

e KIN-BALL® S.I.A.

Sport Inklusivo Adattato



Corso Sport Inklusivo e Adattato

Prof. Alessandro Cudicio

a.a. 2023/2024

Fiorella Casiraghi, matr. 1065078

Anna Gardoni, matr. 1076318

Valeria Sala, matr. 1065592

Daniele Zucchinelli, matr. 1059634

Paolo Taglietti, matr. 1066571

Mario Pansera, matr. 1095580

STORIA e CONTESTO (Fiorella)

Il KIN-BALL è uno sport inclusivo, perché tutti i partecipanti sono uguali e le regole del gioco impongono a ciascun giocatore di svolgere un ruolo attivo durante l'incontro sia in fase offensiva che difensiva. La peculiarità di questo gioco è rappresentata dall'assenza di contatto fisico tra i giocatori e il limitato rischio di infortuni.

Tale sport è poco conosciuto in Italia, infatti, la sua prima comparsa è molto recente, solo nel 2014 a opera di Ivan Ruffino a Bergamo. Nel mondo ha fatto i suoi primi passi nel 1986 nel Québec grazie a Mario Demers, che è l'inventore del KIN-BALL, docente di educazione fisica, che aveva come obiettivo quello di motivare le persone a muoversi. Egli assistendo a un concerto Rock, durante il quale vennero lanciate sulla folla palle giganti, vide che le persone iniziarono ad eccitarsi. Demers pensò che potesse essere un buon modo per far muovere le persone in aggiunta alla seguente ricetta: "prendete uno sport poco costoso, molto accessibile e altamente spettacolare. Mescolatelo con il rispetto totale delle regole, degli arbitri e dei giocatori. Togliete tutta la violenza che di solito si trova nelle discipline sportive. Cospargetelo leggermente di uno spirito di squadra incrollabile. Lasciatelo riposare durante i tre tempi e otterrete un formidabile piatto: il KIN-BALL® sport"¹.

L'inventore del gioco e i suoi colleghi iniziarono ad utilizzare queste palle giganti per le attività fisiche aggiungendo anche altre squadre per arrivare a un totale di quattro.

Inizialmente il KIN-BALL era praticato da poche scuole(10) in Canada come attività di doposcuola,(1987). Con la costituzione del regolamento, migliorato poi negli anni successivi, si arrivò a un grande impulso e promozione nelle scuole, infatti, nel 1991 ci furono moltissime scuole a praticare questo sport (129).

Nel 1990, la Omnikin iniziò ad esportare sport KIN-BALL® in tutto il mondo. Nel 1992 venne creata la Federazione Provinciale del Quebec, con il compito di sviluppare il KIN-BALL® in tutta la provincia del Quebec. Nel gennaio del 1993, la Federazione provinciale del KIN-BALL® del Quebec è stata ufficialmente riconosciuta dal Ministero del tempo libero e dello sport del Quebec (MLCP).

Proprio perché il KIN-BALL è uno sport inclusivo, abbiamo pensato di portarlo in una scuola secondaria di 2 grado (ISIS "Mariagrazia Mamoli"-Bergamo) adattandolo al contesto.

In tale progetto sono state coinvolte le seguenti classi del biennio 1E, 1B, 2D e 2A, che sono poco inclusive, infatti, ci sono stati molteplici episodi di emarginazione di persone con e senza disabilità. Inoltre, tali classi sono molto competitive, poco collaborative e spesso si creano conflitti nelle classi e tra le classi.

In queste sezioni sono presenti anche ragazzi con disabilità intellettive e relazionali con differenti livelli (lieve, medio, grave). In particolare ci sono alunni che presentano disturbi dello *spettro autistico (ASD)*, *altri con Sindrome di Asperger*, *inoltre, troviamo disturbi da deficit di attenzione e iperattività (ADHD) e sindrome di Down (trisomia 21)*.

Le dinamiche delle classi in oggetto sono risultate disfunzionali da un punto di vista relazionale, comportamentale e comunicativo. Data questa situazione, si è pensato di fare un lavoro di equipe che coinvolgesse personale interno alla scuola (docenti di educazione fisica, docenti di sostegno e preside) e personale esterno (psicologi, pedagogisti, educatori, esperti del KIN-BALL e terapisti della neuropsicomotricità).

¹ citazione di Mario Dermes, inventore del gioco

L'obiettivo che ci si è prefissati a seguito del lavoro di equipe è creare il benessere a scuola per tutti ed estendere il KIN-BALL anche in ambito extrascolastico.

Per raggiungere il benessere a scuola, si è pensato di progettare una didattica condivisa, basata sul concetto di sostenibilità, che ponga in armonia le diverse dimensioni della persona all'interno di una polifonia globale e dinamica circolare, creando una "danza di parti interagenti"²

La proposta didattica prevede il pieno coinvolgimento dei partecipanti (il docente ha il ruolo di supervisore, osservatore e "architetto di opportunità")³ a partire dalla comunicazione dei contenuti dell'apprendimento in modo differenziale. Verranno anche richiamate conoscenze pregresse, sapendo obliquizzare la didattica attraverso una lettura sistemica del contesto.

Le attività didattiche hanno come fulcro l'inclusione e "l'accompagnamento della biografia delle persone dentro e fuori i campi da gioco"⁴ attraverso uno sguardo bifocale, dialogico, olistico, aperto e complesso, al fine di fornire delle risposte multidimensionali, multidirezionali e multi potenziali, evitando fratture tra il soggetto razionale e il soggetto fisico.

Il progetto si è originato dai seguenti bisogni: creare un'immagine positiva di se stessi per avere fiducia nelle proprie capacità, l'identificazione con degli esempi gratificanti che possano trasmettere fiducia nelle proprie capacità, l'esigenza di esercitare il proprio corpo e di mettere alla prova le proprie capacità di azione, il stabilire legami sociali e relazioni interpersonali positive ed efficaci nel contesto ambientale e sociale. Lo scopo di tale progettazione è stimolare le potenzialità di ogni persona per far emergere le loro capacità.

Per rispondere pienamente a queste necessità si è pensato di proporre l'attività motoria e sportiva del Kin-Ball nella palestra della scuola, in chiave sociale e fisica. Con il primo si intende favorire le attività di gruppo, sperimentando l'autoefficacia, il problem solving e l'autostima.

Con il secondo, si ha il fine di educare i ragazzi a stili di vita sani e attivi, facendo comprendere loro, che la salute come riportato dall'OMS non è solo l'assenza di malattia, bensì, anche benessere psicologico e sociale.

Quello che ci si aspetta al seguito di questa attività didattica ripetuta nel tempo, è che i ragazzi apprendano nuove competenze comunicative e stili comunicativi, si consolidi il senso di appartenenza, ci siano atteggiamenti positivi verso i compagni con e senza disabilità e si promuova il lavoro di team con una responsabilità individuale e di gruppo.

In aggiunta sarebbe auspicabile che si sviluppino abilità cognitive, empatia, assertività, autocontrollo e competenze sociali decisionali e inclusive, riuscendo a svolgere in autonomia una valutazione autentica.

Per accompagnarli verso questo obiettivo, si è pensato al termine dell'allenamento di fare una fase di rilassamento e feedback (ripresa più avanti), in cui il gruppo impara anche ad allenare la mente a un confronto attraverso una costruttiva messa in discussione, favorendo un agency forte.

² Benetton M., Visentin S., *Attività fisica e sportiva inclusiva, riflessioni pedagogiche e strategie didattiche per esperienze motorie universali*, Ed. Guerini Scientifica, p.69

³ Ibidem p. 93

⁴ Ibidem p. 96

OBIETTIVO, CAMPO DI GIOCO E REGOLE (Valeria)

Come accennato in precedenza, il KIN-BALL è particolarmente adatto ai programmi scolastici ed è ideale per formare squadre eterogenee: si gioca con un pallone gigante di 1,22 m di diametro e dal peso inferiore ad un chilogrammo. Durante il gioco non è tollerato (permesso, se accade il regolamento prevede una ammonizione minore o maggiore, a seconda dell'intenzionalità), nessun contatto fisico né violenza verbale, per questo motivo il rischio di infortuni è limitato. Le semplici regole rendono il KIN-BALL un gioco alla portata di tutti, adatto anche agli studenti che hanno poco interesse a praticare un'attività sportiva o che ritengono essere meno portati.

Durante una partita in campo si sfidano simultaneamente 3 squadre composte ognuna da 4 giocatori, ad ogni squadra viene assegnato un colore differente. Per la vittoria è necessario vincere 3 periodi (la durata massima di una partita è di 7 periodi), oppure essere in vantaggio allo scadere del tempo prestabilito. La squadra che attacca sceglie a quale delle altre due squadre presenti in campo lanciare la palla, chiamandola per colore ad alta voce. La squadra che riceve la palla non deve permettere che quest'ultima tocchi terra. Le regole, contrariamente a quelle di altri sport con palla, impongono ad ogni giocatore di partecipare attivamente al gioco, sia in fase offensiva che in fase difensiva. Abbiamo deciso di adattare sia le dimensioni del campo che alcune delle regole fondamentali del gioco. Siamo partiti dalle dimensioni standard del terreno di gioco, che abbiamo ridotto, in modo da avvantaggiare la fase difensiva: da 20m x 20m a 15m x 15m. I muri, il soffitto e gli oggetti fissi già presenti nelle palestre (ad esempio canestri di pallacanestro, anelli, ecc.) non sono parte integrante del gioco e sono considerati "fuori gioco".

Per quanto riguarda l'adattamento delle regole fondamentali siamo partiti dalla regola relativa alla posizione d'attacco di squadra: secondo il regolamento standard si ha la possibilità di scegliere tra la posizione corridoio e la posizione tripode, abbiamo inserito l'obbligo della posizione tripode.

Partendo da questa regola adattata, siamo passati alla regola relativa al contatto con la palla durante il momento del colpo: secondo il regolamento standard tre giocatori si mettono in posizione "stazione a ginocchio aperto", sotto il pallone e lo sollevano con le mani e il quarto giocatore effettua la battuta. Quando colpisce il pallone, quest'ultimo deve essere obbligatoriamente sostenuto o toccato dagli altri tre giocatori, altrimenti viene fischiato un fallo (mancato contatto). Abbiamo introdotto la possibilità a due dei giocatori che sostengono il pallone di stare in piedi proprio perché la posizione eretta garantisce maggiore stabilità.

Un'ulteriore regola che abbiamo pensato fosse necessario adattare è quella che stabilisce di effettuare il colpo entro 10 secondi dal primo contatto con la palla da parte di uno dei giocatori della squadra in ricezione: abbiamo ritenuto utile aumentare il tempo portandolo a 15 secondi.

Prima di servire, secondo il regolamento standard del gioco, la squadra in attacco deve gridare "OMNIKIN" e annunciare il colore della squadra in ricezione. Per alleggerire questa sequenza, abbiamo reputato utile omettere la parola "OMNIKIN", e dare la possibilità, sia al giocatore che colpisce la palla, sia agli altri giocatori della stessa squadra, di poter ripetere più volte il colore della squadra scelta. Come già detto il KIN-BALL è uno sport inclusivo: esiste una regola per cui un giocatore, non può colpire la palla due volte consecutive, proprio per

garantire a ciascuno, di svolgere un ruolo attivo durante la fase offensiva; abbiamo deciso di adattare quest'ultima regola, rendendola ancora più inclusiva, inserendo l'obbligo di colpire la palla alternando il colpo di un giocatore con disabilità, ad uno degli altri giocatori della stessa squadra. Un'ulteriore regola che abbiamo ritenuto utile adattare è quella riguardante lo spostamento illegale della palla: quando 3 delle 4 persone presenti in campo in fase difensiva toccano palla, quest'ultima non deve più spostarsi; secondo il nostro regolamento adattato, è possibile uno spostamento che rimanga però nel raggio di 3 metri.

Infine, esiste la regola per cui la squadra che riceve la palla non deve permettere che quest'ultima tocchi terra, in caso contrario viene assegnato un punto alle altre due squadre presenti in campo: abbiamo inserito la possibilità di un rimbalzo. Adattando le regole ad una realtà extra scolastica ed agonistica, e prendendo spunto dal Baskin, si può pensare di introdurre un'ulteriore regola: per rendere il gioco ancora più inclusivo le squadre saranno composte da giocatori con le stesse caratteristiche ed abilità, anche i cambi verranno effettuati seguendo questo criterio.

A questo proposito, abbiamo ipotizzato una legenda:

- 00 = normodotato
- 01 = disabilità lieve
- 02 = disabilità grave

LE PREMESSE (Daniele)

Pensare l'attività motoria e sportiva all'interno del contesto scolastico impone un confronto preliminare con le indicazioni nazionali che disegnano le linee generali sulla base delle quali le insegnanti e gli insegnanti possono iniziare a tracciare i percorsi di apprendimento per i propri studenti. Proprio da qui prendono vita le premesse teoriche che sono state il punto di partenza per l'organizzazione e la strutturazione dell'attività del KIN-BALL e per il suo inserimento all'interno del contesto scolastico.

Ma cosa dicono le indicazioni nazionali riguardo le scienze motorie e sportive nella scuola superiore di secondo grado?

Il Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca (MIUR) ha condotto le proprie riflessioni lungo due direttrici: da una parte sono state esplorate le competenze generali che ci si aspetta gli studenti abbiano acquisito nell'arco dei cinque anni, mentre dall'altra le considerazioni analizzano nello specifico, il primo biennio, il secondo biennio e, infine, il quinto anno.

Partiamo delineando quali sono le competenze generali che il MIUR vuole per gli studenti delle scuole superiori all'interno del percorso dell'educazione motoria:

- acquisire consapevolezza della propria corporeità intesa come conoscenza, padronanza e rispetto del proprio corpo;
- consolidare i valori sociali dello sport;
- agire in maniera responsabile, ragionando su quanto si sta ponendo in atto;
- imparare a confrontarsi e a collaborare con i compagni seguendo regole condivise per il raggiungimento di un obiettivo comune;
- l'attività sportiva si realizza in armonia con l'istanza educativa.

Il KIN-BALL racchiude in sé molto bene tutte queste istanze ed è un'attività che si adatta molto bene ad un contesto scolastico. In modo particolare è uno sport di squadra che richiede una stretta collaborazione di tutti i componenti del *team* nella fase difensiva e impone per regolamento che ognuno dei membri contribuisca materialmente alla buona riuscita dell'azione d'attacco. Infatti, nel momento in cui viene eseguito il colpo d'attacco tutta la squadra deve essere in contatto con il pallone. Tutto ciò impone la massima collaborazione e una stretta comunicazione che la squadra deve riuscire a costruire insieme al fine di dare successo alle proprie azioni.

Proseguendo nell'analisi delle Indicazioni Nazionali è stato utile analizzare nello specifico la parte riguardante il primo biennio della scuola superiore di secondo grado, fascia d'età per cui è stata pensata l'attività del KIN-BALL a scuola.

Il MIUR (MIM) divide gli obiettivi specifici di apprendimento del primo biennio in quattro categorie, le stesse che saranno poi nuovamente riprese nel secondo biennio e nel quinto anno:

1. La percezione di sé e il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive
2. Lo sport, le regole e il fair play
3. Salute, benessere, sicurezza e prevenzione
4. Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico

Il secondo punto di questo elenco offre numerosi spunti che permettono di comprendere come l'attività del KIN-BALL si cali molto bene all'interno del contesto scolastico. Le Indicazioni

Nazionali recitano come “la pratica degli sport debba realizzarsi privilegiando la componente educativa”. È fondamentale sperimentare nello sport i diversi ruoli e le relative responsabilità, sia nell’arbitraggio che in compiti di giuria. Lo studente collabora con i compagni all’interno del gruppo facendo emergere le proprie potenzialità”⁵. Tutto ciò apre le porte ad un’attività che non si limita alla mera somministrazione da parte del docente di un allenamento di KIN-BALL, ma che veda quest’ultimo calato all’interno di una progettazione più ampia che coinvolga gli studenti nella scoperta del regolamento, nella stesura insieme all’insegnante degli allenamenti e dell’organizzazione di un torneo gestito dagli studenti stessi in cui questi ultimi possano prendere parte non solo come giocatori, ma anche come arbitri e organizzatori. Fare sport non significa solo scendere in campo, ma vuol dire considerare diverse dimensioni, tra cui quella organizzativa, che permettono allo studente di sviluppare numerose competenze trasversali, utili nel contesto scolastico così come in quello della vita di tutti i giorni.

⁵ MIUR, Indicazioni Nazionali per la Scuola Secondaria di Secondo Grado.

ELEMENTI METODOLOGICI E DIDATTICI DELLA PROPOSTA (Paolo)

L'obiettivo di questo progetto è quello di strutturare ed offrire una versione adattata del KIN-BALL all'interno dell'ambiente scolastico.

L'importanza di portare attività motorie strutturate ed accessibili nei sistemi formali è di lavorare sul concetto che a «scuola non va solo la mente, ma anche il corpo»⁶. Coinvolgere il soggetto tout court, mente e corpo, è la vera sfida in un progetto educativo all'interno della scuola, che risulta essere ancor maggiormente impegnativa nella corretta volontà di offrire proposte valide ed accessibili anche ai soggetti che spesso restano ai margini delle attività. La possibilità di scelta a partecipare è uno dei cardini sulla via dell'autodeterminazione e quindi dell'inclusione in quanto «il superamento della disabilità non coincide con l'adeguamento a una "normalità", quanto piuttosto con l'ampliamento delle possibilità di scelta per l'individuo, con la promozione, in altre parole, della sua capacità di *autodeterminazione* (corsivo in originale nel testo)»⁷. Con questo intento di offerta libera e possibile alla partecipazione abbiamo strutturato l'attività e la proposta d'allenamento in particolare.

Il tema alla base dell'allenamento proposto è il gesto tecnico-tattico iniziale del gioco del KIN-BALL. Questo momento del gioco è stato strutturato in tre elementi principali, che esperiti dai ragazzi, costituiscono il programma dell'attività. La suddivisione del gesto tecnico e scelta tattica permette una evoluzione nella proposta didattica, in quella metodologia nella progressione di apprendimento partendo dagli aspetti più semplici e conosciuti, fino ai più complessi e non esperiti.

I tre punti salienti alla base della proposta sono:

- conoscenza e presa confidenza con il pallone da KIN-BALL;
- collaborazione tra più protagonisti, adattamento allo spazio e dinamiche di gruppo;
- gesto tecnico della battuta iniziale ed aspetti tattici riguardanti la traiettoria.

METODOLOGIA (Paolo)

Nella strutturazione delle attività abbiamo preso in considerazione come porre nella massima espressione possibile i soggetti con disabilità in modo che possano esperire al massimo delle loro capacità residue in comunione tra tutti i partecipanti. L'attività si sviluppa nel contesto formale scolastico attraverso la proposta di giochi semistrutturati in particolare giochi di regole in cui gli spazi, le regole, il numero dei partecipanti ed attrezzi siano flessibili.

Proporre un percorso di esercizi con difficoltà crescente ma di facile "lettura" nell'esecuzione risponde alle esigenze dei ragazzi protagonisti nel progetto, infatti «per l'allievo con disabilità intellettiva grave e autismo questo percorso può essere promosso prioritariamente attraverso strategie di visualizzazione, le quali possono facilitare l'apprezzamento e la memorizzazione delle diverse opzioni. È noto che gli stimoli di tipo visivo vengono compresi meglio da questi allievi.»⁸

La conduzione delle attività sarà attraverso il metodo globale in cui non ci si soffermerà sui dettagli per favorire fluidità all'esercizio e maggior volume di esperienze motorie.

Il metodo globale permette quella "elasticità", all'interno della gestione delle attività, del

⁶ U. Moretti, *Animazione sociale*, editore Animazione Sociale, Torino, edizione n°364 2023, p.6.

⁷ L. Cottini, *Didattica speciale per l'educatore socio-pedagogico*, Carocci Editore, Roma 2021, p.23.

⁸ L. Cottini, *L'autodeterminazione nelle persone con disabilità*, Ed. Erickson, Trento 2016, p.88.

proprio sé per tutti i ragazzi partecipanti.

L'aspetto agonistico, seppur apprezzato in quanto molla motivazionale, non dovrebbe essere il protagonista delle attività, in quanto tenderebbe a sottolineare eventuali disagi nel esperire il gioco da parte dei soggetti più fragili. Nella stesura degli esercizi si è tenuta in considerazione la semplicità d'esecuzione, la possibilità di variazione ed implementazione, nonché la facilità di proposta e realizzazione didattica.

DIDATTICHE (Paolo)

L'aspetto principale didattico è la realizzazione di più settings uguali per ogni proposta così da coinvolgere la totalità dei ragazzi ed evitare tempi morti d'attesa, importante con i ragazzi ADHD. Altro aspetto dei settings è la facilità di realizzazione e conduzione, anche nella preparazione delle variazioni. Con soggetti in maggior difficoltà d'esecuzione, per la struttura dei settings, è possibile inserire una persona in sostegno alle attività senza sminuire il senso del gioco e la sua esecuzione. La facilità operativa di allestimento dei settings è un elemento considerato nell'ottica di adattamento all'ambiente in cui lavorare, sia esso la palestra scolastica, una piastra polifunzionale all'aperto o un prato. Un elemento importante da considerare nella preparazione e gestione delle didattiche è la variabile temporale. Infatti «è necessario, in altre parole, *dare tempo* (in corsivo nell'originale) alle persone per consentire loro di elaborare le informazioni, filtrare eventuali elementi in grado di distogliere l'attenzione e dare una risposta che evidenzia la scelta effettuata.»⁹.

L'atteggiamento nella conduzione della proposta dovrà attenersi ad alcuni accorgimenti, «Sono giustificati la sollecitazione, il richiamo dell'attenzione, ma non l'anticipazione della risposta o il cambio troppo anticipato del contesto.»¹⁰.

Materiali:

- ✓ almeno 4 palloni da KIN-BALL;
- ✓ cinesini;
- ✓ materassini;
- ✓ coni.

Tempi:

L'attività si svolge in circa 90 minuti totali.

GIOCHI PROPOSTI

1. BULL-DOG (gioco occupazione spazio e riscaldamento) (Mario)

- un giocatore o un insegnante al centro della palestra che tiene una palla
- gli altri sono disposti dietro una linea sul fondo della palestra
- quando viene chiamato "Bull-Dog", gli allievi devono correre attraverso la palestra per raggiungere una linea di salvezza dall'altro lato senza essere toccati dalla palla
- coloro che vengono toccati dalla palla diventano "statue" e non possono più muoversi. Le statue possono cercare di toccare gli altri per trasformarli

Il gioco continua finché rimangono solo tre sopravvissuti

⁹ Ivi, p.89.

¹⁰ Ibidem.

Sicurezza: per evitare infortuni, assicurati di dire ai tuoi allievi di stare lontani dai muri, per esempio utilizzando una linea sui lati come limite (es. campo da basket o pallamano).
10 min.

2. ROTOLA PALLA (presa confidenza con palla individuale) (Paolo Anna)

Sempre nell'ottica di favorire l'esperienza con la palla da KIN-BALL proponiamo una staffetta. Il ragazzo, facendo rotolare la palla a spinta, compie un piccolo slalom tra i coni, al termine del percorso consegna la palla al compagno. Questo, compiendo il percorso a ritroso, riporta la palla al punto di partenza. Ovviamente si organizzano 4 circuiti per movimentare il più possibile i ragazzi.

EVOLUZIONE: si possono modificare gli spazi di esecuzione allungando i percorsi, implementando il numero di coni, modificare il percorso di slalom.

ADATTAMENTO: per soggetti 02 valutare l'esecuzione dell'esercizio in coppia con un compagno (facilitatore). 10 min.

3. PASSA PALLA CORRIDOIO (presa confidenza con palla in collaborazione a coppie) (Paolo Anna)

Nell'esercizio si dispongono 2 righe disposte frontalmente l'una all'altra. Le distanze, sia tra ragazzi della stessa riga che tra le due, è di libera interpretazione dei ragazzi in base alle loro capacità e fattibilità del gioco.

Il gioco si articola nel passare il pallone, per le prime volte quello da basket, attraverso il corridoio creato dalle due righe di mano in mano nella collaborazione delle varie coppie coinvolte arrivando alla fine del corridoio.

Si fanno almeno 4 gruppi con 8 partecipanti ognuno che giocano in contemporanea e ripetuto almeno 3 volte stimolando la maggior velocità e precisione nella movimentazione del pallone.

Successivamente si può ampliare la distanza tra le coppie, allungando le righe, e permettere un piccolo momento di volo del pallone da basket (questo è un po' più difficile, valutiamo.)

Successivamente stesso gioco ma con i palloni da KIN-BALL. Si potrebbe implementare la sfida riducendo a due corridoi, quindi più lunghe composte da 16 ragazzi ciascuno, facendo transitare in successione 2 palloni da KIN-BALL e generando una piccola sfida tra i corridoi a chi trasmette più velocemente i palloni senza farli cadere e senza "saltare" componenti del corridoio.

EVOLUZIONE: sull'esecuzione dell'esercizio la coppia frontale, dopo aver passato il pallone, si sposta e si pone al termine del proprio corridoio, così le coppie successive, in modo da prolungare il gioco fino al raggiungimento di un traguardo stabilito dall'educatore.

ADATTAMENTO: per i soggetti 01 e 02, in eventuale difficoltà nel manipolare la palla, si renderà più densa la formazione delle righe ravvicinando i componenti. Da valutare l'esecuzione per i soggetti 02 insieme ad un compagno (in coppia) contemporaneamente nello spostamento della palla. 15 min.

4. PORTA PALLA (confidenza con la palla e gestione durante traslazione in collaborazione con gruppi di tre/quattro giocatori) (Paolo, Anna)

In questo gioco si pone in essere un embrione del gesto dell'atlante. Due ragazzi, reggendo in KIN-BALL all'altezza del petto o più alto (valutiamo), si spostano lateralmente lungo un percorso consegnando la palla alla coppia successiva che riparte. Per dare continuità si possono mettere due coppie in fila alla partenza ed una all'arrivo, così da permettere una ciclicità nell'esecuzione. In questo esercizio sarà opportuno fornire alcune indicazioni essenziali sulle modalità di posizionamento delle mani e sostegno del pallone propedeutico alla costruzione dell'atlante che verrà esperito maggiormente nella sequenza successiva.

EVOLUZIONE: si può complicare il percorso inserendo un piccolo slalom con dei coni. Ulteriore variante può essere l'esecuzione del percorso con 3 ragazzi che sorreggono la palla.

ADATTAMENTO: valutare se aumentare il tempo di percorrenza modificando la distanza e gli ostacoli e non compiere la ciclicità dell'esercizio, oppure mantenere la continuità diminuendo il numero di percorsi attivati. 15 min.

5. COSTRUIAMO L'ATLANTE (stimolare collaborazione nella costruzione dell'atlante, la percezione e lettura dello spazio e organizzazione del movimento) (Anna, Mario)

I ragazzi vengono divisi in tre gruppi, rappresentati ognuno da un colore (blu, grigio, nero) e si posizionano all'esterno del campo, in attesa che l'insegnante chiami un colore.

Dopo che l'allenatore ha chiamato un determinato colore, i ragazzi appartenenti al gruppo di quel colore corrono e si raggruppano sotto il pallone per costruire l'atlante.

Questo esercizio si può evolvere aumentando il tempo di percorrenza, attraverso l'inserimento di coni-boa da aggirare, per aggiungere elementi in progressione.

Si faranno due settings in modo da coinvolgere tutte le persone contemporaneamente all'attività.

EVOLUZIONE: aumentando il tempo di percorrenza inserendo dei coni-boa da aggirare

ADATTAMENTO: valutazione delle distanze e numero di componenti partecipanti nel singolo gruppo. 15 min.

6. COLPIAMO LA PALLA (gesto tecnico e momento tattico inizio attività) (Anna, Mario)

L'esercizio ha inizio con la formazione dell'atlante da parte di due ragazzi del gruppo.

Successivamente il terzo ragazzo colpisce la palla inviandola oltre la linea di confine costituita da un materasso, posto nella verticale del lato corto, con lo scopo di far arrivare la palla al quarto giocatore che si troverà nella zona di ricezione oltre il materasso.

Tutti i componenti possono provare sia a reggere l'atlante che a esperire il gesto tecnico del colpire la palla con traiettoria utile.

EVOLUZIONE: si possono inserire dei bersagli, ed addirittura condividere il gioco coi ragazzi con un educatore che fa da bersaglio mobile.

ADATTAMENTO: utilizzo di materiali come punto di riferimento spaziale e dell'educatore per supportare con strumenti visivi o vocali. 15 min.

7. GIOCHIAMO A KIN-BALL - GIOCO DEI QUATTRO ANGOLI (proposta di gioco a squadre prendendo in considerazione tutte le strategie inclusive di partecipazione considerate nella proposta) (Anna, Mario)

Prima del gioco si struttura il campo dividendolo in 4 settori della stessa misura.

Successivamente si formano 4 squadre da 4 giocatori, i quali occuperanno un settore ciascuno.

Ad ogni squadra verrà assegnato un colore che sarà l'identificatore dei vari gruppi.

I ragazzi posizionati all'interno del proprio campo si dovranno predisporre per la battuta/colpo della palla verso il campo avversario che essi stessi decideranno prima di colpire la palla chiamando ad alta voce "Omnikin + colore".

Lo scopo del gioco è fare punto nel campo del colore chiamato e ovviamente la vittoria sarà assegnata alla squadra con un maggior punteggio ottenuto.

ADATTAMENTO: utilizzare strumenti visivi ed eventuale aiuto dell'educatore

8. RILASSAMENTO E FEEDBACK (Fiorella)

In ultimo è stato pensato di fare un esercizio di rilassamento (della durata di 15 minuti) attraverso l'uso del proprio corpo e di una palla morbida al fine di esprimere le proprie emozioni attraverso il linguaggio corporeo, infatti, l'attività si chiama "lasciamo parlare il corpo".

Per svolgerla, il gruppo è diviso a metà su due "schieramenti", poi verrà chiesto di porsi uno di fronte all'altro, in questo modo si creano le coppie e ad ognuna viene data una palla morbida.

L'esercizio proposto consiste nel creare un dialogo attraverso il corpo, (la voce è sostituita dal corpo) e la palla morbida che può essere utilizzata come facilitatore nella relazione portando ad attivare anche la sfera socio-emotiva e relazionale, quindi i neuroni specchio.

Tale esercizio ha come scopo quello di creare una sintonia tra corpo, mente e movimento.

L'attività viene condotta avvalendosi di un sottofondo musicale¹¹. Ogni coppia prende un punto nello spazio e all'inizio della musica cominceranno a esprimere con il corpo e la palla morbida una sorta di dialogo.

Al termine, ci si ricompone tornando in cerchio e condividendo in modo volontario (feedback) come ci si è sentiti durante le attività proposte.

Si è pensato di utilizzare questa forma di linguaggio al fine di riattivare i processi creativi ed espressivi, cercando di migliorare le relazioni interpersonali e intrapersonali, quindi migliorare la consapevolezza che la persona ha della propria mente, corpo e comportamento. Inoltre, si vuole aiutare a comprendere che mente e corpo sono interconnessi e inseparabili, infatti, la progettazione ha come base l'utilizzo di un approccio olistico.

Un altro aspetto su cui si ha lavorato è il fatto che il movimento è la prima forma di comunicazione, attraverso la postura, i gesti, il linguaggio del corpo e le espressioni facciali¹² esprimiamo un messaggio al nostro interlocutore.

¹¹ Le canzoni proposte sono: the Wonder of Life di Emanuele Bossi e Caribbean blue di Enya.

¹² EDWARD SAPIR: "la comunicazione non verbale è un elaborato codice segreto che non è scritto da nessuna parte, non è conosciuto da nessuno ed è compreso da tutti".

CONCLUSIONI (Mario)

Perché la scelta di questa nuova disciplina sportiva, da proporre ad alunni con disabilità intellettiva, (come descritto nel paragrafo “storia e contesto”)?

Quando vestiamo i panni dell'insegnante a scuola, dobbiamo cercare di fare proposte che coinvolgano tutti i ragazzi/e, non solo una piccola percentuale di quelli che già praticano una disciplina sportiva a livello agonistico. E quando si dice tutti, anche chi può avere una disabilità intellettiva, motoria, emotiva, sociale. L'attenzione è verso la funzione educativa e non a quella prestativa, intesa come performance agonistica (agon)¹³. Durante le ore di Educazione Fisica, utilizziamo alcuni sport di squadra, come il calcio, la pallacanestro, la pallamano, la pallavolo, al fine di sviluppare le capacità coordinative, di gioco, di collaborazione, di relazione. Spesso però, chi non pratica sport, inizialmente non possiede capacità tecniche minime per poter giocare una partita. Per esempio nel calcio, se si hanno difficoltà nella guida della palla, difficilmente si potrà partecipare in modo soddisfacente ad una partita tra pari così come nel basket, se ci sono difficoltà di palleggio. Questi sport presuppongono una capacità tecnica e di movimento che non tutti i ragazzi possiedono. La forbice che si crea tra i ragazzi che praticano una disciplina sportiva a livello agonistico rispetto ai pari età che non fanno sport, si sta sempre di più allargando. Questo divario, viene acuito dalla tendenza generale, che pone la vittoria della partita, come obiettivo primario a scapito della costruzione di una identità socio-sportiva, volta alla correttezza, al rispetto, al fair-play al piacere di giocare e divertirsi. Oltre a ciò, una sana alternanza di emozioni che suscitano le vittorie e le sconfitte permette, da un lato, di migliorare l'autostima, quindi la nuova ricerca di quell'emozione e dall'altro diventa un momento evolutivo, che stimola a correggere gli errori e cercare soluzioni alternative. I ragazzi che durante l'attività motoria sono “abituati all'insuccesso” si esprimono così: “non ci riesco”, “non ce la faccio”, “non sono capace”. Questa sfiducia non permette una crescita armonica dell'individuo, crea disagio, tensione nelle relazioni e questo non dovrebbe accadere, quindi anche questa è una disabilità, emotiva, psicologica, sociale che esiste e di cui dobbiamo tenere conto. *“La cultura sportiva deve essere educata e sviluppata da persone di buon senso, competenti ed equilibrate. A scuola l'insegnante deve far scoprire i valori dello sport, deve essere un modello per i suoi allievi e un provocatore di vocazioni sportive”* (Mondoni 2009)¹⁴.

¹³ CAILLOIS R. *I giochi e gli uomini la maschera e la vertigine*, Bompiani Milano 2010, (orig. 1958), p., 30

¹⁴ FRATTINI, MELICA, SALVETTI, *Movimento, sport ed espressività corporea*, Erickson, Lavis (Tn) 2011, cit., p.34

Una delle caratteristiche tecniche e regolamentari del KIN-BALL® sport, è contenuta una semplice regola: il "**Mancato contatto**", che obbliga tutti i quattro componenti della squadra ad essere in contatto con la palla al momento della battuta (hit-in). Questa regola costringe ogni singolo giocatore a diventare un tutt'uno¹⁵ con i propri compagni, una cellula, per riuscire a fare punto. Quindi la squadra adotta strategie, adattamenti e aggiustamenti alla propria condotta di gioco, tali per cui tutti possono avere le stesse possibilità di successo. Ragazzi diversamente abili giocano con i propri compagni e si sentono parte del gruppo, ragazzi con Bisogni Educativi Speciali trovano una propria e stabile collocazione nel gruppo. Paradossalmente ragazzi oggettivamente dotati dal punto di vista motorio,



MANCATO CONTATTO

talvolta hanno delle difficoltà perché la loro elevata capacità di movimento potrebbe essere concentrata solo su se stessi e non sul gruppo squadra, quindi faticano a collaborare con i compagni. Nel momento in cui viene presentata l'attività alla prima lezione in palestra, c'è il rito del gonfiaggio della palla: appena i ragazzi si rendono conto dell'effettiva grandezza dell'attrezzo, nasce subito in loro il desiderio di entrare in contatto e l'attrazione che suscita una sfera così grande alla vista, crea enorme emozione e una voglia atavica di abbracciarla, soprattutto nei bambini della scuola primaria, spesso anche nei più grandi. Se dovessi sintetizzare, con una parola questa disciplina sportiva, per ciò che riesce ad esprimere e a far esprimere a chi la pratica, userei il sostantivo "**INCLUSIONE**"¹⁶.

Questa parola, implica una risposta al disagio che gli allievi manifestano, durante il loro stare a scuola e nella società civile, talvolta problematico, a cui l'attività motoria può dare risposte concrete. L'Educazione Fisica è l'unica disciplina scolastica che coinvolge gli allievi attraverso la partecipazione pratica di tutta la persona¹⁷, con riferimento alla persona nella sua singolarità e nella sua dimensione sociale.

Alla domanda perchè il KIN-BALL® sport? Perché è uno strumento potente, che dà la possibilità anche ai ragazzi/e meno dotati sul piano tecnico, di avere "successo", di "riuscire". E' uno sport di squadra, innovativo, veloce, dinamico, di immediata acquisizione che si può praticare sia all'aperto che al chiuso e che si adatta a pennello per essere utilizzato nelle strutture scolastiche ed è un gioco fatto di regole semplici. E' un gioco paritario in cui maschi e femmine possono gareggiare insieme. Inoltre gratifica gli allievi sin dai primi momenti anche quelli poco reattivi e meno portati all'attività fisica. Il KIN BALL® sport, stimola la correttezza, l'onestà ed il rispetto verso gli altri perché il fair play è strutturale da regolamento e la sportività dà punti. Proprio questi aspetti hanno permesso di fare giocare tutti insieme¹⁸ con poche regole di adattamento.

Invito i miei compagni con cui ho fatto questo breve viaggio alla scoperta del

¹⁵ Quindi in quel momento tutti sono uguali, non c'è alcuna diversità, tutti integrati, partecipanti, inclusi.

¹⁶ L.170 del 8 ott.2010,DM n.5669 12 lug.2011,*Linee guida allegate al DM n.5669,DIRETTIVA-27 dic. 2012 Strumenti d'intervento per alunni con Bisogni Educativi Speciali.*

¹⁷ TOGNI FABIO,*Competenza personale e competizione sportiva*,Ed. La Scuola, Brescia 2009,cit.,p.34

¹⁸ OMNIKIN è una parola composta: OMNI deriva dal latino e significa "tutto o dappertutto" e KIN deriva dal verbo greco κινώ significa "muovere, agitare, movimento" quindi tutti in movimento durante il gioco.

KIN-BALL® sport (adattato), nei prossimi anni a sviluppare e indagare in modo approfondito, attraverso l'attività sul campo, seguito e/o accompagnata da una ricerca in campo sperimentale, che permetta di allargare la platea dei praticanti normodotati e DVA su tutto il territorio Italiano. Potrebbe essere lo spunto per una tesi o la stesura di un libro, anche a più mani.

Abbiamo discusso, "litigato", collaborato, ma l'impressione è di avervi conosciuto meglio e di avere fatto un buon lavoro, grazie.

Bravi/e!

ORGANIZZAZIONE GRAFICA POWER POINT E TESINA (Tutti)

Per l'organizzazione grafica della tesina e dell'elaborato Power Point hanno contribuito tutti i partecipanti, stendendo e organizzando ciascuno la propria parte.

Daniele ha revisionato la struttura della tesina, mentre Anna ha revisionato la struttura e l'animazione del Powerpoint.

BIBLIOGRAFIA

- Bertini L., *Disabilità e sport paralimpici*, Calzetti Mariucci, Perugia 2023, pp. 132-169
- Pansera M., *Manuale didattico del KIN-BALL® sport, Avviamento all'insegnamento del gioco*, Carabà-Milano 2021), pp. 25-36
- Benetton M., Visentin S., *Attività fisica e sportiva inclusiva, riflessioni pedagogiche e strategie didattiche per esperienze motorie universali*, pp.22-138
- Cottini L. *L'autodeterminazione nelle persone con disabilità*, Edizioni Erickson, Trento 2016.
- Cottini L. *Didattica speciale per l'educatore socio-pedagogico*, Carocci Editore, Roma 2021.
- Morelli U., *Animazione sociale*, Animazione Sociale Abele Periodici, Torino 2023, n° 364.

SITOGRAFIA

<https://www.mobilesport.ch/sport-in-carrozzella-it/sport-in-carrozzella-giochi-semplici-per-un-grande-divertimento/>

<https://www.omnikin.com/>

<https://kin-ball.it/>

EMEROGRAFIA

- Gazzetta dell'Adda, *Il KIN-BALL è il nuovo sport dei brembatesi*, 20 febbraio 2016, Adriano Aldeghi, p. 41
- L'Eco di Bergamo, *Sport a scuola..... A bergamo il 1° torneo di KIN-BALL*, 21 giugno 2017, Pansera M., Sangalli E., p. 55 (inserto CSI).
- L'Eco di Bergamo, *KIN-BALL: un nuovo sport di squadra davvero divertente*, 07 novembre 2018, Sangalli E., p. 53 (inserto CSI).