



Documento programmatico di Fobap Onlus su sport e attività motorie

Le persone disabili hanno gli stessi diritti fondamentali degli altri cittadini. Il primo articolo della Dichiarazione Universale sui Diritti Umani afferma: "Tutti gli esseri umani nascono liberi ed eguali in dignità e diritti". Per raggiungere questa meta, tutte le comunità devono celebrare la diversità nell'ambito della loro realtà, e assicurarsi che le persone disabili possano godere di tutti i diritti umani: civili, sociali, politici, economici e culturali riconosciuti dalle varie Convenzioni internazionali, dal Trattato dell'Unione Europea e dalle varie Costituzioni nazionali. I disabili rivendicano le stesse opportunità di accesso alle risorse sociali, come il lavoro, l'educazione scolastica e professionale, la formazione alle nuove tecnologie, i servizi sociali e sanitari, lo sport e il tempo libero, ed ai prodotti e beni di consumo (Dichiarazione di Madrid, 2003).

Particolare attenzione viene data, oggi, alla qualità della vita (QdV) sia dalle politiche socio-sanitarie che, più specificamente, nella programmazione di progetti educativi e riabilitativi per persone diversamente abili nei servizi.

Ponendo come centrale questo importante e moderno concetto, non possono essere sottovalutate tutte le attività motorie, ludico- sportive legate al tempo libero; dimensione che è un indicatore di qualità.

La possibilità di poter partecipare a proposte ricreative e sportive integrate consente, anche alle persone con grave disabilità, di poter trovare energie, stimoli e significati per affrontare positivamente i diversi problemi posti dalla vita quotidiana.

La possibilità di avviamento alla pratica sportiva, come momento riabilitativo e di conquista di autonomia personale e di gratificazione per il miglioramento dell'autostima sono strumenti educativi concreti. In persone con disabilità di tipo intellettivo è possibile favorire attraverso l'attività motoria l'apprendimento di mezzi di relazione con la realtà esterna, di nuove possibilità di comunicazione e percezione del proprio mondo interno.

La promozione di attività motorie e sportive integrate, attraverso un'attività motoria calibrata sulle capacità e bisogni della persona disabile, viene ad essere un importante strumento educativo per il suo processo evolutivo. Infatti, oltre a favorire lo sviluppo cognitivo, diviene motivo di emancipazione e accrescimento, poiché il confronto con gli altri, la verifica o percezione immediata

della propria efficienza, l'affinamento delle capacità autoregolatrici possono strutturare un ambiente ricco di possibilità e di stimolazioni significative.

L'attività motoria, quindi, diventa strumento educativo e rieducativo di grande efficacia soprattutto se non perde l'aspetto ludico.

Fondamentale risulta essere la spinta pulsionale all'agire che nasce nella dimensione motoria, poiché essa rappresenta un ambito fondamentale di valorizzazione essendo agganciata all'esperienza immediata e concreta della corporeità. Sviluppo di potenzialità individuali, incremento di capacità ed acquisizione di abilità, inclusione in contesti di vita ricchi di relazioni significative, rendono il ruolo dell'attività motoria e sportiva fondamentale nell'intervento rivolto a soggetti disabili che, in questo modo, hanno la possibilità di trovare elementi di successo e valorizzazione personale, praticando, con alta motivazione e divertimento, un'attività particolarmente benefica.

Oltre al miglioramento della forma fisica, allo sviluppo cognitivo conseguente all'apprendimento motorio, alla socializzazione conseguente all'integrazione nel mondo sportivo, vi è un miglioramento dell'autostima.

L'attività motoria per la persona disabile è l'esaltazione delle sue, anche se pur residue, capacità e di ciò che sa fare, in un mondo che sempre gli ricorda ciò che non è in grado di essere e ciò che gli manca. Infatti A. Carraro afferma che "orientarsi verso l'inclusività significa permettere a tutti coloro che si avvicinano alla pratica sportiva di raggiungere un livello base di abilità tecniche, di provare piacere nell'impegno e nello sforzo prodotti e di non essere esclusi in quanto *meno adatti*" (*Educare attraverso lo sport: una riflessione critica*", Orientamenti Pedagogici, 51 - 6, 969-980, 2004).

In questo senso, l'avviamento alla pratica sportiva anche attraverso associazioni polisportive integrate, o associazioni culturali-sportive si inserisce nel processo di integrazione sociale come strumento importante, che consente all'educatore di creare legami forti tra la persona disabile e il mondo esterno, legame che si rinsalda nel tempo e gli consente di avere una ulteriore dimensione evolutiva entro cui formare la personalità e intraprendere il percorso di socializzazione, aumentando autostima e autoefficacia.

Attraverso l'attività motoria è possibile per tutti confrontarsi, mettersi in discussione, soffrire e gioire perché, rispetto ad altre attività rivolte alle persone con disabilità, ha il vantaggio di favorire l'integrazione sociale. Nell'attività sportiva, infatti, viene stimolata la crescita attraverso il gruppo, nonché la valenza formativa e le occasioni di apprendimento che si verificano al suo interno.

Esperienze fondamentali come appartenere ad una squadra, confrontarsi con gli altri e condividere le emozioni suscitate dall'attività, favoriscono la crescita personale nella sua dimensione relazionale. Una simile funzione socializzante ne rende la pratica ancora più importante per il

disabile: sperimentare la vita di gruppo costituisce una notevole opportunità di sviluppo e, al contempo, permette di apprendere modelli di comportamento più appropriati al vivere sociale. Nell'attività motoria le persone si trovano direttamente a contatto con l'altro, per condividere un'esperienza piacevole, dimostrando che il lavoro di gruppo porta a risultati superiori di quello individuale.

Alla luce delle argomentazioni sopraesposte, confortati dalla letteratura e soprattutto dalle esperienze condotte con persone con disabilità, Fobap Onlus ritiene che la partecipazione ad attività motorie, ludiche, sportive – soprattutto se supportata da personale specializzato -, contribuisca sensibilmente al miglioramento del benessere e della qualità di vita delle persone disabili e quindi vada adeguatamente promossa nei propri servizi.

Le attività motorie si articolano su due diverse direttrici. La prima di queste è svolta all'interno delle strutture, prevede l'utilizzo della palestra interna e l'insegnamento di modalità e giochi per il benessere psico-fisico. Le attività vedono coinvolti gli ospiti in gruppi, la cui composizione è trasversale rispetto al gruppo di riferimento.

In concreto significa svolgere ginnastica di mantenimento in palestre esterne con persone normodotate e interventi individualizzati di mobilitazione e di avviamento allo sport nella palestra interna.

La seconda direttrice ha una forte valenza progettuale e attiene a progetti e iniziative che mirano all'inserimento concreto in realtà significative del territorio. Alcune di queste proposte potranno avere sviluppi in attività oltre il tempo canonico del servizio di appartenenza.

Si ritiene al riguardo molto significativa la partecipazione a programmi sportivi e motori realizzati in partenariato con altri enti del terzo settore che hanno una specifica competenza nel settore.