

Il progetto portato avanti da Clap e Ginnastica Pavese include persone con disabilità intellettiva e relazionale

“Ginnastica 4.0”, quando lo sport diventa davvero per tutti

Un progetto che abbatta barriere invisibili ma potentissime. “Ginnastica 4.0” è il nome dell’iniziativa promossa dalla Clap – Cooperativa sociale di San Martino Siccomario – in collaborazione con la Società Ginnastica Pavese (SGP), che ha permesso a bambini, ragazzi e anche adulti con disabilità intellettiva e relazionale di vivere l’esperienza dello sport, in un contesto inclusivo e rispettoso dei tempi e dei bisogni di ciascuno.

“La vera innovazione – spiega Guendalina Rulli, presidente della Clap – è che si è pensato a chi, nella maggior parte dei casi, non può nemmeno entrare in palestra. Quando si parla di sport e disabilità, il discorso inclusivo riguarda quasi sempre chi ha disabilità motorie, ma raramente chi convive con disturbi come l’autismo o la sindrome di Down. Invece è proprio lì che spesso le bar-

riere sono altissime: non riuscire ad affrontare un ambiente nuovo, entrare in relazione con persone sconosciute, accettare la presenza di normodotati e istruttori. Il progetto ha voluto superare tutto questo”.

L’obiettivo era chiaro fin dall’inizio: individuare le modifiche necessarie per rendere l’attività sportiva più accessibile a chi ha una diagnosi di disturbo del neurosviluppo, promuovendo il potenziamento delle abilità individuali e incentivando l’integrazione in un gruppo attraverso esercizi motivanti sia dal punto di vista motorio che relazionale.

Determinante la sinergia tra le competenze della SGP, rappresentata dal responsabile del progetto Marco Zucchini (e dalla responsabile tecnica Fisdor Giada Zucchini con Sofia Verri), e quelle del Clap, con le terapisti esperte nell’Analisi del Com-

portamento Applicata (ABA) Federica Contin e Rebecca Brambilla. “Servono istruttori altamente formati – aggiunge Rulli – e serve mettere insieme esperienze diverse: chi sa come comunicare con questi bambini e ragazzi, e chi conosce lo sport. Solo così possiamo rendere davvero accessibile un’attività che prima era impensabile per loro. E aggiungo: anche con una valenza riabilitativa”.

Tre i giovani coinvolti nel progetto pilota, tutti seguiti settimanalmente in palestra. Attraverso attività pensate su misura, si è osservato un miglioramento significativo in aree chiave dello sviluppo: dall’attenzione alla partecipazione, dal senso di autoefficacia alla capacità di cooperazione. Fondamentali, in questo senso, l’utilizzo delle strisce visive per dare prevedibilità agli esercizi, il rinforzo positivo e la

scelta di un contesto a piccolo gruppo.

A rendere tutto possibile, la generosità di chi ha creduto nell’iniziativa. I corsi, infatti, sono completamente gratuiti per le famiglie grazie al sostegno di Kiwanis Club Pavia, della Fondazione Comunitaria della provincia di Pavia e dell’APS Fare Bene. Ma “Ginnastica 4.0” non si ferma in palestra. Per favorire la socializzazione e rafforzare la rete tra famiglie e operatori, sono state organizzate anche uscite per merende e pranzi insieme, momenti di convivialità pensati per condividere esperienze, progressi e nuove consapevolezze.

Un piccolo grande esempio di come lo sport, quando è pensato con intelligenza, può diventare davvero strumento di cambiamento. Per tutti. Anche per chi, finora, si sentiva escluso in partenza.

