



Il deficit visivo

Vedere con altri occhi

Quando il canale visivo fa difetto, si modifica anche la relazione tra il corpo e l'ambiente che lo circonda. Le attività motorie possono aiutare a ridurre le incertezze che ne conseguono e ad offrire maggior autonomia al non vedente.

Véronique Keim

Ore 14, la campana risuona nella palestra del Centro pedagogico per portatori di handicap visivo di Losanna. Gli allievi arrivano ognuno al proprio ritmo. Alcuni, come Daniel, battono le mani procedendo con passo sicuro, altri sono invece più prudenti, come Cinzia. Sono allievi come tanti altri, tranne che per un dettaglio: sono ciechi. Dopo i soliti preliminari, l'insegnante Séverine Albert espone il programma: caccia «allo scalpo» per riscaldarsi, seguito da un percorso di motricità. Esplodono grida di gioia e c'è chi salta per la trepidazione. Ognuno si prepara e aspetta il segnale di partenza. Fino a qui niente distingue questi bambini da quelli delle cosiddette classi tradizionali. Ma la vera sorpresa arriva quando nella palestra risuona il fischio che dà il via al gioco. Chi si aspetta di sentire urla e di vedere i ragazzi correre in tutte le direzioni rimane deluso: a regnare è infatti un silenzio assoluto! I giovani si muovono lentamente con movimenti elastici e silenziosi quasi come dei felini. Ognuno tenta di percepire il fruscio di un abito o un movimento d'aria sospetto. Allo spettatore si offre una coreografia silenziosa. Ad un tratto, Daniel, il più temerario del gruppo, si lancia verso una fonte sonora e con un gesto sicuro agguanta il premio.

Programma identico ma mezzi diversi

Séverine Albert, psicologa e docente di educazione fisica per portatori di handicap, lavora nel centro da due anni. Dispensa corsi di educazione fisica per allievi con deficienze visive ossia ipovedenti e non vedenti di età compresa fra i sei e i sedici anni. «Questi allievi frequentano le classi normali. Vengono da noi per seguire determinati corsi a seconda delle loro esigenze specifiche tra cui

l'educazione fisica e il teatro.» Séverine Albert elabora il programma di studio basandosi sui manuali di educazione fisica con accenti specifici applicabili alla vita quotidiana. Il lavoro focalizzato sul senso dell'orientamento è l'elemento centrale che condiziona lo sviluppo e l'acquisizione di nuove abilità sensoriali e motorie nonché la presa di coscienza del corpo e delle sue potenzialità fisiche ed espressive. L'insegnamento tende essenzialmente ad affinare i sensi di compensazione (udito, odorato, tatto, sistema vestibolare e cinestetico). L'uso del trampolino favorisce nel portatore di handicap visivo lo sviluppo dell'equilibrio, dell'orientamento nello spazio e della propriocezione. Le attività fisiche stimolano la connessione tra le diverse sensazioni percettive e innescano una specie di memoria sensorio-motoria molto utile in certe situazioni della vita. È vero che anche l'insegnamento tradizionale dell'educazione fisica per i normovedenti favorisce la ricerca di autonomia, lo sviluppo dell'autostima e della socializzazione. Per i non vedenti, tuttavia, questi elementi sono vitali.

Delimitare il campo d'azione

Il senso dell'orientamento è una capacità della quale questi giovani hanno bisogno nella vita quotidiana. E infatti ogni corso inizia con un lavoro di riconoscimento dei luoghi, del materiale presente e con una delimitazione dello spazio nel quale si svolgono le attività. È una specie di gioco collettivo con percorsi di motricità, esercizi di lotta o di rafforzamento muscolare. «Le lezioni con allievi affetti da deficienze visive si differenziano per la gestione del tempo. I primi dieci minuti servono a preparare l'attività. Poiché gli allievi non possono imitarci, dobbiamo ricorrere a ordini verbali semplici e precisi. Poi ognuno sviluppa una propria strategia per costruirsi una specie di carta mentale dell'attività.»

La trilogia «carta mentale – programma motorio – memoria muscolare» è spesso ripresa nella letteratura («Se mouvoir sans voir», p. 33, vedi bibliografia). Lo scopo è che l'esecuzione concreta permetta di rappresentarsi mentalmente il gesto adeguato al compito imposto. Grazie a questa ripetizione, la memoria mu-

Torbball, collaborare per vincere

Il torbball è l'unico gioco di squadra ideato specificamente per persone non vedenti e ipovedenti. Si tratta di uno strumento d'integrazione aperto a tutti i giocatori validi a condizione che portino una benda sugli occhi... È un gioco di rinvio che vede opporsi due squadre di tre giocatori. Assomiglia alla pallavolo per quanto riguarda il posizionamento dei giocatori perché ogni squadra ha un suo campo nel quale i giocatori si muovono liberamente.

Principio: la squadra in possesso della palla sonorizzata deve lanciarla nel campo avversario con l'obiettivo di eluderne la difesa e passare la linea finale.

Regole: la palla deve passare sotto una specie di porta delimitata da cordicelle tese in larghezza per evitare che vengano giocati palloni alti. Sono permessi passaggi tra i giocatori come nella pallavolo. Quando la palla viene tirata, i giocatori si riposizionano rapidamente (in ginocchio, senza poggiare le mani al suolo) in attesa del rinvio. Ogni squadra ha tempo otto secondi per attaccare.

Obiettivo dell'attacco: recuperare la palla, riorientarsi e tirare la palla (o fare un passaggio).

Obiettivo della difesa: riposizionarsi, riorientarsi, ascoltare e buttarsi per fermare la palla.

L'orientamento è ciò che conta!

Orientarsi sul terreno di gioco significa determinare con precisione i punti cardinali del terreno grazie a riferimenti propriocettivi ed esterocezionali (tappeti fissati al suolo, pali per marcare la porta, rumori della palla e dell'avversario, posizione dei segmenti corporei). Per l'attaccante l'orientamento è essenziale per prendere lo slancio nella direzione scelta e per tirare. Attraverso i rumori (passi, palla) il difensore prepara il tuffo difensivo.

Séverine Albert è psicologa e docente di educazione fisica per attività fisiche adattate (APA) presso il Centro pedagogico per portatori di handicap visivo di Losanna (CPHV). La ringraziamo per la sua preziosa collaborazione.

Contatto: albert_severine@hotmail.com



Educazione fisica in Italia

Ginnastica addio?

La scuola italiana, come quella svizzera, è in piena fase di cambiamenti. L'ultima bozza di riforma, presentata recentemente nella vicina penisola, prefigura un futuro scolastico dove l'attività fisica e sportiva è del tutto marginale.

scolare riesce, quasi come una scheda informatica, a riprodurre su base motoria la traiettoria usando meno energia fisica e nervosa.

L'ostacolo diventa punto di riferimento

Il percorso preannunciato all'inizio del corso viene installato: un pezzo di tappeto rappresenta la partenza, seguono poi cinque cerchi da superare a piedi uniti e poi tre piccoli anelli disposti uno dopo l'altro per appoggiare il piede destro e sinistro. Arriva poi il vero e proprio piatto forte: gli allievi devono scavalcare una banchina sospesa alle sbarre parallele per poi raggiungere l'obiettivo finale.

L'insegnante dispone gli allievi sulla linea di partenza e poi effettua lei stessa un giro del percorso spiegando ad alta voce ogni elemento e le singole distanze. Prende in mano anche i cerchi e li lascia ricadere per dare una sonorità agli elementi. Tocca poi ai ragazzi fare un giro di prova, durante il quale toccano gli oggetti con le mani o con i piedi, contano i passi, cercano la traiettoria equilibrata per passare da un cerchio all'altro. Non ho mai visto una situazione nella quale le capacità di coordinazione mi sono sembrate così legate tra di loro. Ogni allievo arricchisce la sua base orientativa e rinforza il sentimento di sicurezza indispensabile per avanzare. Daniel conferma tutto ciò, affermando che «con la paura non si possono scavalcare le sbarre!» Sicurezza però non significa assenza di rischio. «Esporsi al pericolo è importante per loro. Una volta acquisita una buona base orientativa hanno il coraggio di accelerare anche a rischio di sbattere contro un oggetto.» Quindi la teoria dell'interdipendenza tra la prova e l'errore è ben presente nell'approccio metodologico dell'attività. «Bisogna confrontarli con le difficoltà, naturalmente calcolate, perché nel quotidiano le incontrano comunque.»

Bibliografia

Raynard, Francis: *Se mouvoir sans voir*. Parigi, Yva Peyret Editeur, 1991.
 Hatwell, Yvette: *Psychologie cognitive de la cécité précoce*. Parigi, Dunod, 2003.
 Varray, Alain; Bilard, Jean; Ninot, Grégory: *Enseigner et animer les activités physiques adaptées*. Dossiers EPS n°55. Parigi, Editions Revue EPS, 2001.

Flavio Cucco

La Riforma della scuola elementare e della scuola media, oggi denominate rispettivamente primaria e secondaria di 1° grado, è entrata in vigore il 1° settembre 2004, in virtù della legge n. 53 del 28 marzo 2003. L'educazione fisica cambia nome e diventa scienze motorie: è insegnata alla primaria, un'ora alla settimana, dal maestro dell'area, e nelle ex medie, per un totale di 54 fino a 66 ore annuali (poco meno di due ore la settimana), dagli insegnanti di educazione fisica. Vi sono inoltre una quantità di ore opzionali, a scelta dello studente (198 all'anno per le medie e 99 per l'ex elementare) per il recupero e l'approfondimento, durante le quali può trovare spazio anche Pa progettualità di sviluppo delle scienze motorie. Complessivamente, quindi, la Riforma nella scuola primaria non modifica nulla, ma non offre la possibilità di inserire nella scuola un insegnamento qualificato con un docente in possesso di un'adeguata formazione di grado universitario (diplomato ISEF e Laureato in Scienze Motorie).

Una disciplina in difficoltà

Nella scuola secondaria di primo grado la Riforma trasferisce una parte dell'obbligatorietà, compreso l'ex tempore prolungato (con le tre ore settimanali di educazione fisica), alla scelta dello studente e delle famiglie.

La novità più significativa riguarda le superiori: secondo la bozza di Riforma del febbraio 2005, i licei avranno mediamente 27 ore settimanali di insegnamento obbligatorio, delle quali una sola ora destinata alle scienze motorie e sportive (attualmente sono due), spostando le scelte individuali di approfondimento nell'area dell'opzionalità e della facoltatività.

Le indicazioni presentate dal Ministro, anche se in via di definizione (la Riforma dovrebbe partire dall'anno scolastico 2006/2007), prevedono un futuro scolastico in cui l'attività fisica e sportiva sarà del tutto marginale, se non addirittura inesistente per gli studenti italiani.

La quantità è un aspetto qualitativo

La Confederazione delle Associazioni Provinciali Diplomatiche Isef e Laureati in Scienze Motorie (CAPDI & LSM) più rappresentativa nel territorio nazionale ricorda che nella quasi tota-

lità dei paesi europei l'educazione motoria, fisica e sportiva è obbligatoria in tutto il percorso scolastico e per un totale di ore annue decisamente superiore a quello italiano (mediamente tre ore nella primaria e secondaria di primo grado e due ore alle superiori).

Nelle varie sedi istituzionali nazionali ed internazionali, quali il Consiglio d'Europa, l'Organizzazione Mondiale della Sanità, l'Unesco e nei Piani Sanitari Nazionali, si pone l'accento oltre che sulla qualità, anche sulla quantità di attività motoria necessaria per un adeguato percorso formativo nel curriculum educativo scolastico, individuando nella pratica costante e continua dell'attività motoria, fisica e sportiva la risposta per contrastare l'insorgere delle problematiche sanitarie (aumento della sedentarietà, del sovrappeso, dell'obesità e degli atteggiamenti posturali scorretti nonché diminuzione della capacità e funzionalità cardiocircolatoria, respiratoria, muscolare, articolare).

Gli insegnanti di educazione fisica, quali professionisti istituzionalmente riconosciuti alla cura e allo sviluppo della motricità e della corporeità in ambito formativo scolastico, si sono mobilitati affinché si creino le condizioni perché la «Riforma» possa essere uno strumento di sviluppo e di crescita delle attività motorie e sportive per bambini e ragazzi nelle scuole d'Italia.

Flavio Cucco è presidente della CAPDI-ALS, la Confederazione che riunisce le Associazioni provinciali dei diplomati Isef e laureati in scienze motorie. Per saperne di più contattare: info@capdi.it, o il sito www.capdi.it

Non disperdere le forze

In qualità di decano dell'educazione fisica italiana, sento il dovere di fare un forte appello alla categoria affinché, alla luce di quanto sta accadendo in Italia in questi giorni, si riesca ad unire tutte le associazioni degli insegnanti di educazione fisica. Ma per capire perché a 83 anni, dopo 50 anni di vita dedicati alla scuola e 30 all'insegnamento all'ISEF, io trovi ancora l'energia per battermi a fianco dei giovani colleghi, è necessario un rapidissimo excursus sulle radici della nostra storia più recente.

I primi passi nel dopo guerra

L'ANEF, Associazione Nazionale Educazione Fisica (Ente morale nel 1955), è la prima associazione di categoria nata nell'immediato dopoguerra per volontà dei colleghi sopravvissuti alla bufera bellica, consci della necessità di unire le forze e ricondurre, a pieno titolo, l'educazione fisica nella scuola. A questa fece seguito l'Associazione degli Studenti e Diplomatiche in Educazione Fisica (ANDES-ISEF), sorta per la difesa del titolo rispetto alla massa di coloro che, essendone sprovvisti, avevano costituito la FNIEF nel comprensibile intento di formalizzare la loro situazione giuridica e amministrativa. Qualche tempo dopo vennero l'Unione Nazionale Insegnanti di Educazione Fisica (UNIEF) e poi la FIEFS, la Federazione Italiana Educatori Fisici.

Categorie più settoriali

Anche nel campo più propriamente culturale, all'istituzione del CNDEF (Centro Nazionale Didattico per l'Educazione Fisica, soppresso nel 1974), si affiancarono il CSEF (Centro Studi Educazione Fisica di Bologna) e il CSEFF (Centro Studi Educazione Fisica Femminile). A queste associazioni fecero seguito altre, settoriali, sorte per tutelare gli interessi di gruppi specifici, come l'UNC (Unione Nazionale Cinesiologi) e la SIEF (Società Italiana di Educazione Fisica di Firenze). Si arriva così, nel 1994, alla nascita dell'ALSTAFS (ora ALSM) che – costituita da un gruppo di neo-laureati in scienze e tecniche delle attività fisiche e sportive presso università di stato francesi – è stata storicamente la prima associazione di laureati italiani in scienze motorie (circa 600).

Uno spiraglio positivo

Finalmente, anche stimolato dal numero sempre crescente di giovani che si rivolgevano ad università straniere, il Governo italiano emana nel 1999 la legge istitutiva delle Facoltà di Scienze Motorie. A fronte di questo variegato panorama, l'unico spiraglio positivo è costituito dalla CAPDI-LSM, la Confederazione delle Associazioni Provinciali Diplomatiche ISEF e Laureati in Scienze Motorie, a cui va il grosso merito di essere riuscita a riunire sotto una sola bandiera quasi tutte le associazioni di educazione fisica. Se vogliamo una categoria che conti, la strada è una sola: restare uniti e coalizzare tutte le forze sotto un'unica sigla. Scegliamo insieme, anzi scegliete – perché oramai io sono in dirittura d'arrivo – gli uomini a cui affidarla. Forse è utopia, ma altre categorie ce l'hanno fatta.

Sergio Pivetta

Presidente dell'Associazione laureati in scienze motorie (ALSM).