RESPECT
Recognizing Sport as a Powerful Tool for Inclusion

RESPECT

Manuale sull'inclusione per i club sportivi

Ottobre 2024

KA220-YOU-94610375

Co-funded by the European Union

PREFAZIONE

Lo sport è uno dei modi migliori per unire le persone, rafforzare i legami sociali e rendere gli individui parte di una società più inclusiva. Questo Handbook è stato progettato come una guida per aiutare i club sportivi a migliorare la loro comprensione dell'inclusività. Tale manuale fornisce infatti le conoscenze, gli strumenti e le raccomandazioni pratiche necessarie per garantire la partecipazione equa di individui con diverse abilità, in particolare persone con disabilità, alle attività sportive.

Preparato come parte del progetto RESPECT nell'ambito del quadro Erasmus+ KA2, questo manuale mira a promuovere una maggiore inclusione sociale di individui con disabilità attraverso lo sport. Include suggerimenti pratici su come lo sport può migliorare la qualità della vita delle persone con disabilità, supportare il loro benessere fisico e psicologico, aumentare la loro autostima e rafforzare le loro connessioni sociali. Inoltre, offre raccomandazioni concrete a supporto dei club sportivi per adottare questo approccio inclusivo.

Esprimiamo la nostra gratitudine ai nostri partner KEAN, ANGEF, SMARTLEAP, USMA e IYECSA per il tempo e le energie profuse nella preparazione di questo libro. Il loro impegno e la loro preziosa collaborazione sulle pratiche sportive inclusive hanno costituito la base di questa guida e hanno rafforzato la nostra convinzione nel potere dello sport di superare le barriere. Il loro supporto e i loro contributi hanno contribuito notevolmente alla creazione di questa importante risorsa che promuove l'inclusività.

TBESF
Ali Osman YAĞMURLU
Coordinatore del progetto

Acronimo: Respect
Titolo: REcognizing Sport as a PowErful Tool for inclusion
Programma: Erasmus+ KA2

PARTENARIATO

Coordinatore:

FEDERAZIONE SPORTIVA TURCA PER DISABILI (TBESF) - Turchia

Partner:

Kyttaro Enallaktikon Anazitiseon Neon (KEAN) - Grecia

Unione Sportiva Dilettantistica Maria Ausiliatrice (USMA) - Italia

Associazione Internazionale per l'Educazione, la Cultura e lo Sport Giovanile (IYECSA) - Turchia

Federazione della Gioventù Anatolica (ANGEF) - Turchia

Smartleap Education Research and Consultancy - Germania

Riferimento consegnabile

Pacchetto di lavoro: WP3

ID/titolo del risultato finale: Manuale Sull'Inclusione Per I Club Sportivi

Lingua: inglese

Formato: elettronico

Leader realizzabile: Kyttaro Enallaktikon Anazitiseon Neon-KEAN

Partner coinvolti nell'elaborazione del documento:

Numero del Partecipante	Nome dell'Organizzazione	Nome Abbreviato	Specificare se coinvolto
1	FEDERAZIONE SPORTIVA TURCA PER DISABILI	TBESF	SÌ
2	Kyttaro Enallaktikon Anazitiseon Neon	KEAN	SÌ
3	Unione Sportiva Dilettantistica Maria Ausiliatrice	USMA	SÌ
4	L'Associazione Internazionale per l'Educazione, la Cultura e lo Sport Giovanile	YIECSA	SÌ
5	Federazione della Gioventù Anatolica	ANGEF	SÌ
6	SMARTLEAP Educazione, Ricerca e Consulenza		SÌ

Gruppo target del risultato finale: Allenatori, Tecnici, Club Sportivi
Livello di diffusione: Pubblico

Esclusione di responsabilità
Il supporto della Commissione Europea per la produzione di questo deliverable non costituisce un'approvazione del contenuto, che riflette esclusivamente le opinioni degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per l'uso che potrebbe essere fatto delle informazioni in esso contenute.

CONTENUTI

1 INTRODUZIONE ---------- 6

1.1. Descrizione del progetto ---------- 6
1.2. Descrizione del Manuale ---------- 6

2 COMPRENDERE LA DISABILITÀ E L'INCLUSIONE ---------- 9

2.1. Definizione dei concetti ---------- 9
2.2. Modelli di disabilità ---------- 10
2.3. Gruppi di disabilità ---------- 11
2.4. Benefici generali e specifici dello sport per i giovani con disabilità --- 12

2.4.1. Benefici fisici ---------- 12
2.4.2. Benefici sociali ---------- 13
2.4.3. Benefici psicologici ed emotivi ---------- 13
2.4.4. Benefici economici ---------- 14
2.4.5. Benefici educativi e cognitivi ---------- 14

2.5 Il Potere Unificante dello Sport ---------- 15
2.6 L'importanza dell'inclusione sociale attraverso lo sport ---------- 17

3 CREARE UN AMBIENTE INCLUSIVO ---------- 18

3.1. Comunicazione e approccio verso le persone con disabilità ---------- 18

3.1.1 Linee guida generali per la comunicazione e l'interazione ---------- 18
3.1.2 Comunicazione non verbale e linguaggio del corpo ---------- 19
3.1.3 Approcci pratici per l'interazione ---------- 20
3.1.4 Promuovere un ambiente inclusivo ---------- 20
3.1.5 Considerazioni legali ed etiche nella comunicazione ---------- 21
3.1.6 Sensibilità culturale nella comunicazione ---------- 21

3.2 Sessioni Inclusive Raccomandate ---------- 21

3.2.1. Sessione: Il Campo Minato della Fiducia (Team Building) ---------- 22
3.2.2. Sessione: Pallone Sonoro ---------- 23
3.2.3. Sessione: Poligono Abile Tema: Allenamento delle abilità motorie per --- 24
bambini con disabilità fisiche e i loro coetanei non disabili Tempo: 45 minuti
3.2.4. Sessione: Bulldog ---------- 26
3.2.5. Sessione: Basket Inclusivo ---------- 27
3.2.6. Sessione: Blanketball ---------- 29

CONTENUTI

4 SFIDE ED ESEMPI DI INCLUSIONE ATTRAVERSO LO SPORT ____ 31

4.1. Prevenire l'Esclusione e il Razzismo attraverso lo Sport ____ 31

4.1.1 Sensibilizzare e fornire educazione ____ 32

4.1.2 Attuare politiche inclusive ____ 32

4.1.3 Promuovere squadre miste e integrazione inversa ____ 32

4.1.4 Affrontare il razzismo sistemico nello sport ____ 33

4.1.5 Coinvolgimento della comunità e collaborazione ____ 33

4.2. Principali problemi affrontati dalle persone con disabilità e dalle loro famiglie ____ 34

4.2.1.Problemi di accessibilità nelle infrastrutture e strutture ____ 34

4.2.2 Barriere finanziarie ____ 34

4.2.3 Mancanza di consapevolezza e supporto ____ 34

4.2.4 Stigma sociale e discriminazione ____ 34

4.2.5 Difficoltà emotive e di salute mentale ____ 35

5 CREARE UN AMBIENTE INCLUSIVO ____ 36

5.1. Politiche sulla disabilità nel mondo ____ 36

5.1.1. Quadro internazionale ____ 36

5.1.2. Strategie regionali ____ 37

5.1.3. Politiche sulla disabilità e lo sviluppo ____ 37

5.1.4. Sfide nell'attuazione delle politiche sulla disabilità ____ 37

5.2. Politiche sportive internazionali per i giovani con disabilità ____ 38

5.3 Comitato Paralimpico Internazionale (IPC) ____ 38

6 RISORSE PER L'INCLUSIONE DELLA DISABILITÀ E DELLO SPORT ____ 40

6.1. Ricerche e pubblicazioni ____ 40

6.2. Video ____ 40

6.3. Corsi online e webinar ____ 41

6.4. Organizzazioni ____ 41

6.5. Risorse online ____ 42

7 RIMANI CONNESSO: SEGUI IL NOSTRO VIAGGIO ____ 43

1 INTRODUZIONE

1.1. Descrizione del progetto

L'obiettivo principale del progetto **RESPECT** è **promuovere l'inclusione sociale per i giovani con disabilità** (18-25 anni) attraverso attività sportive. Il progetto mira a fornire ai giovani con disabilità opportunità per sviluppare abilità fisiche e sociali, aumentare l'autostima e interagire con i coetanei e gli allenatori in un ambiente positivo e di supporto. Con questi obiettivi, ci proponiamo di contribuire a una società inclusiva e paritaria per tutti i giovani con disabilità.

Gli obiettivi aggiuntivi del progetto sono aumentare le competenze e le abilità degli allenatori e dei formatori per poter lavorare con i giovani con disabilità nello sport, sensibilizzare gli stakeholder sul potenziale dello sport come strumento per l'inclusione dei giovani con disabilità e promuovere la cooperazione e la creazione di reti tra le organizzazioni che lavorano con i giovani con disabilità nello sport.

1.2. Descrizione del Manuale

Il presente manuale è il primo risultato del progetto RESPECT, il primo materiale educativo creato nell'ambito del progetto. Il suo scopo principale è fornire indicazioni su come creare un ambiente sportivo in cui gli **atleti disabili** possano partecipare pienamente insieme ai loro coetanei. Questo obiettivo viene raggiunto affrontando le barriere comuni che le persone con disabilità spesso incontrano nello sport, come ad esempio:

- **Accesso alle strutture:** Ad esempio, un club di calcio locale potrebbe non avere rampe o spogliatoi adatti per gli utenti di sedie a rotelle. Il manuale guiderà i club su come modificare le loro strutture, garantendo che siano accessibili a tutti gli atleti, indipendentemente dalla capacità fisica.

- **Risorse e attrezzature:** In alcuni casi, gli atleti disabili potrebbero necessitare di attrezzature specializzate per partecipare agli sport. Il manuale descriverà le strategie per ottenere e fornire queste attrezzature, garantendo che gli atleti disabili possano partecipare pienamente allo sport di loro scelta. Ad esempio, potrebbe suggerire modi per procurarsi o raccogliere fondi per sedie a rotelle sportive o altri strumenti adattivi per lo sport.

- **Formazione e supporto per gli allenatori:** Il manuale sottolinea l'importanza di formare gli allenatori e il personale per lavorare con gli atleti disabili. Ad esempio, un allenatore di basket potrebbe non essere a conoscenza di come modificare gli esercizi per un atleta con mobilità limitata. Il manuale fornirà metodi per formare gli allenatori su come adattare gli esercizi, assicurandosi che ogni atleta, indipendentemente dalla sua capacità, possa beneficiare dell'allenamento e della pratica.

Inclusione negli eventi: Per promuovere un ambiente inclusivo, si incoraggia i club a organizzare eventi sportivi che accolgano atleti di tutte le abilità. Il manuale suggerirà, ad esempio, di creare squadre a capacità miste o di organizzare tornei inclusivi dove atleti disabili e non disabili competano fianco a fianco.

Queste iniziative, descritte nel manuale, assicurano che tutti gli atleti si sentano accolti e supportati, e che le organizzazioni sportive intraprendano azioni proattive per rimuovere gli ostacoli che potrebbero altrimenti escludere i partecipanti disabili.

L'obiettivo del presente manuale è incoraggiare i club sportivi a intraprendere azioni concrete che garantiscano pari opportunità per gli atleti disabili. L'accento non è solo sulla conformità, ma sul promuovere un impegno genuino verso l'inclusione. Ecco come i club sono invitati a dimostrare questo impegno:

Politiche inclusive: I club dovrebbero adottare politiche che garantiscano esplicitamente l'inclusione degli atleti con disabilità. Ad esempio, un club di tennis potrebbe sviluppare una politica che assicuri che ogni atleta, indipendentemente dalla sua capacità fisica, abbia pari opportunità di partecipare e competere. Questo potrebbe includere la riservazione di orari per il tennis adattivo o l'organizzazione di sessioni di allenamento che accolgano sia atleti disabili che non disabili.

Accesso equo all'allenamento e alle competizioni: Gli atleti disabili dovrebbero avere la possibilità di allenarsi e competere alle stesse condizioni dei loro coetanei non disabili. Ad esempio, un club di nuoto locale potrebbe garantire che un nuotatore con mobilità limitata abbia accesso a un programma di allenamento adattivo, partecipando allo stesso tempo agli stessi tornei degli altri membri del club. Il manuale sottolinea che questo non riguarda solo la possibilità per gli atleti disabili di partecipare, ma include anche l'assicurarsi che ricevano lo stesso livello di allenamento, risorse e opportunità di avanzamento.

Favorire un ambiente di supporto: Il manuale incoraggia anche i club a creare una cultura di supporto, in cui ogni atleta si senta valorizzato. Un esempio di questo potrebbe essere un club di basket che organizza regolarmente sessioni di team building per favorire l'amicizia e il lavoro di squadra tra atleti disabili e non disabili, assicurandosi che tutti si sentano parte integrante della squadra.

Il manuale sottolinea che attraverso queste politiche e pratiche, i club dimostrano il loro impegno a garantire che ogni membro, indipendentemente dalla capacità, si senta supportato e apprezzato.

Il progetto RESPECT rafforza i valori chiave che sono essenziali per creare un ambiente veramente inclusivo nello sport. Questi valori includono:

Rispetto: Ogni atleta, indipendentemente dalle capacità, dovrebbe essere trattato con rispetto. Ad esempio, se un club sta organizzando un allenamento di calcio, gli allenatori e i membri della squadra devono garantire che un atleta che usa una protesi non solo sia incluso, ma anche trattato come un membro prezioso della squadra. Il rispetto significa vedere ogni atleta come capace e meritevole di partecipazione equa.

Inclusione: La convinzione che lo sport sia per tutti significa che i programmi sportivi dovrebbero essere progettati per includere atleti di tutte le abilità. Un esempio potrebbe essere un club di atletica locale che organizza gare multi-abilità in cui corridori con diverse capacità, inclusi quelli con disabilità, partecipano allo stesso evento. Il manuale sottolinea l'importanza di apportare modifiche quando necessario (ad esempio, partenze scaglionate o attrezzature modificate) in modo che tutti possano competere a pari condizioni.

Credenza nel potere dello sport per tutti: Il manuale evidenzia la convinzione che lo sport sia uno strumento potente per l'inclusione sociale, indipendentemente dalle capacità fisiche o mentali. Ad esempio, un club di basket potrebbe promuovere l'idea che tutti traggono beneficio dallo sport, non solo fisicamente, ma anche socialmente ed emotivamente. Questa convinzione si basa sull'idea che lo sport aiuti gli atleti, inclusi quelli con disabilità, a costruire autostima, migliorare le abilità sociali e sviluppare un senso di realizzazione.

Il manuale mira a instillare questi valori in ogni aspetto delle attività di un club, dalla struttura delle squadre alla conduzione delle competizioni. Il messaggio principale è che lo sport è un diritto universale e che tutti, disabili o no, dovrebbero avere la possibilità di partecipare pienamente e in modo equo.

Esempi in azione:

Un **club di nuoto** implementa spogliatoi e punti di accesso alla piscina accessibili per gli atleti con disabilità fisiche. Inoltre, formano i loro allenatori su come modificare i piani di allenamento per soddisfare le esigenze dei nuotatori con diverse disabilità, assicurandosi che questi atleti si sentano rispettati e supportati.

Una **lega di calcio** adotta una politica per reclutare giocatori con disabilità e fornisce attrezzature adattive, come scarpe specializzate o tutori, garantendo che tutti abbiano le stesse possibilità di partecipare e migliorare. Gli allenatori organizzano incontri regolari per discutere su come integrare ulteriormente gli atleti con disabilità nella squadra, assicurandosi che nessuno si senta escluso.

Una **squadra di rugby a abilità mista** tiene allenamenti congiunti dove i giocatori abili e quelli con disabilità si allenano insieme. I valori fondamentali del manuale guidano la struttura degli allenamenti, con un'enfasi su lavoro di squadra, rispetto e inclusione. Entrambi i gruppi di giocatori si supportano e imparano l'uno dall'altro, dimostrando che lo sport è davvero per tutti.

Questi esempi evidenziano come i club possano adottare attivamente le linee guida stabilite nel manuale, rendendo lo sport **un ambiente più inclusivo e di supporto** per tutti gli atleti, indipendentemente dalle loro capacità.

2 COMPRENDERE LA DISABILITÀ E L'INCLUSIONE

L'inclusione nello sport mira a garantire che le persone con disabilità possano partecipare pienamente, in particolare dopo che è stato garantito il loro accesso alle attività sportive.
Le persone con disabilità tendono ad avere esperienze meno favorevoli nello sport rispetto ai loro coetanei e concorrenti non disabili. Le barriere comuni che devono affrontare includono una mancanza di consapevolezza tra le persone non disabili su come integrarle efficacemente nei team, opportunità limitate di formazione e competizione, strutture accessibili insufficienti a causa di ostacoli fisici e accesso limitato a informazioni e risorse.

L'inclusione non riguarda solo l'accesso, ma l'empowerment degli atleti disabili e la creazione di ambienti in cui possano partecipare pienamente, sviluppare le proprie capacità, godere dei benefici dello sport e superare le barriere. Ciò include fornire il sostegno necessario, abbattere gli stereotipi e promuovere un senso di appartenenza e di realizzazione.[1]

2.1. Definizione dei concetti

La Cattedra UNESCO presso l'IT di Tralee adotta una definizione ampia di sport, riconoscendo il suo ruolo nella promozione della forma fisica, del benessere mentale e dell'interazione sociale. Questa comprensione inclusiva riconosce che lo sport può assumere molte forme, dal gioco informale alle competizioni organizzate, e sottolinea che diversi approcci alla partecipazione, sia attraverso attività segregate che adattate, dovrebbero avere lo stesso valore. Questa posizione evita di privilegiare i cosiddetti sport inclusivi rispetto a quelli segregati, riconoscendo la legittimità di entrambi.
Il termine "**disabilità**" comprende condizioni fisiche, mentali, sensoriali, intellettuali o evolutive che incidono sostanzialmente sulla capacità di una persona di svolgere determinate attività o di interagire con l'ambiente. Le disabilità possono essere temporanee o permanenti, visibili o invisibili, e possono variare notevolmente in gravità e in come influenzano la vita di un individuo.
Il presente manuale adotta il modello biopsicosociale dell'OMS, che evidenzia l'interazione complessa tra la condizione di un individuo e i fattori sociali. Il modello sottolinea che la disabilità non riguarda solo lo stato fisico o mentale di una persona, ma anche come gli ambienti esterni, come l'accessibilità nello sport, possano limitare o facilitare la partecipazione. In questo modo, il testo incoraggia una visione olistica dell'inclusione nello sport, concentrandosi sulla necessità di ambienti adattabili e di strutture di supporto che affrontino le barriere fisiche, sociali e atteggiamentali.

[1] Kiuppis, F. (2018). Inclusion in sport: disability and participation. In Sport and Disability (pp. 4-21). Routledge. DOI: 10.1080/17430437.2016.1225882

[2] WHO (World Health Organization). 2001. InternationalClassification of Functioning, Disability and Health. Geneva: WHO.

2.2 Modelli di disabilità

Considerare i modelli di disabilità permette agli allenatori di acquisire una comprensione delle proprie e delle altrui prospettive e assunzioni sulla disabilità. Questa consapevolezza li aiuta a riflettere sul loro approccio all'allenamento e sulla pianificazione. Comprendendo questi modelli, gli allenatori possono ampliare la loro visione e scoprire nuovi modi per migliorare la loro pratica, oltre a progettare e offrire lo sport in modo più efficace. Ecco i modelli principali:

1.Modello medico della disabilità

Il modello medico vede la disabilità come un problema personale causato da malattia o infortunio, concentrandosi sulle limitazioni che crea. Considera la disabilità come qualcosa da "curare" attraverso il trattamento. Nell'allenamento, questo può portare a un approccio più controllante, in cui l'allenatore enfatizza la riabilitazione o il trattamento medico per migliorare le prestazioni dell'atleta "curando" il suo corpo.

2.Modello sociale della disabilità

Il modello sociale vede la disabilità come il risultato di barriere sociali, non come un'imperfezione individuale. Si concentra sull'eliminazione degli ostacoli, come l'inaccessibilità, per consentire la piena partecipazione. Tuttavia, nell'allenamento, questo modello può sminuire le sfide fisiche che gli atleti affrontano, come il dolore o la malattia, concentrandosi troppo sui fattori sociali.

3.Modello biopsicosociale della disabilità

Il modello biopsicosociale offre un modo completo per comprendere la disabilità, considerando fattori biologici, psicologici e sociali. A differenza del modello medico, che si concentra solo sulle disabilità fisiche, o del modello sociale, che incolpa le barriere sociali, questo modello riconosce che la disabilità è il risultato di una combinazione di influenze fisiche, mentali e sociali. Suggerisce che il trattamento e il supporto dovrebbero affrontare non solo le problematiche mediche, ma anche il benessere mentale dell'individuo e il suo ambiente sociale. Questo approccio olistico incoraggia una cura e politiche personalizzate e inclusive.

4.Modello dei diritti umani della disabilità

Il modello dei diritti umani, tratto dalla Convenzione delle Nazioni Unite sui diritti delle persone con disabilità (2006), afferma che tutti hanno il diritto di praticare sport e fare le proprie scelte. Si basa sul modello sociale, concentrandosi sull'uguaglianza. I club sportivi devono creare politiche inclusive e aiutare gli allenatori a creare ambienti accoglienti. Questo approccio "a livello di club" promuove l'inclusione a tutti i livelli.

2.3 Gruppi di disabilità

Nello sport e in altri ambiti in cui l'inclusività e le pari opportunità sono importanti, gli individui con disabilità sono spesso organizzati in gruppi di disabilità. Questi raggruppamenti sono progettati per riflettere i tipi specifici di disabilità sperimentati dalle persone, assicurando che la competizione o la partecipazione siano eque e accessibili. Mentre i dettagli possono variare a seconda dei contesti (sport, istruzione, occupazione, ecc.), i gruppi di disabilità generalmente rientrano nelle seguenti ampie categorie

Atleti con disabilità fisiche,

Le disabilità fisiche influenzano la mobilità, la destrezza o le capacità fisiche di una persona. Queste possono essere presenti dalla nascita o svilupparsi successivamente a causa di infortuni o malattie, come lesioni del midollo spinale, paralisi cerebrale, amputazioni o artrite. Le persone con disabilità fisiche possono utilizzare dispositivi di assistenza come sedie a rotelle, protesi, stampelle o tutori per aiutarle a muoversi e mantenere l'indipendenza.

Atleti con disabilità visive,

Gli atleti con disabilità visive competono in sport anche con la perdita parziale o totale della vista. Partecipano a vari sport adattivi, come atletica, nuoto e goalball, che è progettato per i giocatori non vedenti. Le competizioni sono spesso organizzate in base al livello di disabilità visiva per garantire l'equità. Questi atleti possono utilizzare strumenti di assistenza come segnali sonori, guide per la corsa o segni tattili.

Atleti con disabilità intellettive,

Gli atleti con disabilità intellettive competono in sport nonostante affrontino sfide relative al funzionamento cognitivo, all'apprendimento e all'interazione sociale. Possono avere condizioni come la sindrome di Down, il disturbo dello spettro autistico o altre disabilità evolutive. Molti partecipano a organizzazioni come le Special Olympics.

Atleti sordi,

Gli atleti sordi competono in sport affrontando sfide legate alla perdita dell'udito, che può variare da una perdita parziale a una totale. Spesso partecipano a eventi separati, come le Deaflympics, dove i segnali visivi, come luci lampeggianti o segnali manuali, sostituiscono suoni come i colpi di pistola o i fischi. Gli sport popolari per gli atleti sordi includono basket, calcio, atletica e nuoto. Sebbene la loro disabilità uditiva non influisca sulle loro capacità fisiche, la comunicazione e il lavoro di squadra possono richiedere adattamenti come la lingua dei segni o altri metodi non verbali.

2.4. Benefici generali e specifici dello sport per i giovani con disabilità

Lo sport è da tempo riconosciuto come uno strumento prezioso per migliorare il benessere fisico, sociale, psicologico ed economico dei giovani con disabilità. Quando è strutturato in modo appropriato e inclusivo, lo sport offre non solo benefici per la salute fisica, ma favorisce anche connessioni sociali, rafforza la resilienza psicologica e apre porte a opportunità economiche. Ecco uno sguardo approfondito su questi benefici.

2.4.1. Benefici fisici

- Competenze motorie e coordinazione migliorate: La partecipazione a sport adattivi, come il basket in sedia a rotelle e il nuoto, aiuta gli individui con disabilità a migliorare le funzioni motorie, l'equilibrio e la coordinazione. Il coinvolgimento regolare in queste attività migliora il controllo motorio e riduce il rischio di disabilità secondarie causate dalla sedentarietà[3].

- Aumento della forza e della resistenza: La partecipazione regolare a sport aumenta la forza muscolare, la resistenza e la salute cardiovascolare nelle persone con disabilità fisiche. Questo porta a un miglioramento della forma fisica e dell'indipendenza funzionale, aiutandole a svolgere le attività quotidiane con maggiore facilità.

- Gestione del peso e salute cardiovascolare: Le persone con disabilità spesso affrontano obesità e problemi cardiaci a causa di stili di vita sedentari. Gli sport adattivi regolari aiutano a gestire il peso, migliorare la salute del cuore e ridurre il rischio di condizioni come l'ipertensione e il diabete, offrendo anche un'esperienza divertente e sociale[4].

- Prevenzione delle complicazioni sanitarie secondarie: L'inattività fisica può causare atrofia muscolare, osteoporosi e rigidità articolare. Sport come il nuoto e lo sci adattivo aiutano a mantenere la flessibilità, la densità ossea e la salute delle articolazioni, riducendo al contempo lo stress da impatto elevato, rendendoli ideali per le persone con sfide di mobilità[5].

[3] Puce, L., Marinelli, L., Girtler, N., Pallecchi, I., Mori, L., Simonini, M., & Trompetto, C. (2019). Self-perceived psychophysical well-being of young competitive swimmers with physical or intellectual impairment. Perceptual and Motor Skills, 126(5), 862-885. https://doi.org/10.1177/0031512519865849

[4] Sorgente, V., Cohen, E. J., Bravi, R., & Minciacchi, D. (2021). Accept. Understand. Then play! The impact of sport and physical activity in autism spectrum disorder. Authorea Preprints. doi: 10.22541/au.162345044.42442036/v2

[5] Maffulli, N., Longo, U. G., Spiezia, F., & Denaro, V. (2010). Sports injuries in young athletes: Long-term outcome and prevention strategies. The Physician and Sportsmedicine, 38(3), 29-34. https://doi.org/10.3810/psm.2010.06.1780

2.4.2. Social Benefits

- **Costruzione di connessioni sociali e amicizie:** Un importante beneficio sociale degli sport adattivi è la creazione di amicizie e reti sociali. In sport di squadra come il basket in sedia a rotelle o il rugby, i giovani con disabilità si connettono con i coetanei, stringono legami duraturi e sviluppano abilità di lavoro di squadra e comunicazione.
- **Riduzione dell'isolamento sociale:** I giovani disabili spesso si sentono isolati dalle attività principali. Lo sport può abbattere queste barriere creando ambienti inclusivi che incoraggiano il coinvolgimento nella comunità. La ricerca dimostra che la partecipazione a sport comunitari riduce l'isolamento e migliora l'inclusione sociale e il benessere emotivo.
- **Promozione delle abilità sociali e della collaborazione:** Lo sport aiuta a insegnare importanti abilità sociali come la comunicazione, la cooperazione e l'empatia. I giovani disabili coinvolti in sport di squadra vivono esperienze sociali positive, imparano a navigare nelle dinamiche sociali e lavorano insieme per raggiungere obiettivi comuni, favorendo la comunità e il supporto per una migliore integrazione sociale.
- **Sfida alle norme e agli stereotipi sociali:** Lo sport fornisce una piattaforma per sfidare gli stereotipi sulla disabilità. Partecipando, gli individui con disabilità mostrano le loro capacità e resilienza, cambiando le idee sbagliate sulle loro potenzialità. Questo beneficio non solo li riguarda personalmente, ma promuove anche una maggiore accettazione e inclusione nella società.

2.4.3. Benefici psicologici ed emotivi

- Aumento dell'autostima e della fiducia: Partecipare agli sport aiuta i giovani disabili a sperimentare il successo, a costruire fiducia in sé stessi e a sviluppare un'immagine positiva di sé. Raggiungere obiettivi personali o di squadra aumenta l'autostima, con un impatto positivo su altre aree della loro vita e favorisce una visione positiva del futuro.
- Resilienza psicologica e benessere emotivo: La partecipazione allo sport aiuta i giovani, in particolare gli atleti disabili, a sviluppare resilienza, insegnando loro a far fronte alle avversità e a gestire lo stress. Superare le sfide nello sport costruisce strategie di coping che si traducono nella vita quotidiana, aiutandoli a superare difficoltà personali e sociali[6].
- Miglioramenti nella salute mentale: L'attività fisica regolare è associata a una migliore salute mentale. Lo sport aiuta a ridurre l'ansia e la depressione attraverso il rilascio di endorfine, che migliorano l'umore. Impegnarsi negli sport adattivi offre agli individui disabili un modo strutturato per gestire la propria salute mentale, migliorando l'umore e riducendo lo stress[7].
- Formazione dell'identità e autostima: Lo sport aiuta i giovani disabili a costruire una positiva identità di sé, mettendo in evidenza le loro capacità piuttosto che le disabilità. Gli sport adattivi favoriscono l'orgoglio e l'autovalutazione, portando molti atleti disabili a identificarsi fortemente come atleti, il che aumenta la loro fiducia e identità sociale[8].

[6] Martin, J. (2010). The psychosocial dynamics of youth disability sport. Kinesiology, 19(1), 49-69. https://doi.org/10.2478/v10237-011-0032-9

[7] Youngson, L., Foster, C., & Lambert, J. (2023). The physical and mental health benefits of lifestyle sports for disabled people: A scoping review. International Journal of Disabilities Sports & Health Sciences. https://doi.org/10.33438/ijdshs.1197978

2.4.4. Economic Benefits

- Aumento dell'occupabilità: Partecipare agli sport adattivi aumenta l'occupabilità per le persone disabili. La partecipazione migliora le competenze sociali, la disciplina e il lavoro di squadra, rendendo gli atleti disabili più propensi a ottenere un lavoro rispetto a chi non partecipa agli sport.
- Miglioramento delle competenze professionali: Gli sport adattivi aiutano i giovani a sviluppare competenze chiave per il posto di lavoro, come la leadership, la comunicazione, la risoluzione dei problemi e la gestione del tempo. Queste competenze sono preziose per il successo nella carriera, e la disciplina acquisita nello sport porta spesso a migliori performance lavorative e avanzamenti professionali.
- Empowerment economico e indipendenza: Gli sport adattivi migliorano l'occupabilità e il successo sul posto di lavoro, aiutando i giovani disabili a raggiungere l'indipendenza economica. Le competenze e le connessioni sociali acquisite attraverso lo sport migliorano le prospettive professionali, portando a una maggiore stabilità finanziaria[9].

2.4.5. Benefici educativi e cognitivi

- Miglioramento delle Prestazioni Accademiche: La partecipazione a attività sportive porta a risultati accademici migliori, migliorando la concentrazione, la disciplina e le capacità cognitive. Per i giovani disabili, lo sport aumenta l'attenzione e le abilità di problem-solving, con conseguenti miglioramenti nelle prestazioni accademiche e nella gestione del tempo. [10]

- Sviluppo delle Competenze per la Vita: Lo sport aiuta gli atleti disabili giovani ad apprendere competenze importanti per la vita, come leadership, lavoro di squadra, perseveranza e presa di decisioni. Queste competenze possono essere applicate nell'educazione, nel lavoro e nelle relazioni personali, creando una solida base per il successo futuro. [11]

- Miglioramento della Concentrazione e dell'Attenzione: La pratica sportiva migliora la concentrazione e la resistenza mentale. Gli sport adattivi come il basket in sedia a rotelle e il rugby richiedono un pensiero strategico, aiutando i giovani a concentrarsi su compiti complessi per periodi di tempo più lunghi. Ciò costruisce la resilienza mentale e la capacità di attenzione, influenzando positivamente il loro successo accademico e personale.

[8] Napolitano, J. T., Iliescu, D., Hoehn, J., Berner, T., Meyer, C., Jackson, K., & Kemp, E. (2021). Athlete identity and common benefits and barriers to sport participation amongst adolescent sled hockey players. Orthopaedic Journal of Sports Medicine, 9. https://doi.org/10.1177/2325967121S00078

[9] Lastuka, A., & Cottingham, M. (2016). The effect of adaptive sports on employment among people with disabilities. Disability and Rehabilitation, 38(8), 742-748. https://doi.org/10.3109/09638288.2015.1059497

[10] Ommundsen, Y. (2000). Can sports and physical activity promote young peoples' psychosocial health? Tidsskrift for den Norske laegeforening, 120(29), 3573-3577. https://doi.org/10.1136/bmj.38123.737081.55

[11] Gould, D., & Voelker, D. K. (2012). Enhancing youth leadership through sport and physical education. Journal of Physical Education, Recreation & Dance, 83(8), 38-41. https://doi.org/10.1080/07303084.2012.10598828

2.5 Il Potere Unificante dello Sport

Ma quali sono i benefici degli sport inclusivi, in cui atleti disabili e non disabili competono fianco a fianco? Quando lo sport non è pienamente inclusivo, tralascia una popolazione fondamentale che ha un posto legittimo e centrale nell'ambiente sportivo. Includere atleti con disabilità negli sport porta numerosi benefici che vanno oltre il campo da gioco. Lo sport ha un'eccezionale capacità di unire gli individui, creando obiettivi comuni, promuovendo il lavoro di squadra e permettendo un senso di realizzazione. Gli ambienti sportivi inclusivi offrono ai giovani disabili e normodotati l'opportunità di sfidare le norme sociali, costruire relazioni e contribuire in modo paritario a un obiettivo comune. Le ricerche supportano l'idea che gli sport inclusivi possano creare connessioni sociali significative che vanno oltre il campo da gioco. [12]

→ Costruire un'Identità Condivisa e Spirito di Squadra

Quando i giovani disabili e normodotati praticano sport insieme, sviluppano un'identità condivisa come compagni di squadra, concentrandosi su obiettivi collettivi come il miglioramento delle competenze o il divertimento nel gioco. Per i giovani disabili, far parte di una squadra favorisce l'appartenenza e l'accettazione, valorizzando il proprio contributo rispetto alla propria disabilità. Programmi come Unified Sports, parte delle Special Olympics, che riuniscono atleti con e senza disabilità intellettive e fisiche, enfatizzano la collaborazione piuttosto che la competizione. Questi programmi promuovono l'uguaglianza, riducono l'isolamento e costruiscono il rispetto reciproco, creando un ambiente inclusivo in cui vengono celebrate le capacità di tutti.

→ Favorire l'Integrazione Sociale Attraverso Obiettivi Comuni

Lo sport ha un potente effetto unificante, riunendo persone provenienti da diverse origini e promuovendo l'integrazione sociale. Per i giovani disabili, lo sport offre un'opportunità unica di interagire con i coetanei in un ambiente che valorizza abilità, impegno e lavoro di squadra. I programmi sportivi inclusivi, come gli sport a abilità mista, in discipline come il rugby, integrano attivamente giocatori disabili e non disabili, consentendo agli atleti disabili di essere pieni contributori insieme ai loro pari. Questo favorisce il lavoro di squadra, la comprensione e connessioni sociali significative. [13]
Per i giovani disabili, che spesso possono sentirsi isolati o esclusi in altri ambiti della vita, questi programmi inclusivi offrono opportunità sociali cruciali. Le ricerche mostrano che tali programmi aiutano a ridurre i sentimenti di isolamento, offrendo agli atleti disabili un senso di appartenenza e permettendo loro di formare amicizie durature. Creando un senso di comunità e di impegno condiviso, le squadre sportive inclusive abbattano gli stereotipi e riducono le barriere sociali che spesso separano le persone disabili dai loro coetanei, promuovendo il rispetto reciproco e l'inclusione sociale. [14]

---

[12] McConkey, R., Dowling, S., Hassan, D., & Menke, S. (2013). Promoting Social Inclusion Through Unified Sports for Youth with Intellectual Disabilities: A Five-Nation Study. Journal of Intellectual Disability Research. https://doi.org/10.1111/j.1362788.2012.01587.x.

[13] Spencer-Cavaliere, N., Peers, D., & Watkinson, E. J. (2017). Part of, or Apart From Sport? Practitioners' Experiences Coaching Athletes with Disabilities. Adapted Physical Activity Quarterly: APAQ. https://doi.org/10.17645/SI.V5I2.889.

[14] Ramsden, R., Hayman, R., Potrac, P., & Hettinga, F. (2023). Sport Participation for People with Disabilities: Exploring the Potential of Reverse Integration and Inclusion through Wheelchair Basketball. International Journal of Environmental Research and Public Health, 20. https://doi.org/10.3390/ijerph20032491.

Ridefinire il Successo e il Raggiungimento negli Sport Inclusivi

Negli sport inclusivi, il successo non è misurato solo dalle vittorie, ma anche dai progressi personali, dall'impegno e dal lavoro di squadra. Per i giovani disabili, lo sport offre una piattaforma per mostrare le proprie abilità, spostando l'attenzione dalle limitazioni alla crescita e al contributo. Questo cambiamento rafforza l'autostima e favorisce un senso di realizzazione. Eventi come i Giochi Paralimpici dimostrano che il successo si basa sulle capacità e sulla determinazione, sfidando le visioni sociali sulla disabilità e celebrando le capacità di tutti gli atleti. A livello locale, programmi come Wheels for Wellbeing enfatizzano i traguardi personali, aiutando i giovani disabili a costruire fiducia e a partecipare più pienamente nello sport e nella vita, celebrando i loro successi oltre la competizione. [15]

Favorire l'Integrazione Sociale Attraverso Obiettivi Comuni

L'empatia è un risultato chiave degli sport inclusivi. Quando atleti disabili e normodotati si allenano e competono insieme, condividono esperienze che costruiscono comprensione e apprezzamento per gli sforzi reciproci. In sport come il basket in sedia a rotelle, gli atleti normodotati sviluppano un rispetto più profondo per la resilienza e le abilità dei loro compagni di squadra disabili. Programmi come il CP Football, in cui atleti con paralisi cerebrale giocano accanto a giocatori normodotati, mostrano come queste interazioni favoriscano l'empatia e cambino prospettive. Questa empatia non solo migliora la dinamica di squadra, ma promuove anche inclusione e rispetto al di fuori del campo sportivo, contribuendo a costruire comunità più inclusive.

Migliorare la diversità

Includendo persone con disabilità, lo sport offre opportunità per l'innovazione e valorizza la diversità presente all'interno della stessa comunità delle persone con disabilità. Questa diversità comprende una vasta gamma di abilità, sia fisiche che cognitive, e lo sport può fornire opportunità, sia generali che specifiche per la disabilità, attraverso lo spettro dell'inclusione. Gli atleti con disabilità portano esperienze e prospettive uniche in una squadra, ampliando gli orizzonti dei compagni e sfidando pregiudizi preesistenti. Questa diversità contribuisce a rompere gli stereotipi legati alla disabilità, promuovendo una cultura in cui tutti, indipendentemente dalle proprie abilità, hanno pari opportunità di partecipare e avere successo.
Incorporare atleti con disabilità costruisce una cultura positiva nel club, centrata su empatia e rispetto. Un club che abbraccia l'inclusività nutre un ambiente in cui la considerazione per gli altri diventa un valore fondamentale, con un effetto positivo che va oltre lo sport stesso. Questo focus sull'adattabilità e la creatività, sia nei metodi di allenamento, nelle strategie di gioco o nella progettazione delle strutture, porta benefici a tutti, incoraggiando innovazione e apertura mentale.

[15] Hutzler, Y., Barda, R., Mintz, A., & Hayosh, T. (2016). Reverse Integration in Wheelchair Basketball. Journal of Sport & Social Issues. https://doi.org/10.1177/0193723516632043.

2.6 L'importanza dell'inclusione sociale attraverso lo sport

Oggi sono stati creati molti sport specificamente pensati per le persone con disabilità, progettati per rispondere alle loro esigenze. Esempi includono il basket in sedia a rotelle, il cricket per ciechi, il goalball e il volley da seduti, dove bambini disabili e non possono giocare e competere insieme. Inoltre, sport inclusivi come il para-atletica—parte dei Giochi Paralimpici dal 1960, con eventi di atletica leggera—e il calcio per non vedenti, in cui i giocatori indossano bende e si affidano all'udito per localizzare una palla con campanelli interni, sono molto significativi. La boccia, introdotta nelle Paralimpiadi nel 1984, è particolarmente inclusiva poiché consente a tutti di partecipare senza richiedere una versione separata per i giocatori disabili. I giocatori cercano di avvicinare la loro palla a un pallino, e quelli che usano una rampa possono essere assistiti da un genitore che segue le loro istruzioni, dando al bambino un senso di controllo e indipendenza.

Quando pianificati e condotti efficacemente, gli sport possono promuovere significativamente l'integrazione e i diritti equi per diversi gruppi. La loro popolarità, specialmente tra bambini e giovani, rende lo sport un mezzo prezioso per promuovere abitudini sane e valori positivi all'interno delle famiglie e delle comunità. Le comunità svolgono un ruolo cruciale nel sfruttare il potere trasformativo dello sport per includere individui emarginati, normalizzando la loro partecipazione e migliorando la loro esperienza di vita complessiva. Questa mentalità inclusiva si estende anche agli spettatori, poiché vedere atleti disabili competere rafforza l'idea di uguaglianza tra tutti gli atleti.

Anche le famiglie dei bambini con disabilità traggono benefici, acquisendo un senso di autonomia e l'opportunità di autorealizzazione attraverso la partecipazione sportiva. Gli atleti non disabili sono influenzati positivamente, poiché riconoscono che gli atleti disabili hanno pari dignità e opportunità di competere. In molte attività miste, atleti disabili e non competono insieme, promuovendo una vera uguaglianza e inclusività nel campo sportivo.

Promuovendo una cultura sportiva inclusiva per le persone con disabilità, i club sportivi possono incrementare significativamente il numero di iscritti, la partecipazione dei volontari e l'impegno generale. Questo non solo evidenzia l'impegno etico del club, ma attrae anche sponsor, migliorando il brand, l'identità visiva e le risorse del club. Inoltre, promuovere tale inclusività rafforza i legami comunitari e la consapevolezza del reale valore dello sport, garantendo la sostenibilità a lungo termine del club. In definitiva, si crea un circolo virtuoso di coinvolgimento comunitario che valorizza l'intero club sportivo, beneficiando tutti i partecipanti.

3 CREARE UN AMBIENTE INCLUSIVO

Una comunicazione e un approccio efficaci sono essenziali per promuovere l'inclusione dei giovani con disabilità. Riconoscere le loro esigenze e abilità diverse è fondamentale per creare un ambiente che li responsabilizzi e supporti, specialmente nel contesto dello sport come strumento di inclusione.

3.1. Comunicazione e Approccio verso le Persone con Disabilità

Una comunicazione e un approccio efficaci sono essenziali per promuovere l'inclusione dei giovani con disabilità. Riconoscere le loro diverse esigenze e abilità è fondamentale per creare un ambiente che li responsabilizzi e supporti, specialmente nel contesto dello sport come strumento di inclusione.

3.1.1 Linee Guida Generali per la Comunicazione e l'Interazione

- **Lingua incentrata sulla persona:** La lingua incentrata sulla persona si concentra sull'individuo piuttosto che sulla sua disabilità. Dire "una persona con disabilità" invece di "una persona disabile" sottolinea la sua umanità. Questo cambiamento promuove interazioni rispettose e aumenta la dignità delle persone con disabilità. Il linguaggio ha un impatto significativo su come le persone percepiscono e si relazionano con coloro che hanno disabilità. [16]

- **Evitare supposizioni sulle capacità:** Spesso le persone non disabili fanno supposizioni su ciò che le persone disabili possono fare, il che può ostacolare una comunicazione significativa. Tali supposizioni possono ridurre l'autonomia e danneggiare l'autostima. È importante chiedere direttamente agli individui le loro preferenze e capacità per garantire che la comunicazione soddisfi le loro esigenze specifiche.

[16] Agaronnik, N. D., Campbell, E., Ressalam, J., & Iezzoni, L. (2019). Communicating with Patients with Disability: Perspectives of Practicing Physicians. Journal of General Internal Medicine, 1-7. https://doi.org/10.1007/s11606-019-04911-0

- **Pazienza e comprensione nella comunicazione:** Comunicare con persone disabili, specialmente con quelle che hanno disabilità cognitive o difficoltà di linguaggio, può richiedere più tempo. Le ricerche dimostrano che i professionisti sanitari che adottano un approccio centrato sul paziente, concedendo pause, migliorano le interazioni e la comprensione. È importante garantire che le persone disabili si sentano a loro agio nell'esprimersi.
- **Rispetto dell'autonomia e del processo decisionale:** È fondamentale dare alle persone disabili la possibilità di prendere decisioni riguardo alla loro cura e alle loro attività. L'autonomia è essenziale per l'autodeterminazione e migliora la fiducia e la qualità della vita. [17] Permettere loro di esprimere preferenze nello sport può incoraggiare una partecipazione attiva e promuovere l'indipendenza.
- **Fornire opzioni di comunicazione multiple:** Le persone disabili possono necessitare di metodi di comunicazione differenti. I sistemi di comunicazione aumentativa e alternativa (CAA), come le tabelle con immagini e la lingua dei segni, aiutano chi ha difficoltà verbali e migliorano la partecipazione sociale. [18] Offrire opzioni come formati scritti, visivi o audio promuove l'inclusività e l'accessibilità.

3.1.2. Comunicazione Non Verbale e Linguaggio del Corpo

- **Presta attenzione ai segnali non verbali:** I segnali non verbali, come le espressioni facciali, i gesti e il linguaggio del corpo, sono importanti quando si comunica con persone disabili. Per coloro che hanno disabilità gravi, questi segnali potrebbero essere il loro principale modo di comunicare. I professionisti dovrebbero notare questi segnali per una comunicazione migliore. [19]
- **Rispetto dello spazio personale:** Le persone disabili, specialmente quelle che utilizzano ausili per la mobilità, potrebbero avere esigenze specifiche riguardo allo spazio personale. Chiedi sempre prima di toccare o spostare i loro dispositivi, poiché questi possono far parte del loro spazio personale. Rispettare questo aiuta a mantenere la loro dignità.
- **Inclusività nella comunicazione scritta:** I materiali scritti dovrebbero essere facili da leggere per coloro che hanno difficoltà visive o cognitive. Usa caratteri grandi, testo ad alto contrasto e linguaggio semplice. Fornire versioni in braille, audio o altri formati accessibili aiuta a garantire che tutti possano interagire con il contenuto. Questo approccio migliora la partecipazione e riduce le barriere. [20]

---

[17] Olney, M. (2001). Communication Strategies of Adults with Severe Disabilities. Rehabilitation Counseling Bulletin, 44(2), 87-94. https://doi.org/10.1177/003435520104400205

[18] Hagan, L., & Thompson, H. (2014). It's good to talk: developing the communication skills of an adult with an intellectual disability through augmentative and alternative communication. British Journal of Learning Disabilities, 42(1), 66-73. https://doi.org/10.1111/BLD.12041

[19] Griffiths, C., & Smith, M. M. (2016). Attuning: A Communication Process between People with Severe and Profound Intellectual Disability and Their Interaction Partners. Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities, 29(2), 124-138. https://doi.org/10.1111/jar.12162

[20] Godsell, M., & Scarborough, K. (2006). Improving communication for people with learning disabilities. Nursing standard, 20(30).

3.1.3. Approcci pratici per l'interazione

- **Chiedere prima di offrire assistenza:** Chiedi sempre alle persone con disabilità come preferiscono essere aiutate, invece di fare supposizioni. Questo le responsabilizza e aumenta il loro senso di controllo, specialmente nello sport, dove potrebbero aver bisogno di supporto ma vogliono essere coinvolti nelle decisioni.
- **Promuovere l'indipendenza:** Crea ambienti che permettano alle persone con disabilità di mostrare le loro abilità e fare scelte. Incoraggiare l'indipendenza aiuta a sviluppare la fiducia in se stessi e le abilità sociali, in particolare negli sport di squadra. La ricerca mostra che le attività fisiche migliorano l'indipendenza e le interazioni sociali tra i giovani con disabilità. [21]
- **Usare un linguaggio inclusivo e rispettoso:** Evita termini obsoleti come "handicappato" o "storpio". Utilizza un linguaggio moderno e rispettoso che metta in evidenza le abilità e i punti di forza degli individui. Un linguaggio rispettoso aiuta a formare atteggiamenti positivi e rinforza la dignità e l'autostima.

3.1.4. Promuovere un Ambiente Inclusivo

- **Adottare atteggiamenti positivi e inclusivi:** I professionisti e i caregiver dovrebbero concentrarsi sui punti di forza degli individui piuttosto che sulle limitazioni. Una mentalità positiva promuove un ambiente di supporto e accresce il senso di appartenenza [22].

- **Creare opportunità di empowerment attraverso lo sport:** Lo sport offre un ottimo modo per promuovere l'inclusione, le abilità sociali e l'empowerment per i giovani con disabilità. La partecipazione attiva agli sport porta a un miglior benessere fisico e mentale, un aumento delle interazioni sociali e un senso più forte di autoefficacia. Lo sport incoraggia anche il lavoro di squadra, la leadership e la crescita personale.

- **Favorire un senso di appartenenza:** Essere parte di una comunità di supporto, come una squadra sportiva, aiuta le persone con disabilità a sentirsi parte di un gruppo e a sviluppare la propria identità. La partecipazione agli sport di squadra migliora le connessioni sociali e riduce i sentimenti di isolamento.

[21] Hagan, L., & Thompson, H. (2014). It's good to talk: developing the communication skills of an adult with an intellectual disability through augmentative and alternative communication. British Journal of Learning Disabilities, 42(1), 66-73. https://doi.org/10.1111/BLD.12041

[22]Taylor, C. (2008). Assessment of communication in people with learning disabilities. Advances in Mental Health and Learning Disabilities, 2(1), 15-20. https://doi.org/10.1108/17530180200800035

3.1.5. Considerazioni Legali ed Etiche nella Comunicazione

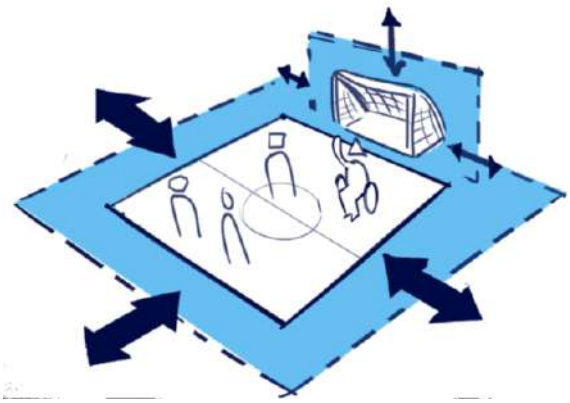
- **Conformità alle leggi e regolamenti:** La comunicazione con le persone con disabilità deve rispettare gli standard legali, come il Americans with Disabilities Act (ADA), che richiede di fornire sistemazioni ragionevoli per garantire pari accesso ai servizi e alle opportunità. Non farlo può portare a esclusione e trattamenti ingiusti.

- **Considerazioni etiche nella comunicazione:** I professionisti devono comprendere gli aspetti etici della comunicazione con le persone con disabilità. È fondamentale rispettare i loro diritti di essere ascoltati, fare scelte riguardo alla loro cura e partecipare pienamente alla società. Seguire pratiche di comunicazione etica è particolarmente importante nell'assistenza sanitaria e nel caregiving.

3.1.6. Sensibilità Culturale nella Comunicazione

- **Comprendere le prospettive culturali:** Diverse culture hanno credenze differenti sulla disabilità, alcune concentrandosi sul trattamento medico e altre sugli aspetti sociali o spirituali. Essere culturalmente sensibili e rispettare queste visioni aiuta a costruire rapporti e comprensione reciproca.
- **Adattare gli stili di comunicazione:** Le origini culturali possono influenzare le preferenze comunicative. Alcune culture potrebbero preferire una comunicazione indiretta e segnali non verbali, mentre altre favoriscono l'espressione diretta. Riconoscere e adattarsi a queste preferenze può aiutare le persone con disabilità a sentirsi più a loro agio e comprese.

3.2 Sessioni Inclusive Raccomandate



Prima di iniziare, potrebbe essere utile valutare quanto il tuo club sia già inclusivo facendo un controllo sull'inclusione. La campagna "Welcome to Sport" è stata lanciata nei Paesi Bassi nel gennaio 2022 per incoraggiare i fornitori di sport a discutere dell'importanza di creare un ambiente inclusivo e accogliente. Questa campagna è sostenuta dall'alleanza Sports and Exercise for Everyone e dal Ministero della Salute, del Benessere e dello Sport. Il suo obiettivo è sensibilizzare i professionisti sulle opportunità e le barriere che le persone potrebbero affrontare nella partecipazione a sport ed esercizio fisico a causa di fattori come età, salute fisica o mentale, etnia, orientamento sessuale o status sociale.

Conduci il controllo sull'inclusione. Sei interessato a valutare come sta operando il tuo club? Rispondi alle seguenti 10 affermazioni con "d'accordo" o "non d'accordo":

1. Il termine "inclusione" si applica al mio club.
2. Nel mio club ci sono membri provenienti da diverse origini (ad esempio, genere, età, etnia, disabilità, orientamento sessuale).
3. Le competenze del nostro staff (direttori, allenatori/istruttori, volontari) sono in linea con le esigenze dei nostri membri.
4. Il club riconosce che ci sono potenziali membri che attualmente non partecipano agli sport e prende in considerazione i loro desideri, bisogni e barriere.
5. Il mio club promuove un ambiente accogliente in cui tutti si sentono inclusi.
6. La politica del mio club incorpora la diversità, una cultura sportiva positiva e un ambiente sportivo sicuro.
7. È disponibile assistenza o supporto aggiuntivo (come tariffe di adesione adeguate) per garantire che tutti possano partecipare.
8. Le strutture sportive utilizzate dal mio club sono accessibili a tutti.
9. Il mio club è facilmente raggiungibile con diversi mezzi di trasporto (auto, trasporto pubblico).
10. Il club offre esperienze sportive piacevoli e positive per tutti. [23]

3.2.1. Sessione: Il Campo Minato della Fiducia (Teambuilding)

Tempo: 25-30 minuti

Panoramica:
Questa sessione prevede la navigazione in un campo minato simulato mentre si è bendati, affidandosi solo alle istruzioni verbali di un compagno. L'obiettivo è favorire il lavoro di squadra, la fiducia e la comunicazione efficace, sensibilizzando anche sulle disabilità visive. I partecipanti apprenderanno l'importanza di una comunicazione chiara, della fiducia e dell'adattabilità, sviluppando anche empatia verso le persone con disabilità.

Obiettivi:
- Costruire fiducia e sicurezza all'interno dei team.
- Sensibilizzare sulle disabilità visive.
- Migliorare le competenze di comunicazione verbale e ascolto attivo.
- Incoraggiare il problem-solving e l'adattabilità.
- Promuovere l'inclusività e il lavoro di squadra.

[23] https://www.inholland.nl/onderzoek/publicaties/inclusion-handbook-for-sport-clubs/

Materiale:

- Bende
- Oggetti per creare ostacoli (coni, sedie, corde)
- Marker per definire l'inizio e la fine del percorso

Preparazione:

I facilitatori devono comprendere gli obiettivi, garantire la sicurezza e prestare attenzione al comfort emotivo e fisico dei partecipanti. Il campo minato deve essere allestito in un ambiente sicuro e devono essere fornite istruzioni chiare. I facilitatori devono guidare, supportare e garantire un'esperienza sicura e inclusiva per tutti.

Istruzioni:

- I partecipanti sono divisi in coppie: uno viene bendato, l'altro lo guida verbalmente attraverso il percorso ad ostacoli.
- Se si commettono errori, il team deve ripartire, enfatizzando la comunicazione chiara e la fiducia.
- Il partecipante bendato non può parlare né essere toccato, ma si affida completamente ai segnali verbali.

Debriefing:

Dopo l'attività, i partecipanti discutono le loro esperienze:

- Come ci si è sentiti ad essere bendati o a guidare?
- Quali sfide sono emerse e come sono state superate?
- Come questa attività ha messo in evidenza l'importanza della fiducia e della comunicazione?

La discussione enfatizza le competenze acquisite e la loro rilevanza nelle situazioni di lavoro di squadra nella vita reale.

Suggerimenti per i facilitatori:

- Garantire la sicurezza e adattare l'attività se necessario per i partecipanti ansiosi.
- Incoraggiare un dialogo aperto durante il debriefing per permettere a tutti di condividere le proprie riflessioni.

3.2.2. Sessione: Palla Sonora

Tema: Esercizi di precisione e orientamento per partecipanti con e senza disabilità visiva.

Tempo: 45 minuti

Panoramica:

La sessione aiuta a sviluppare i sensi non visivi (uditivo e tattile) per i partecipanti con disabilità visiva e migliora la consapevolezza spaziale e il movimento per tutti i partecipanti. Promuove concentrazione, precisione e comprensione delle sfide affrontate da chi ha disabilità visive.

Obiettivi:
- Potenziare i sensi non visivi e l'orientamento spaziale.
- Migliorare il movimento e la coordinazione senza fare affidamento sulla vista.
- Promuovere concentrazione e precisione.

Materiale:
- Palloni sonori o palloni ordinari in sacchetti di plastica (per produrre suono).
- Bende per i partecipanti non vedenti.
- Coni per segnare gli obiettivi, marker tattili (corde o nastri di carta), numeri (1-9) per i target degli obiettivi.

Dimensione del gruppo: 20-30 partecipanti

Preparazione:
- Dividere i partecipanti in gruppi (4-6 persone).
- I partecipanti non vedenti sono bendati, tranne il leader del gruppo, che fornisce istruzioni verbali.
- Assicurarsi che i partecipanti siano comodi e verificare eventuali preoccupazioni fisiche o emotive (ad esempio, claustrofobia).

Suggerimenti per i facilitatori:
- Garantire la sicurezza e il comfort per tutti i partecipanti.
- Adattare le attività in base alle esigenze del gruppo (ad esempio, usare felpe come bende).
- Adattare l'attività per i partecipanti con diversi livelli di disabilità visiva.

3.2.3. Sessione: Bambino Abile nel Poligono

Tema: Allenamento delle abilità motorie per bambini con disabilità fisiche e i loro coetanei non disabili

Tempo: 45 minuti

Panoramica:
Questa sessione promuove l'empatia, il lavoro di squadra e lo sviluppo delle abilità motorie (agilità, velocità, forza e precisione) attraverso un'attività inclusiva e divertente. Aiuta i bambini a comprendere le necessità e le capacità degli altri mentre sviluppano la loro coordinazione fisica.

Obiettivi:
- Promuovere il lavoro di squadra e la cooperazione.
- Sviluppare l'empatia per le diverse abilità.
- Sviluppare abilità motorie come agilità e precisione.

Materiale:
- Coni, ostacoli, palloni, bastoni, corde, bottiglie e un tavolo o scrivania.

Dimensione del gruppo: 20-30 partecipanti

Preparazione:
I facilitatori devono conoscere il numero di bambini con e senza disabilità per organizzare l'attività in modo efficace. I bambini con paralisi cerebrale, amputazioni, paraplegia (utilizzatori di sedia a rotelle) o disabilità intellettive possono partecipare.
Istruzioni:
1. **Riscaldamento (10-15 minuti):** Il facilitatore guida gli esercizi, adattandoli per i bambini con diverse abilità (ad esempio, esercizi per la parte superiore del corpo per i bambini in sedia a rotelle).
2. **Attività principale (25-30 minuti):**
I bambini vengono divisi in squadre con partecipanti sia disabili che non disabili.
Ogni bambino completa un percorso ad ostacoli (poligono) e termina tirando palloni contro i coni (guadagnando punti per la precisione).
La squadra con il maggior numero di punti vince.

Percorso ad ostacoli per bambini senza disabilità:

- Corri a zig-zag tra i coni.
- Saltare sopra gli ostacoli.
- Toccare i coni alternativamente con la mano sinistra e destra.

Percorso ad ostacoli per utenti di sedia a rotelle:

- Guida a zig-zag con la sedia a rotelle.
- Giro intorno ai coni.
- Toccare i coni con le mani alternate.

Percorso ad ostacoli per bambini con paralisi cerebrale o amputazione:

- Corri o cammina a zig-zag.
- Salta o fai un passo sopra una linea/ostacolo.
- Tocca i coni alternativamente con entrambe le mani.

Debriefing (5 minuti): Discutere come è stato il gioco, come potrebbe essere migliorato e l'importanza di aiutare i compagni con disabilità nella vita quotidiana.

Suggerimenti per il facilitatore:
- Adatta il percorso o l'attrezzatura in base alle capacità dei bambini e alla dimensione del gruppo.
- Modifica l'altezza e la distanza del bersaglio per adattarle alle capacità dei partecipanti.

3.2.4. Sessione: Bulldog

Tema: Gioco di inseguimento inclusivo e divertente adattabile per tutte le abilità.

Tempo: 45-60 minuti

Panoramica: Questa sessione si concentra sul lavoro di squadra, lo sviluppo delle abilità motorie e il pensiero strategico in un ambiente divertente e inclusivo. Il gioco consente a tutti, indipendentemente dalle abilità, di partecipare all'emozione di correre, inseguire e toccare.

Obiettivi:

- Incoraggiare la partecipazione di tutti, indipendentemente dalle abilità.
- Promuovere il lavoro di squadra e la collaborazione.
- Sostenere l'attività fisica in un ambiente piacevole e inclusivo.
- Creare un ambiente accogliente dove tutti si sentano valorizzati.

Materiali:
Spazio aperto (campo da gioco/campo)
Coni o segnali (per delimitare i confini)
Abbigliamento comodo
Opzionale: palline morbide o strisce di tessuto per il tocco

Dimensione del gruppo:
Minimo: 5-6 partecipanti
Massimo: 20+ a seconda dello spazio

Preparazione:

- Delimitare chiaramente i confini con coni o segnali.
- Rivedere le regole del gioco, sottolineando il lavoro di squadra e l'inclusività.
- Adattare le regole per accomodare abilità diverse.

Istruzioni:

1. I giocatori iniziano su un lato dell'area di gioco, con un giocatore come il Bulldog al centro.
2. L'obiettivo è che i giocatori attraversino l'area senza essere toccati dal Bulldog.
3. Una volta toccati, i giocatori diventano Bulldogs e aiutano a toccare gli altri.
4. Il gioco termina quando tutti i giocatori sono stati toccati o si raggiunge un limite di tempo. L'ultimo giocatore non toccato vince:
5. Adattamenti per l'inclusività:

- Tocco più morbido (ad esempio, toccare o usare strisce di tessuto).
- Permettere di camminare o l'uso di dispositivi di assistenza.
- Rallentare il Bulldog (ad esempio, partire con una flessione).
- Modificare lo spazio per l'uso delle sedie a rotelle.

Debriefing (dopo il gioco):

- Cosa ti è piaciuto di più?
- Come ha influenzato la tua esperienza il lavoro di squadra?
- Le adattamenti sono stati utili per l'inclusività?
- Quali strategie hai usato?
- Come ti ha fatto sentire il gioco?

Suggerimenti per i facilitatori:

- Sii flessibile e attento alle esigenze dei partecipanti.
- Usa istruzioni chiare e semplici.
- Assicurati che tutti si sentano a loro agio e inclusi.[24]

3.2.5. Sessione: Basket Inclusivo

Durata: 60 minuti

Numero di partecipanti: 12-20 (abilità miste)

Fascia di età: 8-18 anni

Luogo: Campo da basket coperto o palestra

Obiettivi:

- Sviluppare le abilità fondamentali nel basket (palleggio, passaggio, tiro).
- Promuovere il lavoro di squadra e la comunicazione tra i partecipanti.
- Favorire un ambiente inclusivo dove tutti i giocatori si sentano valorizzati.

Materiale:

- Palloni da basket (di diverse dimensioni, inclusi palloni più morbidi per i principianti)
- Canestri regolabili (se disponibili) o canestri standard
- Coni per gli esercizi
- Marker (per indicare i confini o i bersagli)
- Fischetti (per il facilitatore)

Istruzioni

1. Riscaldamento (10 minuti)

- Inizia con un cerchio di gruppo. Guida un riscaldamento dinamico che includa cerchi con le braccia, oscillazioni delle gambe e corsetta leggera.
- Incorpora movimenti che possano essere adattati per diverse abilità (ad esempio, esercizi da seduti per chi è in sedia a rotelle).

[24] https://kom018.org.rs/en/prirucnik-metodologije-za-inkluzivni-sport-inclusion-reloaded/

2. Esercizi di Sviluppo delle Abilità (25 minuti)

Esercizio 1: Palleggio (10 minuti)

Impostazione: Crea un percorso a zig-zag con i coni.

- I giocatori palleggiano attraverso i coni, concentrandosi sul controllo e sulla velocità.
- Adattamento per le abilità: I giocatori in sedia a rotelle possono navigare i coni utilizzando tecniche di palleggio modificate.

Esercizio 2: Passaggi (10 minuti)

Impostazione: Dividi i giocatori in coppie, faccia a faccia a breve distanza.

- I giocatori praticano passaggi al petto, passaggi a rimbalzo e passaggi sopra la testa.
- Incoraggia i giocatori a comunicare e a muoversi mentre passano.
- Per i giocatori che necessitano di supporto aggiuntivo, consenti loro di passare da una posizione ferma o a distanza più ravvicinata.

Esercizio 3: Tiro (5 minuti)

Impostazione: Crea più stazioni di tiro a distanze diverse.

- I giocatori si alternano nel tiro da vari punti, concentrandosi sulla tecnica.
- Offri modifiche, come canestri più bassi o distanze di tiro più corte per i principianti.

3. Attività di Squadra (20 minuti)

Giochi Modificati 3v3

Impostazione:

- Dividi i giocatori in squadre di abilità miste (3-4 giocatori per squadra).
- Se possibile, allestisci due mini-campi per permettere a più giochi di svolgersi contemporaneamente.
- Gioca partite brevi (5-7 minuti ciascuna) con regole modificate:
- Consenti passi o palleggi aggiuntivi se necessario.
- Incoraggia il lavoro di squadra premiando gli assist o i punti di collaborazione.
- Sottolinea che i giocatori possono usare dispositivi di assistenza se necessario (ad esempio, bastoni per i giocatori non vedenti, sedie a rotelle).
- Ruota le squadre affinché i giocatori possano giocare con e contro diversi partecipanti.

4. Debriefing (5 minuti)

- Guida un defaticamento con esercizi di stretching leggeri.
- Raccogli i partecipanti in cerchio e fai delle domande riflessive:
- Cosa ti è piaciuto di più della sessione di oggi?
- Come ti sei sentito lavorando con i tuoi compagni di squadra?
- Quali abilità vuoi migliorare la prossima volta?
- Come possiamo supportarci meglio nelle prossime sessioni?

Suggerimenti per i Facilitatori

- **Incoraggiare la Partecipazione:** Ricorda ai partecipanti che l'obiettivo è il divertimento, il lavoro di squadra e lo sviluppo delle abilità, piuttosto che la competizione.
- **Adattare secondo Necessità:** Sii pronto a fare ulteriori adattamenti in base alle esigenze specifiche dei partecipanti presenti quel giorno.
- **Fornire Feedback Positivo:** Usa un linguaggio incoraggiante e loda lo sforzo, il lavoro di squadra e i progressi durante tutta la sessione.

3.2.6. Sessione: Blanketball

Materiali:

- Coperte, lenzuola o asciugamani grandi (uno per squadra)
- Rete da pallavolo, corda o una linea tracciata per delimitare l'area di gioco
- Pallone (leggero, come un pallone da spiaggia o una palla da pallavolo)

Istruzioni:

Impostazione delle Squadre:

- Organizza i bambini in squadre, idealmente con 4 giocatori per squadra. Se ci sono meno giocatori, le squadre possono essere formate da coppie.
- Ogni squadra riceve una coperta, un lenzuolo o un grande asciugamano.
- Ogni giocatore tiene un angolo della coperta (o due giocatori se si usano asciugamani).

Pratica del Lancio e Cattura:

- Le squadre praticano lanciando la palla in aria usando la loro coperta e cercando di catturarla insieme.
- Incoraggia il lavoro di squadra vedendo quale squadra riesce a lanciare la palla più in alto e a catturarla ancora nella coperta.

Gioco Cooperativo:

- Accoppia le squadre tra loro. Ogni coppia di squadre lancia la palla tra loro cercando di catturarla con le loro coperte.
- Questo incoraggia la cooperazione tra le squadre mentre si lanciano e si catturano la palla.

Gioco Competitivo:

- Imposta un campo base con una barriera (rete, corda o una linea sul pavimento) nel mezzo.
- Le squadre giocano un gioco simile alla pallavolo lanciando la palla sopra la barriera. Si guadagnano punti se la squadra avversaria non riesce a catturare la palla nella sua coperta o se la palla finisce fuori dai limiti.
- Le squadre lavorano insieme per comunicare e coordinare i loro movimenti per catturare e lanciare la palla.

Inclusione e Adattamento:

- Adatto alla Mobilità: Il gioco richiede poco movimento, rendendolo ideale per i partecipanti con problemi di mobilità.
- Orientato al Lavoro di Squadra: Il gioco enfatizza la cooperazione, permettendo a tutti i partecipanti di sentirsi inclusi.
- Attrezzatura Leggera: L'uso di palloni leggeri e coperte garantisce sicurezza e facilità di partecipazione per tutti.

Suggerimenti per il Facilitatore:

- Enfatizzare la Cooperazione Piuttosto che la Competizione: In particolare nelle fasi iniziali, ricorda ai partecipanti che il successo nel gioco deriva dal lavorare insieme per lanciare e catturare la palla.
- **Adattamenti per la Mobilità:** Per i partecipanti con mobilità limitata, riduci la dimensione dell'area di gioco o permetti loro di sedersi mentre tengono la coperta. Il design del gioco richiede già movimenti minimi, rendendolo ideale per gruppi con abilità miste.
- **Adattamenti per la Palla:** Usa palloni più morbidi e leggeri (come i palloni da spiaggia) per adattarsi a tutti i livelli di abilità. Questo garantisce che tutti possano partecipare comodamente e riduce il rischio di infortuni.

Adattamenti dei Ruoli: Se alcuni giocatori hanno difficoltà a tenere la coperta, possono assumere ruoli come guidare i compagni di squadra, dare istruzioni o occuparsi del conteggio dei punteggi.

4 SFIDE ED ESEMPI DI INCLUSIONE ATTRAVERSO LO SPORT

4.1. Prevenire l'Esclusione e il Razzismo attraverso lo Sport

Lo sport ha il potenziale per fungere da piattaforma potente per l'inclusione, dove individui provenienti da contesti diversi possono unirsi e sviluppare rispetto reciproco. Tuttavia, se non gestito in modo intenzionale, lo sport può riflettere e perpetuare esclusioni più ampie della società, inclusi il razzismo e la marginalizzazione delle persone disabili. Pertanto, sono necessarie strategie proattive per prevenire l'esclusione e il razzismo nello sport, trasformandolo in una piattaforma per il cambiamento sociale.

4.1.1 Sensibilizzazione e offerta di istruzione

Prevenire l'esclusione e il razzismo nello sport inizia con l'educazione. Una delle principali barriere per gli atleti disabili è la mancanza di consapevolezza tra allenatori, giocatori e staff riguardo alle sfide che questi atleti devono affrontare. Molti allenatori non sono formati per gestire squadre diversificate, il che può portare a un'esclusione non intenzionale.

Sessioni di formazione sulla consapevolezza della disabilità e sull'allenamento inclusivo possono aiutare gli allenatori a creare ambienti in cui gli atleti disabili possano avere successo insieme ai loro compagni. Ricerche nel basket in sedia a rotelle dimostrano che quando gli atleti abili partecipano agli sport per disabili, sviluppano un maggiore rispetto e comprensione nei confronti dei loro compagni disabili, contribuendo a combattere gli stereotipi [25].

L'educazione dovrebbe anche affrontare il razzismo, in particolare dove la disabilità e la razza si intersecano. I giovani disabili provenienti da contesti minoritari affrontano spesso forme multiple di discriminazione. Ad esempio, gli atleti disabili di colore possono incontrare sia pregiudizi razziali che supposizioni sulle loro capacità. Programmi come Sport Against Racism Ireland (SARI) forniscono un modello per integrare l'antirazzismo e l'anti-ableismo nell'educazione sportiva [26].

[25] Verdonck, M., Ripat, J., Clark, P., Oprescu, F., Gray, M., Chaffey, L., & Kean, B. (2020). Reverse Integration in Wheelchair Basketball: Stakeholders' Understanding in Elite and Recreational Sporting Communities.Adapted physical activity quarterly: APAQ, 1-18. https://doi.org/10.1123/apaq.2019-0082.

[26] Gomez-Gonzalez, C. (2023). Towards policies to eradicate ethnic discrimination in amateur sports. Current Issues in Sport Science (CISS). https://doi.org/10.36950/2023.2ciss005

I workshop che enfatizzano pratiche di coaching inclusive, mentre sviluppano la competenza culturale, sono importanti per gli allenatori. Devono comprendere come le norme culturali possano influenzare le loro interazioni con gli atleti disabili provenienti da diverse origini razziali [27]. Ad esempio, alcune comunità possono avere prospettive diverse sulla disabilità, il che può influenzare il modo in cui le famiglie e i gruppi locali si coinvolgono negli sport. Affrontando queste sfumature culturali, gli allenatori possono creare un ambiente più accogliente e di supporto per tutti i giovani atleti.

4.1.2. Implementare Politiche Inclusive

Le politiche sportive inclusive sono essenziali per prevenire l'esclusione e il razzismo, garantendo che tutti, indipendentemente dalle capacità, dalle origini o dall'etnia, abbiano pari opportunità di partecipare. Un ostacolo significativo per molti atleti disabili è la mancanza di strutture accessibili, come rampe e bagni accessibili, che possono escluderli dagli eventi.
Il Programma Sportivo Inclusivo del Regno Unito esemplifica una politica inclusiva efficace, richiedendo che le strutture sportive finanziate dal governo rispettino gli standard di accessibilità. [28] Questa iniziativa riconosce che lo sport è un diritto per tutti, portando a finanziamenti per l'adeguamento delle strutture più vecchie e la costruzione di nuovi impianti accessibili. Allo stesso modo, l'Activity Alliance in Inghilterra aiuta le organizzazioni sportive a sviluppare politiche inclusive.
Le politiche dovrebbero anche includere misure antidiscriminatorie solide e linee guida chiare per la segnalazione di incidenti di esclusione o discriminazione, incluso il razzismo. Le organizzazioni sportive dovrebbero adottare politiche di "tolleranza zero" per tali incidenti e implementare rigide campagne contro il razzismo, come l'iniziativa "No to Racism" della UEFA, per creare ambienti più sicuri e inclusivi.

4.1.3. Promuovere Squadre a Capacità Miste e l'Integrazione Inversa

Le squadre a capacità miste, che includono atleti disabili e non disabili, sono un modo efficace per promuovere l'inclusione e ridurre l'esclusione nello sport. Questo approccio abbattere le barriere, promuove l'empatia e sfida le norme sociali. L'integrazione inversa, in cui atleti abili partecipano a sport per disabili, è un esempio chiave, come nel basket in sedia a rotelle. Qui, attraverso la partecipazione, gli atleti abili acquisiscono una profonda apprezzamento per le abilità dei loro compagni di squadra disabili, contribuendo a ridurre gli atteggiamenti abilisti. Un modello di successo è il Movimento del Rugby a Capacità Miste, iniziato nel Regno Unito e diffuso in diversi altri paesi, dove atleti di tutte le capacità competono insieme sotto le stesse regole, dimostrando che gli atleti disabili possono eccellere insieme ai loro pari, abbattendo gli stereotipi sulla disabilità. [29]

[27] Hutzler, Y., Barda, R., Mintz, A., & Hayosh, T. (2016). Reverse Integration in Wheelchair Basketball. Journal of Sport & Social Issues. https://doi.org/10.1177/0193723516632043.

[28] Pérez-Tejero, J., Grassi-Roig, M., Coterón, J., & Hutzler, Y. (2022). Reverse Integration in Wheelchair Basketball-A Mixed-Method Spanish Stakeholders' Perspective. Adapted Physical Activity Quarterly: APAQ. https://doi.org/10.1123/apaq.2022-0028

[29] Spencer-Cavaliere, N., & Peers, D. (2011). "What's the Difference?" Women's Wheelchair Basketball, Reverse Integration, and the Question(ing) of Disability. Adapted Physical Activity Quarterly: APAQ. https://doi.org/10.1123/APAQ.28.4.291.

4.1.4. Affrontare il Razzismo Sistemico nello Sport

Il razzismo rimane una questione seria nello sport e spesso aggrava l'esclusione cui sono soggetti gli atleti disabili, specialmente quelli provenienti da minoranze etniche. Questi atleti sperimentano discriminazione sia in base alla razza che alla disabilità, rendendo più difficile l'accesso alle opportunità sportive. Per affrontare questo problema, le organizzazioni sportive devono adottare un approccio intersezionale che affronti sia la discriminazione razziale che quella legata alla disabilità. [30] Programmi come "Show Racism the Red Card" sensibilizzano e educano atleti, allenatori e tifosi sulla prevenzione del razzismo nello sport, contribuendo a creare un ambiente più inclusivo. Inoltre, una leadership diversificata all'interno delle organizzazioni sportive è fondamentale. Quando gli atleti vedono leader che condividono il loro background razziale o etnico, si sviluppa un senso di appartenenza più forte, incoraggiando una maggiore partecipazione. [31]

4.1.5. Coinvolgimento della Comunità e Collaborazione

La creazione di un ambiente sportivo inclusivo richiede il coinvolgimento attivo della comunità. Le organizzazioni sportive dovrebbero collaborare con le scuole, le ONG e i gruppi di difesa della disabilità per promuovere l'inclusione e raggiungere le popolazioni emarginate. [32] Un buon esempio è il programma Special Olympics Unified Sports, in cui atleti con e senza disabilità intellettiva competono insieme, promuovendo il lavoro di squadra e abbattendo gli stereotipi.[33]

Anche i partenariati con le scuole e le organizzazioni locali sono fondamentali per aiutare i giovani disabili ad accedere alle opportunità sportive. Queste collaborazioni forniscono supporto essenziale e affrontano sfide come i trasporti, garantendo che gli atleti disabili possano partecipare pienamente.

[30] Ferri, B. A., & Connor, D. J. (2005). Tools of Exclusion: Race, Disability, and (Re)Segregated Education. Teachers College Record. https://doi.org/10.1177/016146810510700305.

[31] Hammond, S. M., Ginis, K. A. M., & Churchill, S. M. (2021). Enactments of Integrated and Disability-Inclusive Sport Policy: A Study of Local Sport Organizations. Journal of Sport & Social Issues. https://doi.org/10.1123/ssj.2020-0151.

[32] Marivoet, S. (2014). The Challenge of Sport Towards Social Inclusion. International Review for the Sociology of Sport. https://doi.org/10.2478/pcssr-2014-0017

[33] Hammond, S. M., Ginis, K. A. M., & Churchill, S. M. (2021). Enactments of Integrated and Disability-Inclusive Sport Policy: A Study of Local Sport Organizations. Journal of Sport & Social Issues. https://doi.org/10.1123/ssj.2020-0151.

4.2. Principali Problemi Affrontati da Individui con Disabilità e le Loro Famiglie

I giovani disabili e le loro famiglie devono affrontare una serie di sfide significative, molte delle quali vanno oltre l'ambito dello sport. Queste sfide riguardano non solo la loro partecipazione allo sport ma anche la loro più ampia integrazione sociale e sviluppo personale. Gli studi dimostrano costantemente che affrontare queste sfide è essenziale per creare ambienti veramente inclusivi

4.2.1. Problemi di Accessibilità nelle Infrastrutture e nelle Strutture

Una delle principali sfide per gli atleti disabili è la mancanza di strutture sportive e infrastrutture accessibili. Molti impianti non dispongono di rampe, ascensori o bagni accessibili, impedendo ai giovani disabili di partecipare agli sport. Ad esempio, un atleta su sedia a rotelle può avere difficoltà ad entrare in una struttura o trovare il campo di gioco non adatto. Inoltre, le attrezzature sportive spesso non sono adattate per le persone disabili, come nel caso di un nuotatore con paralisi cerebrale che ha bisogno di un dispositivo di galleggiamento non disponibile nella piscina locale. Inoltre, il trasporto può rappresentare un ostacolo, soprattutto nelle aree rurali con un trasporto pubblico accessibile limitato, aumentando il carico finanziario sulle famiglie.

4.2.2. Barriere finanziarie

Un problema importante per i giovani disabili nello sport è l'elevato costo di partecipazione. L'attrezzatura adattiva, come sedie a rotelle personalizzate o protesi, è spesso troppo costosa. Ad esempio, una sedia a rotelle sportiva per il basket può costare migliaia di euro, ben oltre ciò che molte famiglie possono permettersi (Spencer-Cavaliere & Peers, 2011). Inoltre, i costi di viaggio per le competizioni e i campi di allenamento specializzati aggiungono ulteriori difficoltà finanziarie. Molte famiglie faticano a supportare la partecipazione dei propri figli allo sport, spesso dovendo scegliere tra le necessità di base e il coinvolgimento sportivo. Queste barriere finanziarie contribuiscono a tassi di partecipazione più bassi negli sport competitivi tra i giovani disabili. [34]

4.2.4 Stigma sociale e discriminazione

Le persone disabili e le loro famiglie spesso affrontano lo stigma sociale, che porta a atteggiamenti di esclusione e discriminazione nello sport. Ad esempio, una giovane ragazza con un disturbo dell'apprendimento potrebbe essere scoraggiata dal unirsi a una squadra perché l'allenatore teme che potrebbe "rallentare la squadra". Anche quando inclusi, i giovani disabili possono affrontare discriminazioni sottili, come meno tempo di gioco o esclusione dalla competizione.
La discriminazione può anche manifestarsi in ambienti competitivi, dove gli atleti disabili ricevono meno allenamento e meno opportunità rispetto ai loro coetanei non disabili, limitando il loro potenziale. Inoltre, i genitori di bambini disabili spesso si sentono isolati nella comunità sportiva, facendo fatica a connettersi con gli altri e sentendosi non supportati dalle organizzazioni focalizzate sugli atleti non disabili, il che approfondisce il sentimento di esclusione sia per gli atleti che per le loro famiglie.

[34] Berger, R. J. (2008). Disability and the dedicated wheelchair athlete: Beyond the "supercrip" critique. Journal of contemporary ethnography, 37(6), 647-678. https://doi.org/10.1177/0891241607309892.

4.2.5 Difficoltà emotive e di salute mentale

Gli effetti combinati della pressione finanziaria, dello stigma sociale e dell'esclusione dallo sport possono influire significativamente sulla salute mentale dei giovani disabili e delle loro famiglie. I giovani disabili che vengono frequentemente esclusi a causa di barriere di accessibilità o finanziarie possono sentirsi frustrati, isolati e avere una bassa autostima. La ricerca mostra che l'esclusione ripetuta aumenta il rischio di problemi di salute mentale, come ansia e depressione. Ad esempio, un adolescente con disabilità fisiche che spesso viene privato delle opportunità di unirsi a squadre sportive potrebbe iniziare a sentirsi inferiore a causa della sua disabilità.

Anche le famiglie portano un peso emotivo. I genitori possono sentirsi in colpa o impotenti quando non riescono a offrire le stesse opportunità ai loro figli disabili che offrono ai loro figli abili. Per esempio, un genitore che non può permettersi un campo sportivo specializzato potrebbe provare sentimenti di inadeguatezza e frustrazione. Questi sfide emotive, insieme alla mancanza di supporto dalla comunità sportiva, contribuiscono ad aumentare lo stress e i problemi di salute mentale per le famiglie degli atleti disabili.

5 POLITICHE E ORGANIZZAZIONI PER LA DISABILITÀ

5.1. Politiche sulla disabilità nel mondo

Le politiche sulla disabilità a livello globale sono influenzate da quadri internazionali, legislazioni nazionali e iniziative locali. Queste politiche mirano a proteggere i diritti delle persone con disabilità, promuovere l'inclusione e garantire pari opportunità in tutti gli ambiti della vita: educazione, occupazione, sanità e partecipazione pubblica. Di seguito è riportata una panoramica delle principali convenzioni internazionali, strategie regionali e politiche nazionali sulla disabilità:

5.1.1. Quadri Internazionali

→ Convenzione delle Nazioni Unite sui Diritti delle Persone con Disabilità (CRPD)

La CRPD, adottata nel 2006 e ratificata da oltre 180 paesi, è il trattato internazionale principale incentrato sui diritti delle persone con disabilità. Essa promuove la loro piena inclusione nella società, sottolineando l'uguaglianza, la non discriminazione, l'accessibilità e la vita indipendente.

Gli articoli principali includono:

Articolo 9: Accessibilità – Garantisce pari accesso agli spazi fisici, ai trasporti e alle tecnologie della comunicazione.
Articolo 24: Istruzione – Promuove l'educazione inclusiva per le persone con disabilità.
Articolo 27: Lavoro e occupazione – Sostiene il diritto a un impiego equo senza discriminazioni.

→ Obiettivi di Sviluppo Sostenibile (SDG)

L'Agenda 2030 per lo Sviluppo Sostenibile integra i diritti delle persone con disabilità in tutti i suoi 17 obiettivi, in particolare in:

- **Obiettivo 4: I**struzione di qualità – Promuovere l'istruzione inclusiva per tutti, comprese le persone con disabilità.
- **Obiettivo 8:** Lavoro dignitoso e crescita economica – Promuovere pari opportunità di lavoro.
- **Obiettivo 10:** Ridurre le disuguaglianze – Ridurre le disuguaglianze sociali ed economiche, comprese quelle per le persone con disabilità.

5.1.2. Strategie regionali

→ Unione Europea (UE)

La Strategia per la Disabilità 2021-2030 della Commissione Europea si allinea alla CRPD e alla Carta dei Diritti Fondamentali dell'UE, concentrandosi sul miglioramento dell'accessibilità, dell'inclusione e della partecipazione delle persone con disabilità. Si prefigge obiettivi in ambito occupazionale, educativo, sull'accesso digitale e sulla vita indipendente, con l'intento di creare un'Europa senza barriere attraverso la collaborazione tra gli Stati membri.

→ Consiglio d'Europa

La Strategia per la Disabilità del Consiglio d'Europa 2017-2023 sottolinea l'importanza di tutelare i diritti umani, la democrazia e lo stato di diritto per le persone con disabilità. La strategia delinea aree chiave di intervento come l'uguaglianza, la sensibilizzazione, l'accessibilità, la libertà dalla violenza e il riconoscimento davanti alla legge.

5.1.3. Politiche sulla Disabilità e Sviluppo

Nei paesi a basso e medio reddito, le politiche sulla disabilità mirano a rimuovere le barriere nell'assistenza sanitaria, nell'istruzione e nel lavoro attraverso programmi di sviluppo inclusivo. Organizzazioni internazionali come l'OMS e l'UNDP collaborano con i governi per promuovere l'inclusione della disabilità. Le principali iniziative includono:

- **Riabilitazione basata sulla comunità (CBR):** Un approccio raccomandato dall'OMS che incoraggia gli sforzi della comunità per integrare le persone con disabilità in tutti gli ambiti della vita.
- **Programmi di educazione inclusiva:** I paesi, in particolare nell'Africa subsahariana e nell'Asia meridionale, stanno incorporando sistemi che supportano i bambini con disabilità nelle scuole ordinarie.

5.1.4. Sfide nell'Implementazione delle Politiche sulla Disabilità

Nonostante i progressi nei diritti delle persone con disabilità, rimangono sfide chiave:

- **Applicazione inadeguata:** Esistono leggi sulla disabilità, ma l'applicazione è debole, soprattutto nelle aree rurali o a bassa disponibilità di risorse.
- **Stereotipi e discriminazione:** Lo stigma sociale limita ancora la piena partecipazione delle persone con disabilità.
- **Barriere di accessibilità:** Le infrastrutture e l'accesso digitale rimangono problemi principali, in particolare nei paesi in via di sviluppo.
- **Risorse limitate:** I paesi a basso reddito spesso non hanno le risorse per attuare pienamente le politiche sulla disabilità.

Sebbene le politiche globali sulla disabilità siano progredite, è necessario fare ancora molto per raggiungere una piena inclusione. Una continua collaborazione tra governi, società civile e organizzazioni internazionali è fondamentale per garantire i diritti delle persone con disabilità e la loro partecipazione in tutti gli ambiti della vita.

5.2. Politiche sportive internazionali per i giovani disabili

Le politiche sportive internazionali per i giovani disabili mirano a promuovere l'inclusione, pari opportunità e partecipazione allo sport. Queste politiche sono in linea con i quadri globali come la Convenzione delle Nazioni Unite sui Diritti delle Persone con Disabilità (CRPD), che sottolinea il diritto a partecipare ad attività ricreative e sportive.

Elementi chiave delle politiche sportive internazionali per i giovani disabili:

Programmi sportivi inclusivi: Le organizzazioni e i governi creano programmi che offrono l'accesso a strutture sportive e opportunità per i giovani disabili, supportando sia la partecipazione ricreativa che competitiva.
Programmi di sviluppo: Entità come il Comitato Paralimpico Internazionale (IPC) e la Federazione Internazionale di Attività Fisica Adattata (IFAPA) collaborano con le federazioni sportive nazionali per migliorare la formazione, l'allenamento e le infrastrutture per i giovani disabili, inclusi l'identificazione dei talenti e il finanziamento.
Educazione e sensibilizzazione: Le politiche includono la formazione per allenatori e comunità per sensibilizzare sull'inclusione e integrare la consapevolezza della disabilità nei programmi di allenamento.
Percorsi Paralimpici e Special Olympics: Percorsi chiari per i giovani disabili che aspirano a competere includono il coinvolgimento precoce nell'educazione fisica adattata e le iniziative di identificazione dei talenti.
Collaborazione con ONG: Le partnership con organizzazioni come Right to Play e Special Olympics danno potere ai giovani disabili attraverso lo sport e la difesa dei diritti.
Focus su equità e inclusione: Le politiche enfatizzano la rimozione delle barriere legate a strutture, attrezzature, finanziamenti e percezioni pubbliche per garantire che lo sport sia accessibile a tutti i giovani, indipendentemente dalla disabilità.

5.3 Comitato Paralimpico Internazionale (IPC)

Il **Comitato Paralimpico Internazionale (IPC)** è l'ente di governo globale per il Movimento Paralimpico, dedicato a potenziare gli atleti con disabilità attraverso gli sport competitivi. Fondato il 22 settembre 1989 come organizzazione senza scopo di lucro, l'IPC supervisiona i Giochi Paralimpici e promuove gli sport paralimpici a livello mondiale, con l'obiettivo di offrire pari opportunità agli atleti con disabilità.

A partire dal 1° gennaio 2024, l'IPC include:

- **183 Comitati Paralimpici Nazionali (NPC):** Rappresentano il Movimento Paralimpico nei loro territori e iscrivono gli atleti alle competizioni.
- **17 Federazioni Internazionali (IF):** Governano gli sport nel programma paralimpico, comprese le federazioni olimpiche e paralimpiche.
- **5 Organizzazioni Regionali:** Si concentrano sui Giochi regionali e sulla cooperazione (Africa, Americhe, Asia, Europa, Oceania).
- **3 Organizzazioni Internazionali dello Sport per Disabili:** Tra queste ci sono la Federazione Internazionale Sport Disabili Visivi (IBSA), Virtus e World Abilitysport, che si concentrano sullo sviluppo degli sport per atleti con disabilità specifiche.

Missione e Visione

- **Missione:** Consentire agli atleti paralimpici di raggiungere l'eccellenza e ispirare il mondo, sfidando le percezioni della disabilità.
- **Visione:** Creare una società più inclusiva attraverso lo sport, promuovendo la comprensione e il rispetto per la diversità.

Attività e Responsabilità Chiave

- **Organizzazione dei Giochi Paralimpici:** Organizza i Giochi Paralimpici Estivi e Invernali, mettendo in mostra i talenti degli atleti con disabilità.
- **Sviluppo degli Sport Paralimpici:** Collabora con le federazioni per creare percorsi di competizione.
- **Sistema di Classificazione:** Gestisce un sistema per garantire una competizione equa in base alle disabilità degli atleti.
- **Advocacy e Inclusione:** Promuove i diritti delle persone con disabilità attraverso lo sport.
- **Partnership e Sponsorizzazioni:** Coinvolge gli sponsor per aumentare la visibilità e il finanziamento degli sport paralimpici.

Programmi e iniziative

- **Finanziamenti per lo Sviluppo Sportivo:** Fornisce sovvenzioni per supportare iniziative di sport paralimpico a livello di base.
- **Supporto per i CPN:** Offre risorse per aiutare a costruire infrastrutture che favoriscano una maggiore partecipazione.
- **Iniziative Educative:** Conduce programmi di formazione e campagne di sensibilizzazione per promuovere l'inclusività.

Governance e struttura

La IPC è guidata da un Presidente e da un Comitato Esecutivo, garantendo un processo decisionale diversificato e inclusivo. Collabora con le federazioni internazionali per supportare gli sport paralimpici a livello globale.

Eventi principali

La IPC organizza:

- **Giochi Paralimpici Estivi:** Si tengono ogni quattro anni, con sport come atletica, nuoto, basket in carrozzina e para-ciclismo.
- **Giochi Paralimpici Invernali:** Si svolgono anch'essi ogni quattro anni e comprendono sport come sci alpino paralimpico, snowboard paralimpico e curling in carrozzina.

Impatto della IPC

La IPC ha trasformato le percezioni della disabilità e dell'atletismo, promuovendo l'inclusione, l'uguaglianza e la determinazione. I suoi sforzi in ambito di advocacy, educazione e organizzazione delle competizioni aiutano a ispirare le nuove generazioni di para-atleti e a favorire un mondo più inclusivo attraverso lo sport.

6 RISORSE PER L'INCLUSIONE DELLA DISABILITÀ E DELLO SPORT

Per supportare i club sportivi nell'approfondire la loro comprensione dell'inclusione della disabilità nello sport, sono disponibili una serie di risorse utili—articoli, video, siti web e altro. Queste risorse offrono intuizioni, buone pratiche e linee guida pratiche. Ecco un elenco raffinato delle fonti consigliate:

6.1. Ricerca e Pubblicazioni

“Disability Sport & Physical Activity Research Network (DSPARN)”: Una rete globale focalizzata sullo sport e sull'attività fisica per persone con disabilità. DSPARN

"Inclusion in Sport: An Exploration of the Participation of People Living with Disabilities" di Edmore Nhamo: Un articolo di ricerca che esamina le barriere e i fattori che influenzano la partecipazione allo sport per le persone con disabilità, sottolineando l'importanza per migliorare la qualità della vita. Accessibile su SpringerLink

“Disability and Sports in Social-Emotional and Social Inclusion Processes” di María Elisa Alvarez ed Edgar H. Ramírez: Questo articolo esplora come lo sport favorisca lo sviluppo socio-emotivo e l'inclusione sociale per le persone con disabilità, portando a risultati positivi come una maggiore autostima e il coinvolgimento nella comunità. Disponibile tramite database accademici come Google Scholar

“Strategies to Foster Inclusion Through Sports: A Scoping Review” di Marie Grandisson et al.: Una revisione che presenta strategie per migliorare l'inclusione sociale delle persone con disabilità intellettive attraverso lo sport. Link all'articolo.

“The Relationship Between Disability and Inclusion Policy and Sports Coaches’ Perceptions of Practice” di Andrew M. Hammond: Questo studio indaga come gli allenatori vivano l'inclusione degli atleti disabili nelle loro pratiche, bilanciando gli obiettivi di partecipazione di massa e quelli di elite. ResearchGate

6.2. Video

"Persone disabili nello sport e nelle attività ricreative attive" di Activity Alliance: un film d'animazione informativo che dà vita ai principi del coinvolgimento delle persone disabili nello sport. **Guarda qui**

“Non abbastanza disabile”: I Giochi Paralimpici e la lotta per la giustizia; Questo video evidenzia la discriminazione affrontata dagli atleti disabili, sostenendo una maggiore inclusione e equità nello sport.
https://bitly.cx/zHIx

“Eroi della vita - Bambini con disabilità che praticano sport" del Centro Israeliano ParaSport: Un documentario che mostra storie ispiratrici di bambini con disabilità coinvolti nello sport, enfatizzando i loro successi e l'impatto della partecipazione atletica. Israel ParaSport Center Website

“Documentario sullo sport inclusivo" dell'Inclusive Sports Academy CIC: Sottolinea l'importanza dei programmi sportivi inclusivi, mostrando le prospettive di atleti, allenatori e sostenitori. Inclusive Sports Academy

“**Inclusione attraverso lo sport per bambini con disabilità dello sviluppo" di Special Olympics Europe Eurasia:** Un video che enfatizza il potere trasformativo dello sport nella vita dei bambini con disabilità dello sviluppo. Special Olympics Europe Website

"Ignite Adaptive Sports: Cambiare vite": Un video ispiratore che racconta le storie di atleti che hanno superato le difficoltà attraverso lo sport adattivo. Ignite Adaptive Sports

6.3. Corsi Online e Webinar

- **"Creare Ambienti Sportivi Inclusivi":** Un corso online per allenatori e amministratori sportivi, che copre le basi dell'inclusione. Disponibile su Coursera
- **Webinar del National Center on Health, Physical Activity, and Disability (NCHPAD):** Approfondimenti da esperti su come promuovere l'attività fisica e lo sport per le persone con disabilità. NCHPAD Webinars
- **"Sport e Inclusione della Disabilità":** Un webinar che discute programmi di successo che affrontano le esigenze degli atleti con disabilità intellettive e sfidano gli stereotipi. **Disponibile su** https://bitly.cx/qCZo

6.4. Organizations

- **Comitato Paralimpico Internazionale (CPI):** IPC Website
- **Comitato Paralimpico della Turchia (CPT):.** TPK Website
- **Comitato Paralimpico Greco (CPG):** GPC Website
- **Federazione sportiva nazionale greca per persone con disabilità: Website**
- **Olimpiadi speciali.** Special Olympics Website
- **Federazione Sportiva per Disabili Fisici della Turchia (FSDFT)**:. TBESF Website

- **Olimpiadi speciali.** Special Olympics Website

- **Associazione Olimpica e Paralimpica degli Stati Uniti (USOPA):** https://www.usopc.org/

- **Piattaforma Internazionale per lo Sport e lo Sviluppo (sportanddev):** Sportanddev Website

- **Alleanza di attività (AA):** Activity Alliance Website

6.5. Risorse online

- **Design dello Sport Inclusivo:** Un blog e un sito di risorse dedicati al design e alla pratica dello sport inclusivo. Inclusive Sport Design

- **Sport e Sviluppo:** Promuove l'uso dello sport per lo sviluppo sociale, inclusa l'inclusione delle persone con disabilità. Sport and Development

7 RIMANI CONNESSO: SEGUI IL NOSTRO VIAGGIO

Il nostro progetto, che si concentra sulla promozione di ambienti sportivi inclusivi per i giovani con disabilità, è supportato dal nostro sito web e dalle piattaforme social. Questi canali sono fondamentali per condividere risorse, aggiornamenti sul progetto e storie ispiratrici di inclusione nello sport. Seguici per rimanere informato sugli ultimi miglioramenti e sviluppi del nostro progetto.

Sito Web del Progetto: respectyoung.com

Profili sui Social Media

- **Instagram:** @respecteuproject**.**
- **Twitter:** @respectproje
- **Facebook:** Respect Project

RESPECT

Recognizing Sport as a Powerful Tool for Inclusion

USMTA

KEAN
CELL OF ALTERNATIVE YOUTH ACTIVITIES
www.kean.gr

angef

Uluslararası Gençlik Eğitim Kültür ve Spor Derneği

SmartLeap

Co-funded by the European Union