



Scuola di sci Sauze d'Oulx Project
Piazza Assietta 4 – 10050 Sauze d'Oulx (TO)
Tel. 0122 858942 – Fax 0122 857877 – info@sauzeproject.it
www.sauzeproject.it





Premessa

Gli effetti dell'attività sportiva sul benessere fisico sono noti da tempo. Nel corso degli ultimi anni, vi è stato un interesse crescente rispetto a tal ruolo dello sport, sia a favore della popolazione generale che dei soggetti con handicap.

La partecipazione alle attività sportiva tra le persone diversamente abili offre quindi l'opportunità di sperimentare movimenti e sensazioni che frequentemente sono impossibilitati a causa di barriere fisiche, ambientali e sociali, svolgendo un ruolo fondamentale nel valorizzare la persona.

L'interesse per gli sport invernali in particolare, destinato alle persone con disabilità fisica e psichica, è tutt'oggi in notevole crescita, grazie anche ai recenti Giochi Paralimpici.

La costruzione di apposite attrezzature, come per esempio il monosci, consente la pratica di tale sport ad un numero sempre maggiore di tipologie di handicap. Con tali ausili è infatti possibile sciare su tutte le piste, apprendendo la tecnica abbastanza velocemente.

Le discipline alpine sono considerate sport ad elevata variabilità ambientale ed è quindi necessario, nell'insegnamento delle stesse, tenere in considerazione sia lo sviluppo globale della persona che i principi della didattica.

Importante risulta inoltre il clima psicologico che si instaura durante la lezione: la relazione influenza infatti il risultato sportivo. Per il maestro diviene allora importante conoscere le capacità tecniche e motorie degli allievi, le motivazioni, per poter scegliere e proporre obiettivi, metodi e attività specifiche.

Negli ultimi anni si è assistito ad un notevole rinnovamento dei principi che regolano l'insegnamento dello sci, sottolineando sempre più un'attenzione all'allievo nella sua unità e globalità psico-fisica, dove non vi è solo una trasmissione di concetti, ma un dialogo costante con il proprio allievo. Lo sport viene quindi considerato come momento di svago e di divertimento, ma anche come elemento fondamentale per lo sviluppo fisico e mentale di una persona.

L'insegnante può utilizzare il movimento per sviluppare anche le capacità cognitive, ossia il modo di affrontare i problemi e la capacità di diventare consapevoli del proprio corpo e del modo di muoversi. Inoltre può aiutare gli allievi ad affrontare situazioni nuove, a convivere con emozioni negative, a sfruttare l'energia di quelle positive, a scoprire il piacere procurato dai movimenti armonici, dal contatto con la natura e dalla relazione positiva con le altre persone.

L'approccio è quindi unitario, distribuendo l'attenzione tra contenuti scientifici, organizzazione lezione ed obiettivi, valorizzazione della persona nella sua globalità e negli aspetti emozionali. In tal modo gli allievi sono stimolati ad esprimere i loro punti di vista e diventare consapevoli delle proprie attitudini e capacità.

Descrizione del progetto

Obiettivi

Tenendo in considerazione i principi esposti nella premessa, il presente progetto intende perseguire i seguenti obiettivi:

- permettere a persone con varie tipologie di disabilità di avvicinarsi al mondo dello sport, in particolare delle discipline alpine e nordiche, e di praticarle in condizioni di uguaglianza agli sportivi normodotati, considerando lo sport come strumento che attraverso il movimento consente la libera espressione di sé ed un'integrazione sociale proprio dove il divario è ancora maggiore: nel mondo dello *sport* e del *turismo*.
- permettere agli allievi che negli scorsi anni si sono avvicinati allo sci, di poter continuare le lezioni e l'apprendimento della disciplina sportiva
- favorire la promozione umana e personale mirata all'integrazione: integrazione degli allievi portatori di handicap (disabili mentali, disabili fisici, sensoriali) con sciatori e turisti normodotati attraverso attività sportiva svolta negli stessi spazi
- favorire l'integrazione e sviluppo di attività comuni con le associazioni locali di assistenza alle persone, di volontariato e strutture pubbliche
- migliorare le conoscenze, da parte delle persone normodotate, dei disabili e delle possibilità dei medesimi di praticare le attività sportive.

Tutto ciò offrendo un programma tecnico specifico, preparato da maestri e professionalità qualificate.

Inoltre, attraverso l'attività sportiva possono essere considerati obiettivi più specifici:

Obiettivi tecnico-didattici

- favorire la scoperta e la consapevolezza delle competenze, potenzialità ed attitudini motorie personali
- potenziare la capacità di coordinazione ed equilibrio
- sviluppare una presa di coscienza e riflessione
- eseguire modelli tecnici
- imparare a scegliere movimenti efficaci in funzione della variabilità
- saper trasferire gli apprendimenti ad altri campi
- poter usufruire di impianti di risalita e capacità di imparare ad utilizzarli

Obiettivi educativo-relazionali

- attuare i principi dell'insegnamento sportivo in una visione olistica, considerando lo sviluppo motorio, mentale, relazionale ed emotivo dell'allievo
- aiutare gli allievi ad affrontare situazioni nuove e a sfruttare l'energia di emozioni positive



- riconoscere il contributo delle attività motorie e sportive per la socializzazione e la cooperazione
- stimolare autoefficacia e fiducia nelle proprie possibilità
- gestire e diventare consapevoli del proprio corpo, oltre che un miglioramento della propria immagine corporea
- acquisire maggiore autonomia

La Scuola di Sci Sauze d'Oulx Project ha maturato nel corso degli ultimi 5 anni una importante esperienza nel campo dell'insegnamento dello sci alpino rivolto a persone disabili, ed ha attualmente al suo attivo più di 3000 ore di insegnamento dedicato.

Gli allievi

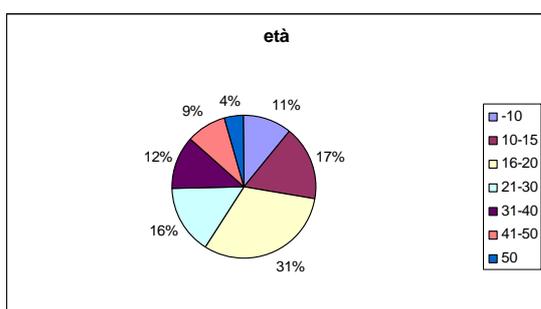
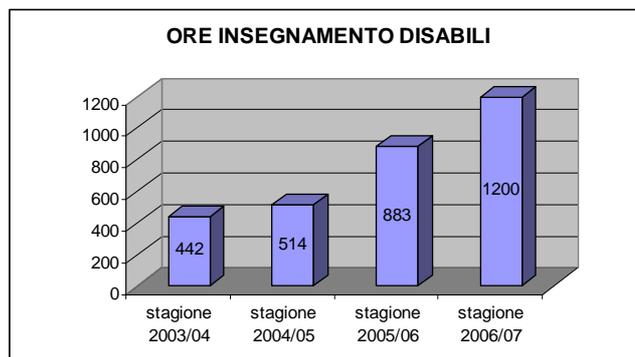
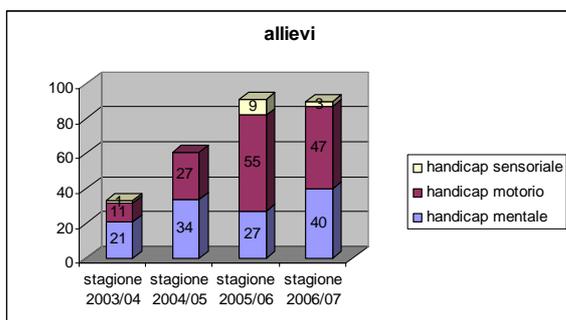
L'attività, svolta a Sauze d'Oulx (TO), viene portata avanti in modo continuativo, durante tutta la stagione sciistica ed è diventata con il passare degli anni, una delle attività principali della Scuola di Sci.

Il numero degli allievi è infatti notevolmente aumentato, passando da circa 30 del primo anno a 90 nel terzo e quarto anno. Anche le ore di insegnamento sono notevolmente accresciute e durante l'ultima stagione hanno superato le 1200.

Gli allievi che hanno partecipato ai corsi di sci hanno vari tipi di disabilità:

- motoria
- psichica o cognitiva
- sensoriale

e la loro provenienza è molto varia, infatti numerosi sono gli allievi provenienti da altre regioni italiane o dall'estero, in particolar modo dalla Francia e dal Regno Unito.



La formazione

L'attenzione primaria è stata posta alla formazione dei maestri di sci, per la quale ci si è avvalsi dei formatori CIP (Comitato Italiano Paralimpico) Alessandro Paris e Antonio Caracciolo ed inoltre di una formazione specifica per l'abilitazione all'utilizzo del Tandem-ski.

Le attrezzature

La Scuola dispone di un numero davvero considerevole di attrezzature, adatte ad ogni tipologia di handicap e ad ogni età, consentendo la pratica dello sci alpino anche a disabili con deficit molto gravi o ad allievi anche molto giovani.

- n. 4 mono-sci (per disabili agli arti inferiori, paraplegici, post-polio)
- n. 6 gusci di varie misure, per poter far sciare sia bambini, che persone molto robuste;
- n. 1 bi-sci (per tetraplegici o comunque per chi ha uno scarso utilizzo delle braccia disabili agli arti inferiori e superiori, tetraparetici, distrofia muscolare, nanismo, atassia, displegia, sclerosi multipla) con gusci di varie misure. Sia per adulti che per bambini;
- n. 1 bi-sci, con manubrio, per poter far sciare persone con deficit motori gravi
- n. 1 Tandem-ski, con il quale è possibile portare a sciare persone con deficit molto gravi e impossibilitati a qualsiasi movimento
- megafono e caschi con auricolari per non-vedenti,
- n. 4 paia di stabilizzatori per monosci/bi-sci e



- n.2 paia di stabilizzatori per amputati: utili agli sciatori amputati o a quelli che utilizzano il monosci. Servono per compensare il deficit d'equilibrio, offrendo due punti aggiuntivi di contatto con la neve.

La metodologia

Nella progettazione di tale attività è importante un'attenta valutazione di ogni singolo allievo per impostare programmi il più possibile personalizzati, per durata e tipologia, e obiettivi che tengano in considerazione:

età

tipo e gravità del deficit

livello cognitivo

precedenti esperienze sportive

caratteristiche psicologiche

motivazione

Considerando la complessità dell'attività in questione, la necessità di monitorare gli specifici bisogni e le caratteristiche psicofisiche degli allievi, l'importanza di un accurato e coordinato lavoro di équipe multidisciplinare, la programmazione dell'attività dalla Scuola comprende momenti di *formazione continua, supervisione e verifica* del lavoro, per il quale abbiamo acquisito esperienza.

Il Progetto è inoltre organizzato in collaborazione con *l'Unità Operativa di Psicologia dello Sport della SUISM (Scuola Universitaria Interfacoltà Scienze Motorie)* di Torino.

Sono stati infatti periodicamente organizzati incontri tra tutte le figure professionali coinvolte allo scopo di effettuare una formazione specifica, coordinarsi rispetto alle competenze, poter avere momenti di scambio e di discussione rispetto al lavoro e rispetto alle difficoltà che possono insorgere nella gestione sia tecnica, pratica, che relazionale e psicologica. Per questo motivo è stato previsto un coordinamento da parte di maestri con specifica specializzazione ed esperienza nel settore handicap, di una psicologa specializzata in psicologia dello sport, di un'educatrice professionale, oltre che, dove necessario, di medici ortopedici, fisioterapisti/osteopati e un protesista.

Verifica

Per il corretto svolgimento di un progetto con le finalità di *SciAbile*, è stato inoltre svolto un costante monitoraggio, in grado di evidenziare progressi, difficoltà e risultati.

Sono inoltre in progettazione tesi di laurea e tirocinii presso l'Università degli Studi di Torino, Facoltà di Scienze Motorie, al riguardo del progetto SciAbile e dell'attività motoria adattata.

SciAble per immagini



