



UNIVERSITÀ POLITECNICA DELLE MARCHE  
FACOLTÀ DI MEDICINA E CHIRURGIA

---

Corso di Laurea in  
EDUCAZIONE PROFESSIONALE

**L'ATTIVITA' MOTORIA E IL VALORE EDUCATIVO  
DELLO SPORT:  
PROGETTO CAMERANO CALCIO INTEGRATO**

Relatore: Chiar.ma  
Prof.ssa **Raffaella Maggi**

Tesi di Laurea di:  
**Gaia Filippetti**

A.A. 2018/2019



A Zio Francesco.

Mi hai incoraggiato sempre a seguire i miei sogni.  
Non sei più qua ma non mi hai mai abbandonato.

# INDICE

INDICE .....	4
Introduzione .....	7
1°CAPITOLO	
<b>L'IMPORTANZA DELL'ABILITAZIONE MOTORIA .....</b>	<b>8</b>
<b>1.1 Lo sviluppo senso-motorio.....</b>	<b>8</b>
1.1.1 Lo sviluppo psicomotorio .....	9
1.1.2. Organizzazione Neurologica e Strutture coinvolte.....	10
1.1.3. Funzioni.....	11
1.1.4. Primato Motorio .....	12
<b>1.2. Disturbi dell'apprendimento .....</b>	<b>13</b>
<b>1.3. Unità di base del movimento.....</b>	<b>15</b>
1.3.1. Schemi posturali .....	15
1.3.2. Schemi motori .....	16
1.3.3. Lo sviluppo .....	17
1.3.4. Attivazione unità motorie .....	18
<b>1.4. Le funzioni psicomotorie ed esercizi .....</b>	<b>19</b>
Il tono.....	20
L'equilibrio .....	21
La lateralizzazione.....	22
Orientamento spaziale .....	23
Orientamento temporale .....	23
La coordinazione oculo-manuale e generale .....	24
<b>1.5. Il gioco .....</b>	<b>25</b>
1.5.1. Pedagogia del gioco .....	25
1.5.2. Cos'è il gioco.....	26
1.5.3. Il gioco senso-motorio .....	28
<b>1.6. Champion Pressing .....</b>	<b>28</b>
1.6.1. Metodo .....	28
1.6.2. Obiettivi .....	29
1.6.3. Struttura.....	30
1.6.4. Il principio attivo: Cognitive-Motor .....	32

1.6.5. Champion Praxic.....	32
1.6.6 Champion Lirm .....	33
1.6.7. Champion Age .....	33

## 2°CAPITOLO

<b>L'ATTIVITÀ MOTORIO-SPORTIVA PER SOGGETTI CON DISABILITA'</b> .....	<b>35</b>
<b>2.1. I valori dello sport</b> .....	<b>35</b>
<b>2.2. Il diritto allo sport per persone con disabilità</b> .....	<b>37</b>
<b>2.3. I benefici dello sport</b> .....	<b>39</b>
2.3.1. Benefici fisici.....	39
2.3.2. Benefici psichici .....	40
2.3.3. Benefici sociali-relazionali.....	41
<b>2.4. Le Paralimpiadi</b> .....	<b>42</b>
2.4.1. Nascita e storia .....	42
2.4.2. Storia italiana e Comitato Italiano Paralimpico – CIP .....	44
<b>2.5. Special Olympics</b> .....	<b>46</b>
2.5.1. Cos è Special Olympics? .....	46
2.5.2. La storia.....	47
2.5.3. Special Olympics Italia .....	48
2.5.4. I programmi di Special Olympics .....	48

## 3°CAPITOLO

<b>PROGETTO "CAMERANO CALCIO INTEGRATO"</b> .....	<b>50</b>
<b>3.1. Introduzione</b> .....	<b>50</b>
<b>3.2. Nascita e sviluppo</b> .....	<b>50</b>
<b>3.3 Il progetto</b> .....	<b>52</b>
3.3.1. Finalità e obiettivi .....	52
3.3.2. Tempi e luoghi .....	53
3.3.3. Materiali e figure coinvolte.....	53
3.3.4. Attività .....	54
3.3.5. Obiettivi e struttura delle attività di integrazione.....	56
3.3.6 Risorse e sponsorizzazioni.....	58
<b>3.4. Racconto dei casi clinici</b> .....	<b>58</b>
Conclusione .....	65

BIBLIOGRAFIA .....	66
Ringraziamenti .....	68

# Introduzione

In questo elaborato si osserva ed evidenzia come un'adeguata attività motoria sia di fondamentale importanza nella vita delle persone con disabilità; ponendo in particolare l'attenzione sullo sport come diritto fondamentale per le persone con disabilità sia come terapia che come pratica ordinaria. Per concludere ho portato un progetto nato nel territorio, una società di calcio che ha aperto le porte a dei bambini con sindrome di Down all'interno delle squadre del settore giovanile.

La motivazione che mi ha portato ad analizzare gli aspetti neuromotori e la pratica sportiva sono nati a partire proprio dal progetto "Camerano Calcio Integrato". Ormai da un anno ho iniziato a collaborare con la squadra come figura educativa seguendo a stretto contatto i bambini con sindrome di down che partecipano alle attività; ho deciso perciò di riportare la mia esperienza dopo aver osservato come nel tempo tutta la squadra fosse maturata tantissimo, i miglioramenti sono stati evidenti nei bambini seguiti ma anche notevoli sviluppi dal punto di vista caratteriale sono emersi nel resto della squadra, allenatori compresi.

Si pone inizialmente l'attenzione su tutte le teorie neuromotorie, analizzando il primato motorio e l'importanza di rinforzare la motricità soprattutto nei bambini con disturbi o difficoltà dell'apprendimento; inoltre vengono analizzate tutte le funzioni psicomotorie e vi ho inserito alcuni esempi di come possono essere esercitate, anche attraverso i giochi; analizzando le pratiche di Champion Pressing proposte dal Centro Itard, in particolare dal professore Piero Crispiani che da anni si occupa di ricerca nel campo dei disturbi dell'apprendimento e dell'autismo.

Vengono poi evidenziati i valori educativi che lo sport possiede, come nel corso del tempo si sia evoluta la possibilità di praticare sport per soggetti con disabilità, descrivendo le più importanti organizzazioni che lo hanno permesso: le Paralimpiadi e lo Special Olympics. Ho voluto evidenziare come anche lo sport possa essere considerata una pratica educativa e se adeguatamente condotta avente finalità riabilitative.

# 1°Capitolo

## **L'IMPORTANZA DELL'ABILITAZIONE MOTORIA**

*“... lo sviluppo procede attraverso una fase senso-motoria e percettivo-motoria, in cui vi è un impegno globale della motricità, una percezione del corpo e simbolica” (J.Piaget)*

### **1.1 Lo sviluppo senso-motorio**

Al movimento e all'attivazione motoria viene attribuita una funzione adattiva globale che risale dalla psicologia genetica, questa attribuzione ha dato un forte sostegno al concetto di “unità mente-corpo” che pone, perciò l'intelligenza senso motoria alla base dell'interazione dell'uomo con l'ambiente esterno.

Molti specialisti negli anni hanno cercato di creare una linea d'intervento operativa attraverso la via motoria, basandosi sulla premessa che lo sviluppo dell'uomo si avvia con la fase senso-motoria fino alla conquista della prassia ovvero la capacità di agire in modo volontario e intenzionale. Con il termine prassia, capacità di agire, solitamente ci si riferisce ad una sequenza di atti, svolti in interazione con l'ambiente esterno. La definizione di 'prassia' è stata oggetto di molte divergenze: nei primi anni del '900 in biologia, psicologia e scienze motorie era riferita esclusivamente alla motricità; J.Piaget descriveva la prassia come una sequenza di movimenti in funzione di uno scopo, perciò successivamente il concetto iniziò ad includere tutto l'agire umano che essendo collocato in uno spazio e nel



tempo richiede l'impegno di tutte le funzioni esecutive quali il linguaggio, le posture , le sequenze di movimenti, il pensiero e la memoria (Crispiani, Hermes 2016)<sup>1</sup>.

*“Tutte le azioni che compiamo si svolgono in uno spazio e in un tempo: processo che si avvia con l'abbandono della riflessologia primitiva e che si conclude con la conquista dello stato di differenziazione (Faber, Salvetti 2013), la quale dà luogo alla crescita neurologica della funzione psicomotoria.”*<sup>2</sup>(M.Spezzi, M.Barbieri,)

### 1.1.1 Lo sviluppo psicomotorio

Nei processi di crescita dell'uomo è fondamentale lo sviluppo psicomotorio, che può essere suddiviso e spiegato tramite un susseguirsi di fasi fino ad arrivare allo sviluppo completo; un singolo stadio, o fase, è un periodo di tempo in cui il pensiero e il comportamento del bambino si organizzano riflettendo una particolare struttura mentale.

Lo sviluppo psicomotorio è considerato un processo maturativo che nei primi anni di vita consente al bambino di acquisire competenze e abilità posturali, motorie, cognitive, relazionali.

Alla base vi è la strutturazione dello schema corporeo, cioè uno schema dinamico di informazioni posturali, cinestetiche e temporali, “intuizione di insieme del corpo, sia in posizione statica che in movimento, in rapporto alle diverse parti del corpo” (Le Boulch J.)<sup>3</sup>.

Lo sviluppo dello schema corporeo, rappresentazione mentale del proprio corpo (Crispiani 2016), attraversa alcune fasi durante i primi anni di vita del bambino; una delle fasi principali, tra 5 e 6 anni, è la fase dell'apprendimento globale (Spezzi M. 2013) ovvero il periodo in cui gli schemi motori si organizzano in prassie. La fase senso-motoria può essere definita come capacità di organizzare il reale secondo l'orientamento spazio-temporale; costruzione che si effettua esclusivamente su base percettiva e motoria, un'intelligenza pratica che viene manifestata tramite le azioni, rappresentazione dell'avvio della prassia. Lo sviluppo delle

---

<sup>1</sup> Definizione di prassia, P.Crispiani Hermes 2016, edizioni junior pag.235

<sup>2</sup> M.Spezzi e M.Barbieri, capitolo uno “l'evoluzione neuro-funzionale” pag.9; Abilitazione Motoria degli alunni con difficoltà di apprendimento, Spezzi, Barbieri, Lodi, Vecchione; Edizione Sette Città; 2015

<sup>3</sup> Le Boulch J. 'l'educazione psicomotoria nella scuola elementare', 1989

neuroscienze confermano le teorie dello sviluppo per fasi, sostenendo che il superamento di uno stadio è necessario per il seguente.

Le funzioni psicomotorie servono a favorire il miglior funzionamento delle strutture, integrando processi sensoriali e percettivi con le conseguenti funzioni di aggiustamento, tutti questi portano alla conquista della prassia, con lo sviluppo psicomotorio e la conseguente formazione delle funzioni psicomotorie è possibile raggiungere l'obiettivo di sviluppare a pieno le potenzialità individuali.

Permettono l'aggiustamento ponendo il soggetto nella condizione di trovare la risposta più adatta all'ambiente.

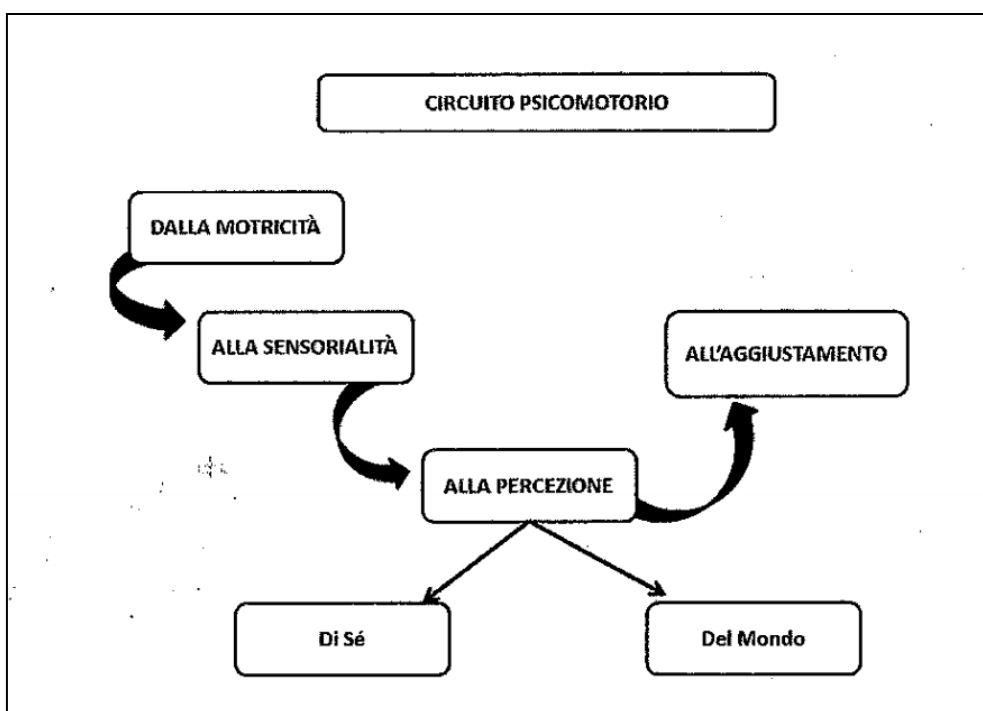


Fig.1 circuito psicomotorio. (immagine di Abilitazione Motoria degli alunni con difficoltà di apprendimento, Spezzi, Barbieri, Lodi, Vecchione; Edizione Sette Città; 2015)

### 1.1.2. Organizzazione Neurologica e Strutture coinvolte

Le attività senso-motorie e percettive sono fondamentali nello sviluppo sin dai primi anni di vita, servono a consolidare il sistema nervoso arricchendolo di continui stimoli che aiutano a consentire la piena evoluzione dei collegamenti necessari tra i componenti coinvolti

nell'organizzazione motoria e sensoriale, tutte le vie centrali e periferiche organizzano lo stesso sistema al meglio e lo avviano a migliori funzionalità.

L'organizzazione neurologica si sviluppa attraverso due vie quella orizzontale e quella verticale, grazie a queste vie si interconnettono tra loro tutte le strutture cerebrali che possono riorganizzarsi e rispondere in base a tutti gli stimoli ricevuti; quindi si ha un continuo scambio di informazioni periferia-centro e viceversa.

Le strutture responsabili del movimento all'interno del sistema nervoso centrale sono molteplici e ognuna svolge una specifica funzione: la corteccia motoria, che elabora in movimento i progetti che giungono dalla corteccia associativa, è la struttura iniziale di una catena di strutture tra esse collegate responsabili del movimento.

I centri del sistema nervoso centrale coinvolti nel movimento sono: la formazione reticolare che si occupa di molte funzioni di regolamento e controllo, ha rapporti con cervelletto e centri vestibolari; i gangli basali che collegano la corteccia motoria con le altre aree corticali; il talamo stazione di smistamento degli stimoli, tutti passano per il talamo per essere diretti alla giusta porzione di corteccia; il cervelletto deputato alla programmazione delle sequenze di movimento, fondamentale nell'equilibrio e la postura.

### 1.1.3. Funzioni

L'organizzazione neurologica si concretizza principalmente in due costruzioni che sono gli automatismi e le funzioni esecutive, queste ultime sono dei processi necessari per mettere in atto movimenti e comportamenti orientati ad un obiettivo, sono processi di attivazione, ideazione, controllo e coordinamento, disturbi o deficit di queste funzioni possono essere collegati a lesioni della corteccia, creando un danno nei sistemi di organizzazione e autoregolazione, possono essere riconducibili a vari disturbi. I primi, gli automatismi, invece sono atti sequenziali e coordinati che regolano costantemente l'agire e il comportamento dell'uomo, le prestazioni automatiche implica un certo grado di sincronia che porta all'annullamento della sequenza stessa rendendo l'azione simultanea e cosciente.

#### 1.1.4. Primato Motorio

Numerosi studiosi hanno descritto la natura percettivo-motoria delle funzioni psichiche, in particolare della memoria, rappresentazione, pensiero e linguaggio (G.Sasso).

Si osserva nella corteccia cerebrale un duplice circuito di influssi che va da elementi motori ad elementi percettivi e viceversa, questo consente l'elaborazione delle informazioni.

Il sistema motorio e il sistema sensoriale, tra essi complementari, sono in reciproco sviluppo ma si è analizzato che sono i secondi che ricevono le afferenze dal primo, cioè dal movimento, si può perciò dire che è la motricità a dare una maggiore sensorialità.<sup>4</sup> (Spezzi Barbieri)

L'organizzazione motoria garantisce l'adattamento del soggetto a tutte le variabili esterne in cui è immerso. Il linguaggio, la letto-scrittura e la matematica pur attivando funzioni di ordine logico, intellettuale e percettivo sono sorretti da una fisiologia neuro-motoria che consente di esercitare tali funzioni.

La componente del movimento interessa tutte le forme di vita biologiche e psichiche, essendo tutto movimento si è definito che tutto l'agire e il comportamento ha alla base l'origine e la funzione del movimento.

Nella formazione del movimento volontario si ha l'integrazione e la collaborazione di più componenti: la componente sensoriale, la componente spaziale, la sequenza degli eventi, il programma e l'intenzione.

La costruzione di una base motoria e psicomotoria, serve da appoggio all'esecuzione cognitiva; uno sviluppo ordinato genera la capacità di integrare aspetti percettivi cognitivi e motori, una connessione di sistemi dinamici che porta all'esecuzione di un'azione ordinata, la prassia.

---

<sup>4</sup> M.Spezzi e M.Barbieri, capitolo uno "il primato motorio" pag.15; Abilitazione Motoria degli alunni con difficoltà di apprendimento, Spezzi, Barbieri, Lodi, Vecchione; Edizione Sette Città; 2015

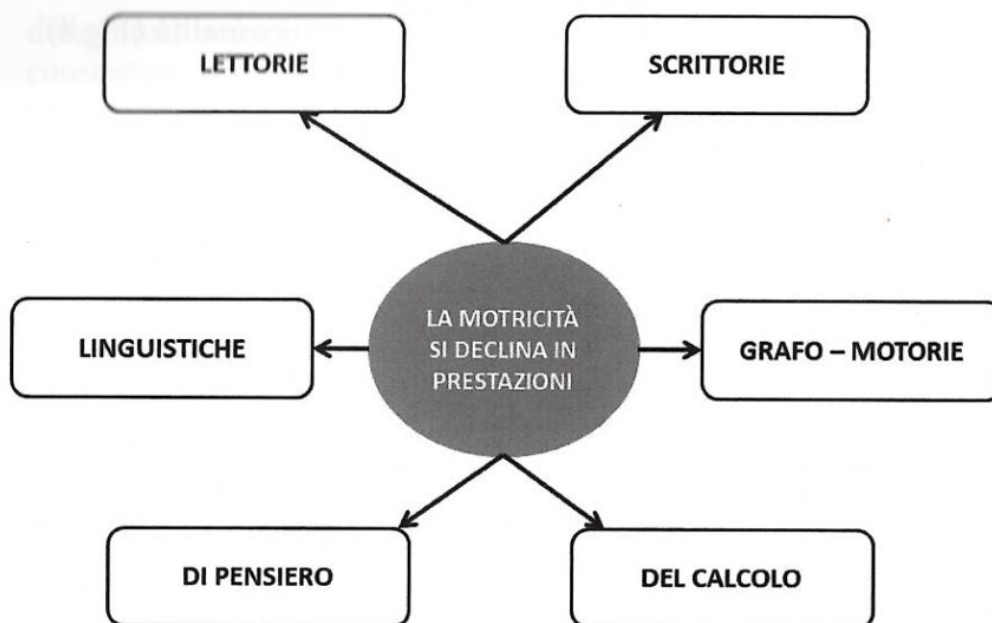


Fig.2 "l'organizzazione motoria favorisce l'adattamento alle variabili ambientali" (fig.5 pagina16, Abilitazione Motoria per alunni con difficoltà di apprendimento, Spezzi, Barbieri, Lodi, Vecchione; Edizione Sette Città; 2015)

## 1.2. Disturbi dell'apprendimento

L'analisi dei processi neuromotori è giustificata dal fatto che da un adeguato stato funzionale neuromotorio dipendono, come prima descritto, le funzioni di programmazione, regolazione e controllo dell'agire complessivo dell'individuo.

Le difficoltà di apprendimento possono essere considerate come disturbi che producono disorganizzazione spazio-temporale, limitati o mancanti coordinamenti nelle aree sensorie, ideo-motorie e motorio-linguistiche. (Spezzi)

Vanno considerati disturbi che caratterizzano i reticoli neuronali che sono diversamente organizzati causando una disfunzione esecutiva o un comportamento non efficiente.

I disturbi funzionali manifestano cadute di qualità esecutiva inerenti al movimento tra lettere o numeri, la loro rotazione nel tempo e nello spazio, la loro composizione tutti indizi non attribuibili alle funzioni fonologiche o di altra natura, bensì al neuromotorio.

Nei disordini dello sviluppo e nei disordini dell'integrazione cerebrale sono visibili perturbazioni delle funzioni esecutive, risultano riconducibili a strutture che regolano il movimento, queste disfunzioni si manifestano come goffaggine e incoordinazione motoria, nelle andature e nelle posture.

Osservare lo sviluppo del bambino sin dalla prima infanzia risulta importante per rilevare la sua organizzazione prassica, indicando, nel caso, qualche forma di rallentamento o difficoltà.

Vi sono le scale di Uzgiris e Hunt<sup>5</sup>, rielaborate da Crispiani, che aiutano gli specialisti nella valutazione della crescita dei bambini. Le scale indagano la nascita dell'intelligenza senso-motoria, sono adatte ad accertare la tendenza alla coordinazione senso-motoria.

In merito ai disturbi dell'apprendimento legati alle funzionalità del neuromotorio riporto di seguito, per spiegare il concetto, cos'è la disprassia<sup>6</sup> ovvero una sindrome riferita ad oggi ad un'ampia curvatura di funzioni eseguite nel tempo e nello spazio. Con il termine disprassia prende forma il concetto di azione disturbata, una condizione che riguarda le funzioni esecutive umane e la loro qualità, rispetto a cui il disturbo consta di un disordine ed attiene ai disturbi qualitativi e funzionali. La disprassia rimanda al concetto di disorganizzazione di azioni, movimenti coordinati e volontari pur in assenza di impedimenti organici o deficit sensoriali. È stata individuata nei primi del '900 a carico della motricità, e nel corso degli anni è stata analizzata e studiata da molti; la condizione disprassica è congenita e accompagna la persona durante la sua evoluzione, è definita anche disturbo motorio minore ed interessa la motricità di ogni tipo. L'incremento delle analisi ha portato a classificare più forme di disprassia, nell'insieme il comportamento disprassico è connotato

---

<sup>5</sup> Le scale di Uzgiris e Hunt, rielaborate da P. Crispiani, valutano la crescita degli individui a partire da un quadro concettuale preciso che fa riferimento alla teoria di Piaget. (Cap. 2.2 "esami funzionali precoci" di M. Spezzi; pag.21 Abilitazione Motoria degli alunni con difficoltà di apprendimento, Edizione Sette Città; 2015)

<sup>6</sup> P. Crispiani, Dislessia come disprassia sequenziale; Edizioni Junior, 2011. Cap 8.3. pagina 207

da discontinuità esecutiva e da insufficiente coordinamento dell'agire. La condizione di disprassia accompagna sempre la sindrome dislessica e l'autismo.<sup>7</sup>

## **1.3. Unità di base del movimento**

Alla base di tutte le funzioni complesse dell'agire umano e dello sviluppo del bambino, si possono analizzare le unità di base del movimento classificabili anche come elementi strutturali semplici del movimento. Queste unità del movimento possono essere distinte in schemi posturali e schemi motori.

### **1.3.1. Schemi posturali**

Gli schemi posturali sono semplici schemi statici o statico-dinamici in cui non vi sono grandi movimenti ma diverse parti del corpo mantengono un rapporto fisso tra loro.

La postura può essere definita come schema tridimensionale, ovvero collocato esclusivamente nelle tre dimensioni spaziali (lunghezza, larghezza e altezza).

Gli schemi posturali riguardano: il busto, gli arti inferiori e superiori, oppure riguardano parti corporee specifiche come il collo, la mano, il piede, le dita e le articolazioni.

Si possono osservare anche schemi posturali di massa, che riguardano più segmenti corporei contemporaneamente, alcuni esempi sono l'estensione, la flessione, la rotazione.

Schemi posturali principali sono:

- flettere
- estendere
- spingere
- inclinare
- piegare

---

<sup>7</sup> Disprassia definizione da P.Crispiani ,Hermes 2016, edizioni junior pag.115

- condurre
- slanciare
- elevare

### 1.3.2. Schemi motori

Gli schemi motori sono dinamici e quadridimensionali, perché oltre ad essere collocati nelle tre dimensioni dello spazio, si realizzano nel tempo; gli schemi motori consistono in una trasmissione neurologica, osseo muscolare e psichica di azioni corporee o mentali.

*Schema Motorio: trasmissione neurologica, osseo-muscolare e psichica di azioni corporee o mentali che genera e regola il movimento in ogni sua manifestazione. V.S. Gurfinkel riconosce allo schema motorio una natura dinamica, che si riconfigura continuamente in relazione all'attività motoria e al controllo posturale che si mantiene in memoria, come base mnesica, magazzino mnesico non-statico, anche di provenienza percettiva quale input prassico visuo-motorio.<sup>8</sup>*

Gli schemi motori o pattern sono numerosi e vengono definiti unità di base in quanto permettono tutte le attività funzionali più complesse; sono considerati le forme fondamentali del movimento, appaiono per primi nello sviluppo del bambino e sono poi necessari nell'adulto. Nel corso della vita gli schemi motori di base continuano ad arricchirsi per formare gesti articolati sempre più complessi.

Schemi motori principali sono:

- camminare
- correre
- saltare
- arrampicarsi
- lanciare

---

<sup>8</sup> Schemi motori definizione da P.Crispiani Hermes 2016, edizioni junior pag.259.



- afferrare
- rotolare
- strisciare

### 1.3.3. Lo sviluppo

Le unità di base del movimento sono necessarie all'apprendimento di azioni più complesse, sono caratterizzate da vari livelli di sviluppo, l'apprendimento procede per gradi, possiamo descriverlo come un processo di stadi progressivi.

Gli schemi motori e posturali possiedono uno specifico livello di sviluppo che dipende dall'età motoria e dalle caratteristiche specifiche di ogni soggetto, parleremo perciò di livelli non omogenei che variano a seconda delle capacità, apprendimento e maturazione, di ogni individuo.

I livelli di sviluppo non omogenei sono influenzati da molti fattori legati al soggetto, vi sono fattori senso-percettivi, coordinativi e dalla alfabetizzazione motoria di ogni bambino.

Sin dalla nascita il neonato presenta tutti gli organi completi per le funzioni motorie, lentamente maturerà l'apparato locomotore e il sistema nervoso posto a controllo del movimento; con la crescita e lo sviluppo delle strutture fisiche gli schemi motori si arricchiscono continuamente, iniziano a decadere con il passare degli anni fino alla senescenza.

Il bambino conosce prima le forme più semplici del movimento e successivamente le più evolute, fino ad arrivare a combinazioni di movimenti più complessi.

Il processo per sviluppare e affinare uno schema motorio consiste in un susseguirsi di fasi progressive, l'ordine di ogni stadio di sviluppo è generale, perciò sempre uguale per ogni individuo; la durata che impiega ogni bambino per apprendere una determinata fase è estremamente soggettiva, dipende da fattori individuali come l'età, le capacità motorie, un adeguato intervento didattico ecc.

Le abilità motorie derivano quindi non solo dall'acquisizione dagli schemi di base ma anche dalle capacità personali; affinare gli schemi motori e posturali risulta molto importante perché forniscono un'azione stimolante sulle capacità coordinative e condizionali.

Il patrimonio motorio che possediamo è innato, ogni essere umano possiede il medesimo repertorio di gesti, ogni persona andrà a costruire e sviluppare maggiormente uno schema motorio o l'altro in relazione all'ambiente in cui cresce. L'ambiente risulta essere di fondamentale importanza per la maturazione delle abilità motorie, è necessario offrire sin dai primi anni di vita esperienze motorie in grado di stimolare i bambini, dar loro la possibilità di mettere a frutto le capacità personali arricchendole.

In un ambiente sempre più urbanizzato si devono costruire occasioni e luoghi che permettono lo sviluppo delle abilità motorie: attività didattiche specifiche a scuola, opportunità di fare sport e in particolare momenti di gioco sin dall'età infantile.

#### 1.3.4. Attivazione unità motorie

Per lavorare sugli schemi posturali vengono proposti ai soggetti esercizi in cui dovrà utilizzare a pieno il proprio corpo, esercitazioni che rafforzano anche la costruzione del proprio schema corporeo e la presa di coscienza del proprio sé. Tutte le attività operative che lavorano sulle posture sono proposte sotto forma di giochi di imitazione, il bambino è invitato a imitare un animale, un personaggio o un situazione che riporta lo schema posturale che si vuole sviluppare o osservare; ad esempio imitare i vogatori implica l'azione del flettere principalmente flessione del busto, camminare come se fossimo dei giganti, sulle punte allungandosi al cielo, stimola i movimenti di estensione del corpo, muoversi come se ci fosse il vento o fingere di volare come una farfalla sono tutte azioni o giochi che aiutano il soggetto ad esercitare la rotazione degli arti e l'inclinazione del corpo.

Le proposte operative per incrementare e sviluppare gli schemi motori si possono articolare in step a seconda dell'età e delle capacità acquisite, il camminare è uno dei primi schemi che il bambino apprende dopo la conquista della posizione eretta ma la camminata

diventerà fluida e sicura solo verso il quarto o quinto anno. Gli esercizi strutturati per le unità motorie vanno ad elaborare e raffinare anche le funzioni psicomotorie, la corsa o il salto aiutano lo sviluppo anche dell'equilibrio, gli esercizi di camminata a ritmi differenti e in spazi liberi consolidano l'orientamento spazio temporale. Esistono molti esercizi che vanno a consolidare gli schemi motori, molti implicano l'utilizzo di attrezzi o il lavoro in gruppi e a coppie, spingendo anche il bambino alla socializzazione. Si possono costruire, per i più grandi, dei percorsi dove ogni tappa rafforza un preciso schema portando anche al consolidamento della coordinazione; ad esempio un percorso vario può presentare lo slalom per la camminata e la corsa, ostacoli per i salti, tappeti per fare capriole, strisciare e rotolare, anche la spalliera per arrampicarsi e concludere con palle e giochi per esercitare lanci e prese. Tutti i giochi più comuni, e anche gli sport, fondano le loro attività sugli schemi motori.

Lo sviluppo degli schemi motori può essere integrato con lo sviluppo cognitivo, creando esercizi dove si sfrutta il corpo e si lavora su varianti di tipo spaziale, temporale, quantitativo o qualitativo; ad esempio creare giochi dove si sperimenta sul lungo-largo, alto-basso, prima dopo e contemporaneamente, tanto o poco , con l'utilizzo di oggetti morbidi e duri, pesanti e leggeri; tutti giochi che vanno a consolidare i processi cognitivi e stimolano anche la percezione sensoriale del soggetto.

## **1.4. Le funzioni psicomotorie ed esercizi**

Le funzioni psicomotorie sono prerequisiti per l'accesso ai processi di apprendimento, ma anche la chiave per una buona strutturazione dello schema corporeo necessario ai bambini

per avere una buona immagine del sé corporeo e buone capacità di gioco, relazione e agire.<sup>9</sup> (D. Lodi)

Le Sette funzioni psicomotorie principali permettono l'osservazione del soggetto e la loro stimolazione con esercizi programmati aiuta a migliorare le abilità necessarie per un discreto grado di autonomia e prassia.

Le dimensioni psicomotorie sono 7: il tono; l'equilibrio; la lateralizzazione; orientamento spaziale; orientamento temporale; coordinazione oculo-manuale e coordinazione generale.

Il tono

Il tono è considerato come il substrato operativo di tutte le prassie; se poco intenso, ipotonico, produrrà un intervento sfumato e tenue e atteggiamenti di rinuncia; se troppo intenso, ipertonico, porterà ad eccessi e all'agitazione.

La tonicità muscolare è necessaria alla contrazione del muscolo, permette gli aggiustamenti posturali dando ai gesti finezza e precisione. I sistemi centrali di controllo del tono passano per due vie: il sistema reticolare e la via corticale.

Esercitazioni e giochi per il miglioramento del tono portano ad un maggior stato di benessere psico-fisico, meno eccessi emozionali e più adattabilità alle situazioni; regolare il tono muscolare permette al soggetto di incrementare attività motorie di base, l'autocontrollo, la sicurezza in sé stessi, l'integrazione sociale. Un soggetto guidato nelle giuste esercitazioni diventerà consapevole del vantaggio che porta l'utilizzo del tono muscolare contratto o rilassato nelle differenti situazioni che deve affrontare.

Possono essere svolte alcune esercitazioni per il miglioramento del tono, e i vari esercizi possono essere trasformati in giochi specifici.

---

<sup>9</sup> Capitolo quattro, "motricità finalizzata e operatività didattica" Daniele Lodi e Massimo Barbieri; Abilitazione Motoria per alunni con difficoltà di apprendimento, Spezzi, Barbieri, Lodi, Vecchione; Edizione Sette Città; 2015)

Alcuni esercizi da svolgere potrebbero essere: camminare modificando il ritmo e velocità, corsa più o meno intensa, muoversi con la musica, imitare andature, tipi di camminate in coppia, rilassamento del corpo.

Di seguito riportati due esempi di giochi che potrebbero essere fatti<sup>10</sup>:

- Manichino: un bambino interpreta il manichino l'altro lo scultore, il manichino può lasciarsi modellare in varie posizioni del corpo oppure può porre resistenza.
- Come gli attori: i bambini da soli, in coppia e a gruppo dovranno mimare le situazioni dettate o anche interpretare delle emozioni o piccole storielle.

## L'equilibrio

L'equilibrio fondamentale per avere una maggiore stabilità, sicurezza e precisione; insieme alla propriocezione, flusso sensorio continuo che permette di percepire e controllare il proprio corpo, sono il supporto necessario per il controllo di tutte le parti corporee permettendo di compiere azioni più complesse, anche con una maggiore sicurezza.

Alla base dell'equilibrio vi sono i propriocettori muscolari, recettori collocati in tutto il corpo, che percepiscono i movimenti, tensione e forza, generano riflessi e inducono inibizione nei motoneuroni.

La carenza di equilibrio diminuiscono le funzioni delle vie extra-piramidali indispensabili negli automatismi.

Le esercitazioni per migliorare l'equilibrio sono moltissime si parte dalle più semplici come camminare su una linea, spostare il peso da una gamba all'altra, fare salti e corse ecc., oppure anche esercizi più complessi con l'utilizzo di strumenti come la trave, la tavola basculante, piccoli attrezzi e ostacoli.

---

<sup>10</sup> Giochi ed esercitazioni libro Abilitazione Motoria per alunni con difficoltà di apprendimento, Spezzi, Barbieri, Lodi, Vecchione; Edizione Sette Città; 2015

Esistono anche molti giochi che aiutano a migliorare l'equilibrio: dai più classici come "*un, due, tre stella*<sup>11</sup>", il gioco di prendersi e fuggire e anche percorsi adeguatamente costruiti.

### La lateralizzazione

Nel corso dell'evoluzione della persona avviene una progressiva lateralizzazione delle funzioni, la prevalenza e la specializzazione laterale varia da soggetto a soggetto, ognuno possiede una differente distribuzione lateralizzata delle funzioni neuropsicologiche, tra queste un esempio evidente è la predominanza motoria visibile dalla preferenza manuale della persona. La prevalenza motoria, di origine sottocorticale, emerge grazie all'organizzazione neurologica che caratterizza una maggior forza e un miglior esercizio prassico di un emisoma rispetto all'altro; questo è dovuto dalla caratteristica umana di avere un sistema crociato che conferisce ad uno degli emisferi cerebrali di organizzare l'atto motorio. Con l'evoluzione dello schema corporeo e dei fattori psicomotori il bambino inizierà a consolidare e prendere coscienza della propria dominanza, passando da una prevalenza motoria a prassia.

L'essere destri o sinistri è il riferimento di origine dell'orientamento spaziale motorio e grafico, nel caso sia scarsamente consolidato diviene fattore disorientante per le informazioni neuro percettive e per le funzioni prassico motorie. Esercitarsi con esercizi basilare aiuta gli allievi a sviluppare le funzioni.

Gli sport che prevedono l'utilizzo prevalente di un arto sono fortemente lateralizzati, un esempio ne è il tennis o il pingpong; risulta molto efficace proporre al bambino esercizi di tecnica con palle e attrezzi utilizzando singoli arti ad esempio: lanciare la palla al muro, fare

---

<sup>11</sup> Un, due, tre stella": si cerca di raggiungere la stella mentre lei è girata e conta; chi viene visto muoversi dopo la conta deve tornare alla partenza, chi raggiunge per primo la stella la sostituisce. (Pagina89, "giochi per il consolidamento dell'equilibrio"; Abilitazione Motoria per alunni con difficoltà di apprendimento, Spezzi, Barbieri, Lodi, Vecchione; Edizione Sette Città; 2015)

palleggi con una racchetta, o anche passaggi con un compagno, o il gioco del GoBack. Molto utile è anche l'utilizzo di bersagli e canestri.

### Orientamento spaziale

L'orientamento spaziale favorisce il riconoscimento delle direzioni, delle forme, delle dimensioni, delle posizioni, consente l'assimilazione di concetti come vicino-lontano, destra-sinistra, prossimità e interferenza; tutte queste sono abilità indispensabili accedere alla lettura e alla scrittura, al confronto e all'analisi, e in soprattutto permettono al corpo di collocarsi in uno spazio in relazione all'ambiente che lo circonda. La percezione spaziale deriva dall'interazione tra molti dati sensoriali che provengono da diverse aree della corteccia cerebrale. Gli spot di difesa e che utilizzano traiettorie e spostamenti favoriscono lo sviluppo delle capacità di orientamento spaziale.

Per il miglioramento dell'orientamento spaziale si possono proporre al bambino giochi sulla posizione rispetto ad un oggetto come un cerchio, la maestra detta le informazioni che poi dovranno essere eseguite, cioè dentro-fuori, a destra sinistra. Giochi di movimento in cui viene dettata un'azione e il bambino deve riproporla in uno spazio delimitato o con un compagno; si può sperimentare molto con il corpo e con il disegno; molto utile sono anche i giochi bendati che si possono svolgere a coppie o piccoli gruppi.

### Orientamento temporale

La temporalità risulta fondamentale come la spazialità sopra citata.

La simbolizzazione dei concetti temporali, l'ordinamento del tempo e le proprietà ad esso collegate, sono aspetti che derivano dall'esperienza e nascono da processi neuronali non localizzati ma diffusi nelle strutture dell'encefalo.

Il vissuto temporale è in rapporto con lo schema corporeo.

L'orientamento temporale permette la memorizzazione delle sequenze, la padronanza delle esperienze ritmiche, la comprensione delle relazioni di successione cronologica che sono alla base dell'analisi dei processi di causa effetto, della capacità di interagire con gli oggetti che sono in movimento nello spazio e dell'organizzazione di una progettazione delle fasi di lavoro e l'adattamento ai cicli biologici e vitali. Per migliorare il proprio ritmo sono utili le danze e le attività aerobiche che possono offrire spunti per migliorarsi nell'orientamento spazio tempo e aiutano la memorizzazione di sequenze.

Le esercitazioni per migliorare l'orientamento spaziale possono essere svolte a coppie, con palle e palloncini, si può giocare molto con il ritmo e la musica, sperimentando velocità differenti e sequenze di azioni da riproporre.

Un'attività simpatica e utile è il gioco dei *quattro cantoni*: i bambini sono divisi in gruppetti da 5, vengono posti a terra 4 cerchi, quattro bambini occuperanno i cerchi mentre il quinto resterà al centro, il bambino che sta fuori deve rubare il posto in uno dei cerchi mentre gli altri cercheranno di spostarsi da una posizione all'altra; un gioco utile per le sequenze temporali, la velocità ed anche per l'orientamento spaziale.

### La coordinazione oculo-manuale e generale

Compiere un movimento volontario è caratterizzato da un intenzionalità, per compiere in maniera adeguata un movimento vari sistemi si occupano di integrare ed elaborare tutte le informazioni propriocettive provenienti dall'organismo e tutte le informazioni estero-cettive che arrivano dagli oggetti, persone e ambienti esterni; coordinarsi corrisponde a gestire in maniera adeguata forza, velocità, mobilità, informazioni sensoriale e spazio temporali per compiere azioni e movimenti finalizzati al meglio delle possibilità del soggetto.

Passando da gesti più semplici a sempre più complessi il sistema nervoso centrale affina sempre più la padronanza di tutte le funzioni prima descritte, che portano ad un elevato grado di coordinazione.



Gli esercizi per migliorare la coordinazione sono molti e vanno ad integrare tutte le funzioni esecutive, si insiste molto sulle unità motorie di base e i movimenti del corpo inserendoli in contesti e giochi, utilizzando attrezzi, oggetti. Si possono fare attività basilari come salti e corse, fino ad arrivare ad azioni più complesse come capovolte o rotolamenti.

## **1.5. Il gioco**

La miglior formazione motoria si struttura proprio sotto forma di gioco, perché l'essere umano è invogliato a muoversi per il proprio benessere, in età infantile questa necessità corrisponde al piacere di giocare; anche alla base di ogni sport vi è il gioco, per la soddisfazione e il divertimento.

### **1.5.1. Pedagogia del gioco**

Il gioco può divenire il mezzo più fertile per l'apprendimento specialmente nei bambini, ma nulla vieta di utilizzare attività ludiche anche nelle fasce di età più grandi; tramite il gioco è possibile creare un ambiente educativo idoneo, impiegando materiali e strumenti per sviluppare le aree percettive, sensoriali e motorie.

Nella pedagogia montessoriana si dà molta importanza agli strumenti di gioco e ai momenti ludici indicati come necessari nel quotidiano scolastico, il gioco possedeva un'importante funzione di supporto per l'apprendimento (M.Montessori). Negli anni 90 verranno riprese le idee montessoriane nelle linee guida per la scuola materna le quali descrivevano l'inserimento di spazi e arredi per il gioco, per permettere al bambino di arricchirsi tramite l'esperienza motoria e sensoriale, mezzo spontaneo di apprendimento.

Sul tema del gioco ci sono due orientamenti principali: una prospettiva psicopedagogica lo promuove come opportunità di sviluppo di abilità ludico simboliche, utili in età scolare; una

matrice più strettamente pedagogica ne vede un punto di partenza per sollecitare condotte e apprendimenti <sup>12</sup>(P.Manunzi 2002).

Il gioco svolge molte funzioni pedagogiche: attraverso l'esercizio ludico si esprimono impulsi e moti dell'animo; dà la possibilità all'alunno di far esplodere le sue energie e può assolvere funzioni riequilibratorie delle condizioni biologiche; permette di vedere il temperamento e la natura psicologica dei bambini; costituisce un'attività piacevole allenta la tensione e la noia; è un rilevatore delle grandi funzioni dell'organismo.

L'attività ludica nei processi di apprendimento è stata considerata importante solo con la definizione del concetto di infanzia quando si è iniziato a guardare al bambino per quello che è, riconoscendogli bisogni e atteggiamenti differenti da quelli di un adulto; riscoprendo nei bambini la necessità di esprimersi ed avere piacere tramite le attività ludica si osservato come il gioco fosse un importante mezzo educativo. Risulta educante per sua stessa natura in quanto conduce il bambino nell'esplorazione del proprio corpo, delle proprie capacità e del mondo, aiuta a conoscere e rispettare le regole e porta il bambino a una maggior socializzazione con i compagni di gioco.

### 1.5.2. Cos'è il gioco

La parola gioco deriva dal greco *diokoo* che indica l'azione di far passare attraverso. Il gioco è un'attività che caratterizza il bambino sin dalla prima infanzia, è un fenomeno spontaneo perché nasce dal bisogno innato di operare, di cimentarsi, di affrontare le difficoltà di riuscire a compiere un'impresa e del superamento di un ostacolo o il raggiungimento di un obiettivo, o di tutto quello che possa creare una sensazione piacevole o fantasiosa.

Il gioco, in particolar modo il gioco simbolico, permette di allontanarsi dalla realtà, perdersi nella fantasia e proiettarsi in un mondo più piacevole autocostruito; risulta importante per la crescita cognitiva, affettiva e motoria del bambino.

---

<sup>12</sup> P.Manunzi, Pedagogia del gioco e dell'animazione; Guerrini Studio, 2002

Il gioco non è una teoria ma un fenomeno naturale, come tale può essere alla base di varie teorie; ogni gioco è caratterizzato da alcune costanti che, a discapito del tempo e delle culture, presentano sempre delle somiglianze: l'utilizzo e la scoperta del proprio corpo, l'immaginazione e la fuga dal reale, le regole e le emozioni coinvolte. Il gioco evolve in sintonia ai processi di sviluppo di tutte le funzioni nella persona, spesso le difficoltà che un bambino mostra nel giocare possono essere indice di un malessere evolutivo.

Possiamo analizzare nel gioco alcune componenti strutturali che sono: il tema, la forma che assume e il vissuto emotivo che esprime.

Il tema del gioco non è sempre evidente, ogni gioco varia in corso d'opera seguendo la fantasia e l'immaginario e adattando le idee ai materiali che si hanno o in base all'ambiente in cui ci si trova. Le forme del gioco rappresentano le modalità in cui viene attuato e solitamente si distinguono giochi simbolici e giochi sensomotori: nel gioco simbolico i bambini utilizzano il corpo e l'azione per ricreare o interpretare qualcosa, nel gioco sensomotorio invece vi è un utilizzo più fisico del corpo con azioni dirette come salti, corse e cadute. Ogni gioco, in fine, è ricco di un vissuto emotivo cioè i sentimenti e le emozioni che i bambini mettono nel gioco, cioè che li porta a fare proprio quello piuttosto che un altro gioco.

Spesso all'occhio adulto sembra che il gioco del bambino sia sconclusionato senza un senso, in realtà non è così, i bambini attraverso le esperienze che assimilano e una serie di processi di sviluppo, elaborano il pensiero e il corpo, costruendo vere e proprie attività ludiche e educative. Vi sono alcune forme di gioco che sono ricorrenti ed universali: il gioco tonico-funzionale, il gioco senso-motorio, il gioco simbolico.

Il gioco tonico funzionale, adatto anche nei primi mesi di vita, consiste in forme di gioco che liberano tensioni e rilassano, fanno ritrovare un accordo tonico del corpo a corpo con l'altro o con un oggetto, sono chiamati giochi di rassicurazione profonda.

Il gioco simbolico permette la simulazione di ruoli e regole, offrono la possibilità di evadere dal reale e ricreare un mondo di fantasia creando occasioni in cui sperimentare e fare esperienza di sé e del mondo; ci si allena alla dimensione sociale. I giochi simbolici partono

da azioni protosimboliche come nascondersi e riapparire, costruire/distruggere, tutti giochi che i bambini non si stancano mai di ripetere in differenti occasioni, sono giochi che riattivano percezioni sensoriali attraverso i sensi, il corpo e gli oggetti presenti.

### 1.5.3. Il gioco senso-motorio

Nel gioco senso motorio i soggetti coinvolgono per intero il loro corpo acquisendo una piena conoscenza del sé corporeo, vi è una costante mediazione tra i propri desideri e le proprie capacità e il mondo esterno che pone gli ostacoli da superare. In modo spontaneo e graduale attraverso le esperienze di gioco senso motorio i bambini fanno esperienza del corpo delle azioni partendo dalle azioni più fisiche come correre e saltare inizieranno poi ad arricchire i giochi di emozioni e sperimentando nuove posture ed abilità, conoscendo la propria forza e resistenza. I giochi sono d'aiuto per affinare la coordinazione delle prassie, per la formazione dell'identità corporea del bambino, la percezione del proprio corpo collocato in uno spazio e in un tempo

Riguardo al profilo motorio il gioco aiuta ad incrementare le capacità e lo sviluppo degli schemi motori, il gioco motorio rappresenta un mezzo per la ginnastica spontanea, con una forte valenza educativa, perché utilizzano la motricità naturale attraverso attività piacevoli e stimolanti.

## 1.6. Champion Pressing

### 1.6.1. Metodo

La Champion Pressing<sup>13</sup> è un training speciale di attivazione di sequenze funzionali cognitivo-motorie, segue delle modalità molto intensive ed ha un alto monitoraggio.

---

<sup>13</sup> P.Crispiani - E.Palmieri, Champion Pressing, pratiche intensive speciali di Cognitive Motor Training, Istituto ITARD; 2017.

Possiamo riconoscere la Champion Pressing tra le pratiche intensive speciali di Cognitive Motor Training <sup>14</sup>.

La Champion pressing si attiva in diverse modalità a seconda dell'età e delle condizioni della persona sottoposta al trattamento. Si suddivide in: Champion Praxic, Champion LIRM, Champion Age.

La ChP è basata sulla costruzione di un setting ed è legato ad una pratica professionale intensiva e speciale che va a vantaggio di persone di ogni età, si struttura in cicli di training da 2 a 4 giorni consecutivi per 4/6 ore giornaliere.

le attività svolte si basano sulla reattività neuro-senso-motoria, motricità, orientamento e l'organizzazione spaziale, comunicazione e linguaggi, cognitività e pensiero.

### 1.6.2. Obiettivi

Le pratiche della ChP si pongono l'obiettivo di attivare i processi funzionali, ovvero i processi motori, percettivi, emozionali, del pensiero, relazionali e comunicativi.

Vengono posti degli obiettivi funzionali primari che sono:

Tra gli obiettivi principali della ChP vi è l'accelerazione dell'Incipit dell'agire della persona, con incipit si intende il processo di avvio Neurofunzionale delle azioni, nei soggetti disprassici o con altre anomalie e diversità funzionali l'incipit è caratterizzato da ritardo o lentezza (Crispiani).

La Champion pressing va condotta con un notevole impegno psicofisico da parte del soggetto ma anche del terapeuta, perché vi è un alto grado di intenzionalità e una forte presenza metacognitiva.

---

<sup>14</sup> Dal Metodo Crispiani: organizzazione concettuale, quadro teorico e pratiche professionali per la prevenzione, la diagnosi, la valutazione funzionale, il Trattamento Abilitativo, l'orientamento scolastico e professionale. (Definizione P.Crispiani Hermes 2016, edizioni junior pag.91)

### 1.6.3. Struttura

Tutti gli elementi coinvolti nelle pratiche di Champion pressing sono accuratamente analizzati e controllati perché tutto è funzionale alla buona riuscita della seduta.

Importante è strutturare la relazione d'aiuto che si deve instaurare, il ruolo e il comportamento del trainer, la sede e la preparazione del setting, anche la funzione del genitore, quando si lavora con i bambini, non deve essere trascurata.

#### Il terapeuta

Il terapeuta dopo aver studiato il caso se ne fa carico completamente partendo dalla progettazione dell'intervento più adeguato, costruito appositamente per il soggetto con cui sta lavorando; dovrà analizzare tutte le dinamiche presenti e disegnare le modalità per condurre l'intervento, durante tutto il periodo di trattamento è suo compito quello di controllare costantemente la conduzione e lo svolgimento delle attività, verificando inoltre progressi e mutamenti.

Nelle pratiche di ChP il coinvolgimento in prima persona è un requisito essenziale: il trainer deve avere un'alta adesione motivazionale e intellettuale sul caso che sta seguendo.

Come prima cosa il terapeuta deve fare in modo che sia presente una salda relazione con il partner in cura così da potere sfruttare la *relazione d'aiuto* per il potenziamento e lo sviluppo delle funzioni; la relazione non si limita solo all'aiuto ed al sostegno ma deve essere anche una relazione di trascinarsi che favorisce un dialogo senso motorio e cognitivo, il terapeuta trasmette al partner fiducia e lo aiuta in prima persona prendendosi carico completamente di lui e partecipando attivamente al suo problema e all'attività svolta; trascina il partner nelle attività mantenendo la giusta intensità delle pratiche e della relazione.

La partecipazione attiva il terapeuta la trasmette costantemente al partner attraverso il contatto fisico per favorire il linguaggio tonico, la reciprocità motivazionale e con un costante incitamento per favorire anche l'ascolto e il linguaggio verbale. La condizione perciò con cui si svolge la seduta è quella di una full communication per favorire l'attivazione neurologica e

psicologica, tutto ciò porta alla costruzione di un isolamento terapeutico in cui si vedono coinvolti esclusivamente il terapeuta e il soggetto all'interno del setting di lavoro con la medesima motivazione e voglia di agire.

Nella pratica il terapeuta si pone in posizione principalmente frontale al partner, mantenendo sempre un contatto con lui.

## Setting

Il setting dove svolgere le attività terapeutiche è accuratamente costruito.

Le sedi dove esercitare la Champion Pressing dovrebbero essere preferibilmente ambienti dedicati che consentano il movimento di almeno due persone, con una buona aerazione e un ampio spazio.

Il terapeuta deve costruire il setting e, nel farlo, deve tenere conto di alcuni accorgimenti:

- Devono essere esclusi elementi distraenti.
- I materiali presenti devono essere utili alle attività.
- Deve esserci ordine spazio-temporale degli oggetti e dei materiali.
- I sussidi sonori e visivi devono essere presenti solo se parte costitutiva della seduta di trattamento
- Materiali che mettono a rischi il soggetto non devono essere presenti né utilizzati.
- La temperatura deve essere moderata in relazione alla temperatura esterna.

## Attività

Tutte le pratiche poggiano sulla costante esecuzione di una piattaforma motoria che va seguita durante tutta la seduta, può esercitarsi attraverso una delle 8 andature e situazioni: seduti o battere i piedi, camminare sul posto, camminare avanti e indietro, salire e scendere gradini, salire e attraversare un ostacolo e ritorno, seduti su gradino battere i piedi e torsione del corpo, in piedi su un gradino mantenere diverse posizioni in equilibrio, camminare ruotando dentro e fuori un cerchio.

## Figure esterne

Il genitore, quando si lavora con i bambini, è chiamato ad avere un ruolo attivo nella seduta deve apprezzare le pratiche del training e farne esperienza, non limitarsi ad una figura passiva nella pratica rischiando di essere fonte di distrazione per il soggetto. Dove è possibile il genitore può partecipare come co-terapista alla seduta partecipando, se ritenuto ottimale alla persona, alle attività del training. In ogni caso è importante che il genitore sostenga le pratiche e osservi in maniera attiva alla seduta per assumerne le pratiche così da poterle poi riproporre come sostegno anche nell'ambito familiare.

### 1.6.4. Il principio attivo: Cognitive-Motor

Il principio attivo alla base della ChP è il Cognitive Motor che si fonda sul paradigma dell'unità primaria di mente e corpo, indica la fondamentale interazione tra processi cognitivi e attività motorie. Si deve alle scuole di neuropsicologia e di psicomotricità, alla neuromotricità, alle scienze motorie e pedagogiche la congiunzione dei due vettori, che ha condotto ad un affermato assetto neuro-pedagogico che viene definito Cognitive Motor Training<sup>15</sup> (P.Crispiani, E.Palmieri, M.Spezzi).

La motricità e la cognitività costituiscono un'unità bio-psichica che svolge funzioni di regolazione di tutto l'agire dell'uomo, dando particolare attenzione alle sinergie e sinestisie pluri-motorie, senso-motorie, verbo-motorie, ideo-motorie.

### 1.6.5. Champion Praxic

Definizione: training intensivo e speciale di attivazione rapida ed efficiente delle Funzioni Prassiche Cognitive-Motorie attraverso la costruzione di una coordinata e fluida attività motoria e mentale per l'esecuzione ordinata di tutto l'agire dai due ai sei anni.

[Champion Pressing, Piero Crispiani, Eleonora Palmieri, Istituto Itard; cap.V]

---

<sup>15</sup> Cognitive motor trainer da Capitolo quinto, pagina 19; P.Crispiani - E.Palmieri, Champion Pressing, pratiche intensive speciali di Cognitive Motor Training, Istituto ITARD; 2017.



La Champion Praxic è svolta con bambini fino a 5/6 anni i principi e le attività seguono il principio del Cognitive Motor Training e il Crispiani Method.<sup>16</sup>

Il lavoro è incentrato in su funzioni sensoriali, motorie e linguistiche con l'esclusione della lettura e scrittura. La finalità è quella di attivare, potenziare e stabilizzare le neuro-prassie necessarie per lo sviluppo. Le attività si sviluppano in moduli di sequenze cognitivo-motorie combinate con il linguaggio, la percezione e il pensiero; la pratica si articola in 5 step graduali. Essendo i soggetti coinvolti molto piccoli ci si concentra moto anche sull'accoglienza e la gestione dell'ambiente.

### 1.6.6 Champion Lirm

Nella Champion Lirm vengono inserite sequenze di lettura intensiva e rapidità motoria, è un training speciale di attivazione funzionale condotto con alto monitoraggio.

La finalità è di attivare e mantenere un miglioramento delle funzioni esecutive in termini di fluidità ed efficienza, dell'autocontrollo e della reattività bio-psichica.

Le attività della CHL sono rivolte a bambini e ragazzi a partire dai 6/7 anni, l'attività concreta si articola in sequenze continue di step1, ovvero 15 minuti di motricità, immediatamente seguiti da step2, cioè alcuni minuti di lettura serrata, questo ciclo va poi ripetuto incrementando gradualmente la durata della lettura.

### 1.6.7. Champion Age

La Champion Age è una pratica di training che va a vantaggio delle persone adulte, per migliorare il fitness cognitivo-motorio con lo scopo di migliorare la qualità di vita.

Il training mira a riscoprire le funzioni prassico-motorie dell'adulto; la finalità è di potenziare e stabilizzare le funzionalità cognitive e motorie negli adulti che adulti risultano essere più lente, la CHA restituisce vigore e dinamicità al pensiero e al corpo.

---

<sup>16</sup> Dal Metodo Crispiani: organizzazione concettuale, quadro teorico e pratiche professionali per la prevenzione, la diagnosi, la valutazione funzionale, il Trattamento Abilitativo, l'orientamento scolastico e professionale. (Definizione P.Crispiani Hermes 2016, edizioni junior pag.91)

Le attività, considerando le possibilità e le capacità motorie della persona, si articola in tre steps: Motor Dance Training, Parete dei ritmi, Body Balance Training.

## 2°CAPITOLO

# L'ATTIVITÀ MOTORIO-SPORTIVA PER SOGGETTI CON DISABILITA'

*“Lo sport ha il potere di cambiare il mondo. Ha il potere di ispirare. Esso ha il potere di unire le persone in un modo che poche altre cose fanno. Parla ai giovani in una lingua che comprendono. Lo sport può portare speranza dove una volta c'era solo disperazione.”*

Nelson Mandela.

### **2.1. I valori dello sport**

La pratica di attività sportiva è molto diffusa nella società e i benefici che essa porta nella vita delle persone non sono sconosciuti, la crescita della pratica sportiva ha fatto sì che essa assumesse nella vita quotidiana delle persone una forte importanza culturale e sociale. Che lo sport sia una costante nella vita dell'uomo ormai è evidente; una buona attività migliora le prestazioni fisiche, rafforza il sistema cardiorespiratorio, rafforza la muscolatura e aiuta a seguire una giusta alimentazione. L'attenzione che gira intorno allo sport è da sempre stata molto alta, moltissimi anni fa lo sport era una pratica per pochi, per chi poteva permetterselo, quando si è capito quanto fosse fondamentale l'attività motoria è stato reso possibile a tutti l'accesso al mondo sportivo.

Lo sport non è solo questo, solo l'evidente attenzione che gli viene attribuita attualmente dai mass media, lo sport è crescita è tecnica è sviluppo, praticare uno sport è un diritto della persona in quanto è costituito da fortissimi valori educativi.

Osservare una qualsiasi attività sportiva, individuale o di squadra, ci permette di riflettere su moltissimi aspetti che compongono lo sport in sé, in particolare si può analizzare ed evidenziare il grandissimo valore educativo che possiede lo sport.

Nel corso degli anni è stato dimostrato che praticare attività motoria è necessario per una buona crescita, per la formazione di una personalità equilibrata e armonica.

Lo sport è ricco di valori non direttamente evidenti e sconosciuti a molti, come è stato detto quando si parla di benefici sportivi si pensa quasi esclusivamente al benessere fisico del corpo, ma la pratica sportiva invece per essere considerata completa e vera è formata da tanti aspetti diversi, non solo dall'attività fisica e dalla competizione. Ogni tipologia di sport condotta in maniera adeguata comprende valori importantissimi come: la partecipazione sociale, la cultura che vi è alla base, la ricerca di significati e la disciplina che viene insegnata alla persona seguendo le regole che formano un determinato gioco motorio. Lo sport è disciplina, la pratica sportivo-motoria insegna ad avere disciplina negli allenamenti e nelle competizioni ma non solo rende più autonomi e responsabili gli atleti anche nella vita quotidiana. Infatti il forte valore educativo che lo sport possiede emerge principalmente nel momento dell'allenamento, dove l'atleta si impegna a crescere, diventa più consapevole delle proprie capacità e deve seguire le regole e gli impegni presi con la squadra o l'allenatore.

Praticare uno sport aiuta la persona a strutturare il proprio tempo, controllare gli impulsi e il carattere, rispettare gli impegni e i tempi richiesti; tutti aspetti estremamente formativi sia per un giovane che per un adulto, lo sport, quindi, stimola la crescita mentale e incentiva la costruzione di rapporti e relazioni.

Tutti gli aspetti educativi dello sport possono essere utilizzati come mezzo o terapia educativa-riabilitativa per la crescita dei giovani, per le persone con disabilità fisica o intellettiva, e anche per la salute mentale; si lavora sulle facoltà neuromotorie, si creano stimoli di crescita personale favorendo l'autonomia e una maggiore autostima e inoltre vi è l'inserimento o reinserimento in un ambito socialmente attivo, ricco di incontri e possibilità di sviluppare le proprie capacità relazionali.

Mettere in pratica quanto detto non è estremamente facile perché nella società attuale viene data più importanza ad altro piuttosto che al valore educativo dello sport e alla vera sportività.

Si dovrebbe spostare la concentrazione dalla vittoria della competizione a i valori e i significati che essa ci lascia, passare da osservare lo sport come vincita o sconfitta a vederlo complessivamente e capire che ogni ostacolo funge da stimolo.

Il valore economico che viene attribuito allo sport dovrebbe essere lasciato solo ai professionisti che vengono guardati in termini di guadagni e capitale umano. Nelle scuole e nelle società sportive l'interesse deve concentrarsi sulla persona e la squadra, sugli obiettivi che si devono raggiungere attraverso un processo di crescita ed evoluzione, questo è l'aspetto centrale del valore educativo sportivo, l'importanza del percorso di crescita, amicizia e responsabilità che porta lo sport ad essere argomento di interesse in ambito educativo e pedagogico.

## **2.2. Il diritto allo sport per persone con disabilità**

Lo sport per i soggetti con disabilità, come si è già analizzato è un'occasione di terapia e riabilitazione ma è importante osservare e ragionare che, per quanto siano importanti i valori educativi dello sport utili a fini più terapeutici, per le persone disabili lo sport deve essere in primis un diritto e un'attività ordinaria come lo è per tutta la comunità.

Lo sport è un diritto e un'opportunità per tutti a prescindere dallo stato di salute.

Descrivere lo sport solo esclusivamente come una possibile terapia riabilitativa per soggetti con disabilità o difficoltà sarebbe errato, praticare attività sportiva è un diritto umano fondamentale, ed è stato anche riconosciuto dalla convenzione delle nazioni unite sui diritti delle persone con disabilità.

L'articolo 30 della convenzione dell'ONU<sup>17</sup> include lo sport in una serie di attività che sono diritti per le persone con disabilità (cultura, arte, tempo libero); la pratica sportiva deve essere una possibilità svolta anche per piacere, per sentirsi parte di un gruppo o per impiegare il proprio tempo. Nello specifico il comma 5 dell'articolo 30 della Convenzione dell'ONU tratta di sport e sottolinea quali sono i compiti che lo stato deve eseguire per garantire tale diritto.

*“Al fine di permettere alle persone con disabilità di partecipare su base di eguaglianza con gli altri alle attività ricreative, del tempo libero e sportive, gli Stati Parti prenderanno misure appropriate per:*

*(a) Incoraggiare e promuovere la partecipazione, più estesa possibile, delle persone con disabilità alle attività sportive ordinarie a tutti i livelli;*

*(b) Assicurare che le persone con disabilità abbiano l'opportunità di organizzare, sviluppare e partecipare ad attività sportive e ricreative specifiche per le persone con disabilità e, a questo scopo, incoraggiare la messa a disposizione, sulla base di eguaglianza con gli altri, di adeguati mezzi di istruzione, formazione e risorse;*

*(c) Assicurare che le persone con disabilità abbiano accesso a luoghi sportivi, ricreativi e turistici;*

*(d) Assicurare che i bambini con disabilità abbiano eguale accesso rispetto agli altri bambini alla partecipazione ad attività ludiche, ricreative, di tempo libero e sportive, incluse le attività comprese nel sistema scolastico;*

*(e) Assicurare che le persone con disabilità abbiano accesso ai servizi da parte di coloro che sono coinvolti nell'organizzazione di attività ricreative, turistiche, di tempo libero e sportive”*

[art.30 comma 5, Convenzione delle nazioni unite sui diritti per persone con disabilità, 2006]

---

<sup>17</sup>La Convenzione dell'ONU è stata approvata a New York il 13 dicembre 2006. L'Italia l'ha ratificata con Legge n. 18 del 3 marzo 2009.

L'elemento terapeutico è causa dell'esordio dell'attività motoria per disabili, da cui poi sono nate le paralimpiadi, la convenzione dell'ONU ha valorizzato ancora di più la pratica sportiva per soggetti con disabilità rendendola un'attività ordinaria come lo è per tutti, mantiene comunque gli scopi riabilitativi ma non è una pratica speciale o eccezionale, anzi deve poter essere svolta in piena autonomia.

## **2.3. I benefici dello sport**

### **2.3.1. Benefici fisici**

Quando si pensa allo sport o più generalmente alla pratica di attività motoria, viene immediato pensare ai benefici fisici e ai vantaggi che il nostro corpo acquisisce da una buona pratica sportiva. L'attività sportivo-motoria, infatti, è fortemente incentivata anche dal ministero della salute in quanto è una buona pratica per il miglioramento delle prestazioni e della qualità di vita per tutti i soggetti.

Praticare dello sport attiva il nostro corpo e induce l'organismo alla produzione e al rilascio di endorfine, sostanze chimiche che stimolano l'umore in maniera positiva, favorendo una migliore qualità del sonno, il diminuire degli stati d'ansia, l'abbassamento dei livelli di stress e del nervosismo, un aumento del benessere emotivo generale.

Essere degli sportivi comporta anche il dover seguire una corretta alimentazione, con il giusto apporto calorico di energie; seguire un'alimentazione bilanciata aiuta al mantenimento di una buona forma fisica con la giusta quantità di massa magra, nei soggetti in carrozzina, ad esempio, è fondamentale mantenere una fisicità adeguata.

La pratica di attività motorie sviluppa la massa muscolare, dando la giusta tonicità al corpo, aumentando la resistenza agli sforzi; lo sviluppo muscolare è un notevole supporto nelle persone con disabilità fisiche aiutandoli nell'utilizzo degli ausili. La pratica sportiva migliora

l'equilibrio, utile nella deambulazione, migliora la forza e la velocità, diminuendo la frequenza cardiaca e ottimizzando il ritmo respiratorio. Praticando sport si svilupperanno anche gli orientamenti spaziali e temporali. Tutti i vantaggi fisici che porta lo sport consentono alle persone disabili di aumentare la propria autonomia personale, e migliorare la qualità della vita. L'attività motoria condotta con costanza e impegno lavora sulle unità motorie, sviluppando gli schemi motori e posturali alla base, secondo le teorie neuromotorie, di tutto l'agire umano motorio e cognitivo.

### 2.3.2. Benefici psichici

Oltre ai benefici fisici, molto più evidenti e conosciuti, non si devono tralasciare i benefici psichici che porta lo sport, in particolare per le persone con disabilità. La pratica di attività motorie sportive dona all'atleta effetti decisamente positivi e importanti a livello psichico, la pratica di uno sport diventa un fondamentale mezzo educativo-riabilitativo nell'ambito delle disabilità e in particolare anche nella salute mentale. Oltre ad essere un ottimo regolatore e stabilizzatore dell'umore, lo sport incrementa la fiducia in sé stessi, l'atleta mettendosi in gioco scopre le sue capacità, supera i suoi limiti e impara a conoscersi meglio capendo di cosa è realmente capace; acquisisce fiducia e coraggio, aumentando notevolmente la sua autostima.

I giochi e le piccole competizioni aiutano a non arrendersi, a sfruttare al massimo il proprio potenziale e non formarsi ai primi ostacoli, anche la sconfitta rappresenta una situazione di crescita perché si impara a superare il momento ad elaborare gli errori e le emozioni che si provano, per questo risulta importante anche il lavoro non solo di tecnici sportivi ma anche figure educative che stimolano e incentivano la persona. Nella salute mentale la pratica sportiva funge come forte attività motivazionale, chi ha sofferto di disturbi mentali non è abituato a sentirsi appagato e soddisfatto, la vittoria può aiutare certamente a sentirsi finalmente realizzanti in qualcosa nella loro vita. Mettersi in gioco aiuta a scaricare la tensione e a concentrarsi per il raggiungimento di un obiettivo; stimola l'intelletto e le attività creative favorendo l'apprendimento e le capacità di memoria.



Praticare sport, individuali o di squadra, consente alla persona con disabilità di contare su sé stesso, appoggiarsi a pieno sulle sue capacità e vivere, in molti casi, le prime esperienze in autonomia senza la continua dipendenza dalla famiglia. Lo sport influisce in modo positivo sulla capacità del soggetto di cambiare e adattarsi a nuove situazioni o a esigenze esterne indipendenti, imparando a gestire le emozioni e i sentimenti.

### 2.3.3. Benefici sociali-relazionali

Da non trascurare il potere dello sport nell'ambito sociale, le attività sportive, le competizioni e l'agonismo da sempre sono un forte collante all'interno della società, basti pensare all'attenzione che gira intorno alle Olimpiadi o ai Mondiali di calcio; sin dall'antichità i giochi e le competizioni fungevano da intrattenimento ma allo stesso tempo costruivano importanti situazioni di confronto e relazione tra atleti, allenatori e pubblico. La pratica sportiva è molto importante per le persone con disabilità perché permette loro l'inserimento o il reinserimento in un contesto sociale.

Con l'ingresso nel mondo dello sport i ragazzi entrano a contatto con una nuova realtà sociale e scoprono il valore della collaborazione, conoscono l'importanza delle relazioni sociali. All'interno della realtà sportiva, e nella pratica dell'attività motoria, le relazioni che nascono sono molte: con i compagni di squadra, con l'allenatore, con le figure professionali coinvolte (educatori; fisioterapisti; medici), con chi frequenta gli impianti sportivi, ma anche con gli avversari che offrono importanti occasioni di stimolo e confronto.

Parlando di sport di squadra emerge il concetto di gruppo, un gruppo è un insieme non casuale di persone con bisogni, motivazioni e valori condivisi, che si trovano in una relazione di interdipendenza positiva le une con le altre per raggiungere uno scopo comune. Essere in interdipendenza positiva vuol dire che ogni membro dipende dall'altro compagno e al tempo stesso è anche una risorsa per lui. Per una persona con disabilità il sentirsi parte di un gruppo, di una squadra, rappresenta un'enorme soddisfazione personale, si sente accettato e inserito in una realtà diversa dal suo solito contesto familiare ristretto. In una squadra si creano legami, vi è un forte senso di appartenenza, si sperimenta in prima

persona l'aiuto reciproco. La presenza dell'allenatore e dei compagni è fondamentale per il ragazzo disabile, così impara a fidarsi e a stringere legami capendo che anche lui è indispensabile per gli altri, dando tutto sé stesso non solo per lui fuoriuscendo così da uno schema strettamente egocentrico.

I giochi e gli sport sono fatti di regole, tempi da seguire e rispetto verso gli altri, che lo sport sia individuale o di squadra, per garantire un'ottimale conduzione del gioco e il raggiungimento di un obiettivo l'atleta deve rispettare tutte le regole presenti. Accettare le regole vuol dire anche imparare il proprio ruolo, accettare il giudizio dell'altro, acconsentire al sacrificio, tutte situazioni che stimolano il ragazzo nella sua crescita personale nel quotidiano e nello sport; capire e apprendere queste regole e riportarle nella vita aiuta la costruzione delle relazioni, e nell'abito della salute mentale favorisco il reinserimento in società.

L'agonismo<sup>18</sup>, aspetto essenziale dello sport, è un'espressione dell'animo umano che può essere colta in ogni azione e non solo nella pratica sportiva; molte attività sportive vengono proposte alle persone con disabilità con e contro atleti normodotati, si crea un reciproco scambio, aumenta la comprensione e la comunicazione; la condivisione dell'agonismo rappresenta un punto di unione che può aiutare la costruzione di legami tra normodotati e persone con disabilità.

## **2.4. Le Paralimpiadi**

### **2.4.1. Nascita e storia**

Il legame tra disabilità e sport, inteso come mezzo per la promozione della salute, ha lontane origini storiche che partono dai primi anni del novecento; grazie anche

---

<sup>18</sup> Agonismo: tratto del comportamento umano consistente nel misurarsi con gli altri in un confronto liberamente scelto, si manifesta nelle condotte quotidiane, nel gioco e nello sport e può avere effetti proiettivi e di risoluzione di conflitti. (Hermes 2016, P.Crispiani , edizioni Junior Pag 22)

all'importante svolta culturale dell'ottocento in cui le persone con qualsiasi tipo di disabilità iniziarono ad essere integrate nella società e prese in cura da specialisti, quando finalmente venne loro riconosciuta una pari dignità umana e si iniziò a parlare di educabilità della persona disabile.

Associare lo sport al mondo della disabilità è un'azione importante che nasce dalla volontà di riconoscere anche nei soggetti disabili, una persona dotata di potenzialità e capacità da mettere a frutto.

Una delle prime tappe nella nascita dello sport per disabili, è stata nel 1929 l'organizzazione dei giochi per sordi a Parigi, sono stati giochi internazionali dedicati alle persone sorde ai quali hanno preso parte ben 11 nazioni. Il vero cambiamento arrivò con la fine della Seconda Guerra Mondiale, quando si estesero le attività sportive ed agonistiche a varie forme di disabilità, in particolare fisica; decisivo fu l'intervento di Ludwing Guttman<sup>19</sup>. Il neurochirurgo Ludwing Guttman aprì, a Stoke Mandeville vicino Londra nel 1944, uno dei primi centri europei per la cura e la riabilitazione di soggetti affetti da lesione spinale, in questa struttura erano ospitati i reduci di guerra con mielolesioni. In quei tempi avere una lesione spinale equivaleva a morte certa nella maggior parte dei casi, se oggi non è più così è anche merito di Guttman: l'innovazione sta nel fatto che egli intuì che bisogna investire, curare e sviluppare le capacità residue dei pazienti. Guttman introdusse un'innovativa tecnica di sport-terapia, introduce lo sport come parte utile e fondamentale di questo percorso riabilitativo; questa pratica sportiva terapeutica inizialmente aveva lo scopo di promuovere la partecipazione dei suoi pazienti alla riabilitazione, rendendo le attività più piacevoli, gradualmente divenne una vera metodologia di lavoro, risultando funzionale a garantire una vita più lunga alle persone ricoverate. Incominciò con la palla medica, poi le freccette, il tiro con l'arco e poi il basket in carrozzina; il medico si accorse che il movimento e lo sport assicuravano notevoli miglioramenti dal punto di vista muscolare e della

---

<sup>19</sup>Ludwing Guttman: nasce a fine '800, era un medico tedesco specializzato in Neurochirurgia. Si occupa del centro per Lesioni Spinali di Stoke Mandeville, e fu il primo a vedere una possibilità di recupero per quei pazienti che prima erano considerati terminali. (Alice Figini, Storie di Sport)

respirazione, miglioravano l'equilibrio, la forza, la resistenza e le abilità motorie, i soggetti mostrarono maggiori competenze anche nell'uso degli ausili e della carrozzina, utile nelle attività del quotidiano aumentando l'autonomia.

L'entusiasmo e il successo della sport-terapia portarono nel 1948 alla nascita dei giochi di Stroke Mandville; i giochi erano organizzati per atleti disabili e ne presero parte anche ex membri delle forze armate britanniche che avevano riportato, dopo il conflitto mondiale, lesioni e traumi midollari. Le metodologie e le idee sullo sport di Guttman risultarono essere non solo attività riabilitative, ma anche mezzi utili alla socializzazione e all'autostima. Nel 1952 fu organizzato il primo evento sportivo internazionale dedicato alle persone disabili, i Giochi di Stroke Mandville sono l'antecedente delle odierne paralimpiadi.

Nel 1960 le Paralimpiadi vennero portate a Roma, dove per la prima volta vennero svolti i giochi nella stessa città delle Olimpiadi, questo segnò un importantissimo passo nella storia dello sport per disabili. L'edizione di Roma nel 1960 dato il via alle Paralimpiadi che si svolgono con cadenza quadriennale, fu un traguardo molto importante per lo sport per disabili che da quel momento continuano ad evolversi. Il termine *para* inizialmente era riferito al termine paraplegico, ora si rifà al fatto che vengono svolte parallelamente alle olimpiadi per normodotati.

In quegli anni nascono numerose associazioni e federazioni per estendere i giochi anche ad altre categorie di disabili come amputati, cerebrolesi e cechi.

Nel 1982 tutte le varie organizzazioni decisero di istituire un comitato internazionale per il coordinamento dei giochi, con lo scopo di codificare un regolamento tecnico e organizzativo dei giochi Paralimpici.

#### 2.4.2. Storia italiana e Comitato Italiano Paralimpico – CIP

In Italia lo sviluppo dello sport per disabili vede l'intervento del dottor Antonio Maglio, egli fece esattamente quello che aveva attuato Guttman in Gran Bretagna. Il dottor Maglio era primario nel Centro Paraplegici di Ostia "Villa Marina" che aprì nel 1957, presto divenne famoso in tutto il Paese e all'estero. Maglio ampliò notevolmente i programmi motorio-

sportivi moltiplicando le attività fisiche e le discipline svolte, utilizzando lo spirito agonistico quale sprone a reagire e ritrovare sé stessi attraverso le proprie abilità.

Senza il suo lavoro e la sua totale dedizione l'Italia non avrebbe avuto l'onore di ospitare i primi giochi Olimpici per persone con disabilità, grazie al suo intervento le idee e i mezzi per la riabilitazione delle persone disabili iniziarono a svilupparsi anche in Italia, ancora molto arretrata rispetto agli altri paesi.

Solo nel 1974 vennero costituite le prime associazioni che tutelavano e finanziavano lo sport per persone con disabilità, il centro di Ostia e le pratiche sportive erano state finanziate fino a quale momento dall'INAIL.

Nel novembre del 1990 nacque la Federazione Italiana Sport Disabili, risultante quindi dall'unificazione volontaria delle tre federazioni sportive competenti in materia di handicap: la Fisha (Federazione Italiana Sport Handicappati), la Fics (Federazione Italiana Ciechi Sportivi) e la Fssi (Federazione Italiana Silenziosi d'Italia). Finalmente in questo contesto ebbero il loro spazio anche le persone con disabilità intellettiva relazionale.

Nel 2003 venne costituito il Comitato Italiano Paralimpico, organo riconosciuto che si impegna a promuovere ed organizzare le attività sportive per atleti con disabilità in ogni fascia di età, garantendo loro un maggior stato di benessere e un miglior inserimento nella società, favorendo la massima diffusione dell'idea paralimpica ed il più proficuo avviamento alla pratica sportiva. Ad oggi il CIP rappresenta una confederazione delle federazioni e discipline sportive paralimpiche, ottenendo il riconoscimento ufficiale dal CONI<sup>20</sup> come ente pubblico per lo sport praticato da soggetti con disabilità

---

<sup>20</sup> CONI: comitato olimpico nazionale italiano

## 2.5. Special Olympics

### 2.5.1. Cos è Special Olympics?

Special Olympics è un programma internazionale di allenamenti e competizioni atletiche per persone con disabilità intellettiva. I programmi Special Olympics sono adottati in 174 paesi diversi. Special Olympics si descrive come un Movimento globale che sta creando un nuovo mondo fatto di inclusione e rispetto, dove ogni singola persona viene accettata e accolta, indipendentemente dalla sua capacità o disabilità.

Lo scopo è di offrire un'opportunità per le persone con disabilità intellettiva, l'opportunità di allenarsi e gareggiare con atleti di pari abilità; l'obiettivo delle attività è di accrescere il benessere fisico, mettersi in gioco con coraggio e voglia, far crescere l'autostima e migliorare la qualità di vita; offrire esperienze di condivisione insieme agli atleti, ai volontari, ai tecnici e alle famiglie.

L'impegno che Special Olympics si pone è ancora maggiore attraverso la loro filosofia e la loro forte motivazione stanno contribuendo a rendere il mondo un posto migliore, più sano e più gioioso.

Special Olympics è ufficialmente riconosciuto dal Comitato Olimpico Internazionale così come le Paralimpiadi. Special Olympics e Paralimpiadi sono due organizzazioni diverse e distinte, diversa la premessa e la filosofia dei due: il comitato paralimpico si muove sulle stesse linee organizzative delle Olimpiadi con gare agonistiche destinati agli atleti migliori, accuratamente scelti per le competizioni; Special Olympics si pone invece come un programma educativo, uguale in tutto il mondo, propone ed organizza eventi sportivi ed allenamenti solo per atleti con disabilità intellettiva, dove tutti possono partecipare con qualsiasi livello di abilità.

## 2.5.2. La storia

Tutto è iniziato nel 1950 e nei primi anni 1960, quando Eunice Kennedy Shriver<sup>21</sup> ha visto come le persone con disabilità intellettiva venivano trattate ingiustamente. Aveva anche notato che molti bambini con disabilità intellettive non avevano nemmeno un posto in cui giocare. Eunice Kennedy Shriver, la fondatrice del movimento, ha deciso di agire e intervenire creando delle opportunità anche per le persone con disabilità intellettiva che in quegli anni venivano escluse e allontanate dalla vita della società; le aveva una sorella Rosmary nata con un deficit intellettivo, loro sono cresciute insieme giocando e praticando moltissimi sport. Capì così che la via che poteva unire le persone con una disabilità intellettiva alla vita della società era lo sport.

Questa visione prese vita nel 1962 quando Eunice Kennedy Shriver invitò alcuni giovani nel cortile di casa sua per un campo estivo, l'obiettivo era quello di osservare le competenze dei giovani nell'ambito sportivo. Partendo dal campo estivo, l'idea cominciò a crescere e nel luglio del 1968 si tennero i primi giochi a Chicago. Nei primi anni Special Olympics fu finanziato dalla Fondazione Kennedy e da vari enti.

Nel Dicembre 1971 la Commissione Olimpica degli Stati Uniti conferisce l'approvazione ufficiale a Special Olympics di usare il nome "Olympics", l'unica organizzazione ad essere autorizzata ad utilizzare questo nome. Nel febbraio 1988 la commissione Olimpica internazionale riconosce il movimento ed accetta di collaborare con esso come rappresentante degli interessi dei disabili intellettivi.

*"Trent'anni fa dicevano che non eravate in grado di correre i 100mt. Oggi, voi correte la maratona. Trent'anni fa, dicevano che dovevate rimanere chiusi negli istituti. Oggi siete di fronte alle televisioni di tutto il mondo. Trent'anni fa, dicevano che non potevate dare un*

---

<sup>21</sup> Eunice Mary Kennedy Shriver è nata negli Stati Uniti nel 1921, sorella del presidente J.F.Kennedy, è considerata la fondatrice di Special Olympics perché negli anni 50 ha avuto l'intuizione di coinvolgere i ragazzi con disabilità intellettive nella pratica sportiva.

*valido contributo all'umanità. Oggi, voi riunite sullo stesso terreno dello sport nazioni che sono in guerra...*" Eunice Kennedy Shriver Giugno'99 North Carolina

### 2.5.3. Special Olympics Italia

Special Olympics Italia, Associazione Benemerita del CONI, è presente in Italia da venticinque anni e opera in tutte le regioni, dove i Team locali seguono l'allenamento degli Atleti nel rispetto dei programmi internazionali e attraverso convenzioni stipulate con alcuni tra i maggiori Enti di Promozione sportiva italiani (CSI, CSEN, Cns Libertas, US Acli, Cns Fiamma, Uisp, Aics e MSP). I potenziali beneficiari del programma in Italia sono più di 1.000.000 e sono 10.000 gli atleti disabili che praticano sport. Ogni anno partecipano a giochi regionali e nazionali, e alcune rappresentanze anche ai giochi mondiali estivi e invernali.

### 2.5.4. I programmi di Special Olympics

#### **Motor Activities Training Program – MATP**

Il MATP è un programma di allenamento rivolto a bambini ed adulti con disabilità intellettiva più o meno grave e a disabili fisici e sensoriali associata alla disabilità intellettiva; tramite il MATP vengono preparati anche gli atleti in grado di partecipare alle competizioni più grandi. Non tutti partecipano alle competizioni non per il mancato livello di abilità, ma perché anche la competizione deve essere un momento di crescita e stimolante per l'atleta e non creargli disagio o timore.

Il MATP è un programma completo di attività motorie e ricreative che può essere adattato ad insegnanti di educazione fisica nelle scuole o a terapisti nelle pratiche riabilitative. Si va a lavorare sulle abilità del ragazzo incentivando l'allenamento e la partecipazione, non si tratta mai di competizione. Si strutturano sempre piccoli traguardi e obiettivi a breve termine



per stimolare l'atleta. Questo programma può essere applicato nelle scuole, nei centri specialistici, in contesti comunitari e nelle società sportive.

I programmi seguiti da professionisti specifici e trainers adeguatamente formati, consentono la preparazione degli atleti per partecipare alle gare mondiali e nazionali organizzate da Special Olympics.

### **Young Athletes Program - YAP**

Lo YAP è un programma rivolto ai più piccolini, per iniziarli all'attività motoria sin dai primi anni ed introdurli nel mondo dello sport prima di poterli far partecipare al programma per partecipare ai giochi; è un programma di gioco e attività motoria per bambini dai 2 ai 7 anni. Viene praticato nelle scuole materne e nei primi anni delle elementari, è adatto anche alla prima infanzia per bambini che non presentano disabilità intellettive, è un programma molto versatile che può essere adatto a varie pratiche di apprendimento.

Introduce i bambini e le famiglie nel mondo di Special Olympics seguendo alcuni obiettivi:

- Impegnare i bambini con disabilità intellettiva con attività di gioco studiate per favorire il loro sviluppo fisico, cognitivo e sociale.
- Dare il benvenuto ai familiari di bambini con disabilità intellettiva nel sistema di supporto di Special Olympics, saranno così consci dell'esistenza di un'organizzazione che si dedica esclusivamente all'emancipazione e all'integrazione di bambini e adulti con disabilità intellettiva.
- Far crescere la consapevolezza sulle capacità dei bambini con disabilità intellettiva tramite la partecipazione integrata di coetanei in eventi dimostrativi.

## 3°CAPITOLO

# PROGETTO “CAMERANO CALCIO INTEGRATO”

### 3.1. Introduzione

Camerano Calcio Integrato è un progetto che consiste nell’inserimento di bambini con sindrome di Down all’interno della scuola calcio al fianco dei loro compagni.

L’idea è di offrire ai bambini un percorso di crescita nelle abilità motorie e aumentare la socializzazione con i coetanei, attraverso la squadra e il gioco del calcio.

I ragazzi si integrano durante gli allenamenti seguiti da educatori e tecnici laureati in scienze motorie e specializzati nel settore disabilità intellettive.

Tutti i bambini condividono lo spogliatoio e giocano insieme per l’intera durata della seduta di allenamento. Tante ore trascorse insieme che arricchiscono ogni singolo individuo, staff tecnico compreso, e il gruppo nel suo insieme.

### 3.2. Nascita e sviluppo

Il progetto nasce da un’idea avuta nel 2016 durante il convegno “Le esperienze delle Olimpiadi e delle Paralimpiadi viste attraverso gli occhi dei ragazzi” organizzato con CONI e CIP. Nel novembre 2017 prende il via la prima squadra integrata, vengono inseriti due bambini affetti da sindrome di down all’interno della categoria dei piccoli amici, la fascia di età più giovane della scuola calcio (cinque sei anni), nascono così i “Piccoli Amici Integrati” che si allenano per tutta la stagione sportiva 2017/2018 mostrando ottimi risultati e un forte entusiasmo per questa prima esperienza di integrazione.

Il progetto ha avuto sin da subito risultati molto positivi ed ha attirato l'interesse mediatico con diverse pubblicazioni da parte di quotidiani, servizi in tv e la partecipazione ad un convegno nazionale a Servignano sul Rubicone; molte famiglie sono così venute a conoscenza delle attività che venivano proposte.

Nella stagione 2018/2019 i bambini con sindrome di down iscritti alla scuola calcio sono arrivati a sei; il progetto di integrazione viene allargato alla categoria giovanile successiva i primi calci (sette otto anni). Il progetto prende forma e a partire dal settembre 2018 cambia nome in "Camerano Calcio Integrato"

A partire dal 2018, inoltre, è stato avviato un nuovo progetto per coinvolgere i bambini a partire dai 4 anni, basato su attività motoria integrata.

I bambini inseriti nella squadra vengono affiancati da un tecnico specializzato, nella fase di conoscenza l'obiettivo è la costruzione di una relazione stabile e rassicurante tra il bambino e il tecnico che lo accompagna passo passo. Vengono proposte attività in rapporto uno a uno con il tecnico per migliorare la relazione e le capacità motorie, per poi lentamente passare all'attività di gruppo. L'obiettivo finale è quello di ridurre gli interventi con il tecnico specializzato, limitandosi ad un aiuto a distanza, portando il bambino ad interagire maggiormente con il gruppo e l'allenatore, in modo di aumentare la sua autonomia.

L'esperienza si focalizza principalmente su obiettivi motori ed integrazione, inoltre si va a lavorare sull'attenzione, il contatto fisico e oculare, sui tempi di attesa e sul rispetto delle regole, sull'etica indispensabile sia nel campo che nella vita quotidiana.

## 3.3 Il progetto

Il progetto “Camerano Calcio Integrato” coinvolge tre categorie della società sportiva Camerano Calcio:

- Piccoli Amici: 5 / 6 anni
- Primi Calci: 7 / 8 anni
- Attività motoria e psicomotricità funzionale: 3 / 4 anni

### 3.3.1. Finalità e obiettivi

Il progetto si è posto come finalità principale quella di favorire l’inserimento dei bambini down all’interno della squadra, aiutandoli nella socializzazione, offrendo opportunità di condivisione e gioco con i coetanei; l’obiettivo finale, infatti, è quello di limitare l’intervento del tecnico aumentando l’autonomia del bambino. Inoltre si cerca di migliorare le capacità fisiche e psichiche dei soggetti appoggiandosi sul programma dell’allenamento e costruendo attività specifiche per il ragazzo, incentrate sulle sue capacità, per migliorare il gioco e le abilità motorie.

Gli obiettivi sportivi variano a seconda della categoria della scuola calcio, quindi in base all’età dei giovani atleti si richiedono maggiori competenze atletiche e calcistiche, oltre ad un maggior rispetto delle regole.

Nella classe di psicomotricità l’obiettivo principale è la conoscenza del proprio corpo, la nascita di questa categoria ha alla base l’idea di fondere l’attività psicomotoria con il gioco del calcio per offrire un’opportunità di gioco ed allenamento ai bambini sin dalla prima infanzia.

Nei Piccoli Amici si lavora sugli schemi motori di base, si costruisce nei bambini una buona base di spazio e tempo nel gioco del calcio, si elaborano le basi del gioco ovvero conduzione palla, passaggio e tiro.

Nella categoria dei Primi Calci si consolidano le basi del gioco e si seguono attività di stampo più calcistico, preparando i ragazzi alle categorie successive dove inizieranno a giocare a calcio in maniera più agonistica.

Gli obiettivi più specifici sono individuati a seconda dei bambini down che vengono seguiti, a seconda delle loro capacità motorie e delle competenze sviluppate.

### 3.3.2. Tempi e luoghi

Per la categoria dei più grandi vengono svolti due allenamenti a settimana della durata di un'ora e mezzo, vengono praticati durante tutto l'anno all'aperto al campo sportivo di Camerano.

Per la categoria dei piccoli amici gli allenamenti sono sempre due a settimana della durata di un'ora e quarto, nei mesi caldi vengono svolti all'aperto al campo sportivo mentre nel periodo invernale ci si trasferisce al chiuso in un palazzetto attrezzato.

Per le attività di psicomotricità sono organizzati due allenamenti di un'ora l'uno a settimana, a settembre e maggio all'aperto, nel restante anno al chiuso in una palestra scolastica, nel mese di dicembre sarà proposto un progetto di 7 lezioni in piscina in vasca baby.

### 3.3.3. Materiali e figure coinvolte

Lo staff del settore giovanile nelle categorie piccoli amici e primi calci è composto da 3 allenatori per categoria, con il primo allenatore in ambo i gruppi laureato magistrale in scienze motorie/ISEF con patentino UEFA B. Nel resto dello staff sono presenti ragazzi laureati/laureandi in scienze motorie con esperienza nel mondo del calcio. La classe di psicomotricità è seguita da un allenatore laureato in scienze motorie affiancato da un ragazzo, anche lui con la medesima laurea, che ha seguito il corso per diventare psicomotricista. Nel seguire questi ragazzi, all'inizio con rapporto uno a uno ci sono due laureati magistrale in scienze motorie con esperienza pluriennale nelle disabilità intellettive. Si sono formati ulteriormente con EAA (European aquatic association), TMA (terapia multisistemica in acqua) con esperienze con il metodo ABA. Durante la laurea in scienze motorie hanno frequentato il tirocinio nel centro "socio educativo Francesca"

(compresa la sezione autismo), molto attivo nel settore sport e disabilità avendo lì un tecnico FISDIR.

Con l'aumento dei numeri si è scelto di ampliare lo staff includendo tre ragazze laureate/frequentanti corso di laurea rispettivamente in scienze della formazione, scienze dell'educazione ed educazione professionale. Le ragazze hanno effettuato vari tirocini in strutture in cui si lavora con le disabilità, tra cui la lega del filo d'oro.

I materiali utilizzati sono tutti materiali calcistici e sportivi, che vengono utilizzati per i giochi, le partite e i percorsi motori:

- palloni di gomma fino ad uno a testa;
- tappetone;
- tappeto elastico;
- cinesini;
- coni di medie/alte dimensioni;
- step da 14/20 cm;
- cerchi di varie dimensioni;
- corde;
- scaletta;
- canestro;
- spalliera (quando si va in palestra).

#### 3.3.4. Attività

Ogni allenamento viene strutturato dagli allenatori sulla base degli obiettivi della categoria, solitamente in ogni seduta di allenamento ci si concentra e si costruiscono giochi su un determinato obiettivo da seguire.

Ogni allenamento è composto da una parte tecnica, una parte coordinativa, una parte situazionale, e la partita da 2x2 o 3x3 per la categoria più piccola, giocando senza portiere, ad un massimo di 5x5 per la categoria dei più grandi.

Vengono preparati dei giochi per rendere gli allenamenti più divertenti e piacevoli, per incentivare il rispetto delle regole; inoltre si preparano percorsi per lo sviluppo degli schemi motori.

#### Allenamento Piccoli Amici:

- Attivazione ludico motoria: gioco Palla a contatto, alcuni bambini hanno la palla e devono toccare gli altri, quando un bambino viene preso rimane fermo e deve aspettare che un compagno lo abbracci per liberarlo.
- Percorso: saltare nei cerchi, rotolare sul tappeto, passare sotto e sopra gli ostacoli, tirare in porta o a canestro.
- Gioco del Luna Parck: tre squadre si posizionano dietro la linea di fondo, ogni squadra forma una fila e si parte un bambino per squadra alla volta, si arriva al cerchio posizionato a metà campo e si cerca con tirando la palla di buttarre giù i birilli. Vince chi prima butta a terra tutti i birilli.
- Partite e gioco libero

#### Allenamento Primi Calci:

- Area ludico-motoria: gioco del pescatore, i bambini corrono da una parte all'altra del campo cercando di non essere presi dal pescatore che si muove lungo la linea di metà campo. Gioco dei castelli, i bambini devono prendere quanti più oggetti possibili e portarli alle loro basi.
- Area tecnica: conduzione palla a diverse velocità, giochi con la palla come variante.
- Partite finali.

#### Allenamento psicomotricità funzionale:

- Giochi in cerchio passandosi la palla.
- Movimento libero con la musica.
- Palleggiare con la palla mentre si cammina a tempo di musica.

- Percorsi.
- Gioco: un due tre stella; gioco di imitare le camminate degli animali; gioco il giorno e la notte; gioco del fulmine.

Altre attività proposte sono i raggruppamenti che si organizzano con le altre società del territorio. Le giornate di gioco si organizzano tra 4 società calcistiche della zona, tutte le società a turno ospitano le altre nel proprio campo e organizzano la giornata. Il campo viene suddiviso in diversi settori dove si organizzano alcuni giochi, percorsi o aree di gioco per le mini-partite; lo scopo delle giornate di raggruppamento è quello di far divertire i ragazzi offrendo loro nuove occasioni di socializzazione e gioco, non vi è alcuna competizione tra squadre ma solo voglia di conoscersi e confrontarsi tra coetanei, ovviamente non vi è nessun vincitore alla fine. Nei mesi più caldi a conclusione delle attività di gioco si passa al terzo tempo, la società ospitante organizza una piccola merenda per atleti e allenatori per festeggiare insieme.

### 3.3.5. Obiettivi e struttura delle attività di integrazione

Nello sviluppo del progetto di integrazione, strutturando le singole attività e gli allenamenti, ci si sono posti degli obiettivi specifici per i bambini con sindrome di down, obiettivi utili anche ai loro compagni. La finalità è quella di sviluppare aspetti che servano al bambino non solo in mezzo al campo da calcio ma soprattutto nella vita di tutti i giorni, utilizzare perciò l'attività ludico-motoria per incrementare e costruire capacità importanti per una buona qualità della vita.

Le attività sono costruite ponendosi i seguenti obiettivi:

- Favorire l'integrazione sportiva
- Favorire il miglioramento dell'autonomia
- Rispettare le regole
- Migliorare i tempi d'attesa ed attenzione verso i compiti
- Apprendimento degli schemi motori di base



Il lavoro che il tecnico svolge con il bambino è mirato a favorire, tramite il divertimento, l'autonomia ed ottenere il maggior grado di socializzazione con la squadra, compagni ed allenatori.

Seguendo gli obiettivi preposti è possibile suddividere lo sviluppo delle attività, e la crescita dell'atleta seguito, in alcuni step.

Per prima cosa l'attività inizia con un rapporto uno a uno con l'operatore che diventa per il bambino una figura di riferimento di cui si fida e a cui può chiedere aiuto in caso di bisogno, nei primi incontri si lavora anche molto sulla relazione tecnico e bambino.

Successivamente l'attività si sposta gradualmente all'interno del gruppo ma sempre con l'operatore che segue il bambino nelle attività proposte dall'allenatore di categoria.

L'operatore riduce gradualmente il suo intervento lasciando il bambino libero di esplorare e di interagire con i compagni e l'allenatore.

Infine, se si riesce, l'operatore resta a distanza e lascia il bambino interagire con il gruppo dandogli comunque sicurezza. Sa che su di lui può contare in caso di necessità.



Fig.3 Schema alla base delle attività proposte del progetto.

### 3.3.6 Risorse e sponsorizzazioni

Il progetto Camerano calcio integrato è cresciuto grazie agli sponsor della società, molti quotidiani hanno pubblicato e pubblicizzato l'iniziativa facendo conoscere sempre più l'attività.

Sono stati organizzati anche alcuni eventi per raccogliere fondi e farsi conoscere.

Nel gennaio 2019 partecipa alla raccolta fondi, corwdfunding, di Vodafone che promuove OSO, Ogni Sport Oltre la comunità digitale che avvicina le persone allo sport, nel marzo 2019 sono stati raccolti i soldi necessari. Nel corso del crowdfunding sono state organizzati eventi per promuovere la raccolta fondi, tra cui una giornata dedicata ai Piccoli Amici, al palazzetto dello sport di Camerano, dove hanno partecipato tantissimi bambini delle squadre calcistiche della zona per passare una giornata di giochi e divertimento insieme.

## 3.4. Racconto dei casi clinici

### Caso principale di riferimento: A.P. 8 anni

A.P. è arrivato nella scuola calcio nella stagione calcistica 2017/2018. Quando è arrivato aveva 5 anni. Presentava una profonda insicurezza nell'inserirsi nel gruppo, specie nella fase iniziale in cui i compagni erano impegnati in un gioco libero. Per arrivare nella zona dei palloni, invece di passare in mezzo a loro preferiva fare il giro passando per bordocampo. Evitava il contatto fisico, quindi andare a prendere la palla verso un compagno non era possibile. L'attenzione selettiva nei confronti delle esercitazioni proposte dai mister delle categorie era minima. La sua autostima nei confronti delle sue capacità non era molto alta. A livello caratteriale A.P. è molto affettuoso, non ha difficoltà ad interagire con le figure di riferimento, anzi in molti casi necessita del loro aiuto e lui lo richiede. È un ragazzo a suo modo competitivo, che non digerisce bene la sconfitta e che aveva difficoltà a collaborare con i compagni. Quest'ultima però è da specificare che è tipica dei ragazzi della sua età.

A. oltre all'attività calcistica ha un operatore domiciliare che lo segue a casa e segue un percorso logopedico fin da molto piccolo. A livello di linguaggio non formulava frasi molto articolate, a volte parole scollegate senza verbi.

Il primo anno, come per tutti i ragazzi, all'inizio si è lavorato sul creare e consolidare una relazione con l'operatore. Più questa era forte, più il bambino si sentiva preparato ad affrontare situazioni nuove. Tenere A.P. per mano, sebbene la famiglia richiedesse di tenergliela il meno possibile, era il modo più sicuro per tranquillizzarlo e convincerlo a interagire con i compagni più piccoli fisicamente.

L'obiettivo per il primo anno è stato quello di portare A.P. ai raggruppamenti della FIGC (eventi basati su attività ludica in cui varie società si riuniscono) per i piccoli amici che si sarebbero tenuti da fine marzo. Per far questo era necessario dare ad A. un po' di sicurezza in più, di fiducia in sé stesso. Bisognava aumentare la sua motivazione nello stare con gli altri. Per far questo abbiamo lavorato sull'attenzione selettiva verso la palla. Ovviamente fargli fare esperienza su più attività possibili, andando a provare e riprovare vari giochi che poi avrebbe ritrovato nei raggruppamenti è stato fondamentale. La sua paura nelle cose e situazioni nuove lo bloccava, anche più del fatto di ritrovarsi in gruppi con persone che non conosceva.

Nel corso dell'anno abbiamo avuto modo di partecipare ad un paio di partite amichevoli con una ASD limitrofa e quindi A.P. ha potuto iniziare a capire cosa significasse partecipare ad un evento con molti bambini e di conseguenza con molti genitori che lo guardavano (A queste amichevoli si raggiungevano numeri di una trentina di bambini massimo). A.P. si trovava a giocare con bambini di altre squadre che non lo conoscevano e che quindi non si facevano problemi particolari a vincere durante i giochi o ad andargli incontro per rubargli il più in fretta possibile la palla, cosa che con i suoi compagni succedeva meno. Abbiamo avuto quindi modo di lavorare anche su alcune frustrazioni, con le sconfitte, con le esultanze degli altri bambini che avevano fatto punto ai suoi danni. Alla fine dell'anno, A.P. è riuscito a partecipare a ben 7 raggruppamenti, lasciandosi condurre dal suo operatore e dai suoi compagni di squadra in attività nuove completamente e non, mostrando grande interesse.

È molto soddisfatto quando riesce a fare goal e non perde occasione per andare ad esultare davanti alle tribune dove stanno i suoi genitori senza alcuna paura.

Nel secondo anno A.P. ha cominciato molto bene, ha conosciuto altri due bambini con sindrome di down. Sono aumentate anche le figure che girano intorno ai ragazzi e quindi si deve abituare anche a loro.

Siamo entrati nella fase in cui gli si propongono più attività con il gruppo piuttosto che momenti in cui si lavora esclusivamente uno a uno. I tempi di attenzione sono aumentati, come le sue capacità motorie. Questo dà la possibilità di lavorare anche su alcune basi calcistiche come la conduzione ed il tiro. Si fanno attività a tutto tondo, che includono sia l'uso delle mani che ovviamente dei piedi.

Obiettivo sempre presente è la partecipazione ai raggruppamenti di fine anno ovviamente puntando ad una sua maggiore autonomia.

Verso la fine della stagione calcistica A.P. mostra un grado di autonomia sempre maggiore, convincendoci ad avviare la fase dell'aiuto a distanza.

Nella stagione appena iniziata, 2019/2020, gli obiettivi sono sempre gli stessi, ma andando a concentrarci più sull'autonomia e nell'integrazione nel gruppo nuovo (passa dalla categoria dei primi calci) con sempre meno intervento da parte dei tecnici.

## L.N. 7 anni

L.N. è arrivato nella scuola calcio nella stagione calcistica 2017/2018. Fin da subito si è visto un bambino con una difficoltà nel linguaggio. Era difficile comunicare con lui e capire i suoi bisogni o richieste. Dal punto di vista motorio era un po' goffo, con dei problemi di equilibrio. Anche la comprensione non era buona, quindi bisognava lavorare su delle richieste molto semplici, con meno parole possibili e facendo vedere ogni singolo passaggio. Non ha una grande attenzione, di conseguenza bisogna lavorare molto sui rinforzi e fare molte pause.

Fuori dalla nostra attività segue un percorso logopedico e partecipa ad un corso di psicomotricità.

Il suo percorso è durato solo due anni, infatti nella terza stagione del progetto ha lasciato l'attività per iniziare un percorso di nuoto.

Dopo due stagioni L.N. ha partecipato a più di 14 eventi, interagendo con tanti bambini di una decina di ASD dimostrando molto piacere nello stare in mezzo a loro. Indossare anche solo la divisa di gara regalava molti sorrisi.

## A.M.M. 6 anni

A.M.M. è arrivato nella scuola calcio nella stagione calcistica 2018/2019. Il bambino è molto attivo, i genitori ci hanno chiesto di concentrarsi molto sul rispetto delle regole. Se non seguito momento per momento tende a scappare. A livello motorio ha ottime capacità, come nella comprensione, quindi le richieste che gli vengono fatte non sono semplici. La sua attenzione però non è alta, quindi vanno utilizzati i rinforzi molto spesso.

Fuori dall'attività segue un percorso logopedico, ippoterapia e segue una terapia psicomotoria.

Dopo due anni di progetto, e con il terzo in corso, A.M.M. si sta integrando molto bene. Con i compagni. Dal primo anno, dove aveva difficoltà a capire quali erano gli spazi di gioco, ora riconosce un'intera area di partita e riesce a condurre palla senza farla uscire dagli spazi anche sotto pressione dei compagni. Si distrae molto meno e non mette in atto più i comportamenti di fuga che ha avuto per la maggior parte della prima stagione. Non ha difficoltà ad interfacciarsi con le figure di riferimento e con gli allenatori della categoria. Rispetto all'inizio anche l'attenzione verso il compito è aumentata e la motivazione è molto alta. Vengono utilizzati meno rinforzi perché l'attività risulta già motivante di sé.

## S.P. 9 anni

S.P. è arrivato nella scuola calcio nella stagione calcistica 2018/2019. Quando ha iniziato aveva 8 anni. Fin da subito ci sono state delle grosse difficoltà di gestione. Ha una attenzione molto bassa, come la comprensione ed il linguaggio. Utilizza le Pecs, quindi all'inizio le abbiamo utilizzate molto. Ha un problema nel controllo sfinterico e quindi va portato in bagno con regolarità perché non dice di doverci andare. Mostra piccoli

comportamenti di aggressività nei confronti degli altri, specie durante i tempi morti, come le attese in fila. Se lasciato senza il controllo dell'operatore tende a fuggire. A volte sono delle vere e proprie richieste di attenzione, ma a volte invece delle vere e proprie evasioni dal compito. È molto difficile capire quando ha bisogno di qualcosa, quindi l'individuazione dei rinforzi ha richiesto un po' di tempo. I suoi tempi di attenzione sono molto bassi e non si riusciva a coinvolgere per tutta la durata dell'allenamento, quindi abbiamo iniziato con sessioni ridotte.

Nel primo anno non seguiva terapie, mentre nel secondo anno ha iniziato il terapeuta comportamentale (ABA).

Dopo due stagioni e con la terza in corso S.P. viene con molto piacere ad allenamento, anche se per farlo scendere molto spesso ancora è faticoso (appena però è in campo è visibilmente felice di fare le cose). L'attività è diventata motivante per lui quindi si tende ad utilizzare meno rinforzi. Non tende più a scappare dall'attività se non per attirare l'attenzione dell'operatore per giocare solo con lui. Si sta lavorando sul coinvolgerlo in attività di gruppo, anche partendo da gruppi piccoli.

Sono ridotti molto i comportamenti aggressivi che aveva nei confronti di alcuni compagni e l'attenzione nell'attività è aumentata. Questa cosa ha permesso di allungare la durata dei suoi allenamenti arrivando a ben più di un'ora. Con lui le partite non sono ancora un obiettivo fondamentale, lavorando ancora sull'integrazione in gruppo. Molti dei compagni si sono affezionati a lui e in maniera autonoma e senza obblighi cercando di coinvolgerlo sempre in ogni attività. Questa cosa è stata percepita da S. che con loro cambia nettamente atteggiamento.

Nella stagione in corso si lavorerà senza sosta sull'aumentare la sua partecipazione all'allenamento per tutta la sua durata (un'ora e mezzo) con tutto il gruppo e non solo con alcuni.

## F.P. 7 anni

F.P. è arrivato nella scuola calcio nella stagione calcistica 2018/2019. È un bambino socievole, affettuoso e tranquillo. La comprensione è buona ma all'inizio il linguaggio faticava venire fuori. Era però perfettamente in grado di far capire i suoi bisogni e le sue necessità. Non ha difficoltà ad interagire con gli altri ma faticava all'inizio a reggere i ritmi troppo veloci dei compagni. All'inizio i tempi di attenzione erano molto bassi. Tendeva a buttarsi a terra quando si stancava e risultava difficile ritornare in gruppo o riprendere le attività. Oltre alla nostra attività segue un percorso logopedico.

Dopo due stagioni sta iniziando la terza e già dal primo giorno lo si è visto molto più attivo e motivato. Partecipa sempre di più alle attività e ha sempre meno paura di mettersi in gioco con i compagni. La sua tenuta fisica è migliorata e questo ci consente di farlo partecipare ad ogni attività di gruppo. È davvero felice anche durante le mini partite di fine allenamento che gli anni prima non faceva.

Grazie alla capacità di rimanere concentrato su un compito in aumento ora possiamo lavorare anche su alcune abilità calcistiche per permettergli di interagire ancora di più con i compagni.

## M.C. 4 anni

M.C. è arrivato nella scuola calcio nella stagione calcistica 2018/2019. È il bambino più piccolo con abbiamo lavorato, infatti ha iniziato un progetto di attività motoria quando aveva 3 anni. All'inizio è stato molto difficile superare la separazione con la madre. Era infatti la prima volta che iniziava un'attività lontano dai genitori. Non parlava molto, quasi per niente. Era molto difficile capire cosa dicesse, e di conseguenza i suoi bisogni. I primi periodi le lezioni sono state ridotte rispetto al gruppo per permetterci di lavorare bene su poche attività con la motivazione di tornare dai genitori poco dopo. Se si spingeva troppo la corda M.C. diventava completamente oppositivo e riprendere l'attività diventava improponibile. È molto stimolato dalla palla e da molti giochi presenti al campo o in palestra quindi i rinforzi

potevano essere i più vari. Purtroppo, la comprensione non era molto buona e di conseguenza le attività proposte erano molto semplici con azioni singole.

Non segue nessun'attività che non sia l'attività motoria al campo.

Verso la fine dell'anno siamo riusciti ad aumentare la sua partecipazione all'attività, facendolo interagire sempre di più con i suoi operatori, creando forti legami, e con molti dei suoi compagni. Questi ultimi giocano un ruolo fondamentale coinvolgendolo spesso. M. si diverte davvero tanto, nell'ultima fase dell'anno i problemi di separazione nei confronti dei genitori sono nettamente migliorati. Anche la trasparenza con la famiglia è migliorata. Rispetto all'inizio dove c'era poca comunicazione, ora riusciamo a capire delle situazioni che si verificano in campo e riusciamo a reagire in maniera migliore.



# Conclusione

Il giuramento degli atleti di Special Olympics recita: *“Che io possa vincere, ma se non riuscissi che io possa tentare con tutte le mie forze”*. Riportando queste parole intendo concludere questo elaborato in quanto impegnare il massimo delle proprie forze è alla base di un buon cammino educativo riabilitativo, e con questo giuramento gli atleti si impegnano a mettere in campo tutte le loro capacità aldilà delle difficoltà che possiedono.

Lo sport e l'attività motoria rappresentano un'occasione di crescita per un soggetto con disabilità, un'opportunità di svago, di piacere e di formazione personale, favorisce l'inserimento o il reinserimento nella società incentivando le relazioni interpersonali; praticando sport si rinforzano schemi motori e gli schemi posturali posti alla base delle teorie neuromotorie.

Inoltre si intende diffondere l'importanza delle pari opportunità anche per i soggetti disabili e garantire loro la possibilità di frequentare un ambiente sportivo sano, che aiuti anche tutta la società intorno ad aprire gli occhi, contribuendo a rendere il mondo ogni giorno un posto migliore e uguale per tutti.

## BIBLIOGRAFIA

- Principi di fisiologia di Berne & Levy quarta edizione, Edra masson
- Piero Crispiani – Eleonora Palmieri, Champion Prassing pratiche intensive di Cognitive Motor Training, istituto ITARD, 2017
- Mauro Spezzi, Massimo Barbieri, Daniele Lodi, Felice Vecchione; Abilitazione Motoria degli alunni con difficoltà di apprendimento; Edizioni Sette Città; 2015
- Piero Crispiani; Hermes 2016; Edizioni Junior
- Piero Crispiani; Dislessia come disprassia sequenziale, Edizioni Junior, 2011
- Paola Manunzi, Pedagogia del gioco e dell'abilitazione, Guerini Studio, 2002

## SITOGRAFIA

- [www.specialolympicsitalia.org](http://www.specialolympicsitalia.org)
- [www.abilitychannel.tv](http://www.abilitychannel.tv)
- [www.londra2012.abilitychannel.tv](http://www.londra2012.abilitychannel.tv)
- [www.comitatoparalimpico.it](http://www.comitatoparalimpico.it)
- [www.cameranocalcio.it](http://www.cameranocalcio.it)
- [www.ilcoach.net](http://www.ilcoach.net)
- [www.disprassiaitard.eu](http://www.disprassiaitard.eu) “PRIMO CONTATTO CON IL DISPRASSICO, di Daniele Lodi” “L'ATTIVAZIONE NEUROMOTORIA DELLE PRASSIE, di Mauro Spezzi”

## LETTERATURA

- “L'attività motorio-sportiva come opportunità formativa privilegiata nel percorso di sviluppo degli alunni disabili” di Pasquale Piredda (RAGIONAMENTI L'attività motorio-sportiva come opportunità formativa privilegiata nel percorso di sviluppo degli alunni disabili)
- Rivista Italiana di Pedagogia dello Sport 1 (2017) 18-25 “Educazione corporea e al movimento il ruolo educativo del corpo e del movimento nella scuola primaria Italiana” Carmela Belgianni

- “Lo Sport come strumento di supporto per i giovani” Giuseppe Madonna
- “Lo sport per le persone con disabilità come diritto umano fondamentale” Di Pierangelo Cenci, Anna Vecchiarini, Claudia Di Giorgio

## Ringraziamenti

Vorrei ringraziare prima di tutti la mia famiglia, mia madre e mio padre, per il sostegno che non mi hanno mai fatto mancare; sempre presenti nella mia vita mi hanno aiutato a fare sempre le giuste scelte. A mio fratello che si fida sempre di me.

Un grandissimo grazie alle mie nonne che non mi hanno mai fatto mancare l'amore e il coraggio, a nonna Anna che nonostante i miei sbalzi d'umore e i miei impegni imprevedibili mi ha sempre ascoltata ed è sempre stata pronta ad aiutarmi; a nonna Germana che ha sempre creduto in me.

Un ringraziamento alle mie amiche, compagne di vita e di avventure, sempre presenti nei momenti difficili e pronti ad ascoltare ogni mio turbamento.

Grazie al Camerano Calcio che mi ha accolta nella sua grande famiglia, un ringraziamento speciale a Luca e, in particolare, Matteo per tutti gli allenamenti condivisi insieme, per tutti i preziosi consigli ricevuti, e il grande aiuto che mi hanno dato.

Grazie ai professori e alle guide di tirocinio che ho incontrato durante il mio percorso di studi, mi hanno aiutata a maturare e crescere in questo lavoro.

Grazie a tutti coloro che mi sono vicino, ai parenti, alle compagne e gli amici; un grande ringraziamento alla professoressa Maggi per il sostegno in questo lavoro, e per i preziosi consigli che ha saputo fornirmi.