo.

b) Area di formazione 2 - Consapevolezza sociale e inclusione attraverso lo sport

Questa area affronta l'empatia, il rispetto per la diversità e la sensibilità culturale nell'educazione basata sullo sport. I professionisti hanno sottolineato la necessità di attività di squadra inclusive, giochi di ruolo e metodi per affrontare gli stereotipi di genere e lo stigma. Particolari sfide sono state rilevate nei gruppi con abilità miste e in contesti che coinvolgono migranti, rifugiati e sopravvissuti alla violenza di genere. La formazione metterà in evidenza la progettazione di sport inclusivi, giochi per sviluppare l'empatia, esercizi di scambio di ruoli e strategie per la comprensione interculturale.

Principali risultati della ricerca: richiesta di sport di squadra inclusivi, giochi di ruolo, dialogo interculturale e lotta agli stereotipi di genere e allo stigma (RO, GR). I professionisti hanno anche sottolineato l'importanza di lavorare con gruppi con abilità miste e popolazioni vulnerabili (disabili, migranti, sopravvissuti alla violenza di genere).

Enfasi: progettazione di sport inclusivi, giochi che favoriscono l'empatia, consapevolezza culturale, attività di scambio di ruoli.

c) Area di formazione 3 - Processo decisionale responsabile attraverso lo sport

Questa area sviluppa la capacità di prendere decisioni etiche e costruttive nel contesto sportivo e nella vita. In tutti i paesi, i professionisti hanno espresso la necessità di attività basate sulla strategia, ruoli di leadership e apprendimento basato su scenari. La gestione dei conflitti e il processo decisionale sotto pressione sono stati identificati come aree difficili. La formazione includerà quindi giochi di strategia strutturati, rotazioni di leadership, scenari di dilemmi etici e metodi di debriefing di gruppo per promuovere la riflessione critica sulle scelte.

Principali risultati della ricerca: gli operatori desiderano una formazione basata su scenari, giochi di strategia e ruoli di leadership (tutti i paesi, in particolare ES e GR). Molti hanno difficoltà con la gestione dei conflitti e le simulazioni di decisioni nella vita reale.

Enfasi: esercitazioni basate sulla strategia, rotazioni di leadership, dilemmi etici in contesti di gruppo, debriefing sulle decisioni di gruppo.

d) Area di formazione 4 - Autogestione attraverso lo sport

Questa area supporta la regolazione delle emozioni, della motivazione e dello stress al fine di raggiungere obiettivi personali e di gruppo. La gestione dello stress, la perseveranza e la definizione degli obiettivi sono emerse come esigenze fondamentali, in particolare nei contesti clinici e giudiziari. La formazione si concentrerà su routine di resilienza, pratiche di alleviamento dello stress, sfide di perseveranza e strategie di definizione degli obiettivi personali, fornendo ai partecipanti gli strumenti per affrontare le avversità e mantenere l'impegno.

Principali risultati della ricerca: Richiesta costante di gestione dello stress, definizione degli obiettivi, formazione alla perseveranza, routine per la resilienza (tutti i paesi). I contesti clinici/di dipendenza in Spagna e il settore giudiziario in Grecia evidenziano l'importanza fondamentale di questi aspetti.

Enfasi: pratiche di alleviamento dello stress, definizione di obiettivi personali, sfide di perseveranza, routine di resilienza.

e) Area di formazione 5 - Capacità relazionali attraverso lo sport

Quest'area si concentra sulla costruzione di relazioni sane, sulle capacità comunicative e sulla capacità di gestire i conflitti. Gli operatori di tutti i paesi hanno identificato il lavoro di squadra, la costruzione della fiducia e la risoluzione dei conflitti come priorità. Sebbene molti lavorino già sulla cooperazione, mancano di strutture SEL strutturate per farlo in modo intenzionale. La formazione darà quindi priorità alle attività sportive cooperative, al coaching tra pari, agli esercizi di costruzione della fiducia, alle routine di feedback strutturate e al role-play per la risoluzione dei conflitti, consentendo ai partecipanti di praticare e interiorizzare abilità relazionali positive.

Principali risultati della ricerca: tutti i paesi hanno sottolineato l'importanza della risoluzione dei conflitti, della cooperazione, della costruzione della fiducia e del feedback tra pari. I focus group italiani e spagnoli hanno osservato che molti promuovono già il lavoro di squadra, ma non dispongono di strumenti SEL strutturati per farlo in modo intenzionale.

Enfasi: sport cooperativi, coaching tra pari, giochi per la costruzione della fiducia, scambi di feedback strutturati, giochi di ruolo per la gestione dei conflitti.

Panoramica della tabella: le 5 aree di formazione

Area di formazione	Descrizione
 Consapevolezza di sé attraverso lo sport	Riconoscere e regolare le emozioni attraverso la consapevolezza nel movimento, il debriefing riflessivo e le routine di autocontrollo emotivo.

 Consapevolezza sociale e inclusione attraverso lo sport	Sviluppare empatia e rispetto per la diversità attraverso attività inclusive, giochi di scambio di ruoli e strategie di comprensione interculturale.
 Processo decisionale responsabile attraverso lo sport	Promuovere scelte etiche e leadership utilizzando giochi di strategia, dilemmi etici e riflessioni sul processo decisionale di gruppo.
 Autogestione attraverso lo sport	Migliorare la resilienza, la gestione dello stress, la definizione degli obiettivi e la perseveranza attraverso routine strutturate e sfide.
 Capacità relazionali attraverso lo sport	Rafforzare il lavoro di squadra, la fiducia, la comunicazione e la risoluzione dei conflitti attraverso sport cooperativi e feedback strutturato tra pari.

5.3. Presentazione dei casi di formazione

I casi di formazione sono attività di apprendimento pratico che gettano le basi del programma di studi e dei moduli di apprendimento che saranno sviluppati nella seconda parte del progetto. Questi combinano attività sportive con i principi dell'apprendimento sociale ed emotivo (SEL). Ogni caso presenta uno scenario pratico adattato da situazioni sportive o di allenamento della vita reale, attraverso il quale i partecipanti possono esplorare, praticare e interiorizzare specifiche competenze SEL.

I casi di formazione utilizzano lo sport come strumento pedagogico per la riflessione, la consapevolezza e la crescita, creando un ponte tra l'esperienza fisica e la comprensione emotiva.

Ogni caso può essere implementato da allenatori sportivi o educatori di adulti che lavorano con adulti vulnerabili nell'ambito di un quadro strutturato, completo e coerente o in modo indipendente, per promuovere competenze SEL specifiche, o combinato con altri per formare un ciclo di formazione completo, a seconda del contesto, del tempo disponibile e delle esigenze dei partecipanti.

Ogni caso è progettato per:

- Fornire esperienze strutturate e pratiche che evocano dinamiche sociali ed emotive.
- Incoraggiare la riflessione e il dialogo di gruppo per trasformare l'esperienza in apprendimento.
- Supportare gli allenatori e gli educatori nello sviluppo e nell'applicazione delle competenze SEL in contesti inclusivi legati allo sport.

I dieci casi di formazione sono stati progettati per sviluppare le cinque aree di formazione precedentemente definite, 2 per ciascuna area di formazione. Essi costituiscono la spina dorsale pratica del piano di formazione. Traducono le competenze teoriche in esperienze vissute che possono essere replicate, adattate e scalate.

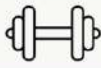
a) Consapevolezza di sé attraverso lo sport

Edu4Impact Training Cases		Edu4Impact Training Cases	
1.1 Exploring emotions by listening to the body		1.2 From reaction to regulating your response	
	Training Area Self-Awareness through sport		Training Area Self-Awareness through sport
	Target group Adult educators and sport trainers working with vulnerable adults		Target group Trainers, educators and vulnerable adults
	Description The group will move through four simple stations, each designed to connect movement and mindfulness. The aim is not to perform well or complete the circuit quickly, but to slow down, listen to the body, and notice how emotions and physical sensations are connected. Each station includes a movement task and a guided self-check question.		Description Participants engage in a series of short physical challenges that introduce mild pressure (speed, coordination, rule changes). After each round, they pause for guided reflection and practise a regulation technique. The aim is not to perform perfectly but to notice the instinctive reaction and apply a calming or balancing strategy. Alternatively, they will receive information on how to conduct this activity when sitting down (in case stress levels are elevated within a room or in a confined area).
	Expected outcome • Notice links between body sensations and emotions. • Practise regulating emotions with mindful movement and reflection. • Build a short "body check" routine for daily life and use when needed.		Expected outcome • Identify physical and emotional signals of fight, flight, or freeze. • Learn and practice simple regulation tools (breathing, grounding, self-talk). • Experience that stress responses can be observed and managed. • Transfer regulation techniques to daily stressful situations
	Assessment Method Observation: Are participants pausing, noticing and showing curiosity about their emotions? Self-reflection scale (1–5): • I noticed signals from my body linked to emotions. • I felt able to shift or regulate how I felt. • I could use a short self-check in daily life. Group sharing: Key insights written on a flipchart or shared verbally.		Assessment Method Observation: Are participants noticing stress signals? Do they try regulation strategies? Self-reflection scale (1–5): • I noticed when my body shifted into fight/flight/freeze. • I practised at least one regulation tool (breath, grounding, self-talk). • I feel more confident about calming myself in stressful situations. Group discussion: Capture examples of where participants might use these skills in real life.
 Co-funded by the European Union 		 Co-funded by the European Union 	

b) Consapevolezza sociale e inclusione attraverso lo sport

Edu4Impact Training Cases

2.1 Role-Swapping Game

	Training Area Social Awareness and inclusion through Sport
	Target group sport trainers and adult educators working with vulnerable adults
	Description This activity aims to help participants experience empathy, cooperation, and inclusion by taking on different physical or communicative limitations during a team game. The facilitator should emphasize that the focus is not on performance or winning, but on understanding how to adapt and support each other. Participants must work together to complete the game while ensuring that everyone contributes meaningfully.
	Expected outcome Understand other people's difficulties and strengths. • Increase empathy and non-verbal communication. • Reflect on the stereotypes and barriers we reproduce without realising it. • Promote cooperation and inclusion in sporting and social environments.
	Assessment Method Facilitator Observation: the facilitator observes and records key interaction indicators during the activity, such as: • Whether players help and include teammates with limitations • How they communicate and adapt to each other • Signs of empathy, respect, and cooperation. • Short notes or a simple observation grid (yes/no) can be used to track: active participation, mutual support, listening, and turn-taking. Participant Self-Assessment – Traffic Light Reflection: At the end of the session, each participant reflects on how they have integrated the target competences (empathy, cooperation, and inclusion) using the traffic light color system. Group Feedback: After choosing their color, each participant briefly shares one sentence about • What they have learned about empathy and diversity • What inclusive behaviors or strategies observed in others This quick reflection helps participants recognize personal progress, celebrate inclusive actions, and consolidate social awareness as a transferable life skill.

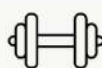


Co-funded by the European Union



Edu4Impact Training Cases

2.2 Climbing in Connection

	Training Area Social Awareness and inclusion through Sport
	Target group sport trainers and adult educators working with vulnerable adults
	Description This activity aims to help participants experience empathy, cooperation, and inclusion through a symbolic and physical connection. The goal is not to be successful or winning, but understanding how to adapt, communicate, and support each other while moving together. The facilitators (sport trainers and educators) should highlight that success is measured by mutual understanding, trust, and teamwork, not by physical achievement.
	Expected outcome Improve communication and active listening • Develop mutual trust and respect • Understand the importance of support and synchronisation in human relationships
	Assessment Method Facilitator Observation: the facilitator observes and records key interaction indicators during the activity, such as: • Whether players help and include teammates with limitations • How they communicate and adapt to each other • Signs of empathy, respect, and cooperation. • Short notes or a simple observation grid (yes/no) can be used to track: active participation, mutual support, listening, and turn-taking. Participant Self-Assessment – Traffic Light Reflection: At the end of the session, each participant reflects on how they have integrated the target competences (empathy, cooperation, and inclusion) using the traffic light color system. Group Feedback: After choosing their color, each participant briefly shares one sentence about • What they have learned about empathy and diversity • What inclusive behaviors or strategies observed in others This quick reflection helps participants recognize personal progress, celebrate inclusive actions, and consolidate social awareness as a transferable life skill.



Co-funded by the European Union



c) Processo decisionale responsabile attraverso lo sport

Edu4Impact Training Cases	
3.1 Game of Choices	
	Training Area Responsible Decision-Making through Sport
	Target group sport trainers and adult educators working with vulnerable adults
	Description Participants will work in teams to complete a challenge: moving the ball from one side of the field to the other while following specific rules, imposing limitations. At first, they will start playing without time to plan. Later, they will have opportunities to pause, discuss, and agree on a shared strategy. The facilitator highlights that rules or conditions may change, requiring teams to adapt quickly. The purpose is not only to complete the task, but also to observe how decisions are made collectively, how team members are included, and how pressure or conflict is managed during the activity.
	Expected outcome By the end of the activity, participants are expected to: - Strengthen their ability to analyze a situation and agree on a team strategy. - Develop awareness of how leadership roles influence group decision-making. - Experience and practice ethical reasoning by balancing efficiency, fairness, and inclusion in decisions. - Improve their capacity to adapt strategies under pressure or new constraints. - Build confidence in managing conflict constructively within a team context.
	Assessment Method The facilitator can use a simple observation checklist during the activity, noting: - Did the team develop and follow a clear strategy? - Were leadership roles rotated or shared? - Were all members involved in the decision-making process? - How did the team react when rules or conditions changed? - Did conflicts arise, and if so, how were they managed? Additionally, participants can complete a quick self-assessment scale (1–5) after the activity: - I felt included in the team's decisions. - I was able to contribute ideas to the group. - I understood the reasoning behind the team's strategy. - I felt comfortable when conflicts or disagreements emerged.
 Co-funded by the European Union 	

Edu4Impact Training Cases	
3.2 The Path you Choose	
	Training Area Responsible Decision-Making through Sport
	Target group sport trainers and adult educators working with vulnerable adults
	Description Participants will move through a course with several checkpoints. They are free to choose the order and route but must visit all checkpoints. Conditions may change and participants will need to adapt their strategy. The aim is not only to complete the course, but to practice making and reviewing decisions under real outdoor conditions, noticing how strategies affect safety, efficiency, and confidence.
	Expected outcome - Apply a plan–act–review routine to individual decisions in dynamic environments. - Make safe, ethical, and inclusive choices (e.g., honesty at checkpoints, respect for rules and others). - Improve risk assessment, time/energy management, and adaptation when conditions change. - Strengthen emotional regulation (staying calm, noticing stress signals) and self-efficacy (owning choices and consequences). Translate lessons to daily-life decisions (health routines, appointments, job search steps, budgeting, transport).
	Assessment Method The facilitator can observe and note during the activity: - Did participants set and follow a clear plan? - Did they adapt their strategy when conditions or rules changed? - Did they manage their time and energy appropriately? - Did they make safe and ethical decisions (e.g., respecting boundaries, following rules, being honest at checkpoints)? - Did they show awareness of stress, fatigue, or risk while deciding? At the end, participants can complete a short self-reflection scale (1–5): - I made conscious choices about my route and strategy. - I was able to adapt when conditions changed. - I managed my energy and time effectively. - I stayed calm when I was uncertain or under pressure. - I would apply a similar plan–act–review approach in real-life situations.
 Co-funded by the European Union 	

d) Autogestione attraverso lo sport

Edu4Impact Training Cases

4.1 The Circle of Respect

	Training Area Self-Management through Sport
	Target group vulnerable adults, adult educators, and sport professionals who wish to strengthen their self-management and leadership skills in experiential settings.
	Description The activity takes place in a safe equestrian space, where participants are invited to work in small groups under the supervision of an equestrian specialist and an SEL facilitator. Each group interacts with a horse through simple tasks that require calmness, clarity, and cooperation, such as guiding the animal through a path or forming a circle together. Participants rotate roles to experience both leadership and support, while the facilitators ensure safety and encourage reflection. The horse acts as a mirror of human behaviour, reacting immediately to tension or calmness, and thus offering powerful feedback on the importance of respect, self-regulation, and responsibility.
	Expected outcome - Strengthen emotional self-regulation under stress. - Develop a stronger sense of personal responsibility. - Practice respectful and trust-based leadership. - Improve communication and empathy (verbal and non-verbal). - Transfer these skills to real-life personal and social contexts
	Assessment Method Observation Checklist (Facilitator tool) During the tasks, the facilitator notes behaviours such as: - Emotional regulation (calmness, stress reactions). - Clarity of communication (verbal and non-verbal). - Responsiveness to feedback (from horse, peers, facilitator). - Leadership style (respectful, directive, inclusive). Peer Feedback - After role rotations, peers briefly share one strength and one suggestion for the person in the leadership role. - Example structure: "I noticed you stayed calm when the horse resisted" / "I suggest trying clearer hand signals next time." Self-Reflection Card Participants answer 3–4 quick prompts at the end: - I felt in control of my emotions: 😊 😐 😞 - I communicated clearly: ✓ / partly / not really - One thing I will take with me into daily life is... Group Debrief Insights - Facilitators record 2–3 collective takeaways on a flipchart, making learning visible and reinforcing shared responsibility.



Co-funded by the European Union



Edu4Impact Training Cases

4.2 The Path of Trust

	Training Area Self-Management Through Sports
	Target group vulnerable adults (especially those facing difficulties in emotional regulation, social anxiety, or reintegration). Trainers and educators seeking tools to foster collaboration and trust-building. Mixed groups.
	Description The activity takes place in a safe, enclosed space where participants are invited to interact with trained dogs through simple trust-building tasks. Each participant or pair is guided step by step by the facilitators, who introduce the importance of calmness, patience, and non-verbal communication when working with the animal. The dogs respond immediately to stress, tension, or inconsistency, which allows participants to reflect on how their inner state influences relationships. Tasks such as guiding the dog along a path, giving basic commands, or completing a cooperative exercise are designed to highlight the role of trust and emotional regulation in successful collaboration. Throughout the activity, roles are alternated so participants can experience both leading and supporting, with structured pauses for reflection led by the facilitators.
	Expected outcome - Improve emotional self-regulation (especially in moments of uncertainty or frustration). - Strengthen trust and empathy, both towards animals and peers. - Practice non-verbal communication as a tool for collaboration. - Experience the balance of leading and supporting in a relationship of care. - Transfer the skills of calmness, patience, and trust-building to everyday life situations.
	Assessment Method Observation Checklist (Facilitator tool) During the tasks, the facilitator notes behaviours such as: - Emotional regulation (calmness, stress reactions). - Clarity of communication (verbal and non-verbal). - Responsiveness to feedback (from horse, peers, facilitator). - Leadership style (respectful, directive, inclusive). Peer Feedback - After role rotations, peers briefly share one strength and one suggestion for the person in the leadership role. - Example structure: "I noticed you stayed calm when the horse resisted" / "I suggest trying clearer hand signals next time." Self-Reflection Card Participants answer 3–4 quick prompts at the end: - I felt in control of my emotions: 😊 😐 😞 - I communicated clearly: ✓ / partly / not really - One thing I will take with me into daily life is... Group Debrief Insights - Facilitators record 2–3 collective takeaways on a flipchart, making learning visible and reinforcing shared responsibility.



Co-funded by the European Union



e) Capacità relazionali attraverso lo sport

Edu4Impact Training Cases	
5.1 Revisiting gender roles in sports as parents	
	Training Area Relationship Skills through Sport
	Target group sport trainers and adult educators working with vulnerable adults, in particular parents who are on any type of social support.
	Description Participants are divided into 2-4 mixed-gender teams. Each team selects a sport or childhood game suitable for all participants and explain its rules and materials. They then present their choice to the others, discussing when and with whom they last played it, its inclusivity, and any gender or age associations. The facilitator guides reflection to identify and gently challenge stereotypes, and observe team decision-making dynamics. All activities are then performed together (around 10 minutes each). If teams struggle to choose, facilitators may offer examples or suggestions.
	Expected outcome - Identify several ideas of activities that can be done by children and parents together, irrespective of gender. - Build strong, healthy relationships within the family. - Improve communication between all genders and ages, and between family members and learn to communicate and work towards a common goal. - Parents will experience first-hand the physical and emotional benefits of sport. - Parents will create an action plan to integrate sport and relationship skills into their family life. - Reflect and deconstruct gender stereotypes that sports and physical activities are mostly for boys. - Become culturally sensitive to Roma population, if we have a mixed group.
	Assessment Method The facilitator can use a simple observation checklist during the activity, noting: - Were all members involved in the decision-making process? - What were the main difficulties in identifying all gender, age appropriate activities? - What stereotypes arose from the discussions and activities and how did they help deconstruct it? Additionally, participants can complete a quick self-assessment scale (1-5) after the activity: - I am more aware of gender stereotypes related to sports after participating in this activity. (This assesses awareness of gender biases) - I feel more confident in my ability to choose sport activities that are inclusive for all family members, regardless of gender. (This gauges confidence in promoting inclusivity) - I have a better understanding of the benefits of sport for building stronger relationships with my children. (This assesses the understanding of family benefits) - I am more open to exploring sport activities that challenge traditional gender roles. (This measures willingness to challenge stereotypes) - I have a clearer plan for integrating sport as a positive and inclusive family activity. (This assesses commitment to action planning)



Co-funded by the European Union



Edu4Impact Training Cases	
5.2 Team sports - a way to build inclusive relations between migrants and host communities	
	Training Area Relationship Skills through Sport
	Target group sport trainers and adult educators working with adults, in particular migrants that are dealing with social exclusion, discrimination or xenophobia.
	Description Participants will be divided into two mixed groups. The two teams should have balanced migrant and locals distribution, to ensure inter-culture dynamics. Each team should participate in a sport activity that can be completed by all the participants. Prior to the activity the facilitators should research the most popular team sport for both migrants and locals. Before the actual activity starts and the rules are explained to ensure a common understanding, the facilitators need to explain the purpose of the game, how they selected the team sport and allow for each member to present him/herself. The end of the game is also dedicated to an in depth discussion about how the game went, what the participants learnt about each other's cultures.
	Expected outcome - Build stronger, healthier relationships with individuals from diverse cultural backgrounds. - Improve intercultural communication and collaboration skills. - Develop empathy and inclusivity. - Deconstruct personal stereotypes and challenge xenophobic attitudes. - Understand the benefits of sport in building inclusive communities.
	Assessment Method The facilitator can use a structured observation checklist during the activity to track: - Levels of engagement from all participants - Instances of inclusive language or behavior - Attempts to bridge cultural differences - Effective communication strategies observed - Evidence of cooperation and teamwork - Specific sport strategies they used Additionally, participants can complete a quick self-assessment scale (1-5) after the activity: - I feel more comfortable interacting with individuals from different cultural backgrounds (1-5 scale). - I am more aware of my own stereotypes or biases related to migrants (1-5 scale). - I can identify effective communication strategies to foster inclusivity (1-5 scale). - I am committed to promoting inclusivity (1-5 scale). - I can apply what I've learned from the activity (1-5 scale).



Co-funded by the European Union



6. Linee guida per i formatori

Il piano di formazione Edu4Impact è progettato per essere flessibile e adattabile a una varietà di ambienti di formazione, profili dei partecipanti e livelli di esperienza. Tuttavia, garantire la giusta configurazione pratica è essenziale per il successo di ogni caso di formazione.

6.1 Aspetti pratici

Composizione del gruppo: le attività di formazione sono concepite per essere più efficaci in gruppi di piccole e medie dimensioni, che in genere vanno da 6 a 15 partecipanti e possono includere educatori e formatori adulti, che sviluppano le proprie competenze SEL, adulti vulnerabili, coinvolti direttamente in programmi di inclusione o empowerment, o gruppi misti che combinano entrambi i profili, promuovendo l'apprendimento condiviso e la comprensione reciproca.

Durata e tempistiche: ogni caso formativo può essere tipicamente implementato in un arco di tempo compreso tra 60 e 120 minuti, inclusi il riscaldamento, l'attività, la riflessione e il debriefing.

Se integrati in un programma di formazione più ampio, i casi possono essere sequenziati in modo progressivo, iniziando dalla consapevolezza di sé e passando poi alle competenze relazionali e di lavoro di squadra.

Le sessioni dovrebbero essere programmate con pause adeguate e tempo di riflessione, bilanciando azione e riflessione per mantenere la motivazione e la concentrazione.

Materiali e spazio: la maggior parte delle attività richiede solo materiali sportivi di base o di uso quotidiano come palloni, coni, corde, tappetini o pennarelli. Sono incoraggiate la flessibilità e la creatività: gli oggetti possono spesso essere sostituiti con alternative accessibili.

Lo spazio di formazione può essere al chiuso o all'aperto. Alcune attività sono concepite per essere svolte all'aperto, ma per ogni caso di formazione saranno fornite alternative. Si raccomanda che gli spazi siano sufficientemente ampi da consentire il movimento e l'interazione e accessibili a partecipanti con qualsiasi tipo di abilità fisica.

6.2 Ruolo dei facilitatori e dei formatori

Il piano di formazione Edu4Impact si basa sulla collaborazione tra professionisti dello sport e dell'istruzione, che lavorano insieme per trasformare le attività fisiche in opportunità di apprendimento emotivo e sociale. Il successo di ogni caso di formazione dipende in gran parte dalla capacità del facilitatore di creare un ambiente di apprendimento coinvolgente e riflessivo.

I facilitatori e i formatori coinvolti nel programma Edu4Impact avranno la possibilità di combinare le competenze tecniche nello sport con la consapevolezza pedagogica ed emotiva.

Edu4Impact promuove un **approccio incentrato sul partecipante**, in cui il facilitatore non agisce come istruttore, ma come guida e osservatore che aiuta i partecipanti a dare un senso alle loro esperienze.

I facilitatori dovrebbero bilanciare sfida e sostegno, assicurandosi che i partecipanti si sentano sicuri di assumersi rischi emotivi e fisici, mantenendo al contempo un senso di controllo e inclusione.

Una caratteristica distintiva della metodologia Edu4Impact è l'integrazione di due ruoli professionali, che possono essere ricoperti dalla stessa persona:

- Il facilitatore sportivo, che garantisce il flusso tecnico e logistico dell'attività, introduce le regole e mantiene la sicurezza;
- Il facilitatore SEL, che osserva le dinamiche emotive, propone domande di riflessione e guida la fase di debriefing.

Questo **modello di co-facilitazione** arricchisce il processo di apprendimento collegando le dimensioni fisiche ed emotive dell'attività. Un efficace lavoro di squadra tra i facilitatori richiede una comunicazione chiara, rispetto reciproco e una comprensione condivisa degli obiettivi di apprendimento.

Il compito più importante del facilitatore è quello di creare un ambiente psicologicamente sicuro e inclusivo. Per raggiungere questo obiettivo, i facilitatori devono incarnare le stesse competenze SEL che desiderano insegnare. Ciò consente di trasformare l'attività in una vera e propria esperienza di apprendimento, non solo per i partecipanti, ma anche per loro stessi.

6.3 Risultati di apprendimento attesi e metodi di valutazione

Il piano di formazione Edu4Impact mira a sviluppare cinque competenze socio-emotive (SEL) fondamentali attraverso lo sport e l'apprendimento esperienziale. Ogni area di formazione si concentra su una dimensione specifica della crescita personale e sociale:

Area di formazione	Competenza SEL	Principali risultati attesi
1. Consapevolezza di sé	Riconoscere e comprendere le proprie emozioni e reazioni	I partecipanti identificano i fattori scatenanti delle emozioni, collegano le sensazioni corporee ai sentimenti ed esprimono le emozioni in modo appropriato.
2. Consapevolezza sociale	Empatia verso gli altri e valorizzazione della diversità	I partecipanti sviluppano empatia, ascolto attivo e rispetto per le prospettive degli altri.
3. Processo decisionale responsabile	Effettuare scelte etiche e costruttive	I partecipanti imparano ad analizzare le situazioni, considerare le conseguenze e agire in modo responsabile.
4. Autogestione	Regolazione delle emozioni, della motivazione e del comportamento	I partecipanti esercitano l'autocontrollo, la perseveranza e la gestione dello stress in contesti sportivi dinamici.
5. Capacità relazionali	Costruire e mantenere relazioni sane	I partecipanti migliorano le capacità di lavoro di squadra, comunicazione e risoluzione dei conflitti.

In tutti i settori, i risultati generali sono:

- Miglioramento dell'intelligenza emotiva e dell'autocontrollo;
- Rafforzamento della coesione sociale e della collaborazione di gruppo;
- Maggiore fiducia e inclusione, soprattutto tra i partecipanti più vulnerabili;
- Maggiore consapevolezza del trasferimento tra l'esperienza sportiva e la vita quotidiana.

Metodi di valutazione

Si raccomanda un mix di **strumenti qualitativi e partecipativi**, in linea con i principi dell'apprendimento non formale:

Osservazione e feedback: i facilitatori osservano i partecipanti durante le attività, prendendo nota dei comportamenti chiave, delle interazioni e delle reazioni emotive.

- Utilizzate semplici **griglie di osservazione** o liste di controllo collegate agli indicatori SEL.
- Fornisci **un feedback costruttivo** concentrandoti sull'impegno, la cooperazione e la regolazione emotiva.

Autovalutazione: incoraggiare i partecipanti a riflettere sul proprio apprendimento dopo ogni attività.

- Utilizzate **schede di riflessione**, diari o brevi feedback scritti o visivi (disegni, parole chiave, scale di emoji).
- Ponete domande semplici: *"Cosa ho provato?"*, *"Cosa ho imparato?"*, *"Cosa mi porterò dietro?"*.

Feedback tra pari: coinvolgi i compagni nel processo di apprendimento facilitando l'osservazione reciproca e il dialogo. Dopo le attività, invita i partecipanti a condividere un'osservazione positiva su un compagno di squadra. Questo rafforza l'empatia, il riconoscimento e l'apprendimento comunitario.

Riflessione di gruppo: concludi le sessioni con circoli di riflessione collettiva in cui i partecipanti condividono emozioni, lezioni e sfide. Il facilitatore riassume le intuizioni, ricollegandole alle competenze SEL mirate.

Alla fine di ciascuno dei moduli di formazione saranno forniti strumenti di valutazione specifici che saranno sviluppati nella seconda fase del progetto.

6.4 Sostenibilità e trasferibilità

Il piano di formazione Edu4Impact è progettato per essere sostenibile, adattabile e replicabile in diversi contesti nello sport e nell'educazione degli adulti.

I casi di formazione sono stati intenzionalmente progettati per essere trasferibili a un'ampia varietà di ambienti di apprendimento, profili dei partecipanti e discipline sportive. I facilitatori possono adattare i casi di formazione variando:

- **Composizione del gruppo** — ad esempio, solo educatori, gruppi misti o adulti vulnerabili;
- **Ambiente:** palestre al coperto, spazi all'aperto o centri comunitari;

- **Formato dell'attività:** varianti competitive, cooperative o riflessive;
- **Intensità:** adeguando le esigenze fisiche alle capacità dei partecipanti;
- **Durata:** sessioni più brevi per la sensibilizzazione, sessioni più lunghe per un apprendimento più approfondito.

Edu4Impact incoraggia i formatori e le organizzazioni a considerare il Piano di formazione non come un manuale fisso, ma come un **quadro flessibile**.

- Può essere integrato nei **programmi sportivi esistenti, nei curricula di formazione per adulti o nei progetti di inclusione comunitaria**.
- Le attività possono essere utilizzate singolarmente per brevi workshop o combinate in corsi completi che coprono tutte e cinque le competenze SEL.

Le risorse digitali sviluppate nella fase successiva del progetto (piattaforma e materiali di e-learning) supporteranno ulteriormente la scalabilità, consentendo un apprendimento misto e personalizzato.

7. Conclusioni

Il Piano di formazione Edu4Impact stabilisce il quadro, la struttura e il percorso di apprendimento che collega le cinque competenze SEL e le corrispondenti aree di formazione. Integra inoltre i dieci casi di formazione che traducono la teoria in pratica, fornendo esempi concreti di come lo sport possa diventare un mezzo per lo sviluppo emotivo e l'inclusione sociale.

Questo piano rappresenta la base su cui sarà costruito il curriculum Edu4Impact nella fase successiva del progetto. Attraverso di esso, i principi metodologici e le attività pratiche sviluppati finora saranno trasformati in moduli di formazione completi, materiali didattici e risorse digitali. Questi strumenti consentiranno agli educatori degli adulti e ai professionisti dello sport di accedere a percorsi di apprendimento pronti all'uso che combinano la pratica sportiva, la riflessione guidata e la consapevolezza emotiva.

In definitiva, l'approccio Edu4Impact mira a rafforzare sia le competenze SEL dei professionisti sia la loro capacità di coltivare queste abilità negli altri, promuovendo l'inclusione, il benessere e la crescita personale attraverso il linguaggio universale dello sport.

Nella fase successiva, questo piano di formazione si evolverà in un curriculum completo, trasformando i suoi elementi concettuali in strumenti tangibili di apprendimento e valutazione: un passo fondamentale per rendere il SEL attraverso lo sport parte integrante dell'educazione degli adulti in tutta Europa.

8. Allegati

1. Allegato 1: Consorzio_Tartaruga_Rassegna_bibliografica_Buone_pratiche_e_intervista
2. Allegato 2: Consorzio_Tartaruga_Indagine_e_analisi_dei_dati
3. Allegato 3: ENDAS_Rassegna_bibliografica_Buone_pratiche_e_intervista
4. Allegato 4: ENDAS_Indagine_e_analisi_dei_dati
5. Allegato 5: Rapporto_italiano_Focus_Group
6. Allegato 6: Relazione_greca_Rassegna_bibliografica_Buone_pratiche_e_intervista
7. Allegato 7: Relazione greca - Indagine e analisi dei dati
8. Allegato 8: Relazione greca - Focus group
9. Allegato 9: Relazione rumena - Revisione della letteratura - Buone pratiche e interviste
10. Allegato 10: Relazione rumena - Indagine e analisi dei dati
11. Allegato 11: Relazione rumena - Focus group
12. Allegato 12: Relazione spagnola - Analisi della letteratura - Buone pratiche e interviste
13. Allegato 13: Rapporto spagnolo - Indagine e analisi dei dati
14. Allegato 14: Rapporto spagnolo_Focus_Group
15. Allegato 15: Caso di formazione 1.1 dell'
16. Allegato 16: Caso di formazione 1.2
17. Allegato 17: Caso di formazione 2.1
18. Allegato 18: Caso di formazione 2.2
19. Allegato 19: Caso di formazione 3.1
20. Allegato 20: Caso di formazione 3.2
21. Allegato 21: Caso di formazione 4.1
22. Allegato 22: Caso di formazione 4.2
23. Allegato 23: Caso di formazione 5.1
24. Allegato 24: Caso di formazione 5.2

9. Riferimenti

- *"I vantaggi di un programma scritto per l'educazione fisica e lo sport scolastico"*
Link: <https://www.edutopia.org/article/sel-focus-within-sports-pe>
La positività del SEL nello sport.
- *"La positività del SEL nello sport"*
Link: <https://www.crslearn.org/publication/sel-at-home/the-positivity-of-sel-from-sports/#:~:text=There%20are%20many%20ways%20sports,recognize%20when%20children%20stay%20calm.>
- *"Costruiremo insieme": seminare i semi del SEL in tutto lo Stato*
Link: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2773233923000141?via%3Dihub>
- *"Verso la giustizia sociale: un caso di studio sul SEL trasformativo"*
Link: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2773233923000189>
- *"Neuropsicologia comparata degli interventi assistiti con animali". Estratto da un articolo del dott. Giovanni Giacobbe Giacobbe, psicologo, si occupa professionalmente e trasversalmente del rapporto tra uomo e cane dal 1992 con esperienza in "Pet Therapy", terapie assistite con animali. Docente ENCI. Membro del Tavolo Tecnico sul Randagismo presso il Ministero della Salute, nominato esperto dal Sottosegretario e Consulente della Presidenza dell'ARS (Assemblea Regionale Siciliana) in materia di riorganizzazione legislativa per la tutela dei diritti degli animali e la prevenzione del randagismo.*
- *"Lo sport inteso come strumento educativo e sociale".*
Link: <https://eticanellosport.com/sport-strumento-educativo-sociale/>
- *"Lo sport: un sovversivo per l'apprendimento".*
Link: <https://epale.ec.europa.eu/it/blog/sport-uno-strumento-sovversivo-di-apprendimento> <https://www.indire.it/2016/03/31/lo-sport-come-strumento-educativo-e-sociale-sintesi-del-seminario-di-urbino/>

- "PROGETTO SPORT - Educare e formare".
Link: <https://lionsquestitalia.it/wp-content/uploads/2022/06/Progetto-Sport.pdf>
- "Progetto Argo" Progetto del dott. Giovanni Giacobbe Giacobbe, psicologo, si occupa professionalmente e interculturalmente del rapporto tra uomo e cane dal 1992 con esperienza nella "Pet Therapy", terapie assistite con animali. Docente ENCI. Membro del Tavolo Tecnico sul Randagismo del Ministero della Salute, nominato esperto dal Sottosegretario e Consulente della Presidenza dell'ARS (Assemblea Regionale Siciliana) sulla riorganizzazione legislativa per la tutela dei diritti degli animali e la prevenzione del randagismo.
- Durlak, J. A., Domitrovich, C. E., Weissberg, R. P., & Gullotta, T. P. (Eds.) (2015). Manuale di apprendimento sociale ed emotivo: ricerca e pratica. New York: Guilford Press.
- National and Kapodistrian. (2016). L'apprendimento sociale ed emotivo nel sistema educativo greco: un viaggio a Itaca (<https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1121263.pdf>)
- Kyriazopoulou, Pappa, S. Intelligenza emotiva nella formazione degli insegnanti greci: risultati di un breve intervento. *Curr Psychol* **42**, 9282–9292 (2023). <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02226-0>
- Intelligenza emotiva nella formazione degli insegnanti greci: risultati di un breve intervento
 - Kyriazopoulou; Pappa, Sotiria. *Current Psychology: Research and Reviews*; New York Vol. 42, N. 11, (aprile 2023): 9282-9292. DOI:10.1007/s12144-021-02226-0
- 2022_JITE_Caratteristiche socio-emotive dell'insegnamento a distanza in situazioni di emergenza - Un'indagine con metodo misto in Grecia.pdf
- Kathimerini. (2024). "La Grecia utilizzerà lo sport come strumento di riabilitazione per i giovani delinquenti". Tratto da: <https://www.ekathimerini.com/sports/1256585/young-offenders-to-be-required-to-participate-in-sports/>
- Metadrasi. (2020). "Supportare i bambini rifugiati attraverso l'apprendimento sociale ed emotivo". Disponibile all'indirizzo: <https://metadrasi.org/en/campaigns/helios-project-learning-center/>
- Small of the child: <https://www.hamogelo.gr/gr/en/pou-eimaste/>
- Impresa sociale Boroume: <https://www.boroume.gr/>

- Regeneration Greece: <https://www.regeneration.gr/regeneration-%CF%83%CE%B7%CE%BC%CE%B1%CE%BD%CF%84%CE%B9%CE%BA%CE%AD%CF%82-%CE%B4%CE%B9%CE%B1%CE%BA%CF%81%CE%AF%CF%83%CE%B5%CE%B9%CF%82-%CE%BA%CE%B1%CE%B9-%CE%B1%CE%BD%CE%B1%CE%B3%CE%BD%CF%8E%CF%81/>
- Andrei, A. (coord) (2021). *Competențe sociale și emoționale. Colecție de bune practici pentru consilieri școlari și profesori*. București: Editura Universitară.
- Anderson-Butcher, D., Bates, S., Amorose, A., Wade-Mdivanian, R., & Lower-Hoppe, L. (2021). Interventi di apprendimento socio-emotivo nello sport giovanile: cosa conta nella progettazione? *Child and Adolescent Social Work Journal*, 38, 367-379.
- Arikan, N. (2020). Effetto del programma di apprendimento socio-emotivo basato sul modello di educazione sportiva sull'intelligenza emotiva. *International Education Studies*, 13(4), 41-53. <https://doi.org/10.5539/ies.v13n4p41>
- Benga, O, Buzgar, R., Dumulescu, D, Opre, A. (2018). *Dezvoltarea abilităților socio-emoționale în copilărie și adolescență. TOOLKIT. Instrument de lucru destinat consilierilor școlari*. București: Editura ALPHA MDN.
- Flores, K. S., Garcia Mejia, N., Schmill, J., & Lankford, J. (2020). *Sviluppo giovanile basato sullo sport: un home run nei risultati dell'apprendimento sociale ed emotivo*. Laureus USA.
- García López, L. M., & Kirk, D. (2022). Empowering children from socially vulnerable backgrounds through the use of roles in sport education. *Sport, Education and Society*, 27(6), 676-688. <https://doi.org/10.1080/13573322.2021.1897563>
- Gould, D., Martin, E. M., & Walker, L. F. (2022). Indagine stagionale sull'apprendimento socio-emotivo associato alla partecipazione al basket nelle scuole superiori. *Journal of Applied Sport Psychology*. <https://doi.org/10.1080/10413200.2021.1955421>
- Hermens, N., Super, S., Verkooijen, K. T., & Koelen, M. A. (2017). Una revisione sistematica dello sviluppo delle competenze di vita attraverso programmi sportivi rivolti ai giovani socialmente vulnerabili. *Ricerca trimestrale sull'esercizio fisico e lo sport*, 88(4), 408-424.
- Opre, A., Balica, M., Buzgar, R., Dumulescu, D., Macavei, B. (2021a). *Dezvoltare socio-emoțională. Ghid pentru licee*. Cluj-Napoca: ASCR.
- Opre, A., Balica, M., Buzgar, R., Dumulescu, D., Macavei, B. (2021b). *Dezvoltare socio-emoțională. Ghid pentru Universități*. Cluj-Napoca: ASCR.

- Romanian Angel Appeal & UNICEF (2024). *Promovarea bunăstării socio emoționale a elevilor în unități școlare din București*. Online all'indirizzo: <https://www.unicef.org/romania/ro/media/15381/file/Promovarea-bunastarii-psihoemotionale-a-elevilor-in-unitati-scolare-din-Bucuresti.pdf.pdf>
- SPIN-VET (2020). *Îmbunătățirea competențelor de inovare sociale ale profesioniștilor din sport prin creșterea calității educației și formării profesionale. Curriculumul cursului de Inovare Socială prin Sport*. Online all'indirizzo: <https://ec.europa.eu/programmes/erasmus-plus/project-result-content/708cf171-b0e4-4936-8aa4-0ea284729dfd/ROMANIAN IO1 Course Curriculum on Social Innovation in Sport.pdf>
- Super, S., Wentink, C. Q., Verkooijen, K. T., & Koelen, M. A. (2017). Esplorare le esperienze sportive dei giovani socialmente vulnerabili. *Inclusione sociale*, 5(2), 198-209. DOI: 10.17645/si.v5i2.864
- Weiss, M. R., & Wiese-Bjornstal, D. M. (2009). *Promuovere lo sviluppo positivo dei giovani attraverso l'attività fisica*. Consiglio presidenziale sulla forma fisica e lo sport, Ricerca Digest, 10(3), 1-8.
- Bisquerra Alzina, R. (2003). Educazione emotiva e competenze di base per la vita. *Rivista di ricerca educativa*, 21, 7–43.
- Direccion de Innovacion Educativa, G. V. (2021). Propuesta Para Trabajar El Ámbito Socio-Emocional Y La Cohesión Grupal. *Direccion de Innovacion Educativa. Gobierno Vasco*, 38.
- Navarro, V., Odena, M. C., Ackermann, M. A., & Morales, E. (2016). Intelligenza emotiva e sport: situazione attuale dello stato della ricerca. *Rivista della Facoltà di Medicina dell'UNNE*, 36(2), 37–41. <http://revista.med.unne.edu.ar/index.php/med/article/view/20>
- Proeducar, H. (2020). *Accompagnamento emotivo: Guida con possibili attività per l'accompagnamento emotivo*. 60.
- Rivas-valenzuela, J. (2025). *L'intelligenza emotiva nell'educazione fisica primaria e secondaria: una revisione sistematica*. 2041, 850–861.
- Zurendaritzta, H. B. (2021). PROPOSTA PER LAVORARE SULL'AMBITO SOCIO-EMOTIVO E LA COESIONE DI GRUPPO: intraprendere un percorso partendo da ciò che si è appreso. Istruzione secondaria. *Governo basco*.