

Inclusione uno sport di squadra

Breve Manuale



Sommario

Introduzione	3
Obiettivi del Progetto.....	4
Ricerca buone pratiche e creazione delle strategie:.....	5
Attività Programmate.....	14
Azioni Incontro con i professionisti per gli atleti normodotati.....	14
Azioni Incontro con i professionisti per allenatori.....	15
Azioni Creazione di una squadra mista	15
Azioni attività di squadra (partite/gare)	16
Evento di Atletica Inclusivo a Calangianus.....	17
Evento di Calcetto Inclusivo a Calangianus	19
Evento di Pallavolo Inclusivo a Calangianus	20
Conclusioni.....	22

Introduzione

Il progetto "Inclusione uno sport di squadra", finanziato dalla Fondazione di Sardegna, è un'iniziativa mirata a promuovere l'inclusione sociale attraverso lo sport, con particolare attenzione alle persone con sindrome di Down. L'inclusione dei ragazzi con sindrome di Down attraverso gli sport di squadra è un potente strumento per promuovere l'integrazione sociale, lo sviluppo personale e il benessere fisico. Discipline come il calcio, la pallavolo, il basket offrono benefici che vanno ben oltre l'attività fisica, contribuendo a costruire una società più inclusiva e accogliente. Questi sport creano opportunità per i ragazzi con sindrome di Down di interagire con i loro coetanei in un contesto strutturato e positivo. Partecipare a squadre miste favorisce la comprensione reciproca e il rispetto delle diversità, riducendo i pregiudizi e le barriere sociali.

L'ambiente di squadra incoraggia lo sviluppo di amicizie e relazioni significative, migliorando le competenze sociali e la fiducia in se stessi. Il contatto costante con i compagni di squadra permette ai ragazzi con sindrome di Down di sentirsi parte integrante di un gruppo, rafforzando il senso di appartenenza e contribuendo al loro sviluppo emotivo e relazionale. Gli sport di squadra offrono un terreno fertile per l'apprendimento di valori come la collaborazione, la disciplina e la perseveranza, che sono fondamentali per la crescita di ogni individuo.

Includere i ragazzi con sindrome di Down negli sport di squadra arricchisce sia i partecipanti che la comunità nel suo insieme. La presenza di questi ragazzi nelle squadre promuove un ambiente più diversificato e stimolante, dove ogni membro può imparare dall'altro e crescere insieme. Promuovere tali attività significa investire in una società più equa e solidale, dove ogni individuo ha la possibilità di esprimere il proprio potenziale e contribuire al benessere collettivo.

Sostenendo e sviluppando programmi inclusivi, possiamo creare un futuro dove lo sport è davvero per tutti. Questi programmi non solo offrono un'opportunità di divertimento e di svago, ma rappresentano anche un'importante piattaforma per l'integrazione e la sensibilizzazione. Le organizzazioni sportive, gli educatori e le famiglie giocano un ruolo cruciale nel garantire che questi programmi siano accessibili e ben strutturati, permettendo così ai ragazzi con sindrome di Down di beneficiare pienamente dell'esperienza sportiva. In questo modo, possiamo lavorare insieme per

costruire una società in cui le differenze siano celebrate e ogni individuo possa sentirsi valorizzato e accettato.

Obiettivi del Progetto

- **Promuovere l'inclusione sociale** : Utilizzare lo sport come strumento per favorire l'integrazione delle persone con sindrome di Down nella comunità.
-
- **Migliorare le abilità fisiche e sociali** :Offrire opportunità per lo sviluppo delle capacità motorie e sociali attraverso la pratica sportiva.
-
- **Creare un ambiente accogliente e inclusivo**: Assicurare che ogni partecipante si senta valorizzato e parte integrante del gruppo sportivo.

Ricerca buone pratiche e creazione delle strategie:

In Italia esistono diverse iniziative e progetti dedicati all'inclusione dei ragazzi e delle ragazze con sindrome di Down nelle attività sportive di squadra. Ecco alcuni esempi significativi:

Inclusione uno sport di squadra Fondazione Sardegna Buone pratiche nazionali	
Nome: <i>Titolo del programma/progetto</i>	SPADS <i>SPort Activities for people with Down's Syndrome</i>), acronimo che in italiano sta per "Attività sportive delle persone con sindrome di Down"
Quando: <i>Quando il programma/ progetto è stato attuato (specificare se il programma/progetto è ancora in corso)</i>	2021-2022
Dove: <i>Dove il programma/ progetto si è tenuto (città, nazione...)</i>	Spagna, Ungheria, Romania e a Roma
Chi: <i>Nome dell'ente coordinatore</i>	A cura dell'Associazione Sportiva Dilettantistica Running di Matera,
Obiettivi: <i>obiettivi generali o specifici del progetto</i>	Il progetto mira a promuovere l'inclusione sociale e migliorare il benessere fisico e mentale delle persone con sindrome di Down attraverso lo sviluppo di abilità motorie e cognitive tramite attività sportive strutturate, sensibilizzando la comunità e creando opportunità di socializzazione e supporto familiare.
Stakeholders del progetto: <i>Persone e istituzioni che hanno contribuito all'attuazione del programma/progetto.</i>	ASD Shalom Onlus

Beneficiari: <i>A quale target group il programma/progetto era rivolto. (specificare il loro status giuridico e quante persone hanno beneficiato dei risultati)</i>	Giovani e giovanissimi con sindrome di Down tra i 12 e i 30 anni in Spagna, Ungheria, Romania e Roma,
Finanziamento: <i>Budget e Programma che hanno finanziato il progetto/programma)</i>	Il finanziamento dell'Agenzia Esecutiva EACEA della Commissione Europea (<i>Programma Erasmus + Sport 2020</i>),
Descrizione: <i>Dettagliata descrizione del progetto/programma (specificare le attività/ i moduli e le metodologie implementate)</i>	L'iniziativa, cui ha partecipato come partner anche l'AIPD (Associazione Italiana Persone Down), si è posta sostanzialmente gli obiettivi di formare istruttori ed educatori per l'attività sportiva, nonché di organizzare eventi sportivi rivolti a giovani e giovanissimi con sindrome di Down tra i 12 e i 30 anni in Spagna, Ungheria, Romania e Roma, in particolare nelle discipline dell'atletica leggera, dell'orienteeing, del nuoto, dell'equitazione, della pallacanestro e del tennistavolo. «Il tema dell'inclusione sociale – commenta Ivana Spatola, responsabile dell'Ufficio Attività Progettuale della FISDIR (Federazione Italiana Sport Paralimpici degli Intellettivi Relazionali) – è molto sentito nell'ambiente sportivo, poiché sia nell'attività ludico-promozionale che in quella agonistica è necessario che l'operatore sportivo ponga maggiore attenzione non solo alle performance, ma anche al benessere psicofisico dell'atleta.
Risultati raggiunti: <i>Descrivi la qualità e la quantità dei risultati raggiunti</i>	Ha formato istruttori ed educatori per l'attività sportiva, ha organizzato eventi sportivi rivolti a giovani e giovanissimi con sindrome di Down in Spagna, Ungheria, Romania e a Roma:
Innovazione: <i>Specificare in che modo il progetto/programma ha agito nel formare i migranti adulti</i>	Progetti come questo servono dunque a disseminare le buone pratiche e a formare giovani operatori e volontari sportivi, grazie alla conoscenza e all'esperienza condivisa dai professionisti del settore nazionale ed europeo

Website: <i>Link del programma/progetto (Se disponibile)</i>	Sport e sindrome di Down: si conclude il progetto europeo "SPADS" (superando.it)
--	--

Inclusione uno sport di squadra Fondazione Sardegna Buone pratiche nazionali	
Nome: <i>Titolo del programma/progetto</i>	Progetto Sport e Integrazione - #IOVENGODALLOSPORT
Quando: <i>Quando il programma/ progetto è stato attuato (specificare se il programma/progetto è ancora in corso)</i>	20 ottobre 2021 - 20 febbraio 2024
Dove: <i>Dove il programma/ progetto si è tenuto (città, nazione...)</i>	Italia
Chi: <i>Nome dell'ente coordinatore</i>	Sport e Salute S.p.A.
Obiettivi: <i>obiettivi generali o specifici del progetto</i>	- favorire l'accesso alla pratica sportiva per i/le bambini/e e i/le ragazzi/e provenienti da contesti economicamente svantaggiati, anche con <i>background</i> migratorio, al fine di garantire il diritto allo sport, con particolare attenzione alla partecipazione della componente femminile - promuovere l'inclusione attraverso lo sport grazie alla diffusione dei principi del <i>fair play</i> e al superamento degli stereotipi di genere - sensibilizzare il mondo sportivo, quello accademico, il Terzo settore sul ruolo che lo sport può rivestire come strumento di aggregazione e di valorizzazione delle diversità - collaborare con il mondo universitario per la realizzazione di percorsi formativi rivolti ai futuri tecnici e insegnanti di scienze motorie e dedicati alla condivisione di strumenti per lavorare in ambienti sempre più multiculturali - valorizzare le esperienze di tecnici, operatori dello sport e associazioni e

	società sportive dilettantistiche impegnati nel sociale.
Stakeholders del progetto: <i>Persone e istituzioni che hanno contribuito all'attuazione del programma/progetto.</i>	Sport e Salute S.p.A.
Beneficiari: <i>A quale target group il programma/progetto era rivolto. (specificare il loro status giuridico e quante persone hanno beneficiato dei risultati)</i>	bambini/e, giovani e adulti con background migratorio anche appartenenti a famiglie economicamente svantaggiate Società e Associazioni Sportive con i loro operatori, dirigenti, allenatori e istruttori, atleti, altre componenti del mondo dello sport studenti, laureati e docenti di Scienze Motorie
Finanziamento: <i>Budget e Programma che hanno finanziato il progetto/programma)</i>	Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali a valere sul Fondo Nazionale Politiche Migratorie.
Descrizione: <i>Dettagliata descrizione del progetto/programma (specificare le attività/ i moduli e le metodologie implementate)</i>	Tre sono gli ambiti in cui si articola il progetto: sportivo, formativo e quello dedicato ad ascolto e monitoraggio, con attività di comunicazione trasversali e a supporto di tutte le azioni. Ogni ambito trova la sua declinazione in specifici interventi volti a valorizzare il ruolo dello sport quale strumento di inclusione, sostenendo la creazione di network virtuosi e promuovendo le buone pratiche del mondo sportivo e del Terzo settore, anche al fine di favorire la coesione delle comunità locali.
Risultati raggiunti: <i>Descrivi la qualità e la quantità dei risultati raggiunti</i>	Promozione dell'accesso alla pratica sportiva anche attraverso il sostegno a presidi sportivo-educativi nei territori con maggior presenza di cittadini migranti e/o con maggiore vulnerabilità sociale e realizzazione di attività di sensibilizzazione verso il mondo sportivo rispetto all'importanza del proprio ruolo per il contrasto di ogni forma di discriminazione e intolleranza. • Valorizzazione degli operatori capaci di farsi interpreti e portavoce della dimensione sociale dello sport • Promozione della pratica sportiva • Sinergie con il mondo del calcio

	Attività sportiva per gli ospiti del Sistema di accoglienza
Innovazione: <i>Specificare in che modo il progetto/programma ha agito nel formare i migranti adulti</i>	Ogni ambito trova la sua declinazione in specifici interventi volti a valorizzare il ruolo dello sport quale strumento di inclusione , sostenendo la creazione di network virtuosi e promuovendo le buone pratiche del mondo sportivo e del Terzo settore, anche al fine di favorire la coesione delle comunità locali.
Website: <i>Link del programma/progetto (Se disponibile)</i>	Sport e Integrazione - Sport e Salute S.p.A.

Inclusione uno sport di squadra Fondazione Sardegna Buone pratiche nazionali	
Nome: <i>Titolo del programma/progetto</i>	Giococalciando
Quando: <i>Quando il programma/ progetto è stato attuato (specificare se il programma/progetto è ancora in corso)</i>	2023-2024
Dove: <i>Dove il programma/ progetto si è tenuto (città, nazione...)</i>	Italia
Chi: <i>Nome dell'ente coordinatore</i>	FIGC
Beneficiari: <i>A quale target group il programma/progetto era rivolto. (specificare il loro status giuridico e quante persone hanno beneficiato dei risultati)</i>	Tutti gli studenti, abili e diversamente abili, delle classi I e II delle Scuole Primarie di tutto il territorio nazionale.
Finanziamento:	Fondazione Vodafone Italia
Descrizione: <i>Dettagliata descrizione del progetto/programma (specificare le attività/ i moduli e le metodologie implementate)</i>	Il progetto promuove la partecipazione attiva di tutti, utilizzando nuove tecnologie e innovative forme di e-learning, rivolte a docenti e studenti. L'iniziativa è rivolta a tutti gli studenti, abili e

	diversamente abili, delle classi I e II delle Scuole Primarie di tutto il territorio nazionale. A ogni livello, ciascuna classe seguirà un percorso didattico e risponderà ad una serie di domande, che prevedono la comprensione e l'acquisizione degli esercizi, delle tecniche, dei colpi e delle regole del Gioco del Calcio e del tifo corretto. Le bambine ed i bambini potranno, inoltre, sfidarsi in diversi mini giochi interattivi.
Risultati raggiunti: <i>Descrivi la qualità e la quantità dei risultati raggiunti</i>	Il Progetto E-learning Didattico-Formativo è composto da un percorso didattico formativo a livelli legati alle diverse fasi della partita di calcio e da un percorso di promozione sul tifo corretto fondamentale per partecipare ad un evento sportivo.
Innovazione: <i>Specificare in che modo il progetto/programma ha agito nel formare i migranti adulti</i>	Un percorso didattico-formativo a livelli legati alle diverse fasi della partita di calcio e da un percorso di promozione sul tifo corretto classi I e II delle Scuole Primarie
Valorizzazione: <i>Descrivi l'impatto specifico generato dal progetto/programma in tema di empowerment</i>	L'educazione al rispetto di se stessi, al rispetto per gli altri, al rispetto per le regole, imparando le regole del calcio ed i suoi gesti tecnici e l'avvicinare i bambini e le bambine al gioco del calcio come importante forma di aggregazione sociale.

Inclusione uno sport di squadra Fondazione Sardegna Buone pratiche nazionali	
Nome: <i>Titolo del programma/progetto</i>	Sport esclusivamente per tutti
Dove: <i>Dove il programma/ progetto si è tenuto (città, nazione...)</i>	Nella zona 5 di Milano
Chi: <i>Nome dell'ente coordinatore</i>	FONDAZIONE MILAN
Obiettivi: <i>obiettivi generali o specifici del progetto</i>	Una selezione di sport integrati dove i ragazzi - con disabilità o normodotati - del sud di Milano possano crescere insieme, valorizzando le

	capacità di ciascuno, per una più matura capacità di relazione.
Stakeholders del progetto: <i>Persone e istituzioni che hanno contribuito all'attuazione del programma/progetto.</i>	Il progetto gode del patrocinio del comune di Milano ed è sviluppato in collaborazione con le scuole del territorio.
Beneficiari: <i>A quale target group il programma/progetto era rivolto. (specificare il loro status giuridico e quante persone hanno beneficiato dei risultati)</i>	Il progetto si è sviluppato nella zona 5 di Milano e si è rivolto all'hinterland sud della città, puntando a coinvolgere bambini diversamente abili e a sviluppo tipico tra i 7 e i 14 anni. Le classi erano divise in base all'età e ognuno dei 5 sport coinvolgeranno dai 4 ai 10 bambini per classe, per un totale di 40 beneficiari circa.
Finanziamento: <i>Budget e Programma che hanno finanziato il progetto/programma)</i>	Lombardia di Special Olympics Italia
Descrizione: <i>Dettagliata descrizione del progetto/programma (specificare le attività/ i moduli e le metodologie implementate)</i>	Il progetto "Sport esclusivamente per tutti" nasce con l'obiettivo di riconquistare la valenza sociale dello sport, attraverso un uso innovativo della prassi motoria e sportiva. Il progetto dunque mira a rendere accessibili ai bambini e ai ragazzi e dell' hinterland sud di Milano differenti discipline sportive senza fare differenza tra ragazzi a sviluppo tipico e con disabilità.
Risultati raggiunti: <i>Descrivi la qualità e la quantità dei risultati raggiunti</i>	Da gennaio a giugno 2016 erano quindi organizzate sessioni di allenamento per 5 discipline selezionate, con una particolare attenzione nel favorire l'accesso allo sport ai ragazzi diversamente abili e suddividendo le classi solo in base all'età in una logica puramente inclusiva. Gli sport selezionati erano: –Scherma –IndoorRowing –Danza –Basket – Calcio a 5
Innovazione: <i>Specificare in che modo il progetto/programma ha agito nel formare i migranti adulti</i>	Lo sport mostra i valori e i contenuti più veri: la socialità, l'autonomia, il benessere, il divertimento del giocare e dello stare insieme.
Valorizzazione: <i>Descrivi l'impatto specifico generato dal progetto/programma in tema di empowerment</i>	Lo sviluppo di queste attività non sarà centrato sulla prestazione e il risultato tecnico, ma punterà alla crescita delle autonomie individuali e di gruppo, allo sviluppo di una maggiore socialità, di una più forte coesione sociale e capacità relazionale.

Website: <i>Link del programma/progetto (Se disponibile)</i>	<u>Sport esclusivamente per tutti – Fondazione Milan</u>
--	--

Questi progetti dimostrano come l'inclusione nello sport possa andare oltre l'attività fisica, coinvolgendo anche aspetti educativi, culturali e di sviluppo personale, creando così un ambiente più inclusivo e accogliente per tutti i partecipanti.

Includere ragazzi e ragazze con sindrome di Down nelle attività sportive richiede un approccio attento e mirato, basato su pratiche consolidate e raccomandazioni di esperti nel campo dell'educazione inclusiva e dello sport adattato. Ecco alcune strategie chiave che possono favorire l'inclusione:

Adattamento delle attività sportive

L'adattamento delle attività sportive è essenziale per garantire che tutti possano partecipare e divertirsi. Le modifiche delle regole dei giochi e degli sport, come adeguamenti per rendere le attività più accessibili, sono fondamentali. L'uso di strumenti e attrezzature adattate, come palloni più grandi o leggeri e reti più basse, permette di adattare le attività alle capacità fisiche dei ragazzi con sindrome di Down. Inoltre, è importante fornire istruzioni chiare e semplici, suddividendo i compiti complessi in passaggi più gestibili.

Formazione degli istruttori e degli educatori

Per un'inclusione efficace, è cruciale che gli allenatori e gli educatori ricevano una formazione specifica su come lavorare con ragazzi con disabilità intellettive. Questa formazione dovrebbe includere tecniche di comunicazione, gestione del comportamento e adattamento delle attività. La sensibilizzazione degli istruttori e dei compagni di squadra sull'importanza dell'inclusione e sui benefici che ne derivano è altrettanto importante.

Promozione dell'interazione sociale

Organizzare attività di gruppo che favoriscano l'interazione tra tutti i partecipanti, sia con che senza disabilità, è un'altra strategia efficace. Giochi di squadra, esercizi di cooperazione e attività ludiche

che promuovono la collaborazione sono ottimi modi per raggiungere questo obiettivo. Creare programmi di tutoraggio dove i ragazzi senza disabilità possono supportare e incoraggiare i loro compagni con sindrome di Down aiuta a promuovere un ambiente di amicizia e supporto reciproco.

Incoraggiamento e motivazione

Stabilire obiettivi individuali realistici per ogni partecipante, basati sulle loro capacità e interessi personali, è fondamentale per aumentare la motivazione e l'autostima. Celebrando ogni progresso, si

rafforza la motivazione dei ragazzi a continuare a partecipare. Fornire feedback positivo e costruttivo aiuta ulteriormente a incoraggiare la partecipazione e il miglioramento nelle attività sportive.

Integrazione nella comunità

Coinvolgere le famiglie nel processo di inclusione, partecipando alle attività e supportando i ragazzi a casa, è essenziale per creare un ambiente di supporto completo. Collaborare con scuole, associazioni sportive locali e altre organizzazioni per creare una rete di supporto facilita ulteriormente l'inclusione dei ragazzi con sindrome di Down nelle attività sportive.

Monitoraggio e valutazione

Monitorare e valutare continuamente l'efficacia delle strategie di inclusione adottate è cruciale. Questo può includere l'osservazione diretta, questionari ai partecipanti e alle famiglie, e l'analisi dei progressi individuali. Essere pronti a modificare le strategie in base ai feedback ricevuti e ai bisogni in evoluzione dei partecipanti garantisce un miglioramento costante.

Implementando queste strategie, possiamo creare un ambiente sportivo inclusivo e accogliente che permetta a tutti i ragazzi, indipendentemente dalle loro abilità, di partecipare, divertirsi e trarre beneficio dall'attività fisica.

Il progetto "SPADS" (SPort Activities for people with Down's Syndrome), svolto tra il 2021 e il 2022 in Spagna, Ungheria, Romania e Roma, è stato un'iniziativa mirata a promuovere l'inclusione sociale e migliorare il benessere fisico e mentale delle persone con sindrome di Down attraverso attività sportive strutturate. Coordinato dall'Associazione Sportiva Dilettantistica Running di Matera, il progetto ha rappresentato un importante passo verso l'integrazione attraverso lo sport, sensibilizzando le comunità e facilitando la socializzazione e il sostegno familiare.

L'obiettivo principale era quello di sviluppare abilità motorie e cognitive tra i giovani e giovanissimi con sindrome di Down, offrendo loro opportunità concrete di partecipazione sportiva. Discipline come atletica leggera, orienteering, nuoto, equitazione, pallacanestro e tennistavolo sono state scelte per favorire una gamma diversificata di esperienze e benefici.

Il progetto ha visto la collaborazione di diversi attori, tra cui l'ASD Shalom Onlus, che hanno contribuito alla sua realizzazione e diffusione. Finanziato dall'Agenzia Esecutiva EACEA della Commissione Europea tramite il Programma Erasmus+ Sport 2020, "SPADS" ha anche puntato alla formazione di istruttori ed educatori specializzati nell'inclusione sportiva, al fine di garantire un supporto qualificato e sostenibile nel tempo.

I risultati ottenuti sono stati significativi: oltre alla formazione di personale qualificato, il progetto ha organizzato eventi sportivi che hanno coinvolto direttamente giovani con sindrome di Down nei paesi partecipanti, contribuendo così a migliorare la loro qualità della vita e a promuovere un approccio più inclusivo nelle attività sportive.

L'innovazione del progetto risiede anche nella sua capacità di diffondere buone pratiche a livello nazionale ed europeo, facilitando lo scambio di conoscenze e l'esperienza tra operatori del settore. Questo approccio non solo ha ampliato le opportunità per i giovani con sindrome di Down di partecipare attivamente alla società, ma ha anche influenzato positivamente la percezione pubblica sull'inclusione e sull'importanza dello sport come strumento di integrazione sociale.

Il progetto "SPADS" ha lasciato un'impronta duratura, evidenziando come lo sport possa essere un catalizzatore potente per il cambiamento sociale e individuale. Per ulteriori informazioni e approfondimenti, è possibile visitare il sito [superando.it](https://www.superando.it), dove sono disponibili dettagli aggiornati e testimonianze dirette dei beneficiari e dei partecipanti.

Attività Programmate

Azioni | Incontro con i professionisti per gli atleti normodotati

ADS Sport Compass si impegna attivamente a organizzare incontri con professionisti per gli atleti normodotati, con l'obiettivo di sensibilizzarli sulla sindrome di Down e di fornire loro strategie pratiche per favorire l'inclusione di persone con questa condizione nelle squadre sportive. Gli esperti coinvolti offrono conoscenze approfondite e consigli utili per aiutare i giovani sportivi a comprendere meglio le sfide e le opportunità legate alla sindrome di Down, promuovendo nel contempo un ambiente di squadra inclusivo e rispettoso delle differenze individuali.

Questa iniziativa mira non solo a migliorare l'integrazione sportiva, ma anche a promuovere valori di empatia, accettazione e collaborazione tra tutti i partecipanti, contribuendo così a creare un ambiente sportivo positivo e solidale.

Azioni | Incontro con i professionisti per allenatori

ADS Sport Compass ha collaborato con l'Associazione Shalom per fornire agli allenatori e agli istruttori un'importante opportunità di approfondimento sulla sindrome di Down. La presenza di educatori e psicologi esperti ha permesso di esplorare approcci mirati e metodologie specifiche per creare un ambiente inclusivo e accogliente nelle squadre sportive.

L'obiettivo principale di queste sessioni è stato quello di dotare gli allenatori di strumenti pratici e consigli utili per integrare efficacemente gli individui con sindrome di Down nel contesto sportivo. Gli esperti hanno condiviso conoscenze e esperienze, offrendo linee guida dettagliate su come adattare gli allenamenti, gestire le dinamiche di gruppo e facilitare l'interazione tra tutti i membri della squadra.

Questi incontri hanno inoltre favorito la creazione di una rete di supporto tra i partecipanti, stimolando lo scambio di idee e la condivisione delle migliori pratiche. Tale iniziativa non solo promuove l'inclusione sociale e sportiva, ma anche sensibilizza l'intera comunità sportiva sull'importanza di accogliere e valorizzare le diversità individuali.

In conclusione, la collaborazione tra ADS Sport Compass e l'Associazione Shalom rappresenta un passo significativo verso la creazione di ambienti sportivi più inclusivi e rispettosi. Questo impegno comune mira a garantire che ogni individuo abbia l'opportunità di partecipare attivamente e sviluppare il proprio potenziale, indipendentemente dalle sfide personali che possa affrontare.

Azioni | Creazione di una squadra mista

Il progetto di ADS SPORT COMPASS in collaborazione con la Fondazione di Sardegna rappresenta un'importante iniziativa volta a promuovere non solo l'integrazione sociale ma anche la valorizzazione delle capacità individuali attraverso lo sport. Questo approccio innovativo non si limita alla semplice partecipazione, ma mira a creare un ambiente dove le persone con sindrome di Down possano sentirsi parte attiva e essenziale di una squadra. La scelta di integrare persone con

diverse abilità nelle squadre sportive non solo amplia le opportunità di partecipazione ma contribuisce anche a abbattere pregiudizi e a sensibilizzare la comunità sulla diversità e sull'importanza dell'inclusione.

Durante le giornate di attività sportiva, l'atmosfera è permeata da un senso di collaborazione e supporto reciproco tra tutti i partecipanti. Le squadre miste non solo competono insieme ma si sostengono a vicenda, celebrando ogni piccolo successo e incoraggiandosi durante le sfide. Questo non solo favorisce lo sviluppo delle abilità sportive, ma anche la crescita personale e sociale di ogni individuo coinvolto.

L'impatto di questo progetto si estende oltre il campo sportivo, influenzando positivamente le percezioni e le relazioni all'interno della comunità. Oltre a offrire un'opportunità di inclusione concreta, il progetto serve da modello di come lo sport possa essere utilizzato come strumento per promuovere l'accettazione e il rispetto delle diversità, trasformando ideali in azioni tangibili per un futuro più inclusivo e solidale.

Azioni | attività di squadra (partite/gare)

Il progetto si sviluppa attraverso tre giornate dedicate a sport di squadra specifici:

-Giornata di Atletica

Descrizione: Attività di atletica leggera adattata per includere tutti i partecipanti, con focus sull'allenamento delle abilità motorie e sull'incremento dell'autostima.

Obiettivi: Favorire la partecipazione attiva attraverso prove di corsa, salti e lanci, promuovendo il superamento dei propri limiti personali.

-Giornata di Calcetto

Descrizione: Partite di calcio adattate con regole semplici e squadre miste, per stimolare la cooperazione e la comunicazione tra i partecipanti

Obiettivi: Migliorare la coordinazione, l'abilità di passaggio e il senso di appartenenza al gruppo.

-Giornata di Pallavolo

Descrizione: Sessioni di pallavolo inclusiva, con reti abbassate e palloni morbidi, per facilitare il gioco e assicurare la partecipazione di tutti.

Obiettivi: Sviluppare la collaborazione, la precisione nei movimenti e la capacità di giocare in squadra.

Risultati Attesi

-Partecipazione attiva: Ogni giornata sarà un'opportunità per i partecipanti di divertirsi, imparare e sentirsi parte di un gruppo.

-Sensibilizzazione alla diversità: Il progetto contribuirà a sensibilizzare la comunità sull'importanza dell'inclusione delle persone con sindrome di Down.

-Promozione di valori positivi: Attraverso lo sport, si promuoveranno valori di rispetto, tolleranza e accettazione delle differenze.

Evento di Atletica Inclusivo a Calangianus

Il 5 giugno 2024 è stata una giornata memorabile, caratterizzata da entusiasmo e spirito di comunità, quando i partecipanti con sindrome di Down, insieme alle loro famiglie e sostenitori, si sono riuniti per un evento speciale di atletica. L'organizzazione dell'evento, curata meticolosamente dai volontari di Shalom, ha garantito un ambiente di supporto e inclusione per tutti i presenti, creando le condizioni ideali per una giornata all'insegna dello sport e dell'amicizia.

La giornata di atletica ha visto una serie di gare attentamente adattate per accogliere diversi livelli di abilità, permettendo a ciascun partecipante di esprimere il proprio talento e la propria passione per lo sport. Le competizioni di corsa hanno messo in luce la velocità e la determinazione dei ragazzi, che hanno corso con entusiasmo mentre il pubblico li incitava calorosamente. Le gare di salto, caratterizzate da salti in lungo e in alto, hanno permesso ai partecipanti di mostrare la loro destrezza e coordinazione, ogni atterraggio celebrato da applausi e incoraggiamenti.



Uno dei momenti più emozionanti della giornata è stato rappresentato dai percorsi a ostacoli. Questi percorsi, progettati per essere sfidanti ma accessibili, hanno offerto una prova di agilità e determinazione. Con l'aiuto e il supporto dei volontari, i partecipanti hanno affrontato ogni ostacolo con grinta, dimostrando resilienza e capacità di problem-solving. I percorsi a ostacoli non solo hanno promosso l'attività fisica, ma hanno anche

incentivato il lavoro di squadra, poiché i partecipanti si aiutavano a vicenda e si incoraggiavano lungo il percorso.

Il culmine della giornata è stato la competizione di salto in alto. In questa prova, i partecipanti hanno dimostrato le loro abilità di salto con grazia e destrezza. Ogni salto, accompagnato da un'esplosione di applausi dalla folla, ha mostrato il coraggio e la determinazione dei ragazzi, che hanno superato l'asticella con fiducia. La competizione di salto in alto è stata una testimonianza del potenziale illimitato delle persone con sindrome di Down nello sport, dimostrando che con il giusto supporto e l'incoraggiamento, possono raggiungere risultati straordinari.

L'intera giornata è stata una celebrazione di inclusività e sportività, con un'atmosfera di festa e condivisione. I partecipanti, supportati dalle loro famiglie e dai volontari di Shalom, hanno dimostrato che lo sport può essere un potente strumento di integrazione e crescita personale. L'evento ha rafforzato il senso di comunità, mostrando come la collaborazione e l'inclusione possano creare esperienze significative e memorabili per tutti.

L'iniziativa ha ricevuto un feedback estremamente positivo da tutti i presenti, evidenziando l'importanza di tali eventi nel promuovere un senso di appartenenza e benessere. Questo successo ha gettato le basi per future attività inclusive, con l'obiettivo di continuare a rafforzare i legami comunitari e promuovere il benessere fisico e emotivo delle persone con sindrome di Down.



Evento di Calciotto Inclusivo a Calangianus

Il 22 maggio 2024, a Calangianus, si è svolto un evento comunitario speciale per promuovere l'inclusività e l'attività fisica tra le persone con sindrome di Down, con particolare attenzione al calciotto. Questo evento, organizzato in collaborazione con l'organizzazione no-profit locale Shalom, ha attirato numerosi partecipanti, volontari e membri della comunità, trasformando una giornata ordinaria in una celebrazione straordinaria di sport, amicizia e inclusione. Shalom, con la sua esperienza e dedizione verso l'integrazione delle persone con disabilità, ha lavorato intensamente per garantire il successo dell'evento.

La giornata è iniziata con l'accoglienza dei partecipanti presso il campo sportivo di Calangianus. L'entusiasmo era palpabile mentre i ragazzi con sindrome di Down, insieme alle loro famiglie e ai sostenitori, si preparavano per le partite. Le squadre, composte da giocatori con e senza sindrome di Down, sono state formate in modo da promuovere la collaborazione e il gioco di squadra.

Questo approccio ha permesso a tutti di sentirsi parte di un gruppo coeso, dove ciascuno aveva un ruolo importante da svolgere.



Le partite di calciotto sono state un susseguirsi di emozioni e momenti memorabili. Ogni azione sul campo era seguita con attenzione e partecipazione dal pubblico, che non ha mai smesso di incitare i giocatori. Le partite erano strutturate in modo da accogliere diversi livelli di abilità, permettendo a ciascun giocatore di esprimere al meglio le proprie capacità. I volontari di Shalom erano sempre presenti per offrire supporto, dare suggerimenti e incoraggiare i partecipanti.

L'evento di calciotto a Calangianus ha avuto un impatto profondamente positivo sulla comunità. L'entusiasmo e il successo dell'evento hanno spinto Shalom a pianificare ulteriori attività sportive e ricreative, con l'obiettivo di continuare a promuovere l'inclusione attraverso lo sport. In conclusione, la giornata del 22 maggio 2024 a Calangianus è stata un esempio luminoso di come lo sport possa unire le persone e abbattere le barriere.

Grazie all'impegno di Shalom e al supporto della comunità, l'evento ha dimostrato che con il giusto approccio e la collaborazione, è possibile creare esperienze significative e arricchenti per tutti. Questo evento ha gettato le basi per un futuro in cui lo sport diventa un veicolo per l'inclusione e il rispetto, celebrando la diversità e il potenziale di ogni individuo.



Evento di Pallavolo Inclusivo a Calangianus

Il 29 maggio 2024, nella pittoresca cittadina di Calangianus, si è svolto un evento comunitario speciale dedicato alla promozione dell'inclusività e dell'attività fisica tra le persone con sindrome di Down. Questo evento, organizzato in collaborazione con l'organizzazione no-profit locale Shalom, ha visto come momento centrale una partita amichevole di pallavolo, che ha coinvolto non solo i ragazzi con sindrome di Down ma anche i loro coetanei, le famiglie e i membri della comunità.



Shalom ha giocato un ruolo cruciale nella pianificazione e nell'esecuzione dell'evento. La loro preparazione è iniziata settimane prima, con la fornitura di formazione specifica pre-evento per gli atleti e i volontari, assicurando che tutti fossero pronti per l'evento. Inoltre, Shalom ha coordinato la logistica, assicurando che l'evento si svolgesse senza intoppi, e ha gestito il coordinamento dei volontari, che hanno assistito in vari ruoli, dalla preparazione del campo di gioco all'assistenza durante la partita.

L'evento di pallavolo ha dimostrato in modo tangibile come lo sport possa fungere da potente catalizzatore per l'unione e l'empowerment delle persone con sindrome di Down. I partecipanti hanno avuto l'opportunità di mettere in mostra le loro abilità, dimostrando che con il giusto supporto e l'inclusione, possono eccellere in attività fisiche e sportive. Il feedback positivo ricevuto da partecipanti, famiglie e spettatori ha sottolineato l'importanza di tali iniziative nel promuovere un forte senso di comunità e appartenenza.

Le testimonianze raccolte durante e dopo l'evento hanno evidenziato come la partita di pallavolo abbia contribuito a rompere le barriere sociali e a ridurre i pregiudizi. Le interazioni tra i partecipanti hanno favorito una maggiore comprensione reciproca e un rispetto più profondo delle diversità. Inoltre, l'entusiasmo e la gioia visibili nei volti dei giocatori hanno evidenziato il significativo impatto emotivo e psicologico di essere parte di un'attività inclusiva e riconosciuta dalla comunità.

Questo evento di Calangianus rappresenta un importante passo avanti verso la realizzazione di una società più inclusiva e accogliente. Ha aperto la strada a future iniziative simili che non solo rafforzeranno i legami comunitari, ma contribuiranno anche al benessere generale delle persone coinvolte. Shalom intende utilizzare il successo di questa iniziativa come trampolino di lancio per sviluppare ulteriori programmi e attività che promuovano l'inclusione attraverso lo sport, continuando a sostenere e valorizzare le persone con sindrome di Down e altre disabilità.

In conclusione, l'evento del 29 maggio a Calangianus non è stato solo una partita di pallavolo, ma un simbolo di ciò che può essere raggiunto quando una comunità si unisce per promuovere l'inclusione e celebrare la diversità. Ha mostrato come, con il giusto supporto e la giusta mentalità, lo sport possa diventare un veicolo per il cambiamento sociale, offrendo a tutti l'opportunità di brillare



Conclusioni

Il progetto di ADS SPORT COMPASS in collaborazione con Fondazione di Sardegna ha rappresentato un impegno straordinario verso l'inclusione attraverso lo sport, evidenziando come questo possa essere un potente strumento di integrazione sociale e di valorizzazione delle diversità. Le varie iniziative hanno dimostrato chiaramente che creare opportunità per persone con sindrome di Down di partecipare attivamente in squadre miste non solo promuove l'equità e il rispetto, ma stimola anche la crescita personale e comunitaria.

Durante i vari eventi sportivi organizzati, è emerso un forte senso di comunità e solidarietà tra i partecipanti, le loro famiglie e i volontari. Lo sport ha agito da collante, consentendo a individui di tutte le abilità di collaborare verso un obiettivo comune, superando le barriere percepite e celebrando le capacità di ognuno. L'inclusività e l'empowerment sono stati al centro di ogni attività, con un focus particolare sulla valorizzazione delle competenze e della dignità di ogni persona coinvolta.

Il feedback estremamente positivo ricevuto da tutti i partecipanti e dagli spettatori ha testimoniato l'efficacia di queste iniziative nel favorire un ambiente di accettazione e rispetto reciproco. Questi eventi non sono stati solo momenti di competizione sportiva, ma veri e propri catalizzatori di cambiamento sociale, evidenziando il potenziale trasformativo dello sport nella promozione di una cultura inclusiva.

Guardando al futuro, il progetto di ADS SPORT COMPASS co finanziato da Fondazione di Sardegna ha gettato le basi per ulteriori iniziative che continueranno a promuovere l'inclusione e a sfidare i pregiudizi attraverso lo sport. La collaborazione tra le varie parti interessate ha dimostrato che insieme è possibile superare ostacoli e costruire comunità più coese e solidali. Continuare su questa strada non solo rafforzerà i legami all'interno delle comunità, ma ispirerà anche altre regioni e organizzazioni a adottare politiche e pratiche inclusive che riflettano i valori di equità, rispetto e integrazione.