

La disciplina sportiva del Wales a scuola

Uno strumento per migliorare le capacità cognitive e le abilità di base nei soggetti oligofrenici

Salvatore Cravotta*

cantiere
aperto

Abstract

Il Wales è una disciplina sportiva inventata e regolamentata dall'autore di questo articolo, che viene praticata anche a scuola allo scopo di migliorare le capacità cognitive e le abilità di base nei soggetti oligofrenici. Dalle osservazioni è emerso che il gioco del Wales risulta di ausilio per il recupero e il potenziamento delle abilità motorie di base (coordinazione, equilibrio, forza, tono posturale e muscolare) nei soggetti oligofrenici che presentano un significativo deficit delle capacità cognitive ed emotivo-relazionali. Questa disciplina aiuta a recuperare alcune abilità compromesse, promuovendo lo sviluppo delle funzioni senso-percettive, e a consolidare gli schemi motori statici e dinamici, indispensabili al controllo del corpo e all'organizzazione dei movimenti in relazione a contesti diversi.

Cos'è il Wales

Il Wales è una nuova disciplina sportiva che riunisce in sé le caratteristiche di uno sport di contatto e di uno sport di situazione: infatti, da una parte, il confronto fisico tra i giocatori rappresenta una costante del gioco e, dall'altra, in ogni fase del gioco è necessario fare riferimento al contesto temporaneo in cui la partita si sviluppa concretamente, atteso che il giocatore, durante tutte le azioni

di gioco, passa da una situazione statica a una dinamica.

Nel Wales i mezzi tecnici comuni ad altre discipline sono il campo di gioco, le porte e il pallone. Il campo ha dimensioni di serie 40m x 20m, la porta è collocata al centro con una misura interna di 2 metri di altezza e 3 metri di larghezza. La grandezza della palla misura 3,32 sezioni ed è adatta per questo tipo di gioco. I giocatori in azione sul campo sono 7 e altri 5 sono pronti a sostituirli.

È assolutamente vietato passare il pallone indietro e, di conseguenza, il terreno può essere guadagnato solo correndo con il pallone,

* Docente di sostegno presso la Scuola Media Statale G. Verga di Caltanissetta.

palleggiando verso la porta dell'avversario. Chi offende deve preparare l'azione al di fuori dell'area avversaria e può arrivare al tiro anche in sospensione.

Il goal viene assegnato solo se il giocatore riesce a tirare in rete al di fuori dell'area indicata come meta e segnata da una linea di forma semicircolare disegnata davanti alla porta. L'opposizione può avvenire per contatto anche con più giocatori. La partita si divide in 2 tempi di 30 minuti l'uno con un intervallo di 10 minuti; nel caso in cui alla fine dei tempi regolamentari il risultato si fermi in parità, il gioco continua fino a quando una squadra segna per prima i 2 punti.

Il gioco risulta intenso, spettacolare, divertente. Richiede preparazione, forza, velocità, resistenza, capacità tattiche e lucidità pari, se non superiori, a quelle delle discipline ben più blasonate.

A chi è rivolto il Wales

Il Wales è rivolto a tutti ma può risultare altamente vantaggioso per determinati allievi «speciali». Dall'osservazione di individui che presentano forme di ritardo cognitivo, compresi i soggetti oligofrenici, impegnati ad apprendere il gioco del Wales, è emerso che esso risulta di grande ausilio per il recupero e il potenziamento delle abilità motorie di base, quali la coordinazione, l'equilibrio, la forza, il tono posturale e muscolare.

I soggetti che presentano forme di ritardo cognitivo o deficienza mentale (oligofrenia) registrano una notevole diminuzione delle capacità cognitive, emotive e relazionali. I disturbi provocano una deficienza della funzionalità percettiva, della costruzione dell'immagine del Sé, della coscienza dell'Io e dello schema corporeo. La minorazione produce relazioni e abilità motorie distorte.

Le relazioni distorte sviluppano, con il tempo, dal punto di vista comportamentale, dipendenza dalle altre persone e scarsità di interessi nel mondo circostante; mentre le abilità motorie distorte comportano disarmonia dei movimenti, schemi motori di base sempre più poveri.

Nell'oligofrenia, dunque, l'errata valutazione dei messaggi determina un peggioramento dell'immagine di sé e dello schema corporeo, dal quale deriva una mancata appropriazione degli strumenti adatti a comunicare all'esterno e a muoversi nell'ambiente circostante. I problemi concernenti le oligofrenie riguardano lo sviluppo cognitivo e affettivo. Essi condizionano fortemente le possibilità di adattamento sociale nel gioco da parte dei soggetti disabili.

La presenza di un *doppio binario patogenico (cognitivo-affettivo)* del ritardo mentale è molto complessa e, pertanto, ha indotto a ricercare soluzioni ai problemi cognitivi dei soggetti con ritardo mentale con particolare riguardo all'intelligenza e all'apprendimento, nell'ambito del primo binario patogenico, quello cognitivo, ove l'intelligenza viene definita come il possesso di determinate competenze e l'apprendimento è la capacità di attivare le competenze necessarie a adempiere a compiti specifici in un determinato contesto.

Il secondo binario patogenico riguarda l'affettività: i problemi affettivi sono legati alla dissociazione fra lo sviluppo cognitivo ritardato e lo sviluppo affettivo, allo sviluppo affettivo-relazionale e correlati all'immagine sociale del ritardo mentale. Da tutto ciò risulta che, per valutare esattamente le prestazioni cognitive e motorie fornite dai soggetti oligofrenici, bisogna tener conto dei fattori motivazionali insiti in ogni prestazione cognitiva.

Per analizzare i conflitti affettivi sviluppati all'interno della psiche, bisogna tener conto delle rappresentazioni mentali con cui

i soggetti oligofrenici acquisiscono consapevolezza dei loro problemi interpersonali.

Il Wales nella scuola dell'infanzia

Il Wales è uno sport rivolto a tutti ma, se viene avviato precocemente, senza specialismi, può sortire effetti di indubbio vantaggio nel recupero di determinate abilità motorie, affettive e relazionali.

Nella scuola dell'infanzia, rispetto ai successivi ordini di scuola, gli obiettivi formativi fanno riferimento a una gamma di abilità e competenze che non riguarda soltanto compiti di natura cognitiva. Ne sono un esempio la conquista dell'autonomia personale, la differenziazione e la consapevolezza del Sé e dell'altro, la gestione delle manifestazioni emotive, la scelta di schemi di comportamento sociale adeguati alle situazioni, la capacità di esplorazione attiva dell'ambiente.

Il processo di apprendimento è ancora molto legato all'esperienza concreta, non essendo stato ancora raggiunto lo stadio del pensiero formale. È nella scuola dell'infanzia che si gettano le basi per la formazione di griglie interpretative della realtà, sulle quali innestare i contenuti appresi in seguito e su cui costruire più tardi abilità complesse, in relazione alle nuove richieste ambientali.

Durante questo periodo della vita si sperimentano acquisizioni fondamentali che costituiscono la «trama» di tali griglie: i concetti di spazio e di tempo, le relazioni causali, il decentramento del pensiero. Se nel bambino cosiddetto «normodotato» queste acquisizioni possono avvenire in maniera «implicita», senza la mediazione di un adulto, nel bambino con ritardo mentale, in cui è scarsa la capacità di organizzare le informazioni e di scegliere autonomamente le strategie opportune al fine di affrontare situazioni nuove, occorre definire momenti

specifici di acquisizione e consolidamento di tali concetti-base.

Il mezzo principale con cui il bambino, con o senza ritardo mentale, arriva a modellare il proprio pensiero e a perfezionare la propria capacità di adattamento all'ambiente è il corpo e lo strumento è il gioco. Il Wales si può bene inscrivere tra questi.

Solo il bambino che ha una solida consapevolezza del Sé corporeo, delle proprie emozioni e delle informazioni provenienti dall'esterno dispone dei mezzi necessari per sperimentare un autentico apprendimento. Le abilità percettive, di coordinazione motoria e di controllo della propria emotività fanno parte di quello che viene, classicamente, definito processo di sviluppo psicomotorio e costituiscono i prerequisiti essenziali per lo sviluppo psico-sociale. La scuola dell'infanzia prepara il bambino ad affrontare un lungo percorso all'interno dei vari livelli di scolarizzazione.

Le prestazioni prima e dopo l'intervento del Wales

La nuova disciplina proposta aiuta i soggetti oligofrenici a recuperare alcune abilità compromesse nel doppio binario patogenico.

Prima di qualsiasi intervento motorio sotto forma di gioco bisogna analizzare come il bambino oligofrenico sia in grado di organizzare le proprie competenze in relazione all'età e al suo deficit e come esse risultino organizzate, quali tempi siano necessari per sviluppare una linea cognitiva e quale rapporto esista tra le competenze di base, i tempi di esperienza, le capacità di utilizzare socialmente le competenze di base in una situazione di gioco.

Sono due i livelli di analisi che potremmo considerare per valutare i problemi cognitivi

presentati dagli individui oligofrenici: il primo livello riguarda l'organizzazione cognitiva reale, dai 6 ai 16 anni, che focalizza la competenza motoria di base e le prestazioni effettive; il secondo livello riguarda l'ambito operativo-motorio cui il soggetto con ritardo mentale può pervenire con un'intelligenza rapportata al suo grado di ritardo.

Le caratteristiche comportamentali evidenziate nel soggetto che presenta forme di ritardo sono l'impulsività, la difficoltà a verbalizzare gli affetti, la difficoltà ad analizzare i propri rapporti con gli altri in una situazione di gioco, la difficoltà a effettuare una distinzione fra realtà motoria contraddistinta da regole e la fantasia legata a forme di gioco povere, elementari, senza regole.

Si innesca, pertanto, un processo di inibizione cognitivo-motoria, possibile preludio di una crisi di agitazione psico-motoria in cui si intersecano sentimenti di carenze affettive, senso di disistima, deficit nella struttura mentale esistente con conseguente diminuzione del tono muscolare.

Dalle osservazioni sui soggetti con ritardo cognitivo che intraprendono il gioco del Wales risulta che essi forniscono, all'inizio, prestazioni inferiori alle loro stesse potenzialità e questa limitazione pesa sul loro adattamento sociale durante il gioco, aggravata dalla tendenza a memorizzare un gran numero di informazioni non elaborate e non strutturate in un sistema di regole.

I soggetti con ritardo mentale tendono a ripetere in modo stereotipato prestazioni già acquisite e fissate, senza tenere conto degli insuccessi o dell'ingresso di nuovi dati motori, ripiegando su atteggiamenti motori poveri già consolidati, precedentemente, attraverso gesti goffi.

Per poter rendere accessibile a più soggetti possibili la disciplina del Wales è necessario fornire, durante la spiegazione dei fondamentali di gioco, indicazioni molto

precise sulle modalità di funzionamento del soggetto oligofrenico, poiché l'istruttore deve puntare sui dati motori che il soggetto sa compiere senza aiuto e sapere osservare le modalità attraverso cui alcune competenze acquisite nel gioco possono essere utilizzate nella vita quotidiana per verificare come il soggetto riesca, eventualmente, a trasferire informazioni e schemi cognitivi da una situazione all'altra.

Tutto ciò è essenziale per impedire che il soggetto produca gesti dannosi e, conseguentemente, per ridurre gli insuccessi che influenzano il suo sviluppo cognitivo motorio.

Nel Wales la palla può essere palleggiata, passata, tirata o portata in porta e va rubata agli avversari e questo produce un senso di divertimento nel soggetto.

I bambini dovranno, progressivamente, sviluppare le proprie tecniche e abilità; pertanto, il gioco diviene lo strumento fondamentale attraverso il quale i soggetti in difficoltà intraprendono il cammino verso la scoperta dell'utilizzo dei fondamentali appresi, consolidano l'apprendimento delle abilità motorie individuali, strutturano e sviluppano le capacità motorie.

In tal modo il gioco finisce con il rivestire una funzione educativa e formativa ma, per essere definito correttamente «gioco-sport», deve rispondere a adeguati principi e criteri di riferimento.

Le situazioni di gioco-sport proposte devono avere caratteristiche ludiche e di divertimento sano, di agonismo e confronto educativo all'interno di attività flessibili e di regole polivalenti, in assenza di specializzazione, allo scopo di forgiare un soggetto protagonista del processo formativo in cui è coinvolto.

Le attività di gioco-sport utilizzate devono educare alla percezione e al controllo delle proprie espressioni di movimento, formare le capacità e le abilità motorie individuali,

sviluppare l'autonomia, stimolare la capacità di espressione e potenziare la comunicazione rispetto ai livelli di partenza.

Gli obiettivi specifici di apprendimento

All'interno della disciplina del Wales possono essere individuati i seguenti obiettivi specifici di apprendimento:

1. promuovere lo sviluppo delle capacità relative alle funzioni senso-percettive cui sono connessi i procedimenti d'ingresso e di analisi degli stimoli e delle informazioni;
2. consolidare e affinare, a livello concreto, gli schemi motori statici e dinamici indispensabili al controllo del corpo e all'organizzazione dei movimenti;
3. concorrere allo sviluppo di coerenti comportamenti relazionali e codici espressivi non verbali in relazione al contesto;
4. collegare la motricità all'acquisizione di abilità relative alla comunicazione gestuale e mimica, alla drammatizzazione, al rapporto tra movimento e musica per il miglioramento della sensibilità espressiva ed estetica;
5. partecipare al gioco collettivo, rispettando indicazioni e regole;
6. muoversi con scioltezza, destrezza, ritmo (palleggiare, lanciare, ricevere da fermo oppure in movimento);
7. utilizzare efficacemente la gestualità fino-motoria con piccoli attrezzi codificati e non nelle attività ludiche, manipolative e grafico-pittoriche come nei giochi di imitazione, immaginazione, popolari e organizzati sotto forma di gare in cui si possano apprezzare il senso della traiettoria, delle distanze, dei ritmi esecutivi e delle azioni motorie;

8. impiegare abilità motorie in forma singola, a coppie, in gruppo;
9. usare consapevolmente le proprie capacità motorie e modulare l'intensità dei carichi, valutando anche le capacità degli altri;
10. giungere a corrette modalità esecutive per la prevenzione degli infortuni nei vari ambienti;
11. utilizzare in modo corretto e sicuro per se stessi e per i compagni spazi e attrezzature;
12. interagire positivamente con gli altri valorizzando le diversità;
13. rispettare le regole dei giochi e della società.

All'interno delle modalità espressive che utilizzano il linguaggio del corpo possiamo codificare, tra gli obiettivi specifici, il sapere utilizzare il linguaggio gestuale e motorio per comunicare stati d'animo, idee, situazioni, ecc.

Per ciò che riguarda il consolidamento degli schemi motori e posturali, obiettivo specifico è il sapere utilizzare schemi motori e posturali e prevedere le loro interazioni in situazione combinata e simultanea.

Infine, relativamente all'affinamento delle capacità coordinative generali e speciali, un obiettivo specifico individuabile è quello di eseguire movimenti precisi e adattarli a situazioni esecutive sempre più complesse.

Conclusioni

Conoscere e praticare il gioco del Wales, all'interno dell'avviamento ai giochi sportivi di squadra, proponendo il suo Regolamento agli istruttori, adeguatamente formati a trattare con soggetti in età evolutiva con disturbi nell'apprendimento, nonché alcune sue strategie e tattiche, significa trasmettere e veicolare una nuova forma di aggregazione e

di collaborazione nel gruppo dei pari, ciascuno con il proprio ruolo e la propria diversità.

Da un punto di vista regolamentare può essere utile mettere a confronto punti in comune delle varie discipline e osservare, in via sperimentale, le principali funzioni fisiologiche e i loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico al fine di migliorare la respirazione, la frequenza cardiaca e il tono muscolare.

Il gioco del Wales assume un'importanza fondamentale per l'integrazione e il recupero, perché risulta uno sport facile da praticare per il numero limitato di regole e ciò permette al soggetto con ritardo cognitivo di arrivare in zona goal con facilità. Quindi, in un programma di avviamento allo sport del Wales, è necessario integrare il gioco con movimenti che mirano a rafforzare la volontà dell'individuo.

È grazie al movimento che il soggetto oligofrenico può affinare l'attenzione attraverso segnali uditivi che rientrano nell'ambito della ludoterapia.

L'esercizio dell'udito può migliorare un'altra facoltà compromessa a svariati livelli, quella del linguaggio, espresso attraverso parole sempre simili e ripetute con tautologie. Il Wales, sotto forma di gioco, permette di fare acquisire funzioni motorie e, di conseguenza, psico-intellettive.

L'esercizio fisico può sortire i suoi effetti solo se viene svolto un congruo numero di volte, sempre nelle stesse condizioni e con le stesse modalità. L'esecuzione ripetuta apporta un notevole contributo terapeutico, poiché favorisce lo sviluppo di abilità attentive e della concentrazione e, se avviene all'inter-

no di un seppur semplice gioco di squadra, favorisce l'integrazione e la socializzazione nei gruppi dei pari.

L'educazione fisica e motoria con i suoi esercizi persegue non solo lo scopo di potenziare tutto il corpo ma anche di tenere attiva la funzionalità dell'apparato osseo, muscolare, del cuore e dei polmoni. E scopo del Wales, all'interno delle attività di gioco-sport, è quello di favorire lo sviluppo armonico dell'organismo, della lateralità, della coordinazione, condizionando in positivo la formazione del carattere.

Quando si parla di recupero la scuola deve essere in grado di offrire un ambiente idoneo a migliorare la dinamica generale dell'organismo per il raggiungimento di una postura corretta e di un equilibrio più sicuro, anche mentale, abbinando situazioni di gioco corporeo a esercizi che favoriscano un'educazione respiratoria, adeguata alle aspettative del gioco e che producano, infine, un benefico rilassamento di corpo e mente, preludio di un migliore apprendimento.

Bibliografia

- AA.VV. (1990), *Come eravamo sportivi, cento anni di immagini in Friuli Venezia Giulia, 1860-1990*, Fagagna (UD).
- Bianco A. e Leoni R. (1996), *Giochi Mondiali Universitari (1939-1962)*, Firenze.
- Cravotta S. (2000), *I roller for run a scuola*, Prefettura di Caltanissetta.
- Zanetti Lorenzetti A. (1995), *Atletica 1933-1994, una rivista nella storia dello sport italiano*, Firenze.

Summary

Wales is a sport invented and disciplined by the author of this article that is also played at school to improve the cognitive capacities and basic skills in the mentally retarded. Observations show that the game of Wales helps to restore and enhance basic motor abilities (coordination, balance, strength, posture and muscular tone) in the mentally retarded that have a significant cognitive and emotional-relational skills deficiency. This sport helps to restore some skills which have been compromised, by promoting the development of sensitive-perceptive functions and consolidating static and dynamic motor skills which are essential to control the body and to organise movements in relation to different contexts.