

## Sport e disabilità: Stimolare il confronto

Spesso la lezione di educazione fisica viene «strumentalizzata» per raggiungere quegli obiettivi sociali. L'intento è nobile anche se non deve andare a scapito di un sano confronto-scontro tra gli allievi.



Due allievi appoggiano la propria pancia su una Swissball. Entrambi cercano di spingere l'avversario (palla contro palla) oltre la linea di fondo campo avversaria. Al termine di ogni prova i giocatori si stringono amichevolmente la mano oppure si danno una pacca sulla spalla. Le coppie che lo desiderano possono inventarsi un proprio rituale di saluto.

- Prendere poca rincorsa. Attenzione a non cadere sulla schiena.
- Svolgere lo stesso esercizio ma su un tappetino. Perde chi per primo tocca il pavimento con un piede.
- Due gruppi si dispongono alle pareti opposte della palestra. Tutti gli allievi, inizialmente, poggiano le spalle al muro. Ad un segnale attraversano la palestra ad occhi chiusi. Due allievi (i poliziotti) vegliano a che i compagni non si scontrino.
- In piscina: due allievi afferrano un pull-boy o una tavoletta. Ognuno cerca di spingere all'indietro l'avversario.

Andicap: Due allievi si siedono ognuno sul proprio skateboard. Li separa un tappetino posizionato verticalmente. Entrambi gli skater spingono il tappeto cercando di farlo cadere nel campo avversario.

- In ginocchio sulla tavola, mantenendo gli occhi chiusi;
- tenere una mano dietro la schiena;
- sedersi sul pavimento e spingere il tappeto con i piedi.

### Cosa osservare?

- Quante volte sono riuscito ad impormi sull'avversario?
- Sono rimasto concentrato durante lo svolgimento degli esercizi?

- Ho adottato delle particolari strategie?

---

Fonte: Häusermann, S. (2011). Giocare con le differenze. Herzogenbuchsee: Ingold.



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Ufficio federale dello sport UFSP**