

**Zeitschrift:** Mobile : la rivista di educazione fisica e sport

**Herausgeber:** Ufficio federale dello sport ; Associazione svizzera di educazione fisica nella scuola

**Band:** 6 (2004)

**Heft:** 2

**Artikel:** Il gioco unisce

**Autor:** Hunziker, Ralph

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1001865>

#### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 11.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

Diventare un team

# Il gioco unisce

Un team non può funzionare bene se mancano la fiducia reciproca, lo spirito di collaborazione e l'impegno personale. Il gioco può aiutare a scoprire se una squadra o un gruppo di collaboratori è affiatato. «mobile» ha approfondito l'argomento.

Ralph Hunziker

**U**n team che opera con successo e in modo efficiente non è soltanto un gruppo al quale il destino ha assegnato gli stessi obiettivi, ma piuttosto un gruppo fondato su valori comuni e sulla simpatia che intercorre tra i singoli membri. Ciononostante non è detto che tutti condividano lo stesso impegno. Lo spirito di coesione va coltivato e rinnovato costantemente attraverso degli eventi appropriati.

## I conflitti hanno un effetto salutare

Non appena una relazione coinvolge due o più persone sorgono dei conflitti. Ogni individuo ha esigenze e desideri individuali che non sono in armonia con lo scopo e il compito da assolvere. «Ogni gruppo conosce questo tipo di divergenze, che si tratti di una squadra o di una sezione di un'impresa» dice Dieter Schmid, un maestro di sport che si è specializzato nel settore della consulenza e della formazione di quadri e che conosce bene entrambi i rami. «Il volontariato è il fattore chiave. Nello sport di massa e di punta, l'atleta sceglie sia la disciplina che vuole praticare sia la squadra. Decide lui se far parte di una squadra o meno. Nell'economia privata invece ci sono dei vincoli prestabiliti.»

Gli elementi che determinano il successo sia a livello direzionale di un'azienda sia nello sport di squadra sono: fiducia, impegno personale, conoscenza del compito, responsabilità e competenza specifica. Ma per portare un gruppo al successo sono necessarie una gestione trasparente e una comunicazione efficiente. Non devono mancare nemmeno la critica costruttiva, l'autocritica e una buona dose di creatività.

## La confusione aiuta a capire

Sono le undici della mattina. Ognuno dei quattro gruppi di cinque persone riceve l'incarico di scegliere e preparare un menu per mezzogiorno in cucina o all'aperto. I partecipanti vengono informati che i negozi di alimentari chiudono alle undici e mezza e che entro l'una del pomeriggio devono assol-

vere tre compiti supplementari (p.es. corsa d'orientamento in città, quiz, ecc.).

Terminato il pranzo, un osservatore spiega il comportamento dei gruppi: più il tempo a disposizione è limitato e più numerosi sono i compiti da risolvere, più la situazione diventa conflittuale.

Quest'esercizio permette di osservare i diversi atteggiamenti dei membri del team: come comunicano tra di loro? Perché bisticciano? Quali ruoli assumono? E così via. Ognuno dei seguenti esercizi ruota attorno ad un atteggiamento tipo che caratterizza il meccanismo di collaborazione nel gruppo.

*Il Dott. Dieter Schmid è docente di educazione fisica, nonché consulente e allenatore indipendente di quadri e gruppi dirigenziali. Contatto: info@dieterschmid.ch*

## Chi sono?

### Scopo?

Conoscere sé stesso e il partner.

### Cosa?

Scegliere delle immagini che si addicono alla propria persona o al partner.

### Come?

- Ognuno sceglie un partner, possibilmente una persona che non conosce tanto bene.
- Tra diverse immagini suddivise in cinque settori (p.es. facce, animali, paesaggi,



Foto: Daniel Käsermann

## Il cieco guida il muto

### Scopo?

Rafforzare la comunicazione, la fiducia e lo spirito di collaborazione.

### Cosa?

Due «ciechi» portano un «muto» dal punto A al punto B.

### Come?

- Serve un terreno con siepi, pietre e altri piccoli ostacoli da sormontare, evitare o sottopassare. Va preparato un percorso d'allenamento.
- A ogni partecipante vengono bendati glicochi (in modo delicato e su base volontaria). Si formano dei gruppi di quattro persone. A turno, ogni componente del gruppo deve assumere uno dei tre ruoli. Nel gruppo ci sono sempre due ciechi che si bendano gli occhi (volontariamente).
- Un altro membro del gruppo fa il muto.
- La quarta persona del gruppo funge da «vigile» e dovrà fare in modo che gli altri tre rimangano intatti.

● Una volta assegnati i ruoli, i gruppi hanno cinque minuti di tempo per mettersi d'accordo su come comunicare e come portare il muto. Attenzione però: il muto non deve aprire bocca!

● L'istruttore dà il via e indica il percorso da seguire. Ogni tre o cinque minuti ferma il gioco per fare scambiare i ruoli.

### Preparativi e materiale

Bende per gli occhi (p.es. sciarpe), sopralluogo del terreno.

### Durata

35–60 minuti.

### Preparativi e materiale

Scegliere delle immagini (giochi o pubblicità), carta e penna.

### Durata

Circa 20 minuti.

edifici, professioni), ogni persona ne sceglie mentalmente una che gli piace e annota i motivi della sua scelta.

- Poi ognuno prova ad indovinare quali immagini sceglierrebbe il partner e perché.
- Alla fine ognuno scopre le scelte fatte per sé stesso e spiega il perché.
- Poi si rivela quale immagine si è scelta per il partner, il quale deve indovinare il perché di questa scelta.

## Rafforzare la coesione

Ecco come raggiungere un risultato efficace con gli esercizi di gruppo:

- 1. Fissare un obiettivo:** stabilire l'obiettivo che si vuole raggiungere.
- 2. Fare una scelta:** elencare tutti gli esercizi possibili e poi decidere quale svolgere.
- 3. Preparare l'esercizio:** dare un incarico per iscritto o oralmente al gruppo in azione e all'osservatore. Preparare il materiale.
- 4. Svolgere l'esercizio:** informare oralmente gli osservatori. Affidare l'incarico al gruppo e spiegare il ruolo degli osservatori.
- 5. Fare un bilancio:** incitare il gruppo a riflettere sull'accaduto. L'osservatore espone quanto ha notato dall'esterno. Appianare le divergenze tra la visione interna e esterna. Dedurre e annotare insegnamenti e atteggiamenti per la prossima azione di gruppo.
- 6. Ripetere:** riprodurre le fasi due a cinque nell'ambito di un altro esercizio destinato ad uno stesso obiettivo. C'è stato il cambiamento di atteggiamento che ci si aspettava?
- 7. Valutare:** l'obiettivo è stato raggiunto? Quale punto dell'esercizio va modificato o rivisto?

# A tutto gas!



Il gas naturale sostiene l'atletica leggera svizzera nei settori giovanile, di massa e di punta.

Grazie al gas naturale, all'Athletic Cup ed alla Kids Cup i giovani talenti possono dare sempre il massimo, sia in estate che in inverno.

[www.gaz-naturel.ch](http://www.gaz-naturel.ch) **gas naturale** 

## L'aeroplano di carta

### Scopo?

Lavorare in gruppo e risolvere un problema in modo creativo.

### Cosa?

Fabbricare degli aeroplani con dei fogli di carta e delle graffette.

### Come?

- Formare dei gruppi di tre o quattro persone. Ogni gruppo riceve dieci fogli di formato identico e dieci fermagli.
- I gruppi devono fabbricare degli aeroplani di carta entro 15 minuti. Per ogni velivolo bisogna usare un solo foglio e una sola graffetta. Vince l'aeroplano che vola più lontano.
- Si lavora in segreto per evitare di copiare o farsi copiare. Allo scadere del tempo, i gruppi consegnano il modello che ritengono possa vincere e designano un lanciatore. I lanciatori si posizionano su una linea e contrassegnano il loro aeroplano.
- Prima di dare il via, l'istruttore annuncia che vincerà la prova il modello che volerà più lontano dell'aeroplano da lui fabbricato.
- Quando tutti gli aeroplani sono stati lanciati, l'istruttore lancia il suo: arrotola la carta strettamente attorno alla molletta e lo lancia con forza.
- C'è un vincitore? Alla fine si discute sull'accaduto.

### Preparazione e materiale

Fogli di carta e mollette.

### Durata

30–40 minuti.

## Fidarsi ciecamente

### Scopo?

Migliorare la comunicazione e rafforzare la fiducia.

### Cosa?

I gruppi disegnano con una corda e con gli occhi bendati una forma predefinita.

### Come?

- I gruppi sono composti da cinque a dieci persone, in fila indiana, con in mano la stessa corda.
- I partecipanti hanno gli occhi bendati. L'istruttore incarica i gruppi di formare con la corda una determinata cifra o una forma geometrica. Ci si può parlare, ma non si può lasciare andare la corda.

- Quando il gruppo crede di aver disegnato correttamente la forma, si levano le bende e si controlla il risultato.
- All'inizio, è meglio scegliere delle forme semplici come il quadrato o il cerchio, poi si può passare a forme più difficili. È possibile fissare un limite di tempo.

### Preparazione e materiale

Corde di una lunghezza di 10 o 20 metri. Bende per gli occhi.

### Durata

10–20 minuti.

## Il lancio sulla luna

### Scopo?

Risolvere un problema e approfondire la fiducia.

### Cosa?

Degli astronauti devono compiere una missione pericolosa sulla luna.

### Come?

- Una corda simboleggia la posizione di partenza del gruppo di sette a dodici astronauti.
- L'istruttore spiega la sceneggiatura: sorpreso da una tempesta elettrica, il gruppo di astronauti atterrati sulla luna ha trovato rifugio sotto una roccia. La tempesta ha sollevato una pericolosa nuvola radioattiva che ha ricoperto tutto fuorché i crateri che si trovano tra il gruppo e l'astronave. A complicare le cose c'è anche il fatto che il gruppo ha appena sperimentato un nuovo sistema di respirazione che collega gli astronauti tramite un tubo fissato alle caviglie. Questo li condiziona nel camminare.

- I partecipanti devono legarsi l'uno all'altro alle caviglie con una corda elastica in modo che solo il primo e l'ultimo astronauta abbiano una gamba libera.

- Non appena tutti si sono legati, l'istruttore comunica che la riserva di ossigeno si esaurirà entro 15–20 minuti e che in caso di contatto con la polvere radioattiva tutto il gruppo dovrà tornare al punto di partenza per decontaminare l'astronauta colpito.

### Preparazione e materiale

Due corde da fissare parallelamente a una distanza di cinque metri che rappresentano lo spazio tra la roccia e l'astronave. Quattro o cinque ruote rappresentano i crateri. Corde elastiche per le caviglie.

### Durata

20–30 minuti.

### Bibliografia:

- **Consalvo, C.:** *Outdoor-Spiele für Trainer*. TrainingPlus GmbH. 2001.
- **Jansen, J.:** *Championship Team Building*. Tucson, *Winning The Mental Game*, 1999.