

Conclusioni

Lo sport presenta degli innegabili benefici che possono favorire l'armonico sviluppo della persona.

Infatti, oltre ai benefici fisici e psicologici, lo sport è anche divertimento, sano passatempo e occasione d'incontro.

Per il normodotato lo sport è un momento di vita importante, ma sicuramente lo è ancor di più per un portatore di handicap, che ha bisogno di poter occupare il proprio tempo libero; ma lo sport in questo caso non diventa semplice intrattenimento, ma vera pratica riabilitativa su più fronti.

Lo sci di fondo, per le sue caratteristiche, è una di quelle discipline sportive che presentano innumerevoli benefici per i portatori di handicap, nel nostro caso specifico per i non vedenti.

Questi hanno bisogno di muoversi, innanzi tutto per la propria salute, ma soprattutto per migliorare il proprio orientamento nello spazio. Lo sci di fondo, oltre ad essere uno sport completo, come lo è il nuoto, permette di praticare l'attività all'aperto, offrendo un ambiente salutare e del tutto nuovo, quindi ricco di stimoli e di novità per il non vedente.

La possibilità di provare nuove sensazioni sugli sci, come il senso dell'equilibrio, diverso da quello necessario nella deambulazione, fa sì che il non vedente possa acquisire degli schemi motori nuovi che possono arricchire il suo bagaglio di esperienze motorie. Egli scopre che con gli sci può muoversi con rapidità e facilità conoscendo una fluidità motoria che non ha mai sperimentato prima e diventando padrone del proprio corpo e dei propri movimenti. Ma sicuramente la vera soddisfazione per questi soggetti consiste nel rendersi conto che hanno realizzato qualcosa che mai avrebbero sognato di poter fare: sciare!

Inoltre l'ambiente montano, con le sue splendide giornate di sole, può essere del tutto suggestivo anche per un non vedente, che tramite i sensi vicarianti percepisce l'ambiente circostante.

Lo sci di fondo ha il vantaggio di poter essere praticato, oltre che da soli, anche in piccoli gruppi, per questo può avere un forte valore socializzante.

Il presente lavoro si è soffermato maggiormente su questo aspetto dimostrando come per il non vedente, praticare uno sport come questo, possa offrire ampie possibilità d'incontro, non solo tra non vedenti, ma anche tra questi e i normodotati.

Infatti, la necessità per il cieco di avere una guida e la possibilità di condividere gli stessi spazi dei normodotati, offre molte possibilità d'integrazione.

Lo sci, ben si presta ad essere una di quelle discipline sportive che in un prossimo futuro potrebbero essere inserite in programmi più ampi di riabilitazione.

Sicuramente, anche lo sci presenta dei limiti, soprattutto localizzativi, poiché in Italia, le uniche zone che permettono di poter sciare sono l'arco alpino e alcune limitate zone del centro e del sud. Quindi queste attività invernali richiedono degli spostamenti che non sono sempre facilmente fattibili.

Anche per quanto riguarda i benefici che ho menzionato, con questo non si vuole assolutamente sopravvalutare le possibilità dello sci di fondo, né considerarlo al di sopra di altre attività, mettendolo su di un piedistallo, ma proporlo come una nuova possibilità ed alternativa, inserendolo in una visione più ampia dello sport come riabilitazione per i non vedenti e i portatori di handicap in generale.

Infatti, per troppo tempo lo sport è stato considerato come un semplice passatempo, sottovalutando il valore dei suoi innumerevoli benefici. L'organizzazione delle attività sportive per disabili si è limitata, infatti, a sporadiche occasioni e all'impiego di limitate energie e finanziamenti. Già molto si è fatto, rispetto ad un tempo, ma sicuramente non è sufficiente: bisognerebbe innanzi tutto attribuire allo sport i meriti che effettivamente gli spettano per inserirlo in programmi più ampi di riabilitazione insieme ad altre discipline e sensibilizzare maggiormente sul problema i normodotati e i disabili stessi.

Bisogna comprendere che fare sport non solo è possibile per i portatori di handicap, ma è necessario ed è un loro diritto: soltanto allora lo sport sarà davvero di tutti e per tutti !

APPENDICE

Questionario 1

ETA':

NOME:

- PERCHE' VUOI PRATICARE LO SCI DI FONDO?

- Per occupare il tempo libero.
- Fa bene alla salute.
- Mi fa sentire importante.
- Per migliorare la mia forma fisica.
- Per stare con un amico/a che già lo pratica.
- Me l' ha consigliato il medico.
- Mi piace stare con gli altri.
- Per non stare in città.
- Per imparare una cosa nuova in compagnia.
- Per divertirmi.
- Per sentirmi soddisfatto/a.
- Lo trovo un bello sport.
- Per stare fuori casa.
- Per conoscere nuovi amici.
- Per migliorarmi.
- Per fare una cosa diversa.
- Per me stesso/a.
- Mi sono stancato/a delle altre attività.
- Perché si sta all' aria aperta.
- Mi piace la montagna.
- Altre risposte.....

- PRATICHI ALTRI SPORT ? SE SI, QUALI ?

.....
...

Divisione delle domande nei cinque gruppi di motivazioni:

Divertimento:

- Per occupare il tempo libero
- Per divertirmi
- Lo trovo un bello sport
- Mi piace la montagna

Salute:

- Fa bene alla salute
- Per migliorare la mia forma fisica
- Perché si sta all'aria aperta
- Me l'ha consigliato il medico

Autostima:

- Mi fa sentire importante
- Per migliorarmi
- Per sentirmi soddisfatto
- Per me stesso/a

Socializzazione:

- per stare con un amico che già lo pratica
- mi piace stare con gli altri
- per imparare una cosa nuova in compagnia

- per conoscere nuovi amici

Bisogno di evasione:

- per stare fuori casa
- per fare una cosa diversa
- per non stare in città
- mi sono stancato/a delle altre attività

Questionario 2

Parte I

Dare una risposta alla seguenti domande:

1) In questa settimana hai conosciuto nuovi amici ?

- 0) no, nessuno
- 1) si, qualcuno
- 2) si, abbastanza
- 3) si, molti

2) Li trovi simpatici?

- 0) no, per niente
- 1) poco
- 2) abbastanza
- 3) molto

3) Hai conosciuto tutti i compagni del gruppo ?

- 0) no
- 1) solo qualcuno
- 2) quasi tutti
- 3) tutti

4) Sei rimasto/a soddisfatto/a del rapporto con gli altri ?

- 0) no, per niente
- 1) poco
- 2) si, abbastanza

3) molto

5) Hai praticato volentieri lo sci di fondo con gli altri ?

0) no, avrei preferito essere solo

1) non tanto

2) abbastanza

3) molto

6) Durante le lezioni hai parlato con gli altri ?

0) no, mai

1) qualche volta

2) spesso

3) sempre

7) Ti sei divertito/a con gli altri ?

0) no, per niente

1) poco

2) abbastanza

3) molto

8) Dopo le lezioni di sci avete praticato altre attività insieme?

0) no, nessuna

1) si, qualche volta

2) spesso

3) ne abbiamo praticate molte

9) Vi siete scambiati l'indirizzo?

0) no

1) solo con qualcuno

2) con quasi tutti

3) con tutti

10) Dopo la settimana bianca vi siete incontrati ?

0) no, mai

- 1) qualche volta
- 2) spesso
- 3) sempre

Parte II

Dare una risposta alle seguenti domande :

1) Avete conosciuto tutte le guide / i maestri ?

- 0) no
- 1) solo qualcuno
- 2) quasi tutti
- 3) tutti

2) Li hai trovati simpatici ?

- 0) no, per niente
- 1) non tanto
- 2) abbastanza
- 3) molto

3) Siete diventati amici ?

- 0) no
- 1) poco
- 2) abbastanza
- 3) molto

4) Ti sei trovato/a bene con la guida/ maestro ?

- 0) no, per niente
- 1) poco
- 2) abbastanza
- 3) molto bene

5) Ti fidavi di lui ?

- 0) no, per niente
- 1) poco
- 2) abbastanza
- 3) molto

6) Avete parlato di altro durante le lezioni ?

- 0) no, mai
- 1) qualche volta
- 2) spesso
- 3) sempre

7) Il maestro/ guida è stato disponibile nell'aiutarti quando eri in difficoltà ?

- 0) no, mai
- 1) qualche volta
- 2) spesso
- 3) sempre

8) Avete fatto con loro altre attività nel tempo libero ?

- 0) no, mai
- 1) qualche volta
- 2) spesso
- 3) si, molte attività

9) Ti sei divertito/a con loro ?

- 0) no per niente
- 1) poco
- 2) abbastanza
- 3) molto

10) Ti farebbe piacere rincontrarli in un'altra occasione ?

- 0) no
- 1) non molto
- 2) abbastanza
- 3) molto

BIBLIOGRAFIA

ALLIEGRO M., *L'educazione motoria dei minorati della vista. Il gioco e lo sport*, Roma, Armando Editore, 1993.

ALLIEGRO M., *L'educazione dei ciechi*, Roma, Armando Editore, 1991.

ANTONELLI F., *Psicologia e psicopatologia dello sport*, Roma, Leonardo Edizioni Scientifiche, 1963.

ASSOCIAZIONE VALDOSTANA MAESTRI DI SCI, *Appunti sull'insegnamento dello sci a persone disabili*, Collegio Professionale Maestri di Sci della Valle d'Aosta, 1996.

AXELROD S.(1959), *Effects of early blindness*, in GALATI D., *Vedere con la mente. Conoscenza, affettività, adattamento nei non vedenti*, Milano, Angeli, 1991.

BOWER T. (1977), Trad. It. *Il mondo percettivo del bambino*, Roma, Armando Editore, 1980.

CANEVARO A., GAUDREAU J., *L'educazione degli handicappati. Dai primi tentativi alla pedagogia moderna*, Roma, NIS, 1988.

CASTELLI G., (a cura di), *Handicap e sport*, Milano, Edizione Unicopli, 1995.

CARZANA M., DEL PRETE P., (a cura di), *Oltre il limite. Guida pratica per disabili che si avvicinano al mondo dello sport*, Torino, Regione Piemonte,1996.

CASCINO V., MARINO V., *Tecnica Snoezelen. I gesti dell'anima*, in Handicap Risposte, anno XIV, 1999, pp.45-49.

CEPPI E., *I minorati della vista*, Roma, Edizioni Armando, 1981.

Città di Torino, *Sport e handicap. Torino 28 ottobre 1995*, Torino, Assessorato allo sviluppo sociale e lavoro, 1995.

C.O.N.I., F.I.C.S., *Celebrazione quinquennio della Federazione*, Modena, 25 gennaio 1985.

CRATTY B.J.(1974), Trad. It. *L'attività motoria e l'educazione dei ritardati*, Cosenza, Edizione Brenner, 1979.

DROPSY J.(1973), Trad. It. *Vivere nel proprio corpo. Espressione corporea e rapporti umani*, Milano, Ottaviano, 1981.

FARNETI P., CARLINI M.G., *Il ruolo del corpo nello sviluppo psichico*, Torino, Loescher Editore, 1981.

FERRAUTO E., *Teoria unitaria delle attività motorie*, Roma, ISEF, 1954 in COPPA L., *L'espressione motoria quale momento di educazione integrale*, Viterbo, Edizione Quattrini, 1956.

F.I.S.I., COS.CU.MA., Assessorato alla Provincia Autonoma di Trento, (a cura di), *Bozza testo di teoria insegnamento sci ad handicappati*, Trento, Nuova Stampa Rapida, 1983.

F.I.S.I., (a cura di), *Atti del corso di specializzazione nell'insegnamento dello sci alpino e nordico agli handicappati*, Passo del Tonale, 1985.

FROSTIG M., MASLOW P.(1977), Trad. It. *Educazione motoria. Teoria e pratica*, Torino, Omega, 1978.

FUGAGNOLI B. in Zanobini M., Usai M.C., *Psicologia del' handicap e della riabilitazione : i soggetti, le relazioni, i contesti in prospettiva evolutiva*, Milano, Ed. Franco Angeli, 1997.

GALATI D., (a cura di), *Vedere con la mente: conoscenza, affettività, adattamento nei non vedenti*, Milano, Angeli, 1992.

GENTILI C.(1965), *Corpo come relazione in Sistema Nervoso*, anno XVII, in FARNETI P., CARLINI M.G., *Il ruolo del corpo nello sviluppo psichico*, Torino, Loescher Editore, 1981.

GHEZA F., DELL'ACQUA U., BRUGNOLLI L., (a cura di), *Sci e handicap*, Trento, Nuova Stampa Rapida, 1983.

GILIBERTI TINCOLINI V., ZILLI A., *Gli handicappati*, Firenze, LeMonnier, 1980.

GIRALDI G., *L'educazione dei ciechi*, Roma, Armando, 1961.

GORI R., GAMBA M., ROSSINI S., *I programmi della scuola elementare. Educazione al suono e alla musica, educazione all'immagine, educazione motoria*, Roma, Armando Editore, 1987.

HATWELL Y., *Privation sensorielle et intelligence*, Paris, Presses Universitaire de France, 1966.

IANES D., *La valutazione iniziale delle abilità dell'handicappato*, Trento, Ed. Erickson, 1988.

LE BOULCH J.(1971), Trad. It. *Verso una scienza del movimento umano. Introduzione alla psicocinetica*, Roma, Armando Editore, 1983.

LAPIERRE A., AUCOUTORIER B. (1968), Trad. It. *La simbologia del movimento*, Cremona, Ed. Padus, 1972.

LAWLER W., in A.A.V.V.,(1966), Trad. It. *Attività ricreative. Manuale per assistenti e genitori*, Roma, Armando Editore, 1980.

LOISEL E.(1960), Trad. It. *Le basi psicologiche dell'educazione fisica*. Bologna, Edizione Malipiero, 1968.

MALARODA V., ZAMBONI C., *Il bambino non vedente*, Bologna, Cappelli, 1991.

MAZZEO M., *Il gioco e il movimento*, in Handicap risposte, anno XIV, 1999, pp. 12-14.

MAZZEO M., *Il bambino cieco: sviluppo cognitivo*, Roma, Anicia, 1988.

- MAZZEO M., *La vista e gli altri sensi. Cinque meno uno*, in Handicap risposte, anno XIV, 1999, pp. 20-26.
- MINOJA ZANI L., *La minorazione fisica*, Milano, Vita e Pensiero, 1978.
- MONTI CIVELLI E., *La socializzazione del fanciullo non vedente*, Milano, Edizione Angeli, 1980.
- OMS, *Classificazione internazionale delle menomazioni, delle disabilità e degli svantaggi esistenziali*, Edizione italiana a cura del Cles, 1981.
- PESCI G., (a cura di), *Il corpo nella relazione*, Roma, Armando Editore, 1991.
- PETRINI E., DESINAN C., *Attività ludiche e condizioni di handicap*, Verona, Morelli Editore, 1984.
- PIAGET J.(1955), Trad. It. *Introduzione all'epistemologia genetica. Il pensiero fisico*, Milano, Emme Edizioni, 1984.
- PIAGET J.(1936), Trad. It. *La nascita dell'intelligenza nel bambino*, Firenze, La Nuova Italia, 1973.
- PICQ L., VAYER P.(1968), *Educazione psicomotoria e ritardo mentale*, Roma, Armando Editore, 1968.
- PORCIANI M., *Sport handicap*, Milano, Ed. Sperling e Kupper, 1995.
- REVESZ G., *Psychology and art of blind*, London-New-York-Toronto, Longmans Green and Co., 1950.
- ROMAGNOLI A.(1924), *Ragazzi ciechi*, Roma, Armando Editore, 1973.
- SHAKESPEARE R. (1976), Trad. It. *Psicologia dell'handicap*, Bologna, Zanichelli, 1979.

SCHILDER P.(1950),Trad. It. *Immagine di sé e schema corporeo*, Milano, Franco Angeli, 1980.

TEAM EUROPEO, *Sciare con i ciechi. Primo corso di formazione per accompagnatori*, Cervinia, 29-30-31 Ottobre 1993.

TERZI I., *Il senso e la nozione di spazio attraverso l'educazione del movimento deambulatorio*, Torino, Omega, 1983.

U.I.C , *Come educare nostro figlio cieco. Guida per i genitori*, Novara, Lions club Verbania e Gallarate, 1981.

VIANELLO R., BOLZONELLA G.F., *Il bambino portatore di handicap e la sua integrazione scolastica*, Bergamo, Juvenilia, 1988.

ZANOBINI M., USAI M.C., *Psicologia dell' handicap e della riabilitazione: i soggetti, le relazioni, i contesti in prospettiva evolutiva*, Milano, Edizione Franco Angeli,1997.

WEHMAN P., RENZAGLIA A, BATES P.(1984), Trad. It. *Manuale per l'integrazione sociale dell'handicappato*, Trento, Ed. M.H. Erickson, 1988.

Raccomandazione N° R(86) 18. Carta europea dello sport per tutti.

Introduzione e cenni storici sulla F.I.S.D., ROMA, 1996.

Statuto F.I.S.D., Roma, 19 luglio 1990.

Legge n°104 del 15 febbraio 1992.

D.M. 4 marzo 1993.

Un ringraziamento particolare a:

i miei genitori, la prof. Fagiani M.B., l'U.I.C. di Torino e il suo
Presidente Valentini G., la dott. Viola M.,
la F.I.S.D. di Torino, il Maestro di sci Picollo C., il Maestro di sci
Banda G., Armando C., Bernardi C. e tutti coloro che hanno messo a
disposizione la loro disponibilità ed il loro tempo nella fase di ricerca.