

L'attività motoria integrata e il progetto di vita

Andrea Selis*

monografia

Sommario

L'articolo riporta un'esperienza di integrazione condotta nell'arco di un ciclo scolastico della scuola superiore caratterizzata da interventi condotti nell'area motoria. L'osservazione successiva effettuata al termine dell'esperienza scolastica, avvenuta dieci anni fa, ha consentito di valutare, da una parte, le ricadute positive sulle abitudini e gli stili di vita e, dall'altra, in che modo tale esperienza abbia orientato le scelte di vita in età adulta. Sono state evidenziate le strategie didattiche adottate al fine di contribuire alla definizione di un modello di attività motorie e sportive integrate e inclusive.

Nelle indicazioni per il curriculum pubblicate nel 2007 si afferma che «la scuola realizza appieno la sua funzione impegnandosi per il successo scolastico di tutti gli studenti, con una particolare attenzione al sostegno delle varie forme di diversità, di disabilità o di svantaggio» (MIUR, 2007, p. 5). Tale affermazione attesta che la visione della scuola maturata a livello ministeriale pone l'attenzione non solo verso gli alunni diversi perché in possesso di una certificazione di disabilità, ma anche verso il composito universo di alunni che vengono percepiti al di fuori della normalità, in quanto interessati da bisogni educativi speciali o provenienti da esperienze individuali, che li differenziano sostanzialmente dai loro coetanei.

Questa apertura verso una presa in carico delle varie forme di diversità rappresenta un chiaro passo della scuola italiana verso l'inclusività. Le scienze motorie sono impegnate parimenti a superare il modello delle attività motorie adattate per l'integrazione, nate per rispondere alle esigenze degli alunni interessati da disabilità, per promuovere un modello di attività motorie e sportive integrate e inclusive (Valet, 2008). A facilitare questo passaggio possono sicuramente concorrere le esperienze didattiche maturate in ambito scolastico negli anni dell'integrazione: una loro rilettura e una loro valorizzazione possono certamente fornire ampi spunti di riflessione e preziosi riferimenti per rigenerare continuamente le prassi, pena la loro degenerazione (Morin in Paterlini, Nasuti e Corradini, 2003).

L'esperienza educativa che verrà di seguito descritta si riferisce a un percorso scolastico

* Insegnante di Educazione fisica specializzato nel sostegno, Perugia.

portato a termine, circa dieci anni fa, presso un istituto superiore, da un alunno interessato da una grave forma di disabilità. La collocazione temporale dell'esperienza presa in considerazione consente di effettuare delle riflessioni circa gli effetti a medio termine che l'intervento educativo ha prodotto sulle scelte di vita di Marco, l'alunno sopraccitato. Al contempo i riferimenti relativi al contesto nel quale si è svolta l'esperienza risentono inevitabilmente del clima nel quale, ormai 15 anni fa, avvenne il processo d'integrazione delle persone interessate dalle varie forme di disabilità sia in ambito scolastico che in ambito sociale.

In quegli anni a interessare maggiormente il personale scolastico e non preposto all'accoglienza e alla cura degli alunni in situazione di disabilità e gli esperti di Pedagogia Speciale erano le importanti innovazioni introdotte dalla Legge-quadro 104 del 1992. In ambito scolastico i progetti educativi individualizzati incominciavano a includere anche gli aspetti più rilevanti della vita extrascolastica, ma non erano ancora maturi i tempi per programmare pensando alle dimensioni dell'essere adulto e all'acquisizione dei vari ruoli sociali in un futuro oltre la scuola. In molti casi, però, si progettavano dei percorsi di apprendimento significativi che potessero avere una ricaduta positiva sulle abitudini e sugli stili di vita, orientando di conseguenza le scelte di vita in età adulta.

La dimensione corporea

Nella programmazione dell'intervento didattico ha assunto da subito un'importanza determinante la dimensione corporea e motoria, in quanto le conseguenze che a livello motorio la patologia primaria comportava condizionavano fortemente le possibilità di sviluppo e di apprendimento dell'alunno.

Tale patologia, descritta nella diagnosi medica come *tetraparesi quale esito di P.C.I. (ICD-10, Ministero della Sanità, 2001) in un quadro di ritardo mentale medio-lieve*, comportava l'assunzione di posture antifiologiche anche a causa di ausili inadatti (carrozzina) e influenzava negativamente le capacità attentive, mentre le restrizioni negli spostamenti limitavano in modo significativo la comunicazione, le interazioni e le relazioni personali (*ICF, World Health Organization, 2001*).

In una prima fase sono stati pertanto programmati degli interventi in grado di ridurre le barriere più evidenti che ostacolavano la partecipazione. A tal fine sono stati adottati degli ausili più adeguati in raccordo con le strutture sanitarie e si è cercato di migliorarne l'utilizzo soprattutto in ambito scolastico. In un secondo momento l'attenzione è stata posta sul cercare di realizzare delle forme di partecipazione integrata all'attività motoria svolta a scuola e sull'incentivare la frequenza di attività analoghe in ambito extrascolastico.

Nel caso in questione la programmazione nell'area motoria ha rivestito un'importanza fondamentale all'interno del *Piano Educativo Individualizzato/PEI* (Ianes e Cramerotti, 2009), soprattutto grazie all'elevato livello di motivazione evidenziato dall'alunno nei confronti delle attività motorie e sportive. L'intervento didattico specifico è stato reso possibile dall'attribuzione dell'alunno all'area psicomotoria, in fase di programmazione degli interventi a livello d'istituto, e al conseguente intervento dell'insegnante specializzato in tale area con un rapporto 1:1 per l'intero ciclo scolastico.

La dimensione didattica

Marco, a causa della sua disabilità, possedeva delle capacità e delle abilità motorie

molto limitate, che gli rendevano impossibile mantenere la posizione eretta ed effettuare l'esercizio delle grandi prassie. A ciò si aggiunga che, come nei casi più gravi di P.C.I., i gesti motori erano fortemente parassitari e le principali articolazioni ormai fissate in una posizione semi-permanente di flessione a causa della spasticità diffusa.

La prima osservazione da fare è che, a causa del gap esistente tra le prestazioni di Marco e quelle del resto della classe, il livello di difficoltà e di complessità dell'azione didattica era in partenza estremamente elevato ed erano inevitabilmente limitate le possibilità di garantire una completa inclusione in tutte le attività motorie programmate. Il concetto ispiratore dell'azione didattica è stato dunque quello di ricercare il miglior livello possibile di partecipazione facilitando l'accesso all'attività proposta al gruppo classe.

La prima e più importante strategia utilizzata è stata il *tutoring* (Topping, 1997) in tutte le sue forme, a partire da quella più classica rivolta al soggetto in fase di apprendimento. Una seconda strategia utilizzata è stata il *cooperative learning* (Johnson e Johnson, 1996), con la formazione di piccoli gruppi ai quali venivano assegnate sia le consegne relative al compito da eseguire sia la ricerca delle forme di aiuto e sostegno a favore dei compagni che incontravano delle difficoltà.

La terza strategia utilizzata è stata la proposta di un certo numero di attività che non implicassero il possesso di alti livelli di competenza motoria e che fossero in qualche modo adattabili alle capacità di Marco. I principi di adattamento delle regole (Sherrill, 2004) e delle modalità di partecipazione (Selis e Stocchino, 2006) sono stati invece gli elementi fondamentali alla base dei tentativi, spesso riusciti, di favorire la partecipazione alle attività più complesse come i giochi sportivi.

Per chiarire meglio come abbiano trovato applicazione tali strategie che sono a fonda-

mento degli interventi propri delle attività motorie integrate e inclusive, saranno di seguito riportate alcune descrizioni degli interventi più significativi.

Le prassi

In fase di programmazione degli interventi nell'area motoria sono stati previsti degli adattamenti strutturali all'attività prevista per l'intera classe. Nella parte introduttiva della lezione è stato stabilito che, nelle fasi di corsa e di cammino combinate o no con l'esecuzione di esercitazioni per gli arti superiori, i compagni spingessero a turno la carrozzina in modo da mantenere un rapporto di vicinanza con l'attività svolta dai compagni.

Nelle successive fasi di *stretching* al suolo, è stato assistito il passaggio di Marco alla posizione supina su un tappeto accanto ai compagni ed è stata prevista l'esecuzione di esercitazioni individualizzate.

Nella successiva fase di sviluppo del tema centrale della lezione, sono state scelte alcune forme di esercitazione estremamente flessibili e adattabili come il *circuit-training*, i circuiti misti, le esercitazioni per coppie, le esercitazioni per serie e ripetizioni. Nel contempo sono stati previsti alcuni momenti stabili di attività individualizzata, durante i quali è stato sviluppato un nucleo di esercitazioni ritenute indispensabili a causa delle problematiche fisiche manifestate da Marco, come alcuni esercizi al suolo di allungamento passivo degli arti e il passaggio assistito alla stazione eretta con sostegno alla spalliera svedese. Tutte le scelte effettuate in fase di programmazione sono state vagliate e discusse con Marco, che ha sempre esercitato un ruolo estremamente attivo e partecipa nel cercare gli adattamenti più efficaci e nel richiedere gli aiuti indispensabili per portare a termine il gesto motorio.

Lo sport

Come la maggior parte dei ragazzi della sua età, Marco mostrava un grande interesse nei confronti del gioco del calcio, al quale ha da subito dichiarato di voler prendere parte. Com'è facile immaginare, le implicazioni che tale dichiarazione d'intenti comportava a livello didattico non erano certo di scarso rilievo. Inizialmente sono stati effettuati dei tentativi di abbattere le barriere alla partecipazione, proponendo delle esercitazioni come il colpire la palla con la testa o con altre parti del corpo e inserendo gradualmente tutte le varianti rese possibili dal lavoro per coppie. Da subito si è tentato anche qualche inserimento durante le azioni di gioco, facendo effettuare a Marco le rimesse laterali con le mani e rendendo liberi e indipendenti dalle fasi di gioco i suoi spostamenti all'interno del campo.

Durante il biennio il livello di partecipazione attiva alle azioni di gioco è stato decisamente parziale anche a causa della mancanza di spazi adeguati e al limitato sviluppo di abilità motorie specifiche. Durante il triennio, le condizioni ambientali e personali legate soprattutto alla grande disponibilità all'accoglienza mostrata dai compagni hanno reso possibile conseguire dei livelli di partecipazione molto significativi.

Il colpire la palla con la testa è diventata l'azione più efficace svolta da Marco sul campo di gioco, anche grazie ai passaggi sempre più precisi effettuati dai compagni. Nel contempo il colpire la palla con una parte qualunque della carrozzina o del corpo, comprese le mani, è diventata una forma di adattamento scelta autonomamente e accettata dal gruppo, che ha consentito a Marco di inserirsi in un numero sempre maggiore di azioni di gioco.

La condizione di miglioramento costante della partecipazione all'attività motoria e sportiva nel calcio, così come nel basket o

nella pallavolo, sostenuta da una forte motivazione, ha determinato dei miglioramenti nella condizione fisica generale (maggiore resistenza alla fatica) e nell'utilizzo della carrozzina, consentendo di migliorare sensibilmente la capacità di muoversi all'interno e fuori dall'aula.

Tali miglioramenti, unitamente alla già citata disponibilità all'accoglienza e all'inclusione mostrata dall'intero ambiente scolastico, hanno consentito di registrare dei cambiamenti importantissimi in ambito relazionale, culminati con l'elezione di Marco a rappresentante di classe, ruolo che ha svolto in modo impeccabile per due anni con il consenso della maggioranza dei compagni.

Le sfide

Una delle caratteristiche più rilevanti del rapporto educativo vissuto con Marco è stata rappresentata dalle sfide che hanno segnato alcune delle svolte più significative del processo d'integrazione. Si badi bene che tali sfide sono state lanciate tutte da Marco a significare un atteggiamento per niente remissivo o fatalista nei confronti delle scelte didattiche e di vita.

La prima che mi viene da citare è quella relativa alla scelta della carrozzina effettuata durante il primo anno scolastico, che mi ha visto propendere, unitamente al fisiatra, per l'adozione di una carrozzina elettrica al fine di migliorare la mobilità all'interno della classe e consentire di percorrere autonomamente il percorso casa-scuola.

La risposta di Marco fu di grande perplessità iniziale e successivamente di rifiuto: nonostante le mie insistenze, la carrozzina rimase per lungo tempo a fare bella mostra di sé nel salotto di casa. Ciò che mi convinse a desistere fu una dichiarazione chiarificatrice di Marco, che suonava più o meno

come: «Sai, se uso la carrozzina elettrica mi sembra di essere un handicappato...». Il rispetto dovuto a tale dichiarazione mi spinse a rivedere radicalmente il mio atteggiamento e a combattere al suo fianco per sostenere la sua scelta che a posteriori, devo ammettere, era più lungimirante rispetto a quella da me prospettata.

Una delle sfide più interessanti in ambito motorio fu lanciata da Marco quando, di fronte ai compagni che eseguivano il volteggio alla cavallina, chiese di poterlo effettuare anche lui. Devo dire che, pur essendo pronti a adattare quasi tutte le attività proposte, io e il collega di Educazione fisica avemmo qualche momento di sconcerto.

Incominciammo, come talvolta accadeva, una sessione improvvisata di problem solving (Tuffanelli, 2006) concertata tra noi, Marco e la classe e arrivammo alla conclusione che la prova poteva essere adattata eliminando, per ovvie ragioni, il passaggio sulla cavallina e confermando la rincorsa, il passaggio assistito sulla pedana elastica (un compagno spingeva in partenza la carrozzina) e l'arrivo sui materassi abbandonando la carrozzina.

Dopo alcuni tentativi non riusciti si arrivò a un'esecuzione soddisfacente, anche se la difficoltà nell'aiutare Marco a riconquistare la posizione seduta sulla carrozzina, dopo l'arrivo in posizione distesa sui materassi, rese possibili solo alcune prove.

Le scelte di vita

Durante il percorso scolastico sono stati compiuti numerosi tentativi per promuovere la partecipazione ad attività extrascolastiche che potessero rendere meno grave l'isolamento che la sua vita, condotta prevalentemente in ambito familiare, comportava. Dopo numerose insistenze e alcuni interventi diretti, finalizzati a facilitare il contatto con

ambienti diversi da quelli conosciuti, Marco iniziò a frequentare il coro della parrocchia e a praticare un'attività natatoria presso una società sportiva per persone interessate da disabilità.

Su questo primo nucleo di attività del tempo libero Marco ha costruito una serie di rapporti e di impegni che continua tuttora a mantenere. In particolare, ha costantemente frequentato un'attività motoria e, in taluni periodi, tale frequenza si è tramutata in un impegno sportivo che lo ha portato a prendere parte a gare di nuoto e di basket per soli soggetti in situazione di disabilità.

Marco ha sempre manifestato una decisa preferenza per le attività svolte in un ambiente integrato, frequentando una palestra e una piscina aperte a un'utenza mista. Sicuramente le opportunità in tal senso sono state fortemente condizionate dai fattori ambientali e personali (World Health Organization, 2001), che non hanno consentito di raggiungere un soddisfacente livello d'inclusione dopo il completamento del percorso scolastico.

La frequenza di un'attività di carattere motorio è ormai vista da Marco come un aspetto fondamentale della sua vita. Si rammarica per i ritardi nell'attivazione dei corsi dedicati e per la mancata frequenza dovuta a impedimenti fisici, così come apprezza concretamente i benefici fisici e psicologici derivanti da una frequenza continuativa. Nel corso degli anni Marco ha gradualmente diminuito il peso e il valore attribuito alla terapia fisica, che nei primi anni era effettuata giornalmente, mentre in seguito, a causa dei noti tagli alle spese sanitarie, veniva garantita solo sporadicamente. La diminuzione dell'interesse nei confronti della terapia fisica ha coinciso con il crescente interesse nei confronti della pratica dell'attività motoria e sportiva: ciò testimonia l'apprezzamento dei maggiori benefici derivanti da quest'ultima.

Non è forse possibile individuare a posteriori un nesso di causa-effetto tra l'esperienza scolastica e le scelte di vita operate da Marco, ma è sicuramente possibile ipotizzare che queste ultime siano state ispirate e sostenute da un'esperienza scolastica significativa e ricca di opportunità.

Bibliografia

- Ianes D. e Cramerotti S. (2009), *Il Piano Educativo Individualizzato. Progetto di vita*, 3 voll., Trento, Erickson.
- Johnson D.W. e Johnson R.T. (1996), *Apprendimento cooperativo in classe. Migliorare il clima emotivo e il rendimento*, Trento, Erickson.
- Ministero della Sanità (2001), *ICD-10. Classificazione statistica internazionale delle malattie e dei problemi sanitari correlati: 10ª revisione*, 3 volumi, Roma, Istituto poligrafico e Zecca dello Stato, www.istat.it/strumenti/definizioni/malattie.pdf.
- MIUR (2007), *Indicazioni per il curricolo*, Roma, agosto, p. 5, www.indire.it/indicazioni/show_attach.php?id_cnt=4709.
- Paterlini E., Nasuti P. e Corradini A. (2003), *Educazione e globalizzazione. Intervista ad Edgar Morin*. In L. Tuffarelli e D. Ianes, *Una testa ben fatta*, Trento, Erickson, p. 18.
- Selis A. e Stocchino G. (2006), *Quali prospettive per l'inclusione dei bambini con disabilità nella pratica sportiva di base?*, «L'integrazione scolastica e sociale», vol. 5, n. 2, aprile, pp. 193-197.
- Sherrill C. (2004), *Adapted Physical Activity, Recreation, and Sport: Crossdisciplinary and Lifespan* (6th ed.), New York, McGraw-Hill Companies, pp. 85-86.
- Topping K. (1997), *Tutoring*, Trento, Erickson.
- Tuffanelli L. (2006), *Le diversità degli alunni. Utilizzare le differenze cognitive e affettive per l'apprendimento*, Trento, Erickson, pp. 221-250.
- Valet A. (2008), *L'inclusione: una nuova sfida per le attività fisiche e sportive adattate*. In M. Drabeni e L. Eid (a cura di), *L'attività fisica adattata per i disabili*, Milano, Libreria dello Sport, pp. 41-52.
- World Health Organization (2001), *ICF / International Classification of Functioning, Disability and Health*, Geneva, Switzerland, trad. it. Organizzazione Mondiale della Sanità, *ICF / Classificazione Internazionale del Funzionamento, della Disabilità e della Salute*, Parte 2, Capitoli 7 e 8, Trento, Erickson, 2002.

Abstract

The article describes an integrated experience carried out during a five year senior secondary school course characterised by activities in the physical education area. The following observation conducted at the end of the educational experience, which took place ten years ago, enabled the positive effects on the habits, lifestyles and the way in which this experience influenced adult lifestyle choices to be assessed. The educational strategies adopted were highlighted in order to contribute to the definition of an integrated and inclusive sports and motor activity model.