



## **Progetto Non mollare mai 2.0**

### **Premessa**

L'età adolescenziale è un'età caratterizzata, già per sua natura, da contraddizioni.

Si tratta di un'età di passaggio che i giovani vivono conflittualmente per il bisogno d'autonomia e indipendenza, ma anche con la paura dell'abbandono. Uno dei problemi dei giovani è nell'accettare se stessi e il mondo in cui si vive, questo crea un'angoscia che induce l'adolescente a ricercare un modello cui adeguarsi, un'identità, un codice di comportamento da rispettare, e a volte, a modelli comportamentali pericolosi di privilegio e/o di sopraffazione, perseguiti senza scrupoli e prepotentemente proposti e diffusi dai mezzi di comunicazione di massa.

Il valore, che viene costantemente proposto e diffuso, è la ricerca del piacere individuale da perseguire con tutti i mezzi. E sono sempre più diffusi i comportamenti autolesionistici come le abitudini alimentari altamente scorrette (anoressia, bulimia), le tossicodipendenze, l'impiego e la ricerca delle moderne SMART DRUGS, le cosiddette "droghe intelligenti", estremamente diffuse e spesso legalmente distribuite e vendute, l'alcolismo e il cosiddetto "binge drinking", l'alcolismo compulsivo che si declina in pratiche aberranti di assunzione di elevate quantità di alcolici alla ricerca di "sballo" puro al fine di anestetizzare le ansie ed il disagio, come mezzo di fuga dalla vita quotidiana, la violenza e il bullismo, individuale o di gruppo. E' sempre più frequente imbattersi in giovani senza obiettivi, insoddisfatti, annoiati, soli.

Senza punti di riferimento, senza un'educazione emotiva i nostri giovani sono le prime vittime di un sistema superficiale ed egoistico.

Il predominio dell'interesse individuale, del "presente" e del "temporaneo" sull'investimento sociale e relativo al futuro, rende difficile svolgere un'azione educativa finalizzata al pieno sviluppo delle competenze individuali.

Tra i comportamenti a rischio vi è anche l'adesione a stili di vita poco attivi, con lo svolgimento di attività fisica inferiore in qualità e quantità alle esigenze di sviluppo di una popolazione ancora in età evolutiva. Si tratta di una fascia d'età, quella giovanile e adolescenziale, dove l'Organizzazione Mondiale della Sanità raccomanda, per un corretto sviluppo, la pratica di almeno un'ora quotidiana di attività fisica moderata-intensa. La raccomandazione non ha soltanto una finalità "fisica": la pratica sportiva ha una funzione importante e riconosciuta nello sviluppo dell'autostima. Il lavoro sportivo di gruppo crea anche relazione e confronto favorendo la comprensione reciproca e lo sviluppo di regole della relazione interpersonale e sociale, le formalizza e stabilisce impegni e responsabilità da dover accettare. Grazie alla pratica sportiva si può dare la possibilità di trovare elementi di successo e di valorizzazione personale: questo se viene praticata con motivazione e divertimento un'attività che richiede impegno producendo percepibili benefici fisici, mentali e relazionali.

L'impegno per migliorarsi e superare i propri limiti, unita al confronto con gli altri nella competizione, è il modo per apprezzare il valore della lealtà nello sport e la lealtà nel contesto sportivo. Favorisce la stima per l'avversario e la costruzione di amicizia fra ragazzi che competono insieme per divertirsi. La vittoria nello sport è raggiunta sempre da chi si impegna e la stima da parte dell'allenatore e dei compagni viene conquistata da chi si comporta in maniera leale. Fondamentale è la personalizzazione dei metodi e delle strategie di allenamento, scelti ed adattati in funzione delle capacità di apprendimento, dei limiti, delle potenzialità, dell'interesse e della predisposizione dei ragazzi, per poter dar loro un'occasione per riconoscere i propri limiti ed avere voglia di migliorarli con divertimento nel rispetto delle regole, acquisendo autoefficacia ed autostima e migliorando la relazione con se stessi e con gli altri.

## **ATTIVITA' MOTORIA, DISABILITA'**

L'attività motoria è anche strumento di promozione dell'inserimento dei gruppi esclusi o vulnerabili nella vita della comunità: gli eventi e le attività motorie fatte insieme portano gruppi socialmente differenti a condividere spazi, tempi, attività. Questa atmosfera promuove la consapevolezza sociale e la comprensione, la creazione di un'armonia e la celebrazione della diversità.

Oltre a questo, lo sport e l'attività fisica possono dare un grande contributo alla salute anche per chi è affetto da disabilità. Purtroppo per i soggetti disabili non è sempre facile svolgere attività motoria.

Le barriere alla partecipazione ad attività fisiche/sportive da parte delle persone disabili trovano fondamento nei valori, nelle strutture e negli ambienti costruiti della società. La progettazione di edifici, delle strade, dei marciapiedi, i trasporti, le credenze e gli atteggiamenti delle persone, le politiche istituzionali e altri sistemi e comportamenti interagiscono tra di loro creando ostacoli multipli che rendono difficile e talora impossibile la piena partecipazione dei soggetti con disabilità ad attività motorie indispensabili per mantenere o migliorare lo stato di salute.

Creare un interesse alla partecipazione a pratiche sportive, ma anche solo motorie, nelle persone con disabilità è spesso difficile per mancanza di adeguata consapevolezza e per fallimenti nell'approccio. Anche il reclutamento può essere problematico per difficoltà nell'identificare, raggiungere e sensibilizzare i potenziali partecipanti e le loro famiglie, così come difficoltà logistiche possono avere un impatto negativo sulla partecipazione. Persone con disabilità congenita possono poi non avere mai avuto l'opportunità di apprendere le fondamentali abilità motorie e spesso non viene preso in considerazione il poter prendere parte ad attività per questa ragione. Oltre a questo, non sempre e immediatamente sia i disabili sia le loro famiglie hanno conoscenza di quale attività o sport sia possibile praticare e parimenti non sempre hanno coscienza e informazione di quanto l'attività motoria possa influire positivamente sulla loro condizione di salute in senso ampio.

Le persone che vivono con una disabilità affrontano barriere superiori a quelle della popolazione normodotata nel tentare di aderire alle raccomandazioni codificate dall'OMS per l'attività fisica. Il sistema socio-sanitario dovrebbe educare e sollecitare chi si occupa di politiche sanitarie su come migliorare e accrescere le opportunità di attività motoria nella popolazione disabile anche in funzione della prevenzione delle malattie croniche. Ma è altresì noto anche il personale sanitario ma anche quello sportivo ha veramente poca formazione nella valutazione e nel trattamento della disabilità anche per mancanza di ricerche approfondite sull'argomento.

Le persone che vivono con disabilità necessitano di rapidi avanzamenti nella pratica e nella scienza medica perché vi è necessità di sviluppare le migliori pratiche nella realizzazione di servizi per la salute riducendo i costi sanitari e incrementando il benessere di un numero di persone nel Mondo, calcolato intorno al miliardo. Contribuisce a questa condizione negativa il fatto che si ritenga, quasi "naturalmente", che queste fasce di popolazione, in quanto fragili, vadano "preservate" da eventuali rischi fisici o psichici connessi all'attività motoria e allo sport insieme ad altri problemi di accoglienza e adeguamento ad ambienti poco inclusivi. Si tratta invece di un grave errore, poiché questa convinzione abbandona persone con disabilità e, in generale persone in difficoltà, in un circolo vizioso in cui disagio e sedentarietà si peggiorano vicendevolmente, deteriorando progressivamente le condizioni di salute fisica e mentale.

Oltre a questo, è esperienza comune che, per i fragili, luoghi, equipaggiamenti, allenatori specializzati non sono facilmente accessibili. Come risultato di questo e di altre barriere

sistemiche, le persone con disabilità sono tra le maggiormente a rischio di sedentarietà ed esclusione sociale.

### **Preso atto di quanto sopra e considerando che**

**La Scuola è per eccellenza il luogo della EQUITA' e della FORMAZIONE** ma si è ancora in attesa di una vera e propria riforma che valorizzi utilmente anche la nuova impostazione data al Governo dello Sport, con Sport e Salute, sarebbe opportuno ampliare le opportunità nella Scuola offerte dai GRUPPI SPORTIVI SCOLASTICI (GSS), vale a dire quelle attività motorie e sportive gratuite svolte da personale scolastico qualificato su studenti che desiderano praticare in quantità e qualità superiore, rispetto al stretto orario curricolare, attività fisica e sportiva indirizzando verso queste "attività aggiuntive" le fasce di popolazione scolastica sopra descritte.

Esistono già risorse economiche previste per queste attività che andrebbero ampliate in questo momento di difficoltà. Fino ad ora il GSS era destinato alla realizzazione di percorsi motori e/o sportivi degli studenti meno dotati di talento e/o meno abbienti, studenti provenienti da famiglie che non si potevano permettere l'iscrizione a corsi a pagamento. Accanto a questo, i GSS avevano anche una funzione di "rifinitura" nella preparazione delle squadre scolastiche in procinto di prendere parte a competizioni studentesche. L'estensione dell'attività del GSS, in spazi adeguati, con personale esperto, costituito dagli stessi insegnanti di educazione fisica della scuola con tirocinanti provenienti dal nuovo corso magistrale in Scienze delle Attività Motorie Preventive e Adattate (Salute e Sport) di UNIMORE (a cui spetterà anche la valutazione di efficacia del percorso), la corretta valorizzazione del momento competitivo, inteso come gioioso e piacevole raggiungimento di un obiettivo, fatto di studio e "lavoro" all'interno del curriculum formativo scolastico, può essere di grande importanza nel percorso educativo dello studente. Sicuramente questo percorso sportivo "per tutti" può essere utilizzato per affrontare condizioni di disagio e/o di disabilità o anche temi come bullismo, ritiro sociale, disturbi alimentari, sedentarietà.

## **Non mollare mai 2.0**

Enti promotori

l'Associazione di Volontariato Insieme si Può, l'Associazione Giuseppe Loschi, il Corso di Laurea in Scienze Motorie Adattate di UNIMORE, ADS La Fratellanza 1874, l'Ufficio Scolastico Provinciale, l'UISP, intendono realizzare un percorso all'interno degli Istituti Scolastici della Provincia di Modena che intenderanno prendere parte attiva al progetto, realizzando un potenziamento dei GSS con i seguenti

### **Obiettivi:**

- a) Favorire e valutare la partecipazione gratuita totale e attiva di ragazzi/ragazze ad attività motoria e sportiva all'interno del proprio Istituto Scolastico, riducendo così problematiche economiche e logistiche, al fine di sviluppare sane abitudini di vita e buone relazioni con se stessi e gli altri, utilizzando il valore educativo e sociale dello sport
- b) Offrire una finestra sullo sport come percorso di vita per potenziare il diritto/dovere di cittadinanza all'interno di una popolazione in età evolutiva, disagiata o esclusa dalla continuità della pratica sportiva per disabilità di ogni tipo e/o per motivi socio/economici/culturali per gli alunni di realtà scolastiche specifiche.
- c) Costruire e condividere con i ragazzi percorsi di crescita personale e del gruppo eventualmente da sviluppare con il supporto di società sportive del territorio.

Anno di inizio: 2023-24

Il progetto è indirizzato ai ragazzi **secondaria di primo e secondo grado**, età in cui l'abbandono della pratica sportiva e motoria è fortemente accentuato. Si sottolinea l'importanza della partecipazione di istituti scolastici in cui è

concentrato un forte disagio adolescenziale che si manifesta anche con disturbi del comportamento ed esclusione sociale e in cui gli studenti provengano da tutta la provincia di Modena e frequentino gli istituti con classi composte da maschi e femmine. Gli stranieri sono particolarmente numerosi e vi sono molti studenti che arrivano da esperienze scolastiche negative e presentano scarse motivazioni e bassi livelli di autostima e, spesso, con adesione acritica a comportamenti di gruppo.

**Criteri di selezione:** la scelta viene effettuata dai docenti della scuola tenendo conto della difficoltà oggettiva dei ragazzi legata ad esperienze di vita negative o a un percorso che può aver creato squilibri in qualche area della personalità, ma anche della motivazione all'inizio/proseguimento di un'attività sportiva.