

LO SPORT DI TUTTI

PREMESSA

“La pratica dell’educazione fisica e dello sport è un diritto fondamentale per tutti. Ogni essere umano ha il diritto fondamentale di accedere all’educazione fisica e allo sport, che sono indispensabili allo sviluppo della sua personalità” (dalla Carta Internazionale per l’educazione e lo Sport, art. 1, UNESCO 22/11/1979).

È da questo fondamentale diritto che appartiene a tutti, che prende spunto il progetto “Lo Sport Di Tutti”.

DESTINATARI

Il progetto è rivolto agli alunni D.A della scuola media “Leonardo da Vinci” di Sassuolo.

OBIETTIVI EDUCATIVI E SOCIALI

Il progetto “Lo Sport di Tutti” non ha specifiche aspettative riabilitative, ma si preoccupa di agire nella sfera dell’inserimento degli alunni con disabilità in un ambiente che è di tutti.

“Imparare a stare bene con se stessi e con gli altri” è l’obiettivo principale. Ciò significa contribuire a cercare di minimizzare le disabilità durante attività di tipo ludico-motorio, in un ambiente in cui ci si possa muovere, camminare, parlare e relazionare efficacemente.

L’attività sportiva per soggetti con disabilità deve essere intesa come strumento per educare all’autonomia, per il potenziamento delle capacità esistenti e per accrescere l’autostima. Ha quindi un valore educativo, anche se le attività svolte non possono che essere di aiuto nel settore del recupero funzionale.

Lo sport è un’attività umana che si fonda su valori sociali, educativi e culturali. È determinante nell’inserimento, nell’accettazione delle differenze e nell’osservazione delle regole. Per questo deve essere accessibile a tutti, nel rispetto delle aspirazioni e delle capacità di ciascuno e nella diversità.

La pratica delle attività fisiche rappresenta per i soggetti con disabilità un mezzo privilegiato di sviluppo individuale, di rieducazione e di integrazione sociale.

L’attività motoria genera la necessità di allontanarsi fisicamente dal nucleo familiare e la possibilità di relazionarsi con il mondo esterno, integrando le incapacità con la scoperta di nuove possibilità che possono contribuire all’accettazione di sé.

OBIETTIVI FISICI

Parallelamente, la possibilità di svolgere esercizi ginnici, non potrà che giovare alle potenzialità fisiche e motorie degli alunni. Il miglioramento delle funzioni dei vari sistemi e

apparati che si ottiene con l'allenamento, cioè con la pratica razionale e ripetuta di determinati movimenti, può avvenire anche nelle persone con disabilità.

L'apparato respiratorio: può migliorare sia con attività di tipo aerobico, sia apprendendo una corretta postura. Un torace aperto, non costretto da una cifosi pronunciata, porta ad un ampliamento della gabbia toracica con una conseguente miglior ossigenazione.

L'acquisizione della miglior respirazione possibile influenza notevolmente la qualità della vita perché è dall'aria e dalla possibilità di utilizzare al meglio i suoi componenti (CO₂ in particolare) che dipendono molti processi chimici del nostro organismo.

I sistemi muscolare e scheletrico: ossa e muscoli sono i mezzi che permettono il movimento. L'impossibilità totale o parziale di svolgere qualsiasi tipo di esercizio arreca gravi danni al corpo umano. Innumerevoli risultano essere i benefici se l'esercizio è svolto in modo costante, corretto e razionale. Più scioltezza nei movimenti e resistenza alla fatica, portano ad uno stato di generale benessere.

Il sistema cardio-vascolare: una migliore circolazione sanguigna determina una serie di benefici per l'intero organismo, quali un più adeguato trasporto di ossigeno alle cellule con una conseguente più efficace attività metabolica. È possibile quindi controllare meglio il sovrappeso e le dislipidemie.

METODOLOGIA

La tipologia di intervento concordata prevede un incontro settimanale della durata di un'ora, durante il quale l'alunno con disabilità si recherà in palestra insieme ad un compagno di classe (calendarizzato a rotazione) per svolgere le attività ludico-motorie proposte.

Il progetto ha inizio in dicembre e terminerà a maggio

Svolgere insieme le attività motorie, sarà un'occasione per i compagni dell'alunno con disabilità di trascorrere del tempo a stretto contatto con lui, per capirne le potenzialità, ma anche i limiti e sviluppare nei suoi confronti una maggior tolleranza e benevolenza.

Per l'alunno con disabilità potrà essere un momento importante per prendere coscienza della propria corporeità, scaricare le energie in eccesso e costruire un legame più solido con i suoi compagni.

SPAZI E MATERIALI UTILIZZATI

Il progetto "Lo Sport Di Tutti" si svolgerà nella palestra della scuola media "Leonardo da Vinci" e verranno utilizzati i materiali e le attrezzature presenti al suo interno.

PERSONALE

Il Professore Cavazzuti Gian Luca laureato in Scienze Motorie e Sportive e coordinatore del gruppo di sostegno, coadiuvato dagli altri insegnanti di sostegno (tra cui altri insegnanti di ed. fisica) e dalle educatrici PEA, si occuperà di programmare e proporre agli alunni le attività

ludico-motorie previste, monitorando progressivamente l'andamento del progetto al fine di garantire il raggiungimento degli obiettivi.

VERIFICA E VALUTAZIONE

Durante lo svolgimento delle attività proposte verranno proposte esercitazioni e alcuni test per verificare il raggiungimento degli obiettivi motori. Per quanto riguarda gli obiettivi educativi e sociali si terrà conto, mediante osservazione sistematica, dei livelli di interesse, partecipazione e motivazione dimostrati dagli alunni.

Sassuolo,

Firme

I docenti responsabili

Il personale PEA coinvolto