Zeitschrift: Mobile : la rivista di educazione fisica e sport

Herausgeber: Ufficio federale dello sport ; Associazione svizzera di educazione fisica nella scuola

Band: 10 (2008)

Heft: 6

Artikel: Alla scoperta delle differenze

Autor: Bignasca, Nicola / Häusermann, Stefan

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1001589

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

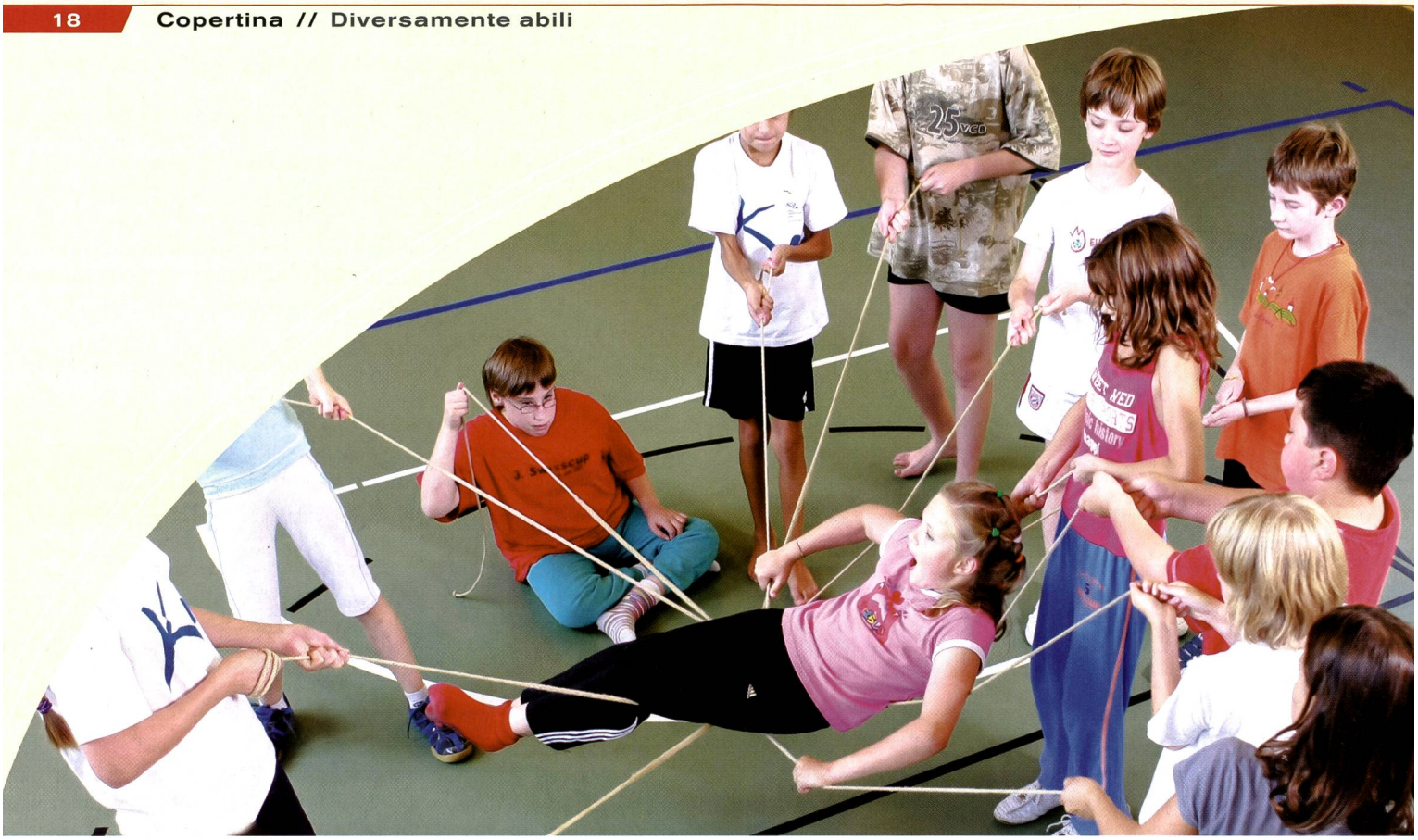
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 15.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch



Alla scoperta delle differenze

Conoscere l'andicap, farsi un quadro preciso dei sintomi e delle conseguenze che si possono trarre per l'insegnamento dell'educazione fisica. Un passo importante per favorire l'inclusione degli allievi diversamente abili.

Nicola Bignasca, Stefan Häusermann, foto: Philipp Reinmann

▶ Le menomazioni fisiche, psichiche e sensoriali, così come le situazioni di handicap che da esse possono scaturire, vanno approfondite evitando che divengano il centro esclusivo dell'attenzione. La determinazione di un quadro esaustivo della disabilità è un presupposto importante per poter elaborare le strategie didattiche con cognizione di causa. Qui di seguito presentiamo una rassegna delle menomazioni principali.

Menomazioni della vista

La persona non vedente ha subito un danno all'organo della vista e/o al nervo ottico. L'acuità e il campo visivi risultano ridotti. L'allievo non vedente si contraddistingue per l'elevato tono muscolare, la prontezza costante alla reazione che però lo affaticano prima del previsto. In caso di distacco della retina è bene evitare colpi e urti troppo violenti. Bisogna assolutamente prevenire un aumento della pressione all'interno degli occhi. Nel limite del possibile si consiglia di evitare di disporre gli allievi ipovedenti contro luce per evitare riflessi e una diminuzione della capacità di riconoscere i colori.

Consigli metodologici:

- Descrivere e guidare il movimento oppure accompagnarlo a livello tattile e acustico.
- Descrivere con precisione le caratteristiche della palestra e la disposizione degli attrezzi.
- Indicare la posizione nello spazio e le direzioni di spostamento utilizzando le lancette dell'orologio:
  - ore 12 = posizione di partenza frontale
  - ore 11 = leggera rotazione verso sinistra
  - ore 15 = rotazione di 45° a destra
- Utilizzare ordini precisi:
  - «feeermata» = ancora 10 m a disposizione
  - «fermata» = ancora 3 m a disposizione
  - «stopp» = fermarsi immediatamente

Menomazioni auricolari

La persona con problemi d'udito ha subito un danno all'organo dell'udito e/o al nervo acustico. La menomazione della capacità d'udito può situarsi a diversi livelli di gravità: sordo, «duro d'orecchi», ecc. In alcuni casi si osservano problemi di equilibrio. In caso di lesio-

ne al timpano è vietato immergersi in acqua. Gli allievi con problemi d'udito non si accorgono se un loro compagno si avvicina da dietro e non sanno valutare la velocità di una palla in movimento. Prima di iniziare un'attività fisica e sportiva, si consiglia di togliere gli apparecchi per l'udito in modo tale da evitare infortuni nel caso in cui una palla colpisca le orecchie.

Consigli metodologici:

- Il docente prima descrive il movimento a parole e poi lo esegue.
- Iniziare a parlare ad un allievo con problemi d'udito solo nel momento in cui c'è un contatto visivo.
- Comunicare tutte le disposizioni prima dell'inizio dell'esercizio. I segnali spontanei non vengono percepiti.
- Segnalare l'interruzione dell'attività con un cenno della mano.
- Evitare di assegnare compiti basati sulla capacità di ritmizzazione.

Menomazioni intellettive

Le persone che hanno subito una lesione organica al cervello presentano difficoltà d'apprendimento, di sviluppo generale e di interazione sociale. A livello motorio, la loro menomazione si traduce in una diminuzione della capacità di pianificazione, di coordinazione e di valutazione di situazioni in cui si sentono poco sollecitati oppure eccessivamente stimolati. La loro attenzione si focalizza di regola sull'azione che stanno svolgendo.

La trisomia 21 porta ad un eccesso di mobilità articolare dovuta alla diminuzione del tono muscolare e dei tessuti connettivi. Pertanto, alcuni movimenti sono a rischio (p. es. la ruota in avanti). È bene verificare se vi siano disfunzioni a livello cardiaco (p. es. aritmia).

Consigli metodologici:

- Scegliere attività semplici, esprimersi chiaramente.
- Utilizzare dei rituali e ripetere più volte le stesse attività.
- Proporre esercizi in cui si sviluppa la resistenza aerobica, la forza e la capacità di differenziazione.

Menomazioni sensoriali e comportamentali

Gli allievi che soffrono di disturbi al sistema nervoso sensomotorio presentano difficoltà nella coordinazione mano-occhi, così come nella presa e nel palleggio di palla. In caso di autismo la capacità di elaborare le esperienze e i contatti con l'ambiente circostante possono risultare difficoltosi. Il livello di autostima precario, una capacità di autocontrollo limitata e una bassa tolleranza alla frustrazione sono le cause di problemi comportamentali quali l'aggressività, la paura e l'inibizione. Questi allievi non sono in grado di esprimere a parole le difficoltà che incontrano.

Consigli metodologici:

- Organizzare l'attività in modo preciso e semplice.
- Utilizzare dei rituali e ripetere più volte le stesse attività.
- Limitare gli stimoli.
- Evitare palestre troppo grandi con troppe linee a terra. I rumori causati dall'attività stimolano eccessivamente gli allievi e li rendono insicuri.
- Creare spazi protetti in cui gli allievi possono provare indisturbati.

Menomazioni cerebrali

La lesione a livello di sviluppo cerebrale determina una riduzione drastica della capacità di coordinazione motoria e muscolare così come un'alterazione della mimica e della gestualità. Si possono verificare anche dei disturbi di percezione e di espressione verbale. Il tono muscolare è troppo elevato, troppo basso oppure è fluttuante. Problemi di controllo motorio si traducono in movimenti poco coordinati, imprecisi o poco fluidi. L'aumento della tensione muscolare provoca stanchezza, paura, stress che portano a deficit motori.

Consigli metodologici:

- Prediligere movimenti ciclici e simmetrici (p. es.: nuoto a crawl, bicicletta).
- Stimolare la coordinazione a fini terapeutici.
- Svolgere un allenamento di muscolazione con pesi leggeri.
- Allungare lentamente i muscoli spastici.

Paralisi a livello spinale

Il midollo spinale è leso, la trasmissione degli stimoli è interrotta parzialmente o interamente. Il paziente soffre di una paralisi motoria e sensibile alle gambe (paraplegia) e alle braccia (tetraplegia) così come di disfunzioni delle funzioni corporee. Gli arti paralizzati sono irrorati insufficientemente. Le persone paralizzate dalla nascita (Spina Bifida) presentano disturbi di circolazione e di approvvigionamento di liquidi in testa.

È importante verificare eventuali arrossamenti, pressioni e bruciature della pelle. La densità ossea è ridotta nelle parti paralizzate ed aumenta il rischio di cadute. Il sistema nervoso vegetativo è solo parzialmente funzionale e può provocare vampate di calore e problemi respiratori. In ogni caso bisogna assolutamente evitare immersioni e colpi sulla testa (p. es. con palloni).

Consigli metodologici:

- Stimolare l'allungamento e il rafforzamento della cintura scapolare.
- Disporre tappeti e cuscini sul pavimento ed attorno agli attrezzi.

Menomazioni dell'apparato motorio

Le distrofie muscolari provocano una riduzione del tessuto muscolare con una conseguente diminuzione delle capacità funzionali (soprattutto a livello di forza). La densità ossea è molto bassa, il rischio di frattura è elevato.

Consigli metodologici:

Distrofia muscolare:

- Adattare i movimenti e la postura all'evoluzione dei presupposti corporei.
- Ridurre il rischio di lussazioni, slogature e fratture.
- Riconoscere con tempismo situazioni di affaticamento e di frustrazione.

Fragilità ossea:

- Tener conto della precarietà muscolare, articolare e tendinea.
- Evitare colpi e contatti fisici nei giochi.

Amputazioni:

- Le asimmetrie corporee creano problemi di equilibrio.
- Evitare movimenti falsi che creano frizioni nella parte in cui la protesi si collega al tessuto corporeo.

Per saperne di più:

PLUSPORT (Hsg.): ***Sportbiologische und medizinische Grundlagen. Aspekte des Bewegungslernens.*** Volketswil, 2002.

Leyendecker, Ch.: ***Motorische Behinderungen – Grundlagen, Zusammenhänge und Förderungsmöglichkeiten.*** Stoccarda: Kohlhammer, 2005.