



CONI

**CONI**

SCUOLA DELLO  
SPORT UMBRIA

**Corso di formazione e qualificazione  
dei tecnici sportivi per l'avviamento  
vanile all'attività motoria e sportiva**



# **Attività motoria e sportiva in età evolutiva**

**6 ottobre 2014**

**Antonella Piccotti**

**[antonella.piccotti@unipg.it](mailto:antonella.piccotti@unipg.it)**

■ **SPORT** (non ha competenze educat.

L. Bortoli )




■ **EDUCAZIONE FISICA**



■ **ESERCIZIO FISICO**

# Il ruolo dell'Educazione Fisica

- 
- L'Educazione Fisica è una disciplina dell'ambito educativo il cui campo d'azione riguarda la capacità, lo sviluppo e il mantenimento delle **funzioni motorie**, in un rapporto interattivo con lo sviluppo delle **capacità cognitive ed emotive**.

# Il ruolo dell'Educazione Fisica





Proprio in quanto disciplina, l'Educazione

---

Fisica ha un campo d'azione definito, stabilito dalle sue **finalità**, dai suoi **contenuti**, da un suo **metodo**, da un suo **linguaggio** e da un **ambito scientifico**, si basa su concetti e nozioni specifici delle varie scienze che **studiano l'uomo nei suoi diversi aspetti**.

# Il ruolo dell'Educazione Fisica

- 
- Il ruolo educativo dell'Educazione Fisica è fondamentale nel processo evolutivo dell'individuo
  - per stimolarne lo sviluppo all'interno di un **progetto educativo globale.**



**L'attività motoria giovanile è un  
processo guidato, di crescita e  
maturazione fisica e psicologica,**

---

**attuato**



**attraverso la pratica organizzata di  
opportune esercitazioni fisiche, tendenti  
a migliorare la propria efficienza fisica**

**per realizzare**



---

**la migliore prestazione sportiva,**

**in un contesto in cui**

**si realizza anche un'importante**

**funzione educativa, sociale e**

**socializzante**



**Il principale obiettivo dell'attività**

**motoria giovanile consiste nella**

**costruzione di base delle capacità**

**motorie e dello sviluppo armonico**

**generale del fisico, in un contesto di**

**educazione e formazione della**


**personalità.**



# Processo di insegnamento/apprendimento

■ Gli atleti/allievi, rappresentano l'elemento primario del processo di insegnamento/apprendimento e posti al centro dell'azione didattica da parte del tecnico / educatore.

- Questi deve essere capace di accogliere e motivare nel modo migliore gli allievi e di favorire un reale e continuo apprendimento


- 
- **L'istruttore/educatore deve considerare l'allievo come protagonista della lezione/ allenamento, concentrando la sua attenzione sugli elementi più importanti del messaggio didattico e calibrare di conseguenza la propria azione didattica sull'allievo stesso.**


Le principali differenze, relative agli allievi, che si devono considerare, sono:

## **Caratteristiche strutturali**

(antropometriche posturali, ecc)

- **Caratteristiche motorie** (coordinative e condizionali)
- **Caratteristiche tecniche specifiche**
- **Caratteristiche psicologiche** (affettive emotive motivazionali)
- **Caratteristiche sociali**

- 
- **Dal punto di vista motorio è fondamentale essere a conoscenza del livello di sviluppo coordinativo e condizionale raggiunto da ciascun allievo, per poter poi definire gli adeguati interventi.**



**Solo nel rispetto delle leggi che regolano l'accrescimento fisiologico e psicologico, è possibile garantire al giovane, e quindi anche al futuro atleta, i benefici effetti di una sana attività fisica ed un positivo risultato sportivo.**

# PRINCIPIO DI POLIVALENZA



---

in cui le attività motorie devono avere carattere orientato allo sviluppo di capacità ed abilità la cui trasferibilità, valenza e validità sia molteplice



Nelle fasce giovanili assume una notevole

importanza il **lavoro multilaterale**, che


consiste in un insieme di esercitazioni

(giochi, percorsi, circuiti, prove multiple)

razionalmente strutturate per una crescita

psichica e fisica generale, il tutto orientato

verso una ben precisa meta.



Se è vero che l'attività motoria e sportiva  
apporta notevoli benefici a livello fisico e  
psichico, è anche vero che una  
**specializzazione precoce può**  
**comportare seri rischi** come:

- *il coinvolgimento precoce* degli organi e apparati più sollecitati;
- *la perdita di interesse* a causa della monotonia ripetitività delle esercitazioni proposte.



- *la stagnazione delle prestazioni* in quanto l'atleta possiede un ristretto bagaglio di schemi motori e quindi riesce ad operare solo in determinate situazioni standardizzate;
- *la facilità di traumi all'apparato locomotore* in quanto il sistema muscolare presenta squilibri, spesso notevoli, tra i vari settori del corpo;





**flessibilità**

**trasferibilità**

**plasticità**

**adattabilità**

**CAP.**


**COORDINATIVE**

**economicità**

**espressività  
artistica e  
naturalità**

# La preparazione motoria generale (lavoro coordinativo di base)


- Deve comprendere esercitazioni volte ad incrementare i presupposti motori di base e si fonda sulla **ricchezza e la varietà delle esperienze motorie;**
- sull' **aumento progressivo** della **difficoltà;**
- in certi sport, in particolare quelli caratterizzati da un repertorio povero di movimenti, tale lavoro dovrebbe rappresentare **un'integrazione** alla preparazione.



**Una buona base motoria, costruita  
attraverso lo sviluppo, la combinazione e  
l'affinamento degli schemi di base e  
l'apprendimento di un certo numero di  
abilità, derivate da più discipline sportive,  
rappresenta**

un presupposto essenziale per apprendere,  
perfezionare ed utilizzare al meglio le tecniche  
e le azioni motorie specifiche

# LA FASCIA INFANTILE (4-5 ANNI)



Le esercitazioni finalizzate allo sviluppo coordinativo rappresentano i principali contenuti dei piani di preparazione in età prescolare e primo ciclo età scolare e consistono in **semplici attività a carattere generale, costituite da giochi di movimento e percorsi con un limitato numero di esercizi di vario genere.**

# LA FASCIA INFANTILE (8-9 ANNI)



---

- Le esercitazioni dovranno essere accompagnate dall'apprendimento, ancora in forma semplificata, **delle abilità motorie dello sport praticato, o di altre discipline affini.**

# LA FASCIA (9 - 12 ANNI)

- E' ancora un periodo molto sensibile agli esercizi di coordinazione: le esercitazioni si caratterizzeranno per una maggiore specificità; devono comunque essere ancora scelti molti esercizi dal **repertorio generale, anche se con una finalizzazione più marcata e quindi con una maggiore affinità con gli elementi dello sport prescelto**

**TABELLA 2.1****Classificazione delle capacità coordinative**

<b>Per fare attività sportiva occorre</b>		<b>Capacità richiesta</b>
<b>Coordinare</b>	i movimenti del corpo intero, o di alcune sue parti, nel tempo e nello spazio	<b>Accoppiamento o combinazione del movimento</b>
<b>Eeguire</b>	movimenti precisi, economici ed efficaci in relazione all'obiettivo pianificato	<b>Differenziazione cinestesica</b>
<b>Mantenere e ripristinare</b>	l'equilibrio in situazioni squilibranti	<b>Equilibrio</b>
<b>Verificare e ripristinare</b>	costantemente la posizione del corpo rispetto all'ambiente, ai compagni ed agli avversari	<b>Orientamento</b>
<b>Sintonizzare</b>	il ritmo rispetto a ritmi precisi (imposti dall'esterno o dall'interno)	<b>Ritmo</b>
<b>Reagire</b>	adeguatamente e rapidamente a stimoli ottici, acustici, tattili provenienti dall'ambiente	<b>Reazione (semplice e complessa)</b>
<b>Adattarsi con successo</b>	a cambiamenti improvvisi della situazione, modificando parzialmente o integralmente l'azione motoria	<b>Adattamento e trasformazione</b>

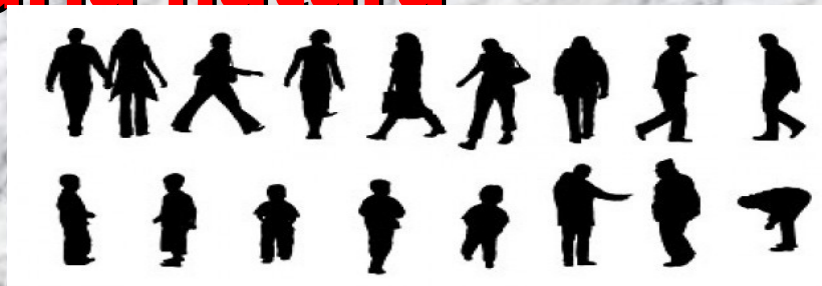


# «correre» verso l'integrazione...

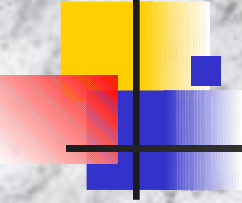
© Ugo bertotti 2012



- **Ogni persona, con o senza disabilità, è diversa dall'altra, non solo per le caratteristiche proprie di ciascun individuo, ma soprattutto per le diverse reazioni psichiche e fisiche che possono scaturire da stimoli esterni di varia natura**



# L'ATTIVITA' FISICA ADATTATA



Dall'inglese Adapted Physical Activity, o dal francese Activité Physique Adaptée, ed è nota a livello internazionale con la sigla **«APA»**.

- Il concetto di adattamento è ciò che distingue la tradizionale educazione fisica e sportiva, dall'attività fisica adattata.



# **l'educazione fisica**

---

- .... è tradizionalmente centrata sulla disciplina e richiede un adattamento degli studenti al piano di lavoro e ai suoi contenuti, secondo una logica di individualizzazione;



# APA

---

.... adotta una logica inversa:

parte dalle reali capacità e potenzialità degli allievi per costruire un percorso che sia per loro significativo, secondo una logica di personalizzazione.

- 
- Se si assume l'ottica delle attività fisiche

adattate si deve promuovere

un'educazione fisica e sportiva

opportunamente modificata, in grado di

**valorizzare le capacità di tutti i giovani,** e

in particolare, di chi si trova in una

situazione di disabilità.

# APA:

- termine usato in tutto il mondo, per individuare un'area interdisciplinare di saperi e

di attività che includono ■■■■■■

# APA

Ambiti di intervento





# Partiamo da una definizione



**HANDICAP** (art.3 L.104/92) è una  
**situazione di svantaggio sociale**  
**conseguente ....**

- alla menomazione e della disabilità, intesa come una condizione di svantaggio vissuta da una determinata persona in conseguenza ad una minorazione o ad una disabilità che limita o impedisce la possibilità di ricoprire il ruolo sociale (in base all'età, al sesso, ai fattori culturali e sociali).

**INDIVIDUO IN SITUAZIONE DI HANDICAP**

**SI**

~~**HANDICAPPATO o PORTATORE DI HANDICAP**~~

**NO**



**MINORAZIONE**

---

**MENOMAZIONE**

**DEFICIT**

# DIS-ABILITA'



- «Mancanza di abilità o idoneità a compiere un atto (Zingarelli, 2002). Il termine riconduce al deficit, ciò che manca rispetto alla norma».

Accezione negativa

# Abilità diverse o disabilità?

---

Mancino



Miope

Timido

# DIVERSABILITA'



---

- «Evidenza della pluralità di categorie che compongono la normalità. Approccio positivo che propone alla riflessione di quanto si può migliorare attorno al deficit». (Canevaro et al., 2003)



# **PERSONE con DISABILITA'**

(ONU 2007, rett. In L. 2009)

---

- **Al centro il costrutto di PERSONA**
- **Approccio il più possibile vicino alla normalità**




# Disabilità

---

- **La perdita di funzioni fisiche o psichiche, **congenita** o **acquisita**, in seguito a traumi o malattie**



# Le classificazioni dell'Organizzazione Mondiale della Sanità



Gli interventi legislativi che in Italia hanno cercato di dare organicità allo status delle persone disabili, hanno avuto come riferimento le classificazioni **dell'Organizzazione Mondiale della Sanità**, che si sono succedute nel tempo.

- L'attuale definizione di **disabilità** è la risultante di anni di studi e riflessioni portati avanti **dall'O.M.S.**

- **La prima classificazione è l'ICD del 1970,**

o **International classification of disisis**

(classificazione internazionale delle disabilità).

La seconda classificazione è **l'ICIDH**  
del 1980, o **International Classification of  
Impairments, Disabilities and Handicaps**  
(classificazione relativa alle  
menomazioni, disabilità e svantaggi  
esistenziali).

**Questa seconda classificazione rappresenta un passo avanti rispetto alla precedente perché comincia a considerare la disabilità in rapporto all'ambiente ed è importante per due aspetti:**

perché fornisce informazioni sul funzionamento dal punto di vista corporeo, personale e sociale, oltre alla diagnosi

**perché costituisce un'evoluzione nell'approccio, non più centrato sulla malattia ma sul concetto di salute**



■ **La terza classificazione è l'ICF del**

---


**2001,** o International Classification of

Functioning, Disability and Health

( *classificazione internazionale del*

*funzionamento, della disabilità e della*


*salute* )

- 
- All'elaborazione di tale classificazione hanno partecipato 192 governi che compongono l'Assemblea Mondiale della Sanità.

## ICF

- Il primo aspetto innovativo della classificazione emerge chiaramente nel titolo della stessa.


- Mentre le prime due classificazioni, l'ICD e l'ICDH, si basavano su ciò che non c'era, connotando le mancanze solo in **senso negativo**, con questa terza classificazione assistiamo ad un importante salto concettuale; l'ICF descrive, infatti, lo stato di salute delle persone e coglie le loro difficoltà, evidenziando ciò che di positivo c'è in loro, per potenziare al massimo le capacità residue.

- 
- L'applicazione universale dell'**ICF**

emerge nella misura in cui la disabilità

**ICF** non viene considerata un problema di un gruppo minoritario all'interno di una comunità, ma un'esperienza che tutti, nell'arco della vita, possono sperimentare.

# CLASSIFICAZIONE ICF



L'ICF ha **cancellato** definitivamente il termine **handicap**, **eliminato i termini menomazione e disabilità** dalla **valenza negativa**, e ha inserito una terminologia più neutrale, cosicché il riferimento è all'**attività** e non più alla **disabilità**, alla **partecipazione** e non più all'**handicap**.



# L'ICF, pertanto, riguarda tutte le persone, in qualsiasi situazione, non necessariamente disabili



**Condizione di salute ( disturbo / malattia)**

**Funzione e strutture**

**corporee**

**Attività**

**Partecipazione**

**Fattori ambientali**

l'ambiente fisico e sociale

nel quale il soggetto vive


**Fattori personali**

l'insieme delle caratteristiche :

Sesso, età, stile di vita

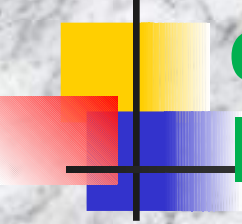
- **Nel mondo le persone disabili sono circa 600 milioni, pari al 10% della popolazione globale; in Italia i disabili sono 2.615.000 pari al 5%. Di questi, circa 30000 sono le persone che praticano sport, fra essi , 15.000 sono tesserati FID, cui sono affiliate 600 associazioni sportive; i disabili mentali che sono coinvolti negli S. O. sono circa 4000.** (Istat 2002)

# Perchè si diventa disabili?



Le attività motorie si realizzano grazie a un'importante funzione che è quella della coordinazione, resa possibile dall'integrità degli apparati e dei sistemi che la costituiscono:

- l'apparato sensoriale (***percezione***),
- il sistema nervoso centrale (***programmazione della risposta***)
- l'apparato locomotore (***risposta motoria e processo coordinativo***)

- 
- **Qualsiasi danno, lesione, limitazione della funzione della coordinazione, a livello di uno o di più sistemi determina disabilità o ritardo nel controllo e nella gestione della motricità.**
  - A seconda, quindi, del livello colpito dalla disabilità, possiamo avere disabilità **sensoriali, mentali o fisiche**



## Le disabilità possono essere suddivise:

---

- **Disabilità fisiche** (in cui è ridotta la mobilità)

- **Disabilità sensoriali** (limitazioni visive o uditive)

---

- **Disabilità mentali e psichiche**

- **Altre forme di disabilità** (Les autres -

Problemi di orientamento e di comunicazione difficoltà nella comunicazione e nel linguaggio)

# La disabilità fisica.

- Caratterizzata da parziale o totale limitazione del movimento (vari tipi di paralisi o di amputazione). Rientrano anche tutte le altre patologie non inserite nelle altre classificazioni, come le menomazioni di tipo ortopedico (un arto inferiore molto più corto dell'altro) o le patologie che interessano l'apparato locomotore nanismo, focomelia, displasia congenita dell'anca....

# La disabilità sensoriale

È una lesione più o meno grave della

funzionalità degli organi di senso, in particolare la **vista** (disfunzioni della visione o di insufficienza visiva, fino ai casi più gravi di cecità);


- **e l'udito** (per difetto congenito o acquisito, presentano sordità, che può essere lieve, media, grave, totale)

# La disabilità mentale

- È una condizione di deficit psichico, dovuto a cause diverse.
- 

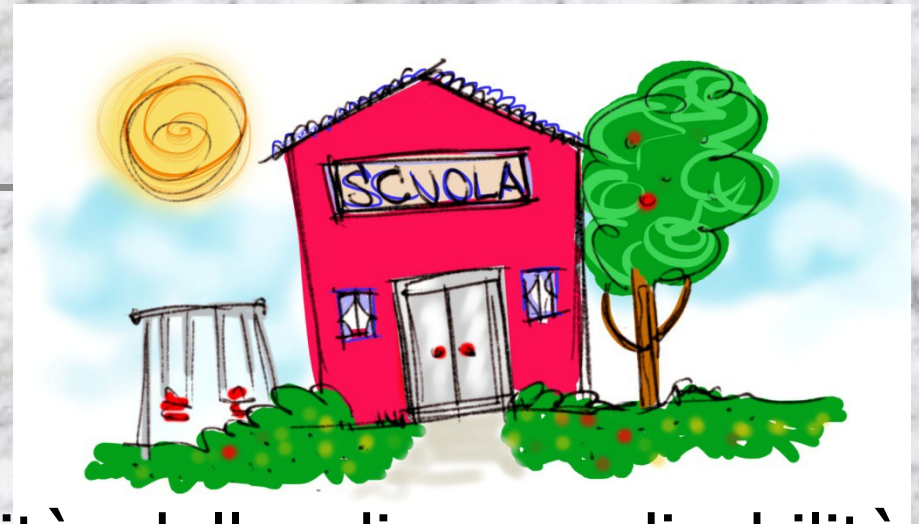
- Rientrano in questa categoria: la sindrome di Down, l'autismo, l'epilessia, le insufficienze mentali, le patologie del comportamento (ADHD - Disturbo da Deficit di Attenzione/Iperattività) , i ritardi psicomotori....





**Nella realtà, spesso le disabilità sono presenti a più livelli, per cui risulta difficile classificare i soggetti in modo preciso; a ciò si aggiunga il fatto che spesso vi sono anche difficoltà di relazione, di espressione verbale e non verbale, di autostima, consapevolezza, autonomia....**

# Il mondo della scuola...



- A causa della complessità delle diverse disabilità, vengono stilati dei piani di lavoro individualizzati (**P.E.I.** previsti dalla Legge 104/ 92) → (oggi **P.E.P.**)
- che tengono conto dei molteplici aspetti e sono formulati in stretta collaborazione con l'équipe medica di riferimento, la famiglia e tutti i soggetti che si occupano dei ragazzi disabili, secondo un'ottica sussidiaria.

# **DSA** (difficoltà specifica di apprendimento)

**Misure compensative:** tabelle, alfabetieri, tavola pitagorica, calcolatrice, registratore, computer con programmi di videoscrittura, correttore ortografico, sintesi vocale...

**Strumenti dispensativi:** dispensa dalla lettura ad alta voce, scrittura sotto dettatura, uso del vocabolario, studio mnemonico delle tabelline, dispensa dallo studio della lingua straniera in forma scritta, programmazione di tempi più lunghi per prove scritte, interrogazioni programmate, valutazioni delle prove scritte e orali che tengano conto del contenuto e non della forma....

# “Bisogni Educativi Speciali” (BES)

- L'espressione è entrata in Italia dopo l'emanazione della Direttiva ministeriale del 27 dicembre 2012 *"Strumenti di intervento per alunni con Bisogni Educativi Speciali e organizzazione territoriale per l'inclusione scolastica"*.

**(BES)** L'area dello svantaggio scolastico è molto più ampia di quella riferibile esplicitamente alla presenza di deficit.

In ogni classe ci sono alunni che presentano una richiesta di *speciale attenzione* per una varietà di ragioni:

- svantaggio sociale e culturale,
- disturbi specifici di apprendimento e/o disturbi evolutivi specifici
- difficoltà derivanti dalla non conoscenza della cultura e della lingua italiana perché appartenenti a culture diverse

**Inserimento, integrazione, inclusione**



---

**IL VALORE DELLA PERSONA**

**NELLE TAPPE**

**DELL'INTEGRAZIONE**

**(Dott. S.Spinelli)**

# Linea Evolutiva



- I tappa: da esclusione a **inserimento**
- II tappa: da inserimento a **integrazione**
- III tappa : da integrazione a **inclusione**

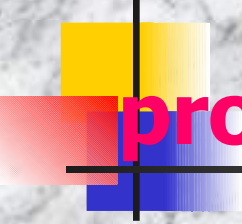
# CONCETTO DI INTEGRAZIONE

**L'integrazione non è un concetto peculiare della disabilità, ma è un processo che coinvolge ogni individuo, ogni volta che questi è inserito in un ambiente sociale**





# CONCETTO DI «Inclusione»



**processo attraverso il quale il contesto scuola, attraverso i suoi diversi protagonisti** (organizzazione scolastica, studenti, insegnanti, famiglia, territorio) **assume le caratteristiche di un ambiente che risponda ai bisogni di tutti i bambini e in particolare dei bambini con bisogni speciali.**



# Convenzione ONU sui Diritti dell'Infanzia e dell'Adolescenza

- Promuovere, proteggere e garantire il pieno ed uguale godimento di tutti i **diritti umani** e di tutte le libertà fondamentali da parte delle persone con disabilità, e promuovere il rispetto per la loro intrinseca dignità".


■ Promulgata dall'ONU nel 2007, la convenzione si richiama esplicitamente a diversi principi : non discriminazione, eguaglianza, pari opportunità, rispetto dell'identità individuale.

■ Si compone di 50 articoli, dei quali i primi 30 si incentrano sui diritti fondamentali (associazionismo, diritto di cura, diritto alla formazione personale, ecc.), mentre gli altri 20 riguardano le strategie operative atte a promuovere la cultura della disabilità



▪ L'art. 30, in particolare, parla dello

---




**sport** e lo include tra le attività

---

**fondamentali per tutti, ma**

**soprattutto per i bambini e i ragazzi**

**disabili**

- 
- **In essa viene evidenziata l'importanza di offrire a tutti i bambini e ragazzi disabili l'opportunità di partecipare alla vita sociale attraverso lo sport**

# LO SPORT...



# Lo sport per disabili in Italia



Il padre dello sport per disabili italiano è il Dott. Antonio Maglio, ideatore e creatore della prima Olimpiade per atleti paraplegici. I suoi metodi innovativi ottennero ben presto esiti positivi: riduzione del tasso di mortalità e attenuazione degli stati depressivi da parte dei soggetti ospiti del Centro Paraplegici di Ostia, nato nel 1957

# Comitato Italiano Paralimpico (**C.I.P.**)



- Organizzazione nata nel marzo del 2005 con lo scopo di **“promuovere la massima diffusione della pratica sportiva per disabili in ogni fascia di età e di popolazione”**



- Molta gente ancora oggi è convinta che il disabile da un punto di vista fisico, sia anche un disabile mentale, cioè sia privo di idee, gusti, emozioni, quando invece questi spesso mostra un desiderio di competizione e di normalità che in tanti normodotati manca.



Si pensava che l'attività sportiva

fosse una prerogativa solo dei

normodotati e invece, grazie alle

Paralimpiadi, si è compreso che

l'attività agonistica è svolta anche da

atleti disabili

- **Lo sport** è positivo perché porta una persona che è sempre stata limitata nel tempo e nello spazio, a poter arrivare laddove gli amici normodotati possono arrivare



**Lo sport aiuta a socializzare, a mettere pienamente in pratica le varie abilità raggiunte nel rispetto e aiuto reciproco, consapevoli dei propri limiti e pronti a mettersi in gioco, supportati dall'entusiasmo del gruppo.**



# Lo sport...

---

non è solo la realizzazione di un desiderio,  
ma anche un'opportunità educativa:

- rinforza le potenzialità motorie,
- stimola le facoltà intellettive (attenzione, memoria, concentrazione);
- richiede stabilità emotiva e dell'umore;
- obbliga ad un comportamento controllato



# Integrazione sportiva:

---



la piena **integrazione** tra i normodotati ed i portatori di disabilità



# OBIETTIVI

---

- **INCLUSIONE** NEL GRUPPO
- **COINVOLGIMENTO** NELLA SQUADRA
- **INTEGRAZIONE** CON NORMODOTATI

**...come realizzarli?**

# **SPORT**

**un modo divertente ed efficace per**

**abbattere le barriere**

**dell'esclusione,**

**favorendo l'integrazione, la**

**socializzazione e l'inclusione**



**Lo sport** favorisce le funzioni che

**servono all'individuo**

---

- per stabilire un contatto con l'ambiente,
  - per entrare in rapporto con questo e poterlo poi modificare,
  - per facilitare l'esigenza di comunicare,
- che rappresenta l'essenza della **"qualità della vita"** di ogni individuo



---

# Concludendo:

# ESERCIZIO FISICO

## EDUCAZIONE FISICA

### SPORT

- *acquisizione del valore della corporeità, attraverso esperienze di attività motorie e sportive,*
- *attraverso esperienze di espressione e di relazione, in funzione della formazione di una personalità equilibrata e stabile*

**ESERCIZIO FISICO**

**EDUCAZIONE FISICA**

**SPORT**

- *arricchimento della coscienza sociale attraverso la consapevolezza di sé e l'acquisizione della capacità critica nei riguardi del linguaggio del corpo e dello sport.*

- 
- Brunetti - Merni –Nicolini, Preparare allo sport, Ed.SdS 2014
  - Bortoli – Cei – Mantovani, Insegnare lo Sport, Ed.SdS 2013

---

  - M.Vicini, Il nuovo Scienze Motorie e Sportive per la sec. 1° grado, Ed Bruno Mondadori, Milano 2009, risorse dell'insegnante - Manuale di attività fisiche adattate
  - **Bibliografia** Castelli-Pellai-Rocca-Vicini, Mi muovo sto bene, Ed Franco Angeli, Milano 2004
  - Pierluigi Raimondo, Handicap e attività motorie: profili normativi Maggioli Editore, Repubblica di San Marino 2007
  - Luigi Bertini, Attività sportive adattate, Ed. Calzetti Mariucci Perugia 2005