

## “SPORT PER TUTTI SECONDO CIASCUNO”

Martedì 15 marzo, noi alunni di due classi seconde della scuola Vivaldi abbiamo partecipato ad un'attività organizzata dal Comune di Padova e dall'associazione "Uno a Cento".

L'attività prevedeva tre sezioni, perciò ci siamo divisi in tre squadre. Ogni gruppo, a turno, sperimentava tutte e tre le attività.

La prima era, a mio avviso, la più difficile. Eravamo bendati e dovevamo immedesimarci nella normalità di un non vedente. Esattamente come i non vedenti avevamo in mano un bastone bianco che ci serviva per orientarci nello spazio ed individuare gli ostacoli. Era fondamentale, inoltre, fidarci del nostro compagno-guida che ci accompagnava e ci aiutava nell'eseguire il percorso.

Per la seconda attività si utilizzavano le carrozzine. Anche in questa prova abbiamo dovuto superare degli ostacoli: salire sul materasso imprimendo forza sulla carrozzina, prendere (da seduti) la palla medica e spostarla da un cerchio all'altro, spostarci dalla carrozzina ad una sedia senza appoggiare le gambe per terra.

La terza e ultima stazione ci è sembrata la più divertente. Questa attività si svolgeva con la carrozzina da basket, che ha le ruote inclinate; abbiamo potuto fare qualche tiro con la palla da basket.

L'ultimo gioco che abbiamo fatto è il Torball, un gioco sportivo a squadre per non vedenti. Si svolge con materassini posti alle estremità del campo sui quali i giocatori si stendono. L'obiettivo è quello, assieme ai compagni di squadra, di fare goal nello spazio occupato dai giocatori avversari. La vera difficoltà del gioco è che eravamo bendati e l'unico modo per capire dove stava andando la palla era quello di rimanere in silenzio e attivare al massimo il senso dell'udito. Infatti la palla ha al suo interno dei sonagli che permettono di percepire il suo movimento.

Ringraziamo i tre istruttori che ci hanno seguito e anche l'associazione "Da uno a cento" per l'opportunità che ci ha dato di metterci nei panni delle persone che hanno difficoltà di tipo fisico.

Giovanni Valentini – 2B

### ALCUNE NOSTRE RIFLESSIONI

-Grazie a questa attività ho potuto sperimentare come ci si sente ad essere disabili: se devo essere sincera mi metteva un po' in ansia il fatto di praticare degli sport senza poter vedere o muovermi sulle mie gambe.

-Grazie a questa attività ho capito il vero senso dell'empatia, ho provato delle sensazioni che molte persone vivono ogni giorno e che noi probabilmente sottovalutiamo, ad esempio ho capito che bisogna parlare di meno e ascoltare di più. Sono riuscita a capire, almeno un pochino, cosa può provare una persona quando non vede o non può svolgere determinate azioni e mi è dispiaciuto tanto, ma nonostante ciò mi sono anche divertita.

-L'attività svolta con l'associazione "uno a cento" è stata molto divertente e allo stesso tempo faticosa. Pensare che alcune persone, sfortunatamente, devono convivere con quelle difficoltà mi ha portata

ad avere tanta stima per loro. Sono contenta che anche le persone con delle disabilità possano appassionarsi allo sport e continuare la loro vita sportiva anche se con altre modalità.

-Dopo questa esperienza vedo le persone con delle difficoltà in un altro modo non come prima; ci hanno insegnato a essere più sensibili riguardo a questo argomento.

-Questa attività mi è piaciuta molto. Mettendomi nei panni di una persona disabile ho capito quanto lo sport possa essere importante perché può aiutare a superare momenti difficili, a socializzare, a lottare per raggiungere un obiettivo.

-Questa attività mi ha reso consapevole di come vivono le persone con disabilità. Anche solo non poter vedere per 5 minuti è stato per me molto difficile, perché sono abituato a vedere il mondo attraverso gli occhi, ma ho appreso che chi non può usare la vista diviene in grado di "vedere" il mondo mediante gli altri sensi.

Credo che permettere a chi ha una disabilità di praticare uno sport sia molto importante per non escluderlo dalla società come purtroppo molte volte accade e sarebbe bello permettere a queste persone di praticare uno sport con delle persone che hanno la fortuna di non avere una disabilità così da mostrare a tutti che non è necessario poter vedere o poter camminare per poter praticare uno sport, per lavorare e, in generale, per vivere.

-Quest'esperienza mi è piaciuta molto, mi ha fatto capire un po' cosa si prova ad essere disabile e che all'inizio non è facile accettarsi ma **con forza e coraggio tutto è possibile!!!**

