

Sede legale

Via Generale dalla Chiesa, 20/26 – 10070 Mappano di Caselle (TO) – Tel. 0119969263

Consultorio Retinite Pigmentosa

Via Cellini, 14 – 10126 Torino – Tel. 0116648636/6677944 – fax 0116641656

Mail [apri@ipovedenti.it](mailto:apri@ipovedenti.it) – PEC [ipovedenti@legalmail.it](mailto:ipovedenti@legalmail.it)

Cod.Fisc. 92031550012

P.I. 09724790010

## **Chi siamo :**

*L'APRI (Associazione Pro Retinopatici e Ipovedenti) è un'organizzazione di volontariato onlus nata in Piemonte nel 1990 per occuparsi prioritariamente di promuovere la ricerca scientifica contro le malattie degenerative della retina. Nel corso degli anni ha ampliato il proprio raggio di intervento e ha varcato i confini regionali: oggi può essere considerata una delle realtà più attive in Italia con lo scopo di tutelare, assistere e rappresentare le persone non vedenti ed ipovedenti. Nel 2000, A.P.R.I. Onlus, crea una sua emanazione, A.P.R.I. Servizi onlus, struttura operativa che collabora con vari enti per sviluppare e portare avanti progetti di autonomia scolastica e riabilitazione rivolta sia a persone con minorazione parziale o totale della vista, sia a quelle che oltre alla minorazione visiva sono affette anche da altre disabilità.*

*La disabilità sensoriale, disabilità che la nostra associazione segue da più di 20 anni, presenta aspetti peculiari che interessano tutti gli ambiti sia cognitivi sia fisici di chi ne soffre. E' ormai noto che lo sviluppo di un bambino normodotato attraversa aspetti e fasi sensibilmente diversi da quelli percorsi da un bambino affetto da disabilità sensoriale. Entrambi i bambini raggiungeranno un buon grado di autonomia sia motoria sia intellettuale, ma il bambino disabile sensoriale avrà bisogno di un supporto educativo specifico e di stimoli diversi. Tale affermazione vale per ogni disabilità: sensoriale, motoria, intellettuale e multipla. L'autonomia è lo sviluppo delle capacità di pensare e di agire liberamente, senza subire o ricorrere ad influenze esterne. Essere autonomi non è semplice, in quanto richiede la capacità di affrontare le difficoltà della vita anche quando sorgono delle problematiche dovute a situazioni impreviste che possono creare disagi di vario tipo. Essere autonomi è, però, fondamentale per l'inserimento e l'integrazione nella società. Questo è l'assioma su cui si basano tutti i nostri interventi, i nostri studi e le nostre ricerche.*

## **L'importanza dell'attività motoria nello sviluppo psico-fisico del bambino e della persona non vedente.**

*L'obiettivo fondamentale dello sport per persone diversamente abili è quello di aiutarli a recuperare il posto che a loro compete nel mondo che li circonda. Sir Ludwig Guttmann, 1977.*

*La pedagogia ci insegna che il bambino appena nato inizia a conoscere e a capire i confini del suo corpo attraverso il tatto e il movimento, iniziando a crearsi una propria identità fisica; successivamente inizia a compiere piccoli movimenti volontari fino a veri e propri spostamenti finalizzati al prendere un oggetto o raggiungere qualcuno o qualcosa. Il bambino non vedente ha più difficoltà nello svolgimento di tale percorso di crescita; ricordiamo che il canale visivo, nell'essere umano, è primario rispetto agli altri sensi, seguito dall'udito, dal tatto, dal gusto e dall'olfatto; la mancanza di esso porta dei ritardi nello sviluppo della motricità. È pertanto importante che fin dalla nascita il bambino affetto da disabilità visiva grave, sia accompagnato nel percorso di conoscenza del suo corpo, dei limiti e delle possibilità dello stesso e aiutato ad iniziare a muoversi in uno spazio in modo consapevole, iniziando a costruirsi concetti come vicino, lontano, alto, basso in modo da porre i pre-requisiti per la sua mobilità.*

*La capacità di muoversi in uno spazio, di avere una buona postura che permetta di interagire bene con l'ambiente, nasce dalla conoscenza del proprio corpo, delle sue possibilità e limiti; pertanto è ormai provato che un bambino non vedente che svolga attività motoria regolare, sia avvantaggiato nel muoversi e nell'orientarsi nello spazio rispetto ad uno che non abbia l'opportunità di sperimentare il suo corpo in tutte le sue possibilità.*

*Una persona con disabilità visiva grave non può correre o camminare in modo spedito se non attraverso un aiuto e a tecniche predefinite; questo porta spesso difficoltà nella coordinazione dei movimenti non avendo una esperienza fisica e cognitiva conosciuta, senza dimenticare inoltre, che gli atteggiamenti posturali normalmente vengono appresi attraverso l'emulazione (per esempio azioni quali il mangiare con coltello e forchetta).*

*Un programma di attività motoria adattato alle possibilità e all'età della persona potrà sicuramente permettergli di avere uno sviluppo muscolare e una conoscenza del proprio corpo e dell'ambiente e lo aiuterà anche nelle esperienze della vita quotidiana.*

*Le persone affette da disabilità sensoriale visiva negli ultimi decenni, si sono cimentate con successo in notevoli sport, ricordiamo lo sci, il nuoto, la corsa, il torball, il calcetto e ultimamente anche nel ballo e nella scherma.*

*Tuttavia si riscontrano ancora problemi nelle scuole dove non sempre viene affrontato il programma di educazione fisica che permetterebbe a tutti di avere delle buone abilità motorie anche se non si pratica uno sport in particolare.*

*Per riuscire ad ottenere tale risultato è importante se non fondamentale che insegnanti o futuri insegnanti di educazione fisica lavorino sull'apprendimento di strategie per aiutare la persona non vedente a scoprire ed utilizzare tutte le capacità del proprio corpo in modo corretto.*

*Questo lavoro insieme a un buon programma di autonomia e orientamento e mobilità porterà la persona non vedente ad imparare a muoversi in spazi anche poco conosciuti, a migliorare l'equilibrio e a non incorrere in posture sbagliate che potrebbero portare problemi fisici anche gravi.*

*Ricordiamo che l'educazione fisica scolastica mira ad un corretto sviluppo psicofisico e socio-affettivo dell'allievo e rappresenta uno strumento di promozione della salute, della cultura del rispetto e della legalità. Attraverso la pratica motoria e sportiva nel corso dell'età evolutiva, l'educazione fisica si propone di sviluppare gli schemi motori di base, lo schema corporeo, le capacità motorie e percettive, le abilità motorie sportive e uno stile di vita attivo come ricorda Bailey negli scritti sull'importanza dell'educazione motoria del 2006.*

*L'educazione fisica scolastica inoltre permette di sviluppare la capacità di problem solving, di autovalutazione e lavoro in gruppo e le competenze relazionali.*

*Va quindi superata la situazione che si verifica spesso nelle scuole italiane, in cui accade che l'alunno ipovedente o cieco venga escluso parzialmente o totalmente dalle attività di educazione motoria perché non si sa bene come farlo partecipare in modo gratificante e sicuro alla lezione. Talora accade anche che l'alunno si trovi a vivere situazioni di frustrazione, collegate soprattutto a momenti di competizione come le corse o le partite di calcio o volley, perché desidererebbe partecipare*

*insieme ai suoi compagni, ma teme di non essere adeguato al compito richiesto. Tutto ciò può essere evitato adattando le attività in modo da consentire all'alunno disabile della vista di partecipare insieme ai suoi compagni in modo motivato e in sicurezza.*

*La cecità e l'ipovisione rendono più difficoltoso l'apprendimento motorio perché manca la fase di osservazione del gesto motorio, circostanza che ne impedisce una visualizzazione e rielaborazione interna. L'apprendimento dei gesti motori deve quindi prevedere una metodologia di insegnamento di tipo analitico in cui l'allievo impara i movimenti costituenti il gesto motorio e successivamente la loro corretta sequenza. Il docente/istruttore dovrà utilizzare metodologie didattiche che sfruttino i sensi utilizzabili dall'allievo ovvero udito e tatto oltre che la propriocezione. Una metodologia efficace può essere quella di guidare fisicamente il movimento dell'allievo, ad esempio afferrandone il braccio e muovendolo per imitare una bracciata. È importante proporre sempre compiti sfidanti, realizzabili e progressivamente più complessi in modo da stimolare la motivazione, creare stati d'animo positivi e migliorare l'autonomia dell'allievo; va comunque ricordato che i tempi di apprendimento di una persona cieca o ipovedente sono in genere più lunghi di quelli di una persona normovedente ed è quindi necessario individualizzare il più possibile il lavoro del proprio allievo in modo da non metterlo in eccessiva difficoltà con compiti troppo complessi.*

### **Proposta di tirocinio:**

#### *Obbiettivi*

*Fornire, tenendo presente quanto sopra, strumenti e metodologie per sostenere persone disabili visive nell'effettuazione di attività motoria sportiva e non in modo gratificante e corretto senza incorrere in incidenti o frustrazione. Attraverso l'affiancamento a personale qualificato, il tirocinante potrà capire in che modo una persona non vedente o ipovedente grave può costruire schemi mentali, muoversi nello spazio e muoversi in modo corretto sia nella vita di tutti i giorni che nell'espletamento di attività motorie anche sportive.*

*Il tirocinante verrà a contatto con ausili specifici come palle sonore, imparerà ad utilizzare i sensi residui come facilitatori e a scomporre un'azione motoria nei vari segmenti per poterla insegnare correttamente.*

### **Attività proposte:**

- Preparazione atletica di squadra di calcetto composta da ragazzi ipovedenti*
- Assistente nelle attività preparatorie dello sci*
- Affiancamento ad un istruttore di orientamento e mobilità al fine di acquisire alcune tecniche necessarie per insegnare la percezione dello spazio e il coordinamento corporeo partecipando attivamente agli esercizi per il miglioramento posturale.*
- Affiancamento ad insegnanti di educazione fisica in alcune scuole frequentate anche da alunni disabili visivi al fine di svolgere un buon programma con esercitazioni adeguate.*

*Sarà inoltre fornito Al tirocinante materiale bibliografico, la possibilità di incontrare persone disabili visive che effettuano attività sportive per conoscere le strategie che utilizzano, le difficoltà incontrate e in che modo sono state superati gli ostacoli incontrati nelle varie fasi.*

*Simona Valinotti  
(Potenziale Tutor)*