

## COMBATTI LE DIFFERENZE

### Progetto di promozione della disciplina del Judo a sostegno delle disabilità intellettivo-relazionali

#### Sommario

1. La pratica del Judo e le disabilità .....	1
2. Soggetti proponenti.....	4
3. Ambito di applicazione e destinatari del Progetto .....	6
4. Finalità del Progetto .....	7
5. Obiettivi del progetto .....	8
6. Azioni previste.....	8
6.1 Corsi di Formazione per Operatori Sanitari ed assistenziali.....	8
6.2 Corsi di Judo per utenti con disabilità .....	9
7. Risorse e materiali .....	10
8. Durata .....	10

#### 1. La pratica del Judo e le disabilità

Molto spesso si assiste al fatto che disabilità ed handicap vengano usati indifferentemente, a volte per indicare una stessa condizione svantaggiata, abusando di un uso improprio di denominazioni che si riferiscono a situazioni ben diverse.

La **disabilità** è una condizione connessa alla patologia: indica lo svantaggio personale che la persona disabile vive. La disabilità può presentarsi dalla nascita, ma può insorgere anche nel corso della vita: una **menomazione fisica** agli arti inferiori, ad esempio, comporta una disabilità nel camminare, mentre una **menomazione psicologica** comporta una disabilità relazionale. In buona sostanza, perciò, per disabilità si intende la presenza di una **menomazione fisica o psichica** che indica lo svantaggio personale che la persona affetta da tale menomazione vive, non solo nel contesto lavorativo.

L'handicap è una **conseguenza della disabilità**: il disabile è handicappato perché costretto a patire uno **svantaggio sociale** derivante dalla difficoltà di inserirsi nella società. Secondo la legge, è **persona handicappata** colui che presenta una **minorazione fisica, psichica o sensoriale**, stabilizzata o progressiva, che è causa di difficoltà di apprendimento, di relazione o di integrazione lavorativa e tale da determinare un processo di **svantaggio sociale** o di **emarginazione**.

La disabilità e l'handicap, invece, riguardano la **sfera sociale** della persona affetta da patologia, pur rimanendo concetti differenti: mentre la disabilità individua la conseguenza dell'essere affetti da malattia o da menomazione, l'handicap indica lo svantaggio che si manifesta nel momento in cui la persona disabile si confronta con il mondo esterno.

Tutte le disabilità possono essere raccolte in tre principali categorie: fisiche, sensoriali e psichiche.

**Gli atleti affetti da disabilità fisica riescono ad allenarsi ed a gareggiare in alcuni particolari sport, ed in considerazione delle particolari peculiarità del judo, ad una prima disamina può**

**sembrare impraticabile per coloro che presentano qualche disabilità, in realtà è praticato da persone che presentano grandi menomazioni funzionali.**

**La disabilità sensoriale**, e cioè la perdita o l'attenuazione di una delle due più importanti funzioni sensoriali dell'uomo, quella uditiva e quella visiva, non incide in alcun modo sulle potenzialità funzionali e muscolari del soggetto, ma bensì, e notevolmente, sulla sua vita di relazione. Ed è proprio in considerazione delle difficoltà di relazione, tipiche dei disabili sensoriali, siano essi non udenti o non vedenti, che assumono particolare rilievo i benefici effetti psicofisici derivanti dalla pratica del judo.

### **Disabilità uditiva**

La perdita, totale o parziale, del senso dell'udito può derivare da diverse cause talora presenti anche prima della nascita, nel qual caso si parla di sordità congenita. La sordità congenita può essere pre-natale ereditaria, ovvero pre-natale acquisita, determinata cioè da fattori che colpiscono la madre durante la gravidanza, come ad esempio alcune infezioni (rosolia, ecc...) ovvero anche cause di tipo tossico (alcuni farmaci, ecc...)

Se nel caso di sordità congenita grave e bilaterale non si interviene precocemente con protesi acustica e riabilitazione logopedica, il bambino oltre a non poter percepire i suoni e le parole, non apprende il linguaggio e diviene così un sordomuto.

Se, al contrario, la sordità non è presente alla nascita ma si sviluppa nel corso degli anni e comunque dopo l'apprendimento del linguaggio, i suoi effetti consisteranno principalmente nella mancata o ridotta percezione di suoni e parole, disabilità che può essere ben corretta mediante l'uso di una protesi acustica.

Le cause che possono determinare una sordità più o meno grave nel corso degli anni sono varie: infettive (otiti), traumatiche (non solo traumi cranici, ma anche traumi acustici), tossiche (farmaci, fumo, ecc...), vascolari, dismetaboliche (diabete), ecc...

Gli atleti affetti da sordità, anche totale, non incontrano di norma alcuna difficoltà nel praticare gli sports.

**Ciò risulta particolarmente vero nel judo che, essendo uno sport di contatto fra due atleti, non richiede alcuna forma di comunicazione verbale** (come avviene invece negli sport di squadra).

In pratica, i judoka con disabilità uditiva possono allenarsi e gareggiare fra loro nelle competizioni a loro riservate (campionati silenziosi), così come possono altrettanto bene allenarsi e gareggiare con i judoka normodotati nei normali campionati.

### **Disabilità visiva**

Il judo è uno dei pochi sport di competizione ai quali gli atleti non vedenti o ipovedenti possono partecipare senza ausili particolari e senza che siano indispensabili accompagnatori-guida. I non vedenti traggono grande beneficio dall'esercizio del judo in quanto la pratica di tale sport consente loro di migliorare alquanto l'importante funzione dell'equilibrio, e di acquisire progressivamente un senso di maggior sicurezza nella deambulazione. Nell'allenamento di judoka non vedenti è però utile che l'istruttore fin dall'inizio permetta all'allievo di essere il più possibile autosufficiente, aiutandolo ad esplorare, anche con dettagliate descrizioni, il tatami e l'ambiente circostante.

È inoltre assolutamente necessario evitare, anche facendo uso di istruzioni verbali, che il judoka non vedente esca dal tatami o, peggio, urti contro ostacoli. Non si potrà ovviamente fare a meno di istruzioni verbali anche quando, durante la lezione, si dovrà dimostrare all'allievo una nuova tecnica. L'istruttore dovrà fare attenzione affinché i judoka non vedenti siano bene integrati nel corso, ma sarà anche bene che gli atleti affetti da disabilità visiva si allenino o gareggino fra di loro.

In ultimo, e questa raccomandazione vale sia per l'istruttore che per gli altri compagni del dojo, va sempre ed in ogni caso ricordato che l'atleta non vedente non desidera affatto né ispirare compassione, né essere trattato come un handicappato, ma bensì come una persona normale.

## Disabilità psichica

Con il termine di disabilità psichica, più che ai vari disturbi del comportamento che rendono una persona psicopatica, ci si riferisce soprattutto alle diverse insufficienze mentali e cioè a situazioni più o meno di gravi deficit psichico, determinate da cause prenatali o da fattori che abbiano agito nel periodo dello sviluppo. Fra le insufficienze mentali che si ripercuotono sia sulle prestazioni intellettuali che sulle capacità di adattamento dell'individuo, vengono annoverati deficit psichici talora associati a disturbi metabolici (fenilchetonuria) o endocrini (ipotiroidismo), sindromi polimalformative (sindrome di Down).

Il judo è senz'altro uno degli sport che maggiormente può recare beneficio ai portatori di disabilità psichica.

Anzitutto, un notevole vantaggio può consistere nel fatto che il judo migliora lo sviluppo e la coordinazione muscolare, aumenta la resistenza e giova alla funzione dell'equilibrio.

I benefici acquisiti dai disabili psichici nella pratica del judo vengono poi trasferiti e utilizzati nella vita quotidiana.

In secondo luogo, essendo il judo una pratica sportiva basata proprio sul contatto fisico fra due atleti, esso viene a favorire quella ricerca di contatto così frequentemente espressa e ricercata da molti disabili psichici, specie da quelli affetti da sindrome di Down.

Non va infatti dimenticato come in tanti casi d'insufficienza mentale la ricerca del contatto fisico possa quasi vicariare un rapporto di relazione spesso assai carente fra gli stessi disabili o fra disabili e soggetti normali.

Il judo può, quindi, efficacemente agire come strumento di reinserimento sociale del disabile psichico.

## La pratica del Judo

Gli Sport di combattimento appartengono all'area degli sport situazionali, caratterizzati da attività Neuro-Cognitivo-Motoria particolarmente efficace per lo sviluppo di una serie di funzioni di fondamentale importanza per lo sviluppo dell'individuo. Infatti, si tratta di discipline che sotto il profilo antropologico hanno segnato il percorso evolutivo dell'Umanità. Con la nascita delle Olimpiadi moderne, attraverso i meccanismi della ritualizzazione e dell'inclusione nella dimensione ludico-sportiva, Judo, Lotta e Karate hanno conosciuto una grande diffusione nel Continente Europeo, grazie soprattutto ai grandi benefici psico-fisici che portano ai praticanti.

Gli Sport di combattimento gestiti dalla federazione FIJLKAM (Federazione Italiana Judo Lotta Karate Arti Marziali) e la FISDIR (Federazione Italiana Sport Disabilità Intellettivo Relazionali) attraverso il loro percorso educativo e formativo elaborato in termini progettuali, secondo linee guida indicate dai progetti Corpo, Movimento, Prestazione ed Educazione Motoria di Base, recepiscono anche le più recenti acquisizioni delle Neuroscienze Cognitive e della Psicopedagogia.

Dal punto di vista metodologico, oltre all'approccio multilaterale, va sottolineata la particolare attenzione al contesto ludico ed alla stimolazione della capacità di collaborare nell'apprendimento. Tale approccio contempla, infatti, l'interrelazione e l'interazione collaborativa con i compagni oltre all'acquisizione di coerenti comportamenti ispirati alla sicurezza ed al Fair play, senza i quali non è possibile alcuna forma di apprendimento o addestramento.

La positività delle **esperienze fino ad oggi vissute** dalla specialità del Judo, dove sono stati attivati **Progetti rivolti a persone con Disabilità**, può consentire un ulteriore passo per la consapevolezza dei benefici apportati da tale pratica. Per questo motivo riteniamo necessario sviluppare tutte le possibilità previste nel nostro Progetto, basato su una visione strategica più organica, che prevede il **coinvolgimento degli Operatori OSS, Educatori** come riferimento centrale per i ragazzi e le Famiglie nell'ambito di una corretta promozione dello Sport nell'ambito delle Disabilità, con una maggior consapevolezza e supporto da parte degli operatori, allo scopo di offrire una proposta

completa ed efficace.

Il Progetto intende percorrere **la promozione del pieno sviluppo della persona**, ed intende **contribuire alla creazione di uno stimolante ambiente di apprendimento**, con apporti culturali delle sue discipline di origine occidentale e orientale in modo da contribuire a stimolare le varie dimensioni della personalità dei ragazzi Ospitati all'interno della CAP e instaurare rapporti con altri Soggetti che si occupano di disabilità, contribuendo a favorire l'accesso ad una conoscenza, interpretazione, simbolizzazione e rappresentazione del mondo anche secondo un approccio multiculturale e multietnico.

La disciplina del Judo si presta in modo particolarmente efficace ad interagire con i seguenti **Ambiti Disciplinari**, correlati tra loro, in termini di conoscenze, abilità e competenze:

- **AMBITO LINGUISTICO – ARTISTICO – ESPRESSIVO** (utilizzo e spiegazione di termini, concetti ecc. provenienti da altre culture, esercitazioni con musiche di varie aree geografiche, approccio alla ritmica di base, apprendimento di termini relativi a movimenti in lingua originale e in lingua italiana ecc.);
- **AMBITO STORICO – GEOGRAFICO** (storia e origine delle discipline federali, simbolismi e ritualità, capacità di orientarsi in altre aree geografiche ed epoche ecc.);
- **AMBITO SCIENTIFICO – MOTORIO** (anatomia elementare, apprendimento di termini anatomici, parallelismi tra antico empirismo orientale e scienza occidentale ecc.);
- **AMBITO AMBIENTALE - SALUTISTICO** (interazione con l'ambiente, benessere psico-fisico da assumere quale costume permanente ecc.).

La disciplina del Judo, facente parte delle attività proposte dalla Polisportiva, risulta essere, Secondo il **CIO**, Comitato Olimpico Internazionale e l'**UNESCO**, Organizzazione delle Nazioni Unite per l'Educazione, la Scienza e la Cultura, uno degli sport più completi,

Una disciplina che porta con sé valori importanti come il rispetto e l'amicizia, che anche attraverso il combattimento all'interno del tatami sono presenti sotto forma di fair play.

L'**UNESCO** definisce il Judo una disciplina adatta a qualsiasi età, ovviamente con le dovute limitazioni, e dai 4 ai 21 anni può essere la migliore formazione per bambini e ragazzi.

La pratica del Judo consente un'educazione psicologica, lo sviluppo dell'autostima, l'incremento delle capacità di autocontrollo.

E' uno sport che stimola l'espressività delle emozioni e che favorisce l'acquisizione di maggiore sicurezza in sé stessi.

Dal punto di vista fisico organico, attraverso il Judo, si permette l'utilizzo di tutti i muscoli senza eccezioni, lo sviluppo armonico e simmetrico, una formazione muscolare ed ossea, oltre che un corretto sviluppo di tutti gli organi e sistemi del corpo.

Il **judo per disabili** è l'unica arte marziale presente ai giochi olimpici e **paralimpici**; è uno sport particolarmente indicato ad atleti non vedenti ed ipovedenti, in quanto i numerosi contatti fisici in questa disciplina consentono agli atleti di avere un elevato controllo dell'avversario.

La **International Judo Federation** condivide il regolamento con il judo tradizionale, fatta eccezione per alcune piccole modifiche. La gestione di questa disciplina è gestita a livello mondiale dalla **IBSA International Blind Sports Federation** ed in Italia dalla **FISDIR Federazione Italiana Sport Paralimpici Intellettivi Relazionali**.

## 2. Soggetti proponenti

## ➤ APSP ISTITUTO MARIA REDDITI

L'A.P.S.P. Istituto Maria Redditi, è un'azienda pubblica di servizi alla persona, il cui fine è il perseguimento della promozione e la gestione dei servizi alla persona e alle famiglie attraverso attività socio-sanitarie ed assistenziali, nonché la realizzazione di attività e servizi ad elevato impatto sociale per la comunità locale ed in generale per i cittadini. In particolare l'Azienda ha per scopo di provvedere al soddisfacimento dei bisogni della popolazione anziana, delle persone disabili, di altre categorie svantaggiate e comunque di tutti coloro che si trovino in situazioni di disagio, organizzando servizi socio-sanitari ed assistenziali anche con valenza riabilitativa, per la promozione della salute e la ricerca di una migliore qualità della vita.

L'A.P.S.P. gestisce :

- La RSA di Sinalunga e RSA di Torrita di Siena garantisce prestazioni socio-assistenziali e socio-sanitarie integrate a favore di persone non autosufficienti, anziani con più di 65 anni o soggetti adulti portatori di handicap in situazioni di gravità, che non possono essere più adeguatamente assistite nel proprio domicilio. I servizi sono garantiti nel rispetto degli indirizzi, dei parametri organizzativi stabiliti dalla Regione Toscana per le strutture autorizzate al funzionamento e che operano in regime di convenzione con le locali Aziende Unità Sanitarie Locali.
- La Residenza Assistita (R.A.) di Sinalunga garantisce accoglienza residenziale a favore di persone autosufficienti con più di 65 anni che per complesse situazioni familiari non possono più permanere nel proprio domicilio.
- Il Centro Diurno per non autosufficienti è un servizio semiresidenziale garantito dal mattino fino alla sera con la; è previsto se richiesto anche il servizio di trasporto affidato ad un'Associazione di volontariato del territorio che garantisce i giornalieri trasferimenti dall'abitazione dell'anziano alla struttura di Sinalunga ed il rientro alla sera. Agli anziani del Centro Diurno sono garantite le attività di animazione, riabilitazione, assistenza alla persona, terapie, laddove previste e specifici progetti connessi con i piani individuali di assistenza. Il servizio di centro diurno permette quindi di garantire agli anziani il permanere nella loro abitazione, ma alle famiglie garantisce un sostegno significativo alle attività di cura anche in caso di gravi patologie, che consentono di seguire a ciascuno le proprie attività lavorative e con il rientro del congiunto nella serata presso il proprio domicilio, mantenere ancora vivi legami e relazioni familiari. Il distacco verso un intervento residenziale viene così rinviato nel tempo e richiesto solo nel momento di ulteriore aggravamento delle condizioni di salute.
- Il Servizio di Assistenza Domiciliare gestito per conto del Comune di Sinalunga. Le finalità del servizio fanno riferimento alla promozione e consolidamento di un sistema gestionale coerente con le linee di indirizzo dell'amministrazione comunale, oltre che con gli indirizzi generali definiti negli atti di programmazione socio-assistenziale per la zona Valdichiana Senese dalla Società della Salute, assicurando il livello della qualità dei servizi erogati, sia in termini quantitativi che di qualità erogata e percepita dal cittadino utente.
- La Comunità Alloggio Protetta è un nucleo abitativo residenziale nato per favorire progetti di vita indipendente per persone adulte con disabilità intellettiva. L'obiettivo primario della Comunità è la deistituzionalizzazione di disabili a cui è possibile garantire una valida soluzione al problema durante e dopo di noi con una tipologia di abitazione sperimentale, per coloro che non possono più essere gestiti dalla famiglia al proprio domicilio. La Comunità si inserisce in una rete di servizi territoriali che attivamente agisce per promuovere programmi di assistenza e di integrazione delle persone disabili, garantendo a quest'ultimi i diritti di pari opportunità, il diritto ad una vita autonoma, una presa in carico personalizzata e una vita di comunità che riproduce l'ambito di vita familiare e domestico.
- Servizio di farmacia del Comune di Sinalunga: L'assistenza farmaceutica territoriale è assicurata dalle Farmacie pubbliche e private, presenti anche nei piccoli centri (farmacie rurali), aperte al pubblico con un complesso di servizi organizzati che, attraverso la figura professionale del



Farmacista, oltre alla dispensazione dei medicinali, garantiscono attività di controllo, assistenza integrativa a supporto al servizio pubblico.

### ➤ ASD POLISPORTIVA ASINALONGA

La ASD Polisportiva Asinalonga nasce nel 2003 ed è la più grande polisportiva del Comune di Sinalunga (SI) sia come numero di tesserati che come numero di discipline in cui è impegnata. L'Associazione è condotta con notevole sacrificio da un ristretto gruppo di giovani dirigenti che, con idee innovative sia in ambito sportivo che popolare, è riuscito negli anni ad accrescere a dismisura il numero di atleti e la popolarità della polisportiva.

Per statuto l'obiettivo della polisportiva è quello di far praticare sport ai ragazzi di Sinalunga e dintorni. A livello di prime squadre, fino ad oggi lo ha fatto accogliendo nelle proprie fila i giovani provenienti da altre realtà locali.

L'impegno della società è quello di avvicinarsi al tessuto sociale sostenendolo in vari modi, così come da tempo l'intento è quello di dare sostegno ai meno fortunati in ogni ambito con una particolare ambizione, quella di prestare una particolare attenzione alle persone diversamente abili, mettendo le competenze acquisite negli anni a servizio di chi ha avuto meno possibilità.

Attualmente la ASD Polisportiva Asinalonga è impegnata nelle discipline di basket, calcio amatoriale, minibasket, minivolley, pallavolo e judo.

L'ASD Polisportiva Asinalonga, oltre alla pratica sportiva ha cercato di distinguersi cercando di supportare la comunità di appartenenza con attività di comunicazione, promozione e di educazione cercando di fornire ai ragazzi tutti quei valori di rispetto, abnegazione, fratellanza, appartenenza, sacrificio ed aiuto dell'altro che forse ad oggi solo lo sport riesce a trasmettere.

### 3. Ambito di applicazione e destinatari del Progetto

Il Progetto che con la presente si intende proporre ha come soggetti destinatari gli **Utenti della struttura Comunità Alloggio Protetta**.

L'A.P.S.P. Istituto Maria Redditi ha sostenuto la creazione, nel comune di Sinalunga, di una casa famiglia come "soluzione abitativa residenziale" per la vita indipendente di persone con disabilità intellettiva, nell'ambito dei propri scopi statuari e per supportare attivamente lo sviluppo nel territorio di programmi di assistenza e integrazione delle persone disabili nell'ambito delle attività e delle prerogative specifiche della Società della Salute Valdichiana Senese. La Società della Salute Valdichiana senese ha promosso l'attivazione sperimentale nell'ambito della procedura indetta dalla RTR con DGRT n° 594/2014. La RT ha accreditato la sperimentazione in coerenza con il Regolamento Regionale di attuazione della Legge n. 41/2005. Il progetto è stato denominato "I Luoghi dell'Habitare". La casa per disabili è nata, dunque, per favorire la deistituzionalizzazione di disabili adulti in fasi di lungo assistenza per i quali la collocazione nell'appartamento protetto risulti più adeguata ai bisogni di natura assistenziale e relazionale, e a risolvere il problema del durante e dopo di noi per disabili non in condizioni di bisogno intensivo od estensivo non più assistibili al proprio domicilio. L'appartamento-casa è stato proposto come soluzione abitativa, non limitandosi a garantire una residenzialità assistita fuori dal contesto familiare, ma la struttura fisica (l'alloggio) è il punto di partenza per attivare forme innovative di presa in carico caratterizzate in primo luogo dalla dimensione familiare, la casa può infatti accogliere solo 8 persone.

La sperimentazione relativa al progetto "I Luoghi dell'Habitare", localizzata in una porzione autonoma della RSA di Sinalunga, avviata con la Delibera GRT n. 594/2014, è terminata il 30/06/2018, come stabilito dalla Regione medesima. Al fine di non disperdere l'esperienza realizzata mantenendo i soggetti disabili nel contesto della struttura, è stata individuata quale soluzione più appropriata la trasformazione dell'appartamento sede del progetto in una Comunità Alloggio Protetta – C.A.P. –, vista la tipologia di utenti inseriti e i requisiti strutturali già in essere. La SdS Amiata Senese e Valdorcia – Valdichiana Senese con Deliberazione n. 22 del 27/06/2018, prendeva atto della conclusione della sperimentazione richiamata e, ai fini della stabilizzazione del servizio, deliberava

la sua trasformazione in C.A.P. con l'inserimento di questa tipologia assistenziale nella programmazione socio-sanitaria di zona. L'A.P.S.P. procedeva analogamente con la Deliberazione C.d.A. n. 21 del 28/06/2019 con la quale approvava lo schema di convenzione relativo alla C.A.P. con la medesima SdS e l'Azienda USL Toscana sud est.

La CAP nell'intento di favorire le relazioni con la comunità locale, ospita e valorizza l'apporto delle associazioni di volontariato, a carattere sociale, ricreativo, culturale, ambientale, ecc. che intendono offrire il loro contributo alla gestione delle attività di relazione e animazione rivolte agli ospiti della struttura e realizzate sia all'interno che all'esterno della stessa. La struttura svolge attività di rete con gli altri servizi della zona distretto e con le diverse espressioni della comunità locale al fine di:

- garantire l'integrazione fra le risorse del territorio e i bisogni espressi dagli utenti
- evitare che la presa in carico del soggetto da parte della CAP costituisca una ulteriore occasione di isolamento per l'ospite.

**Il Progetto si rivolge inizialmente, agli Utenti attualmente residenti presso la C.A.P. ed a tutte le associazioni operanti con le varie Disabilità distribuite sul territorio della Valdichiana.** I destinatari sono, dunque, i ragazzi e le ragazze con Disabilità Intellettivo Relazionali, gli Operatori, e le Famiglie ai quali l'ASD Pol. Asinalonga intende far conoscere, apprezzare e praticare le proprie discipline attraverso attività divulgative, formative, ludiche e promozionali.

#### **4. Finalità del Progetto**

- Contribuire con le proprie competenze specifiche al successo del progetto formativo, valorizzando gli aspetti formativi dello Sport, proponendolo come strumento didattico in grado di contribuire, in armonia con le altre attività Educative, ad un equilibrato sviluppo di tutte le aree delle personalità dei soggetti praticanti;
- Proporre un percorso di benessere psico-fisico da assumere quale costume culturale permanente e come mezzo per lo sviluppo dell'intelligenza motoria (capacità neuro-cognitivo motoria);
- Migliorare le capacità di apprendimento incentivando lo sviluppo di un'organizzazione mentale in grado di regolare sequenze psico-motorie, favorendo, quindi, la propensione ad assumere processi decisionali con differente grado di responsabilità.
- Individuare i mezzi e le strategie che sostengano ed implementino il processo di collaborazione tra APSP ed Asinalonga, favorendo la possibilità di poter organizzare attività di supporto alle Famiglie per mezzo della pratica di attività sportive quali Diritto e Doveri di ogni cittadino che prevede la sensibilizzazione di altre figure tecniche locali appartenenti alle Società Sportive ed al CONI Territoriale;
- Coinvolgere maggiormente le Istituzioni locali e territoriali, nei loro ruoli di primi promotori della pratica dello Sport a sostegno e supporto delle disabilità quale missione sociale sul territorio, grazie ad un più stretto rapporto con gli Enti Territoriali e le Associazioni che da sempre hanno collaborato nelle attività della CAP dimostrando grande attenzione e sensibilità con l'attivazione di sempre nuove e ricorrenti iniziative promozionali;
- Contribuire al processo di arricchimento professionale e culturale degli Operatori, attraverso un aggiornamento costituito da approcci culturali, metodologici e propedeutici ai fondamentali della Disciplina del Judo, fornendo loro un dettagliato quadro teorico e pratico dell'importanza dell'interazione neuro-psico-motoria in funzione dello sviluppo della personalità, stimolando un approccio inclusivo tra i

ragazzi individuati per il progetto, gli operatori ed i comuni praticanti le attività di Judo.

## **5. Obiettivi del progetto**

- Aumentare la pratica delle attività motorie nei ragazzi affetti da disabilità intellettivo relazionali ed in particolare integrare il Judo, quale pratica sportiva nel loro percorso formativo e di vita;
- Sviluppare l'integrazione dei ragazzi con disabilità intellettivo relazionali all'interno del territorio di appartenenza;
- Incentivare la pratica dello sport quale diritto e dovere di tutti gli individui;
- Sviluppare la conoscenza del Judo;
- Presentare a livello istituzionale e territoriale il presente progetto;
- Sviluppare il rapporto tra lo Sport e Disabilità quale attività di benessere, divertimento e consapevolezza di sé;
- Interagire con il Personale Operante interessato attraverso procedure condivise, creando un'efficace rete di rapporti;
- Incentivare la pratica del Judo presso il Personale Sanitario e Assistenziale Operante all'interno delle Strutture interessate.

## **6. Azioni previste**

Il Progetto prevede un insieme di iniziative:

- Corsi di Formazione per Operatori sanitari ed assistenziali;
- Corsi di Judo per ragazzi con Disabilità Intellettive/Relazionali;
- Eventi promozionali.

### **6.1 Corsi di Formazione per Operatori Sanitari ed assistenziali**

I corsi di formazione per gli Operatori Sanitari ed assistenziali hanno l'obiettivo di far acquisire all'Operatore una conoscenza personale della pratica del Judo ed in particolare delle arti Marziali con particolare riferimento alla pratica della difesa personale, oltre che quello di far vivere le stesse emozioni e difficoltà che provano gli utenti praticanti, con l'intento di una maggiore condivisione ed integrazione di questi ultimi.

Obiettivi:

- Interagire con gli Operatori Sanitari/assistenziali attraverso procedure condivise;
- Fornire agli Operatori sanitari un accrescimento professionale anche attraverso l'acquisizione di crediti formativi;
- Verificare nell'ambito dei Corsi la penetrazione della proposta e la sua efficacia;
- Acquisire elementi critici o di supporto dai partecipanti ai Corsi.

Il corso di formazione per Operatori sanitari consisterà in un "Corso di Autodifesa". Sostenuto nell'ambito del presente Progetto.



## **6.2 Corsi di Judo per utenti con disabilità**

Tutte le attività vengono applicate tenendo sempre conto del concetto dell'”obliquità” dell’offerta formativa. L’offerta motoria da noi proposta prevede, infatti, un intervento diversificato per gli utenti con capacità diverse ed in questo modo è possibile interagire con il gruppo con attività che permettano a tutti di lavorare.

I corsi saranno costruiti avendo a riferimenti i seguenti **traguardi delle competenze**:

- Funzioni senso-percettivo-motorie;
- Il linguaggio motorio;
- Il movimento nello spazio e nel tempo;
- Il gioco, lo sport, le regole, il fair play;
- Sicurezza e prevenzione, salute e benessere.

### **Obiettivi di apprendimento prefissi:**

- Capacità di discriminazione proprio ed esteroceettiva;
- Schemi posturali e motori;
- Capacità di gestire l’equilibrio in condizioni statiche e dinamiche;
- Strutturazione movimento secondo categorie spazio-temporali;
- Ritmo, suono, movimento;
- Codici motori e comunicazione;
- Giochi situazionali, di opposizione (mediata e/o diretta);
- Giochi situazionali regolamentati con e senza attrezzi;
- Percezione e comprensione della relazione tra investimento di tempo ed energie e il proprio progresso, benessere e salute.

### **Indicazioni didattiche (mezzi/stimoli):**

- Esercizi a carattere generale in decubito (proprioceettività) e in piedi (coordinazione generale e segmentaria);
- esercizi per l’equilibrio (piccola acrobazia), rotolamenti, tecniche di caduta autoprotettive ecc;
- Esercizi di ritmo;
- Esercizi posturali finalizzati;
- Esercizi per la mobilità articolare;
- Esercizi interattivi con attrezzi, palla, partner, ecc;
- Percorsi;
- Giochi, giochi tecnici;
- Fondamentali delle specialità compatibili con le fasi sensibili.

### **Metodi formativi:**

- Metodo ludico;
- Metodo libera esplorazione;
- Metodo problem solving.

#### **Materiale didattico:**

- Materassini componibili;
- Over;
- Coni;
- Cerchi;
- Palloni di spugna, ecc.
- Esercizi di composizione motoria ritmicamente organizzati;

### **7. Risorse e materiali**

Il Progetto necessita delle seguenti risorse e materiali:

- a) Locali qualificati ove svolgere le attività;
- b) Docente esperto che faccia formazione;
- c) Operatori sanitari/assistenziali che siano di supporto al Docente e si occupino dell'organizzazione del Progetto;
- d) Certificati medici obbligatori per la pratica sportiva;
- e) Abbigliamento sportivo (Judogi);
- f) Iscrizione e tesseramento alla Federazione di competenza FISDIR e/o FIJLKAM;
- g) Polizza assicurativa.
- h) Trasporto verso e da la palestra ove si svolgerà l'attività.

Trattandosi di Progetto da sperimentare all'inizio ci si avvarrà di risorse economiche derivanti da Donazioni. Inoltre almeno inizialmente i due soggetti proponenti, ciascuno per le proprie competenze, si faranno carico delle spese da sostenere, oltre che occuparsi della ricerca di progetti di autofinanziamento.

Si specifica che, almeno nella fase iniziale, l'Associazione Asinalonga si farà carico a proprie spese delle risorse necessarie di cui al punto a).

Mentre l'APSP Istituto M. Redditi si farà carico a proprie spese delle risorse necessarie di cui ai punti b), c) e h).

Invece saranno sovvenzionati, tramite fondi posti in donazione, le risorse di cui ai punti d), e), f), g).

### **8. Durata**

Il Progetto avrà inizio nel settembre 2023 e perdurerà per tutta l'annualità 2024.