ADMO

# ANTEAS PROVINCIALE CAGLIARI

**ASSOCIAZIONE NAZIONALE TUTTE LE ETA' ATTIVE PER LA SOLIDARIETA'**

**In collaborazione con ANTEAS Sardegna**

# CONVEGNO

# DISABILITA' E SPORT

## Sportivamente insieme

**Titolo**

# Sportivamente insieme

**Premessa**

Ogni essere umano, uomo, donna, bambino, in età prescolare, persona anziana ha il diritto di accedere all'educazione fisica ed allo sport, dimensioni indispensabili per lo sviluppo della personalità, delle attitudini, della volontà e della padronanza di sé a livello intellettuale e morale. E' risaputo che i benefici dello sport siano molti e innegabili. Chi fa sport vive di più perché protegge la propria salute, vede migliorate le piccole patologie e previene il declino muscolare e osseo.
Non va dimenticata l'azione calmante dell'attività sportiva in quanto lo sport permette di staccare dai problemi quotidiani e di rinfrancarsi, permettendo di divenire non solo più forti fisicamente ma anche mentalmente, donando una maggiore determinazione a cui conseguono maggiore autostima, fiducia in sé stessi e ottimismo.
Per tale motivo è importante che anche coloro che sono portatori di disabilità pratichino lo sport in quanto possono mettere in campo "abilità diverse dei normodotati".
Il disabile convive con pesanti modificazioni della propriocezione, della esterocezione e delle sensazioni relative al dolore/piacere; alcuni piaceri gli sono preclusi, alcuni dolori diventano abituali e più frequenti della norma e alcune sensazioni muscolari sono assenti dalla nascita o sono improvvisamente sparite. Il quadro affettivo legato alla propria immagine psichica risente sia dei connotati negativi risultanti dalla propria figura riflessa nello specchio che del giudizio degli altri. Nell'affrontare un contesto sociale vi è dunque un'inibizione determinata dalla coscienza di disporre di un corpo imperfetto.

**Obiettivi**

Attraverso la pratica sportiva e l'educazione psicomotoria l'obiettivo del convegno è quello di proporre un percorso anche pratico, per coloro che non praticano lo sport al fine di aiutare i disabili a sperimentare, sul piano cognitivo, se stessi in una nuova integrazione Mente/Corpo.
Pertanto:

- Sul piano cognitivo: migliorare la conoscenza del proprio corpo, dello spazio, del tempo e della velocità.
- Sul piano psicologico: la pratica sportiva produce uno stato di soddisfazione generale, favorisce la disciplina e l'allenamento che di conseguenza porta al contenimento degli stati emotivi incrementando la capacità di autocontrollo.
- Sul piano socioeducativo: possibilità di aumentare la propria autonomia in quanto il soggetto è stimolato alla produzione di atti volontari e finalizzati.
- Sul piano fisico: incremento della forza muscolare, della capacità di equilibrio, della cinestesia e di coordinazione motoria grazie alle ripetizioni consapevoli e finalizzate degli atti motori.

- Sul piano sportivo: acquisizione delle conoscenze tecniche delle varie discipline sportive, regolamenti e confronti in gara.

## Target

Il progetto è indirizzato

- Ai docenti;
- Alle società sportive che svolgono attività di sport per disabili;
- Alle Associazioni di volontariato;
- Ai cittadini.

## Descrizione del progetto

Il progetto si propone di attivare un convegno con la partecipazione del:

- Prof Franco Marini – Università di Cagliari che illustrerà il tema: *"La comunicazione come il veicolo del ben vivere nella disabilità";*
- Dott. Manolo Cattari, psicologo dello sport e psicoterapeuta, che illustrerà il tema *"Disabilità, sport, motivazioni, abbandono";*
- Dott. Filippo Tocco, Università di cagliari presso il CdL in Scienze delle attività motorie e Sportive che illustrerà il tema: *"I vantaggi dell'attività motoria e sportiva";*
- Testimonial Francesca Secci, atleta nuotatrice paraolimpica (2008 paralimpiadi Pechino 100 mt farfalla, 2009 mondiali Reykjavik 100 farfalla 4 e 6 400 mt sl.
- Testimonial Mattia Cardia, studente 9 titoli italiani 6 istituzionali nei campionati federali della FISPES e 3 nelle finali nazionali dei GSS.

## Fasi e tempi di realizzazione del progetto

Giorno:
12 maggio 2017;
Orario:
9,00/13,00
Il Convegno si svolgerà secondo le seguenti modalità:

- 9,00 - accoglienza dei partecipanti;
- 9,35 - Saluto del Prof. Enrico Frau, Dirigente scolastico dell'Istituto Tecnico Economico Tecnologico "Primo Levi", del Dott. Francesco Carta, Presidente Anteas Provinciale Cagliari e del Dott. Paolo Poddighe Presidente regionale CIP;
- 9,45 – Saluto autorità;
- 10,00 – Prof Franco Marini;
- 10,30 – Dott. Manolo Cattari;
- 11,00 - Dott.Filippo Tocco;
- 11,30 - Testimonial, Francesca Secci;

- 12,00 - Testimonial Mattia Cardia;
- 12,30 - Interventi;
- 13,00 - Conclusione lavori;

## Partner

- ANTEAS Provinciale Cagliari.
- CIP.
- Istituto Tecnico Economico Tecnologico “Primo Levi”.
- ANTEAS Sardegna.
- CSV.
- Regione Sardegna.
- MIUR.
- ADMO.
- Ordine dei medici Cagliari
- Fondazione Banco di Sardegna.

## Referente

Francesco Carta – Presidente Provinciale Anteas Cagliari
e-mail: anteas.provca@gmail.com;