



**UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
DI BERGAMO**

SPORT INCLUSIVO E ADATTATO (COD.178002)
C.D.S SCIENZE, METODI E DIDATTICHE DELLE ATTIVITÀ SPORTIVE (LM-68)

A.A. 2023/2024



UN PROGETTO DI A.GHIDINELLI, F.LANCINI, C.NEGRI, C.PETRUZZI, D.VITALI E A.XAUSA



A QUALI SPORT CI SIAMO ISPIRATI?



BOCCE



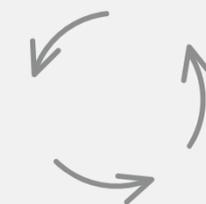
BASKIN



TIRO CON L'ARCO



"RECIPROCHE CONTAMINAZIONI"



DEFINIZIONE

“IL TARGETBALL È UNO SPORT DI SQUADRA PENSATO PER TUTTI, NEL QUALE OGNI ATLETA, IN BASE AL PROPRIO LIVELLO DI ABILITÀ, PUÒ ESPRIMERE LE PROPRIE CAPACITÀ E POTENZIALITÀ, IL TUTTO NEL RISPETTO DELLE DIVERSITÀ, IN UN AMBIENTE COMPETITIVO, E ADATTANDO LO SPAZIO, MATERIALE E LE REGOLE IN MODO

EQUO.”

SPORT

CHE SI ADATTA ALLA

PERSONA-ATLETA

~~NON VICEVERSA~~

SGUARDO OBLIQUO...



IL LIVELLO DI **ABILITÀ** DI UN
ATLETA COME
PUNTO DI PARTENZA
(MODELLO INCLUSIVO)

..... DI UNA RIFLESSIONE SULLA PERFORMANCE>

E NON COME
PUNTO D'ARRIVO
(MODELLO PRESTATIVO)

PRINCIPI PORTANTI DELLA PROGETTAZIONE

ACCESSIBILITÀ



“POSSIBILITÀ DI FACILE ACCESSO”

SOSTENIBILITÀ

DOMANDA PROVOCATORIA:

QUAL È IL GESTO (SCHEMA) MOTORIO DI BASE PIÙ SEMPLICE DA ESEGUIRE?



dal latino "sine-plica"
SENZA PIEGHE

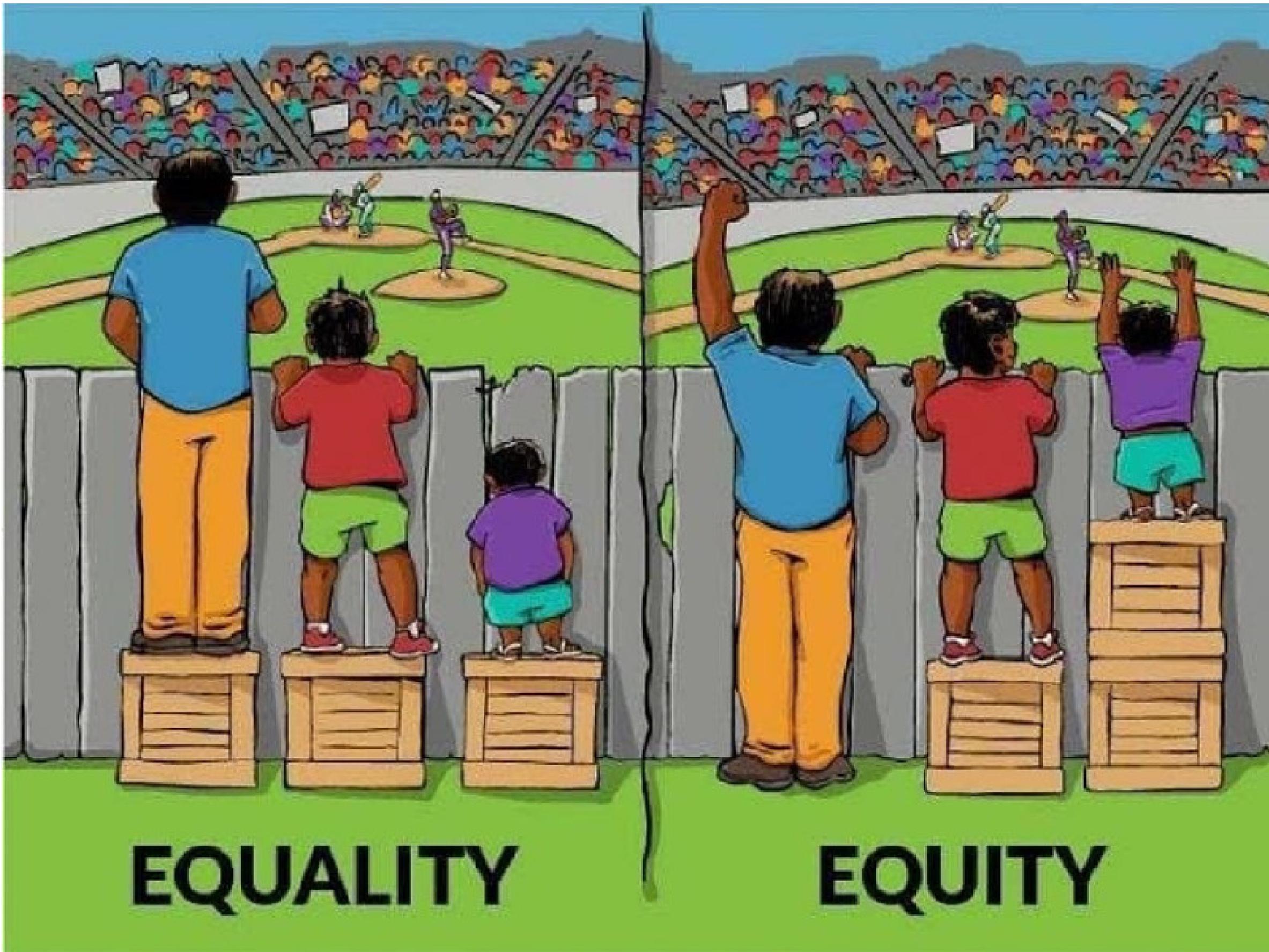
Four horizontal dark blue bars, the bottom one containing the text "NESSUNO MA...".

NESSUNO MA...

SCOPO DEL GIOCO

“È QUELLO DI PERMETTERE AD OGNI GIOCATORE DI *LANCIARE* AUTONOMAMENTE LA BOCCIA, IN UN TEMPO CONGRUO, VERSO UN *BERSAGLIO* (TARGET) DA UNA CERTA *DISTANZA**, COSÌ DA TOTALIZZARE UN CERTO *PUNTEGGIO**”

*VISIONARE IL REGOLAMENTO



EQUALITY

EQUITY

RIFLETTENDO SULLO SPORT INCLUSIVO

IL PRINCIPIO DI **UGUAGLIANZA**

“PARI PUNTI DI PARTENZA NON DEFINISCONO PARI PUNTI DI ARRIVO”

IL LIVELLO DI **ABILITÀ** DI UN
ATLETA COME
PUNTO DI PARTENZA
(MODELLO INCLUSIVO)

..... DI UNA RIFLESSIONE SULLA PERFORMANCE→

E NON COME
PUNTO D'ARRIVO
(MODELLO PRESTATIVO)

*“NON C'È APPLICAZIONE POICHÈ NON CONVIVONO
ATTRIBUZIONI, CARATTERISTICHE O PROPRIETÀ **IDENTICHE**”*

*“NELLA **LINEARITÀ** NON COLGO L'OBLIQUITÀ”*



EQUALITY

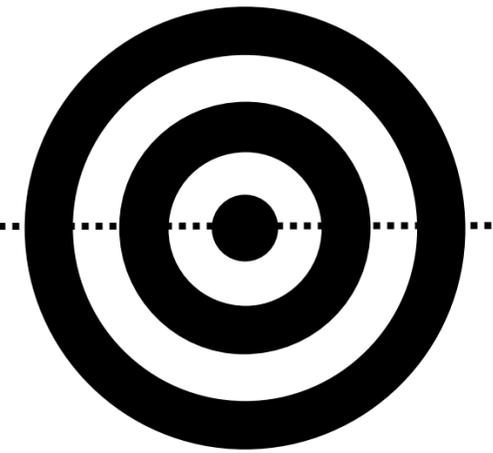
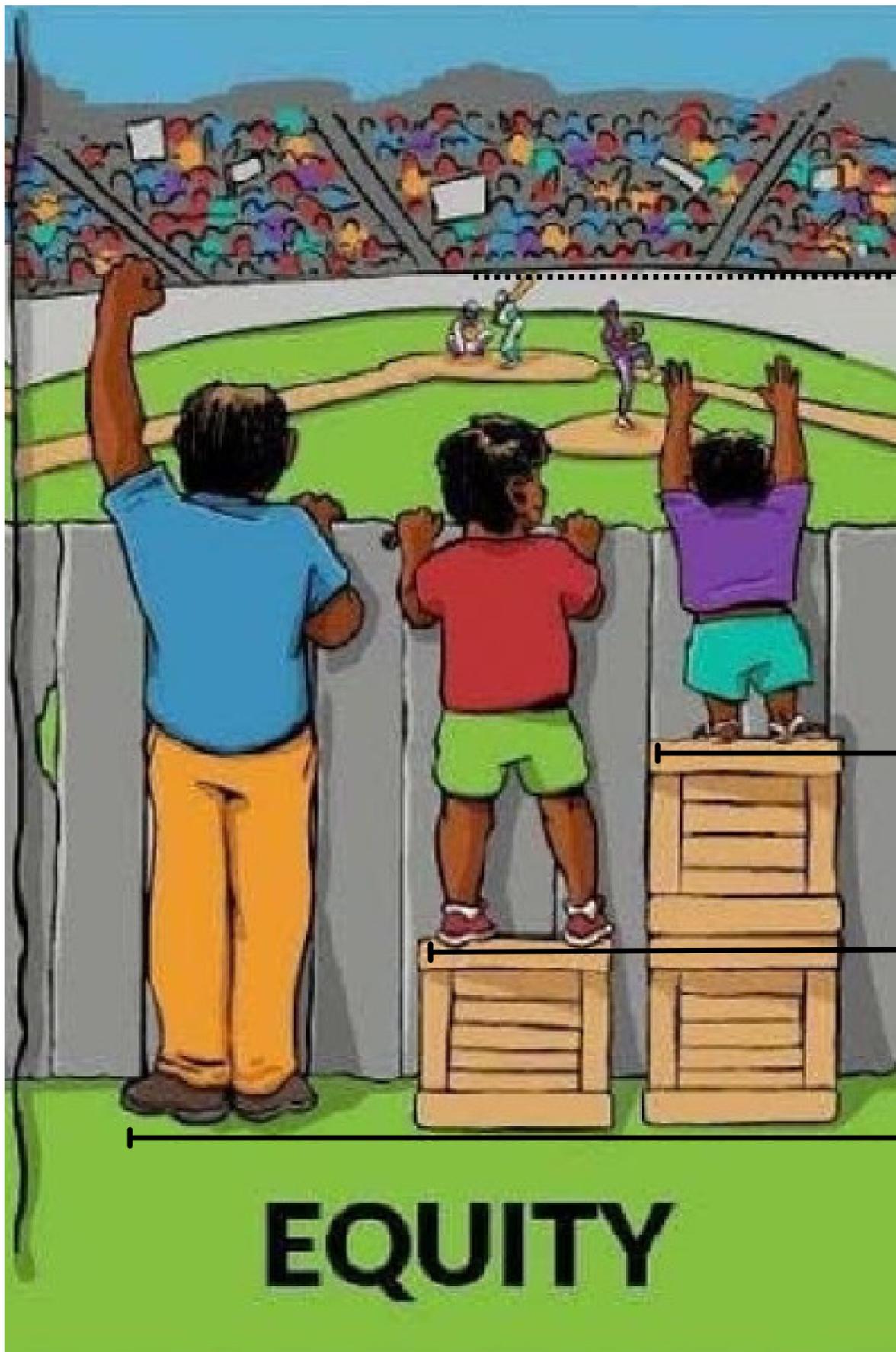


IL PRINCIPIO DI **EQUITÀ**

DIRIGE IL NOSTRO
SGUARDO DI RICERCA
VERSO UN'INEVITABILE
MODIFICAZIONE DELLO SPAZIO:

ECCO CHE IL CONCETTO DI
DISTANZA NON VA INTERPRETATO
SOLO COME "LA LUNGHEZZA DEL
PERCORSO FRA DUE LUOGHI,
OGGETTI O PERSONE"

PERCHÈ IN QUEL PERCORSO,
INDIVIDUALE E INALIENABILE,
C'È UNA *STORIA*,
C'È UNA *PERFORMANCE*
CHE, SPESSO, NON SI VEDE



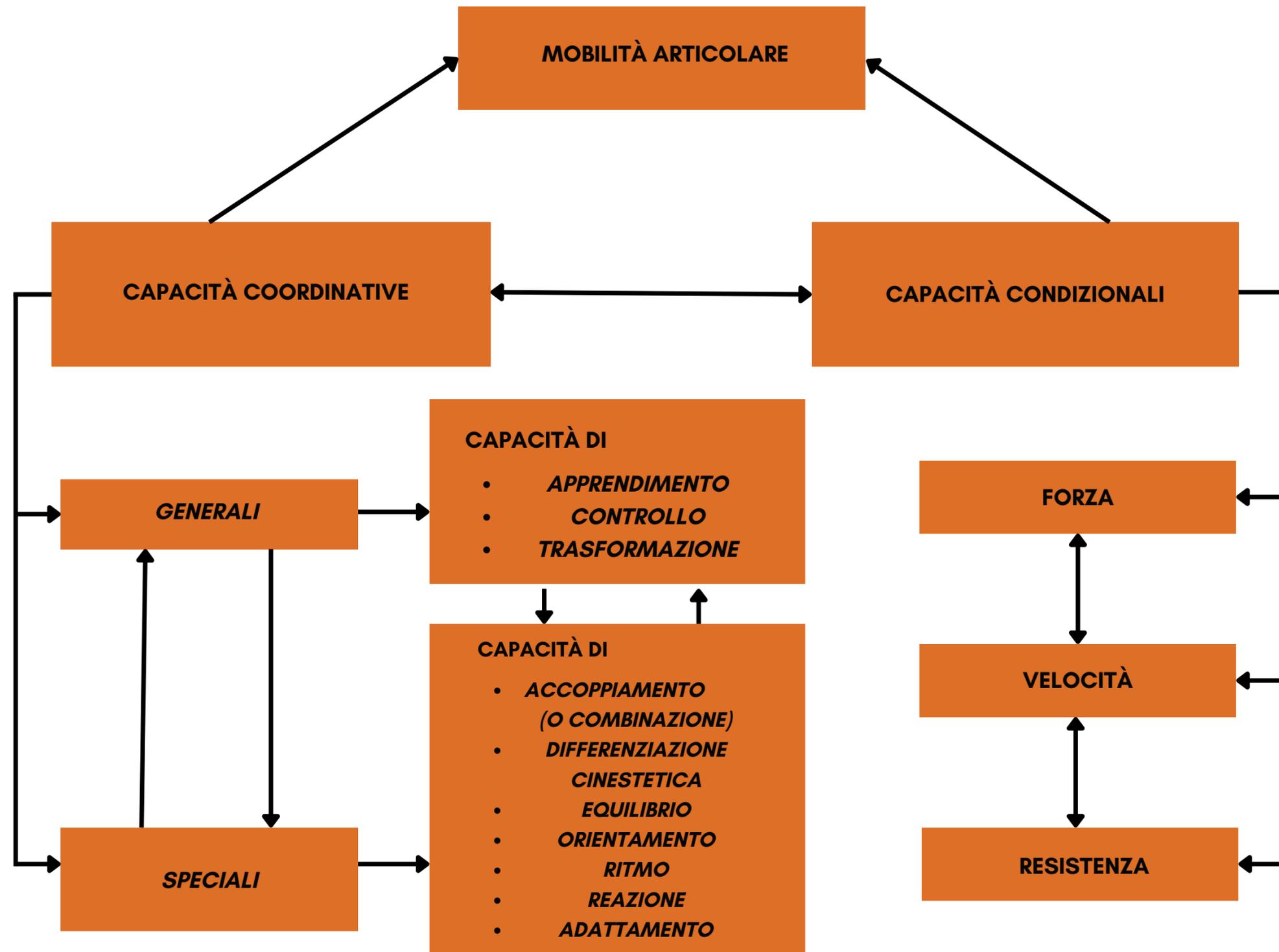
RUOLO 1

RUOLO 2

RUOLO 3

RUOLO 4

DA DOVE PARTIAMO QUANDO PARLIAMO DI CAPACITÀ MOTORIE?



SCHEMA MOTORIO DI BASE: IL LANCIARE



SCHEMA MOTORIO DEL LANCIARE:

FAR MUOVERE UN OGGETTO ATTRAVERSO UN GESTO VINCENDO LA FORZA DI GRAVITÀ E/O L'ATTRITO

COMPONENTI COINVOLTE:

PROCESSI **COORDINATIVI GENERALI** (IN PARTICOLARE COORDINAZIONE OCULO-MANUALE), **CAPACITÀ CONDIZIONALI** (REGOLAZIONE DELLA FORZA), **MOTRICITÀ FINE** DEGLI ARTI SUPERIORI, **ELEMENTI DI CONCENTRAZIONE** E **GESTIONE DELLA PRESSIONE**

DA COSA PUÒ ESSERE INFLUENZATO:

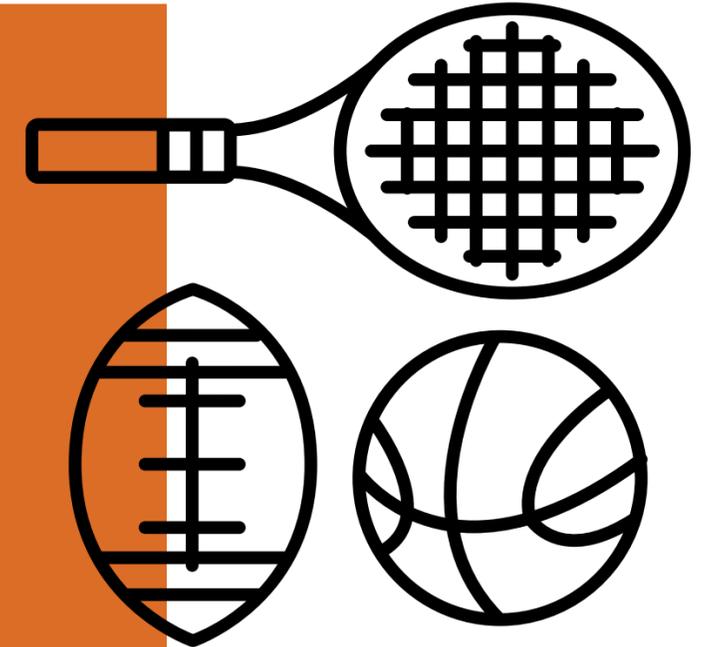
CARATTERISTICHE DELL'OGGETTO CHE SI LANCI, SUPERFICIE SU CUI SI LANCI, AMBIENTE IN CUI SI LANCI (SIA A LIVELLO EMOTIVO CHE FISICO), SKILLS PERSONALI

SPORT OPEN SKILLS O CLOSED SKILLS?



OPEN SKILLS: ambiente altamente mutevole e imprevedibile, tipico degli sport di squadra

CLOSED SKILLS: situazioni abbastanza prevedibili, con ripetizione meccanica del gesto atletico, tipico degli sport di tiro



RIFERIMENTI NELLA LETTERATURA

**ART. 33 DELLA COSTITUZIONE, IL
NUOVO COMMA:
«LA REPUBBLICA RICONOSCE IL
VALORE EDUCATIVO, SOCIALE E DI
PROMOZIONE DEL BENESSERE
PSICOFISICO DELL'ATTIVITÀ
SPORTIVA IN TUTTE LE SUE FORME»**

UDL (UNIVERSAL DESIGN FOR LEARNING)

“PROGETTAZIONE DI PRODOTTI E AMBIENTI UTILI PER TUTTI MA
INDISPENSABILI PER QUALCUNO.” (RONALD L. MACE)

ZONA DI SVILUPPO PROSSIMALE

“DISTANZA TRA IL LIVELLO DI SVILUPPO ATTUALE E IL
LIVELLO DI SVILUPPO POTENZIALE.” (LEV VYGOTSKIJ)

SPORT INTERGENERAZIONALE

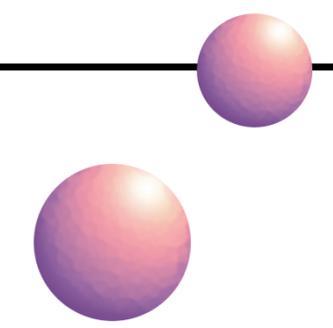
“QUALSIASI ATTIVITÀ CHE COINVOLGA LE GENERAZIONI GIOVANI
E ANZIANE NEL FARE ATTIVITÀ FISICA O PRATICARE UNO SPORT,
NELLO STESSO MOMENTO, COLLABORANDO ATTIVAMENTE E
PARTECIPANDO AD ALLENAMENTI E COMPETIZIONI.”
(EUROPEAN COMMISSION)

SQUADRA INTERGENERAZIONALE E ...



NEURO
DIVERSO

AUTISMO





RUOLO 1

RUOLO 2

RUOLO 3

RUOLO 4

IL CAMPO DI GIOCO

LUNGHEZZA TOTALE: 15 METRI

LARGHEZZA: 4 METRI

LUNGHEZZA PER ZONA: 3 METRI

COMPOSIZIONE TARGET E CAMPO: NASTRO ADESIVO BIANCO

IL TARGET



- DIAMETRO TARGET: 3,60 METRI
- LARGHEZZA ZONE PUNTI: 20 CM
- PUNTEGGIO:
 - MAX 5 PUNTI
 - MIN 1 PUNTO ALL' INTERNO DEL TARGET
 - 0 PUNTI PALLINA SI TROVA FUORI DAL TARGET

GLI STRUMENTI

A) PALLINE DI DIVERSO PESO E DIMENSIONI

B) DISPOSITIVI DI ASSISTENZA

C) ATTREZZI AUSILIARI A DISPOSIZIONE DELL'ALLENATORE

TIPOLOGIE PALLINE

IL KIT GARA DI OGNI ATLETA E'
COMPOSTO DA:

- 6 BOCCE COMPLETAMENTE PERSONALIZZABILI DA UN PUNTO DI VISTA CROMATICO E DI TEXTURE, CON 2 DIVERSE **DENSITA'**
- mid-ball: boccia in PVC espanso o foam, più rigida, ma non per questo meno manipolabile. 9cm di diametro e peso praticamente inalterato rispetto alla soft-ball; a livello di gioco, questa boccia è ideale per bocciare e quindi cambiare la posizione delle bocce sul target.



- soft-ball: boccia in cuoio, facilmente manipolabile, 9cm di diametro e un peso inferiore ai 280 g Ideale per lanci di precisione, per ottenere il miglior punteggio possibile sul target; è dotata di sonagli, autentici indicatori sonori.

DISPOSITIVI DI ASSISTENZA

- RAMPE, SCIVOLI, PUNTATORI, STECCHE, CUNEO
- BRACCIO, PUNTATORE, STECCA, SONAGLI, GUANTI



ATTREZZI AUSILIARI

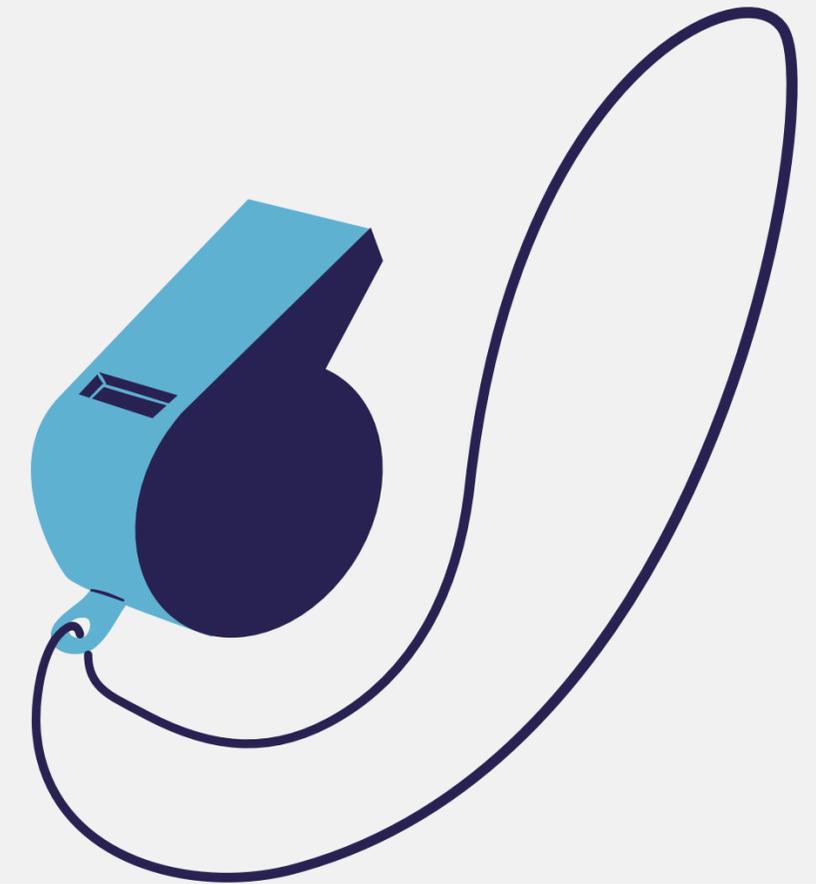
A DISPOSIZIONE DELL'ALLENATORE

- NASTRO ADESIVO/GESSETTI PER DELINEARE LE LINEE DEL CAMPO
- LAVAGNA TATTICA
- METRO PER MISURARE LA DISTANZA DELLE BOCCE



IL REGOLAMENTO

- GARA DI DIVIDE SU 2 CAMPI REGOLAMENTARI
- SUI 2 CAMPI SI SFIDANO 2 SQUADRE COMPOSTE DA 4 GIOCATORI CIASCUNA + 2 RISERVE PER SQUADRA
- SI GIOCANO 5 MANCHES TOTALI, PER VINCERE SI DEVONO CONQUISTARE ALMENO 3 MANCHES
- IN OGNI MANCHE I GIOCATORI EFFETTUANO 2 TIRI A TESTA
- OGNI GIOCATORE, IN BASE AL PROPRIO RUOLO, DOVRÀ EFFETTUARE IL TIRO DALLA ZONA DI LANCIO ADIBITA
- CHI VINCE LA MANCHE? CHI ALLA FINE DI OGNI MANCHE SI AVVICINA DI PIÙ A UN PUNTEGGIO TOTALE DI 30 PUNTI



I RUOLI

RUOLO 1

RUOLO 2

RUOLO 3

RUOLO 4

RU LO 1

PERSONA CON DISABILITA' CHE UTILIZZA LE FUNZIONI IN SUO POSSESSO

- **PIVOT 1** : persona in carrozzina non autonoma. Utilizza una rampa o uno scivolo, con un Tutor che li direziona.
Ha 20 sec. per scoccare il tiro
- **PIVOT 1T** : persona in carrozzina o in stazione eretta parzialmente autonoma che ha bisogno di un tutor per esercitare una delle seguenti funzioni
 - a) direzionare lo scivolo
 - b) posizionare il cuneoHa 20 sec. per scoccare il tiro
- **PIVOT 1D**: persona in carrozzina o in posizione eretta autonoma rispetto alle funzioni richieste. Ha 15 sec. per scoccare il tiro

RU LO 2

PERSONA CON QUALSIASI TIPO DI DISABILITÀ CHE POSSIEDE L'UTILIZZO DEGLI
ARTI SUPERIORI

- **IN STAZIONE ERETTA** con l'ausilio di protesi o ha difficoltà nel movimento
- **IN CARROZZINA MA AUTONOMA** negli spostamenti e nel lancio.
Ha 10 sec. per scoccare il tiro

RU LO 3

PERSONA CON DISABILITA' AUTONOMA CHE POSSIEDE L'UTILIZZO DEGLI
ARTI INFERIORI

- **IN STAZIONE ERETTA**

- **IN CARROZZINA**

Ha 15 sec. per scoccare il tiro

Nel caso non dovesse essere presente in squadra questa tipologia di persone, il ruolo potrà essere occupato da qualsiasi altro giocatore che dovrà utilizzare gli arti inferiori per lanciare le bocce.

RU LO 4

PERSONA CON O SENZA DISABILITA' CHE POSSIEDE TUTTE LE
GRANDI PRASSIE

- SI SPOSTA AUTONOMAMENTE
- POSSIEDE L'UTILIZZO DEGLI ARTI SUPERIORI E INFERIORI

Ha 10 sec. per scoccare il tiro nel momento in cui entra nel settore

SISTEMA DI ATTRIBUZIONE DEI RUOLI

A) TEST SENSO-PERCETTIVI

(PRIMO GRADO DI CLASSIFICAZIONE, PREVISTI PER TUTTI GLI ATLETI)

B) TEST DI VALUTAZIONE FUNZIONALE

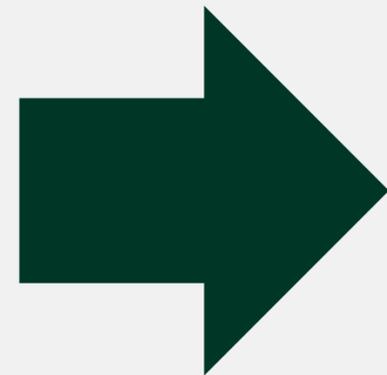
(SECONDO GRADO DI CLASSIFICAZIONE, PREVISTI PER TUTTI GLI ATLETI)

C) TEST MOTORI COORDINATIVI

(TERZO GRADO DI CLASSIFICAZIONE, PREVISTI PER ALCUNI ATLETI)

SISTEMA DI ATTRIBUZIONE DEI RUOLI

TEST SENSO-PERCETTIVI



INDAGINE SUGLI **ANALIZZATORI**:

- SENSAZIONI CINESTETICHE
- PERCEZIONI VISIVE
- PERCEZIONI TATTILI
- PERCEZIONE Uditiva

STRUTTURA DELL'ALLENAMENTO



ALLENAMENTO NELLA PRIMA SETTIMANA DELLA STAGIONE: ESPLORATIVO

OBIETTIVO: ALLENARE SCHEMA MOTORIO DI BASE DEL LANCIARE

DURATA ALLENAMENTO: 90 MINUTI

NUMERO ATLETI: 16 (DI CUI 3 RUOLI 1, 5 RUOLI 2, 4 RUOLI 3, 4 RUOLI 4)

LUOGO: PALESTRA GENERICA CON CAMPO PALLAVOLO/BASKET (28X15)

NUMERO STAFF: 4 (COACH, VICE, PREPARATORE, COLLABORATORE-EDUCATORE)

DISPOSITIVI DI ASSISTENZA: RAMPA, SCIVOLO

RISCALDAMENTO

MOBILITÀ ARTICOLARE

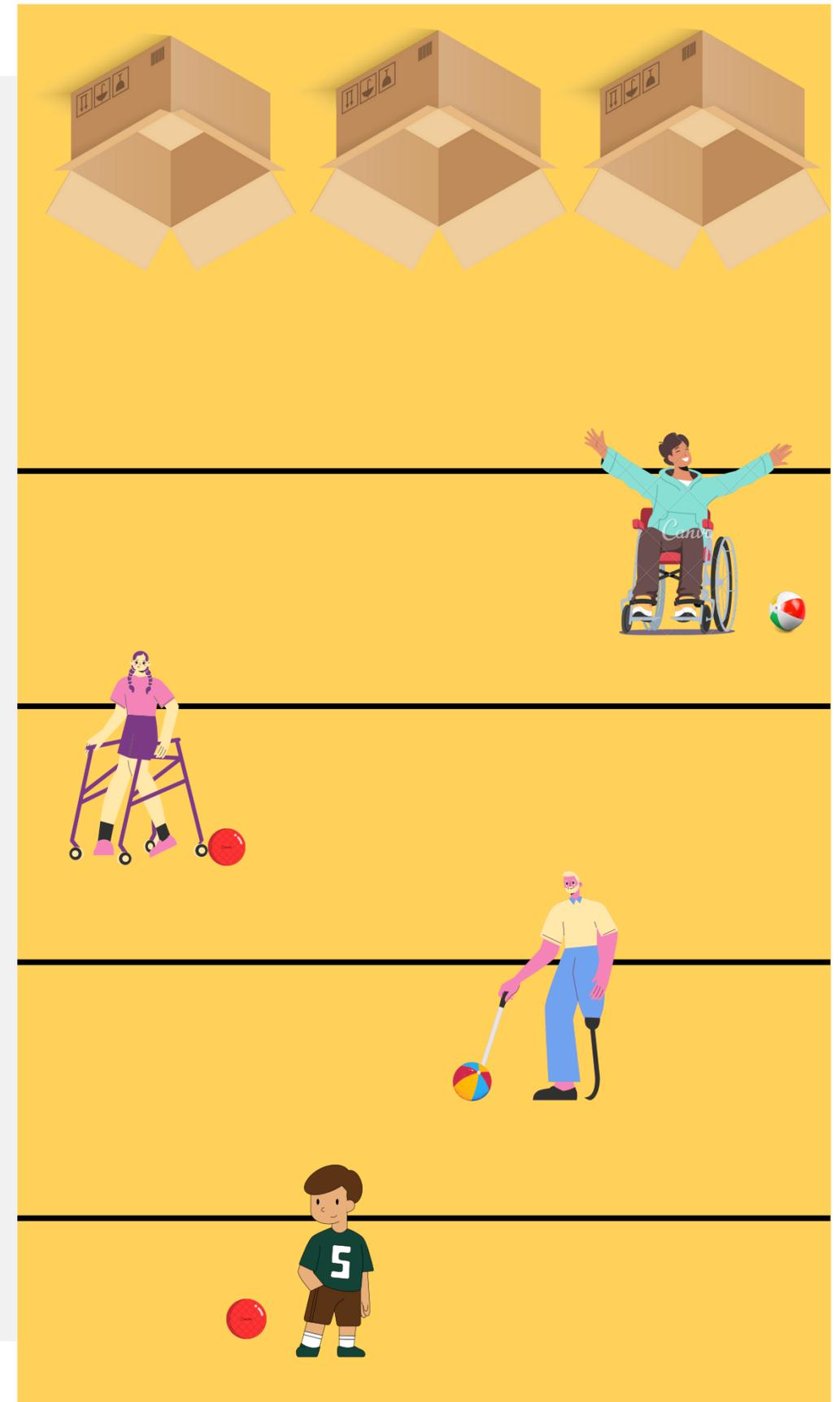
- **TEMPO:** 10 MINUTI
- **OBIETTIVI:** RIDUZIONE DEGLI INFORTUNI, AUMENTO DELL'AMPIEZZA DEL MOVIMENTO
- **MATERIALI:** BASTONI, ELASTICI



ATTIVAZIONE MOTORIA

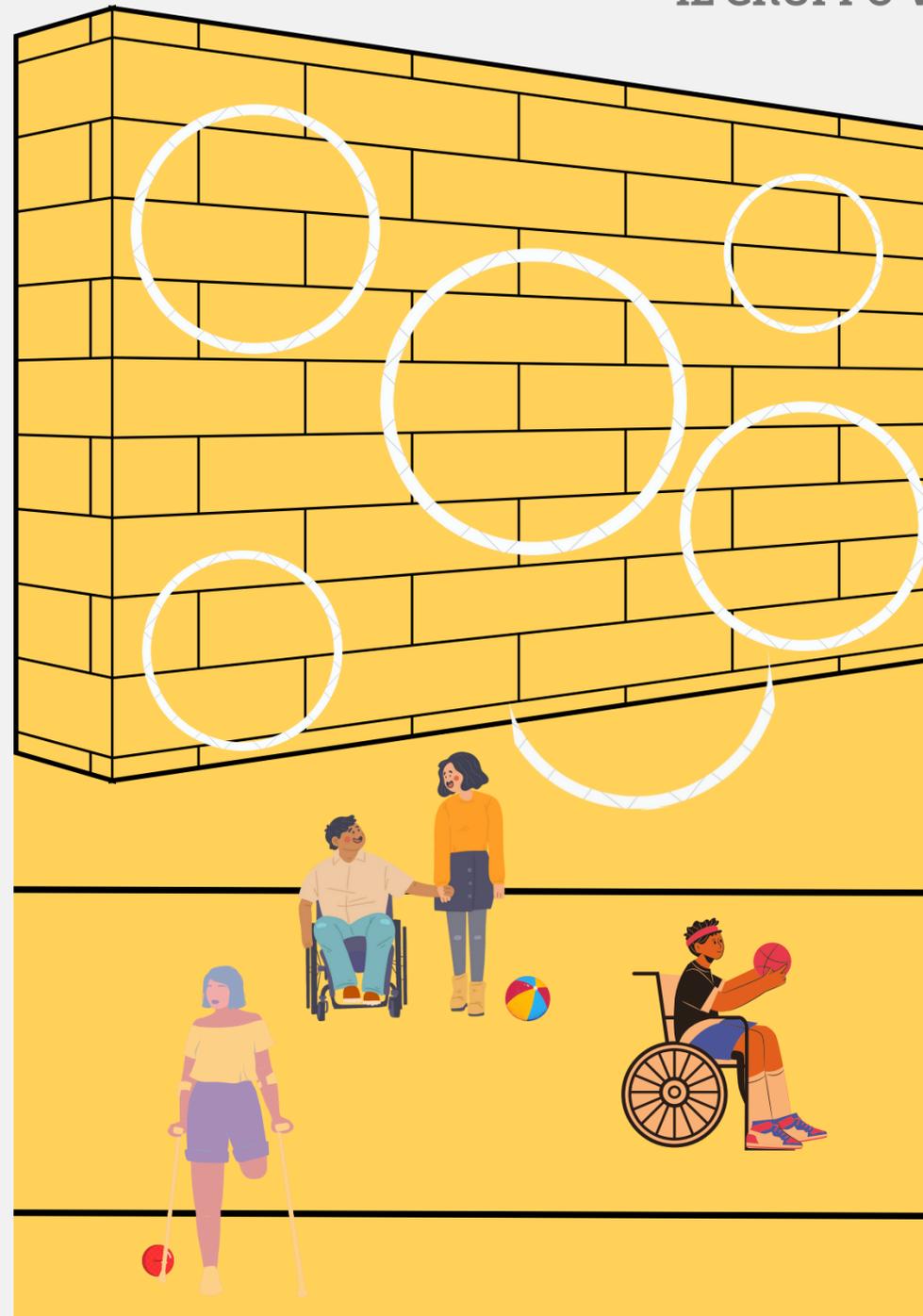
PALLA IN BUCA

- **GIOCATORI COINVOLTI:** 16 (3 RUOLI 1, 5 RUOLI 2, 4 RUOLI 3, 4 RUOLI 4)
- **TEMPO:** 15 MINUTI
- **MATERIALE:** BOCCE/PALLINE DI DIVERSE DIMENSIONI; SCATOLONI; SCOTCH DI CARTA)
- **OBIETTIVO:** LANCIARE
- **ADATTAMENTO:** VIENE ADATTATA LA DISTANZA DEL TIRO IN BASE AL RUOLO E LE DIMENSIONI DELLO SCATOLONE
- **VARIANTI:** TIRARE CON LA MANO DEBOLE, TIRARE CON GUANTI DA NEVE



PARTE CENTRALE

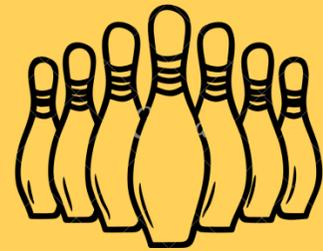
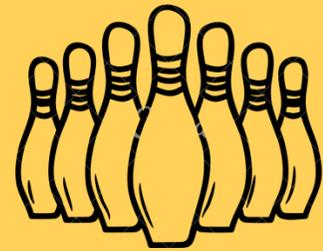
IL GRUPPO VIENE DIVISO IN DUE SECONDO IL CRITERIO DELLE ABILITÀ:
GRUPPO 1: RUOLI 1 E 2
GRUPPO 2: RUOLI 3 E 4



GRUPPO 1: GIOCO DEI CECCHINI

- **GIOCATORI COINVOLTI:** 8 (3 RUOLI 1, 5 RUOLI 2).
- **TEMPO:** 15 MINUTI.
- **MATERIALE:** BOCCE/PALLINE DI DIVERSE DIMENSIONI; GESSO BIANCO; SCOTCH DI CARTA.
- **OBIETTIVO:** LANCIARE
- **ADATTAMENTO:** VIENE ADATTATA LA DISTANZA DEL TIRO IN BASE AL RUOLO E VIENE ADATTATA LA POSIZIONE DEL CERCHIO IN BASE ALLE ABILITÀ, VIENE CONCESSA L'ASSISTENZA DEL TUTOR.
- **VARIANTI:** MODIFICHE DELL'ENVIRONMENT

PARTE CENTRALE



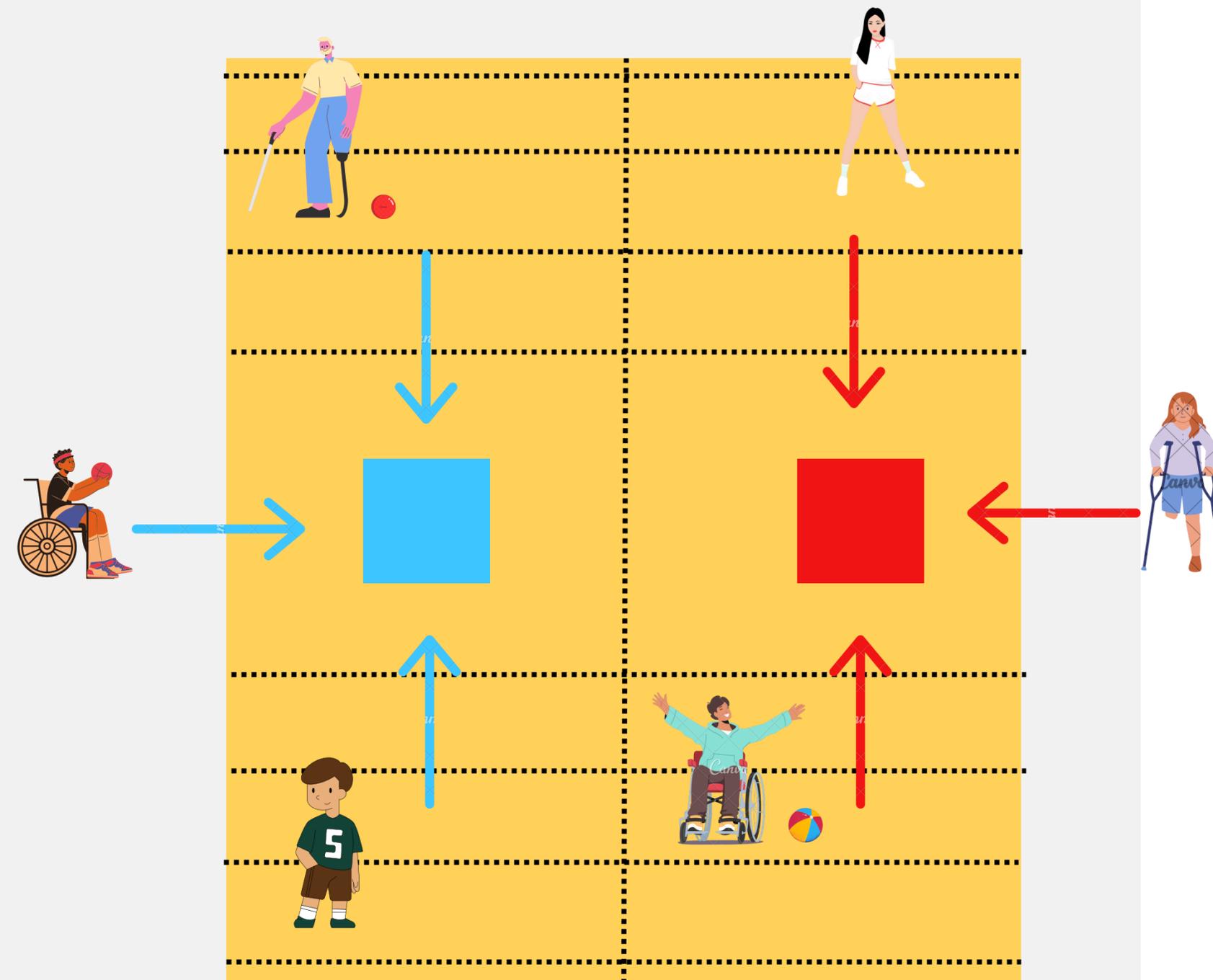
GRUPPO 2: GIOCO DEL BOWLING

- **GIOCATORI COINVOLTI:** 8 (4 RUOLI 3, 4 RUOLI 4).
- **TEMPO:** 15 MINUTI.
- **MATERIALE:** BOCCE/PALLINE DI DIVERSE DIMENSIONI; BIRILLI/CLAVETTE/CONI; SCOTCH DI CARTA.
- **OBIETTIVO:** LANCIARE
- **ADATTAMENTO:** VIENE ADATTATA LA DISTANZA DEL TIRO IN BASE AL RUOLO
- **VARIANTI:** MODIFICHE DELL'ENVIRONMENT

PARTE CENTRALE

RIEMPI IL QUADRATO

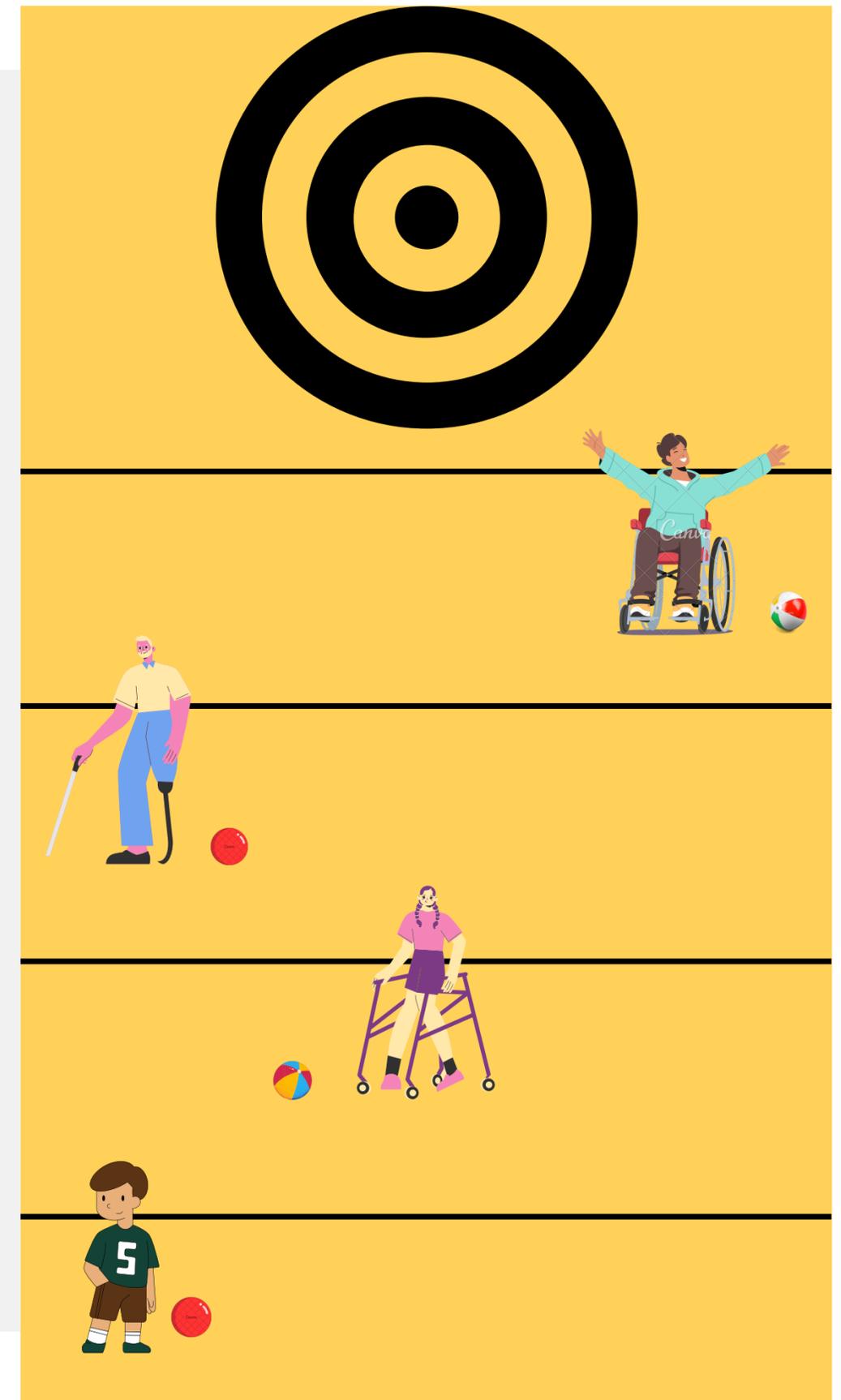
- **GIOCATORI COINVOLTI:** 16 (3 RUOLI 1, 5 RUOLI 2, 4 RUOLI 3, 4 RUOLI 4).
- **TEMPO:** 15 MINUTI.
- **MATERIALE:** BOCCE/PALLINE DI DIVERSE DIMENSIONI; SCOTCH DI CARTA.
- **OBIETTIVO:** LANCIARE
- **ADATTAMENTO:** VIENE ADATTATA LA DISTANZA DEL TIRO IN BASE AL RUOLO



PARTE FINALE

TARGET BALL

- **GIOCATORI COINVOLTI:** 16 (3 RUOLI 1, 5 RUOLI 2, 4 RUOLI 3, 4 RUOLI 4).
- **TEMPO:** 30 MINUTI.
- **MATERIALE:** BOCCE/PALLINE DI DIVERSE DIMENSIONI; SCOTCH DI CARTA; TARGET; LAVAGNA TATTICA
- **OBIETTIVO:** LANCIARE
- **ADATTAMENTO:** VIENE ADATTATA LA DISTANZA DEL TIRO IN BASE AL RUOLO
- **RILASSAMENTO E FEEDBACK:** KAIZEN





GRAZIE PER L'ATTENZIONE