

Istruzioni del gioco

VOICE-UP

Giocatrici: 2-6 | Tempo: 10 -20 minuti

With the support of the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Voice UP
Women's successful job return

VOICE-UP è un'attività divertente, un gioco. Scopri i tuoi talenti e aumenta la tua motivazione nella crescita personale mentre affronti diverse sfide come cantare, disegnare, ballare, raccontare o recitare.

PRIMA DI INIZIARE

Ogni giocatrice sceglie un gettone che la rappresenti nel gioco. Può essere una pedina, un oggetto preferito portato da casa o un oggetto casuale che si può avere in tasca o in borsa. Tutte le giocatrici posizionano i loro gettoni sul punto di partenza, il numero 1 del tabellone.

La prima a giocare è colei che ottiene il numero più alto lanciando il dado. Se due giocatrici hanno lo stesso numero, continuano a lanciare, finché una delle due ottenga il più in alto e il gioco quindi può iniziare. Il giro successivo di lancio del dado segue in senso orario.

COSA C'È NEL TUO SET

1 x gioco da tavolo | 15 numeri di punteggio in formato A4 | 33 carte tematiche | 7 carte vuote per aggiungere argomenti extra | istruzioni del gioco | 1 dado pieghevole

COME GIOCARE

1. La prima giocatrice lancia il dado. Il numero del dado determinerà quale attività si dovrà eseguire. Ci sono sei attività principali contrassegnate da un simbolo speciale sul tabellone:

DANZA | DISEGNO | RACCONTO | CANZONE | RECITAZIONE | SCEGLI



2. Quando il tipo di attività è chiaro (ad esempio, Danza), la giocatrice pesca una carta dalla pila al centro del tabellone. Ogni scheda contiene un argomento (ad esempio, Amore, Libertà, Felicità).

3. La giocatrice esegue l'attività in base all'argomento. Ad esempio, se l'attività è Danza e l'argomento Libertà, la giocatrice eseguirà la sua danza della libertà.

4. Eseguire l'attività fa guadagnare due punti e la giocatrice sposta il gettone due passi in avanti.

5. Il gioco continua fino a quando una delle giocatrici arriva prima al traguardo, corrispondente al numero 15.

NOTE PER LA FACILITAZIONE

Insieme alla modalità di gioco standard, il gioco **VOICE-UP** può essere utilizzato dai tutor come parte dei loro programmi di formazione. Per un effetto ottimale, potresti considerare di ridurre al minimo gli elementi competitivi del gioco. Puoi esplorare due scenari principali:

Giocare con il punteggio

Puoi aggiungere la regola che le partecipanti, che hanno scelto di non svolgere un'attività, ricevono comunque un punto, riconoscendo loro il diritto e il coraggio di scegliere di non fare qualcosa.

Puoi aggiungere una regola per cui ogni giocatrice può dire "No" a una determinata attività, ma solo una volta, per un motivo molto importante, che dovrebbe essere motivato.

Puoi anche aggiungere la regola che il gioco finisce quando tutti le giocatrici raggiungeranno il traguardo.

Puoi introdurre la possibilità, se una partecipante non vuole svolgere un'attività da sola, di chiedere aiuto a un'altra giocatrice (ad esempio, cantando in duetto).

Si può aggiungere la regola che consente di chiedere, una o due volte, l'aiuto di un'altra partecipante per svolgere l'attività. La giocatrice aiutante ottiene due punti per aver condotto l'attività.

Se vuoi attivare ulteriormente il tuo gruppo, usa i grandi numeri in formato A4 mettendoli in giro per la stanza e fai muovere il gruppo.

Giocare senza il punteggio

Se decidi di non utilizzare i numeri di punteggio, questo trasformerà il gioco in un'attività energizzante e piacevole senza la tensione rispetto a chi vincerà.

In questo scenario, tu come tutor puoi decidere e annunciare la durata di un giro di gioco (ad esempio, 15-20 minuti).

Puoi invertire il processo di gioco invitando chi gioca prima a scegliere una carta con un

argomento e poi decidere quale attività eseguire.

ALTRI SUGGERIMENTI & CONSIGLI

A seconda delle intuizioni che vorresti coltivare, puoi modificare altri elementi del gioco. Ad esempio, se vuoi sottolineare l'imprevedibilità degli eventi della vita, allora è logico continuare a usare i dadi. Se vuoi potenziare le scelte di chi gioca, puoi rimuovere i dadi e lasciare che ogni giocatrice scelga liberamente dalle attività sul tabellone.

Puoi pianificare il tempo per la riflessione a determinati intervalli per raccogliere i pensieri e le emozioni del gruppo e collegarli ai tuoi obiettivi generali di formazione.

A seconda del tipo e della durata del tuo programma di formazione (ad esempio, un giorno, un fine settimana, una settimana, un programma di diversi mesi) puoi utilizzare il gioco in diversi momenti del processo di formazione:

In avvio

Il/la tutor ha l'opportunità di creare un'atmosfera rilassata e interattiva tra le partecipanti, che consentirà un lavoro motivazionale più profondo, alimenterà la proattività e l'autonomia delle partecipanti e la collaborazione. Sono incoraggiate a sperimentarsi in modo divertente.

Durante

Il/la tutor ha l'opportunità di marcare i progressi delle partecipanti in termini di proattività, autonomia, scelte, lavoro di squadra. Può anche introdurre argomenti più "seri" che possono innescare emozioni diverse nelle corsiste, che possono essere utilizzate per un processo di riflessione più profondo e feedback diretto.

Al termine

Il/la tutor ha l'opportunità di riconoscere i risultati complessivi acquisiti dalle partecipanti e può incoraggiarle a trarre i loro risultati dopo la formazione.

**Queste note servono solo a ispirare la tua creatività!
Ti auguro brillanti sperimentazioni con il gioco VOICE-UP!**