



## ***Atletico...ma non troppo***

### ***Progetto***

Il progetto prevede la creazione di una “squadra sportiva” che possa dare la possibilità ai ragazzi disabili che frequentano il nostro centro di riabilitazione di sperimentare l'aspetto ludico e competitivo dello sport oltre a quello riabilitativo.

La proposta è quella di partire dalle terapie complementari già svolte in I.S.A.H. E di perfezionare le abilità già acquisite dai ragazzi nel corso degli migliorandone le abilità motorie, il senso di collaborazione, l'autostima e l'integrazione.

### ***Le finalità del progetto***

La pratica sportiva assume un valore primario, sia dal punto di vista riabilitativo, come mezzo di recupero fisico e funzionale, sia dal punto di vista sociale, come strumento di integrazione e compartecipazione alla vita comunitaria

#### **Sport come momento preventivo-riabilitativo**

- Sviluppo capacità condizionali
- Mantenimento della fisiologica mobilità articolare
- Incremento delle capacità coordinative
- Acquisizione di nuove abilità motorie

#### **Sport come momento di integrazione sociale**

- Facilitazione degli interscambi sociali
- Inserimento di se stessi in diversi ambienti esterni
- Opportunità di relazionarsi con nuovi modelli

#### **Sport come momento educativo**

- Stimolo dell'attività cognitiva

- Incremento dell'autonomia
- Rinforzo dell'autostima

L'attività motoria-sportiva favorisce la sperimentazione di una immagine positiva di sé e, in questo senso, può produrre una variazione nella percezione del proprio corpo che viene 'riconosciuto' in modo nuovo, con nuove possibilità e risorse.

L'apprendimento motorio è condizionato da fattori fisici, cognitivi, psicologici e motivazionali.

La persona disabile, specie con deficit psichiatrico, sembra spesso scarsamente motivata all'apprendimento di nuove abilità e questo può dipendere dal "sentimento di impotenza appresa" che si aggiunge alla disabilità principale.

Una persona, a seguito di numerosi insuccessi/fallimenti nelle prestazioni, comincia a pensare che qualsiasi sua azione è destinata all'insuccesso e quindi "decide" di non provarci più. Queste scelte "interiori" si manifestano poi nel comportamento come: chiusura-diffidenza-ostilità-rifiuto-indifferenza.

Il riconoscimento di questa modalità è importante perché ci aiuta a comprendere quale grande sforzo si chiede e, quale forza e volontà, mettono in atto queste persone quando si apprestano alla pratica motoria e sportiva che inevitabilmente chiede loro di mettersi in gioco in modo nuovo.

La sperimentazione e l'apprendimento di nuove abilità producono un effetto a cascata sulle competenze sociali attraverso la valorizzazione di sé e nella relazione con gli altri.

La sperimentazione dell'autonomia psicomotoria aumenta la fiducia in sé e l'autostima favorendo e facilitando l'apertura alla relazione, aumentando la disponibilità a mettersi in gioco.

L'integrazione sociale si esprime come sentirsi parte di un gruppo, uscire dall'esclusività dell'ambiente familiare, uscire dall'ambiente istituzionalizzato, ampliamento di interessi e della rete di relazioni.

## *Attuazione del progetto*

### **DISCIPLINE E LUOGO DI SVOLGIMENTO**

Il progetto vede interessate 7 discipline:

- equitazione – Centro di riabilitazione equestre "Il Ranch" - Montegrazie
- tennis – Circolo del tennis Garlenda - Garlenda
- bocce – Bocciofila San Giacomo - Imperia
- nuoto – Piscina Comunale - Imperia
- tennis tavolo – Palestra ISAH - Imperia
- calcio balilla – Palestra ISAH - Imperia
- calcio a 5 – Campo da Calcio san Giuseppe – Imperia

Ogni disciplina è stata scelta in base alle sue caratteristiche significative sia dal punto di vista riabilitativo che ludico e socializzante.

### **RAGAZZI PARTECIPANTI**

Il progetto prevede il coinvolgimento di circa 30 ragazzi adolescenti e giovani adulti con disabilità, inseriti nelle diverse discipline. La suddivisione tra le diverse discipline è stata valutata dall'equipe integrata del centro, tenendo conto dei bisogni riabilitativi dei ragazzi e delle preferenze espresse dagli stessi.

I ragazzi sono accompagnati dagli educatori di riferimento.

Gli educatori sono stati scelti per le loro specificità professionali (laureati ISEF, psicomotricisti, educatori professionali) e per le loro caratteristiche individuali.

Quindi:

- competenze tecniche
- capacità di accoglienza e di ascolto
- capacità di lettura e mediazione delle dinamiche del gruppo

In alcune discipline gli educatori dell'ISAH sono affiancati da personale delle società sportive ospitanti.

### **DURATA DEL PROGETTO**

Il progetto prevede una durata da settembre a giugno con ripresa dopo la pausa estiva. Durante lo svolgimento del progetto sono previste verifiche in itinere per meglio rispondere ai bisogni dei ragazzi.

Durante lo svolgimento del progetto è prevista la partecipazione a manifestazioni indette dalle Società Sportive siano esse sotto forma di esibizioni che di gare vere e proprie.

In Primavera è prevista l'organizzazione di una manifestazione organizzata dall'ISAH con la partecipazione di altre strutture di riabilitazione presenti sul territorio regionale.

Responsabile del progetto  
Fossati Erika

Responsabile del Settore Riabilitazione  
Dott.ssa Canetti Valeria