

AII



Salvatore Pignato

**Educazione motorio-sportiva  
nella sindrome di Down**





Aracne editrice

[www.aracneeditrice.it](http://www.aracneeditrice.it)  
[info@aracneeditrice.it](mailto:info@aracneeditrice.it)

Copyright © MMXVIII  
Gioacchino Onorati editore S.r.l. – unipersonale

[www.gioacchinoonoratieditore.it](http://www.gioacchinoonoratieditore.it)  
[info@gioacchinoonoratieditore.it](mailto:info@gioacchinoonoratieditore.it)

via Vittorio Veneto, 20  
00020 Canterano (RM)  
(06) 45551463

ISBN 978-88-255-1161-1

*I diritti di traduzione, di memorizzazione elettronica,  
di riproduzione e di adattamento anche parziale,  
con qualsiasi mezzo, sono riservati per tutti i Paesi.*

*Non sono assolutamente consentite le fotocopie  
senza il permesso scritto dell'Editore.*

I edizione: marzo 2018

# Indice

- 7 *Presentazione*
- 9 *Capitolo I*  
*Persone con sindrome di Down. Una riflessione sugli attuali livelli di vita*  
1.1. Disposizioni normative in materia di disabilità, 9 – 1.2. Definizione, classificazione e eziologia della SD, 14 – 1.3. Profili di criticità dell'apparato muscolo-scheletrico e neuropsicologico, 21 – 1.4. Le difficoltà cardiovascolari nella SD, 34.
- 43 *Capitolo II*  
*Sviluppo, apprendimento e controllo motorio nella SD*
- 67 *Capitolo III*  
*Equilibrio e postura*
- 85 *Capitolo IV*  
*Comunicazione verbale e non verbale*
- 97 *Capitolo V*  
*Il concetto e il termine di Attività Fisica Adattata (AFA) ed Esercizio Fisico Adattato (EFA)*
- 109 *Capitolo VI*  
*In movimento con le persone Down. Percorsi per rafforzare gli schemi motori e posturali, la percezione e la coordinazione*  
6.1. Esercizi per la strutturazione degli schemi motori di base e degli schemi posturali, 113 – 6.2. Esercizi per la comunicazione corporea, 122 – 6.3. Esercizi per lo sviluppo della coordinazione oculo-manuale e della lateralità, 123 – 6.4. Esercizi per lo sviluppo percettivo, 127 – 6.5. Esercizi per il rafforzamento dell'equilibrio, della postura e della mobilità articolare, 129.

133	Capitolo VII <i>Benefici delle attività sportive per l'inclusione della persona Down</i>
145	<i>Bibliografia</i>

## Presentazione

Il presente lavoro intende rafforzare la tesi sulla necessità dell'educazione motorio-sportiva rivolta ai soggetti con sindrome di Down. Il testo è offerto alla lettura di quanti, con compiti e da postazioni diverse contribuiscono, con un lavoro spesso difficile e condotto con riservatezza e sacrificio, a fare uscire dal cono d'ombra che l'avvolge la vita dei bambini con SD.

Lo sviluppo delle attività fisiche e sportive adattate ha aperto nuovi scenari incoraggianti per le famiglie e per quanti si dedicano alle attività inclusive. Lo sviluppo dell'associazionismo e delle pratiche sociali coinvolgenti si diffondono e lasciano ben sperare per il futuro delle famiglie. Alcuni recenti studi nel campo biologico hanno suscitato nuove speranze. Tra i dati più incoraggianti, vi è quella legata all'aspettativa di vita dei soggetti T2I, che impone scelte di natura economica e sociale che abbiano il compito di sostenere sempre più e meglio i bisogni delle persone Down, le famiglie, il territorio, le agenzie educative.

Il tema della qualità del livello dell'autonomia, dell'inclusione scolastica, lavorativa e, più in generale, sociale costituisce la trama da cui si può misurare e valutare il grado di civiltà raggiunto dal Paese. La ricerca scientifica ha evidenziato con chiarezza il ruolo e i contributi alla salute e al benessere psicosociale del soggetto T2I del movimento. L'attività motoria integra una molteplicità di fattori (biomeccanici, cognitivi, percettivi, contestuali) interagenti con le strutture neurali del controllo motorio e, pertanto, non si può prescindere dai contributi recati alle persone con disabilità intellettiva-relazionale. Le strategie insite nel processo dell'educazione motoria, dell'avviamento alle attività sportive, della pratica motoria condotta con attenzione e cura sono alla base del più grande disegno inclusivo. In questo ultimo decennio, diversi studi hanno ridimensionato il parere di quanti ritenevano controproducente la pratica dell'attività motorio-sportiva per tutti i soggetti con SD. È noto, semmai, il contrario: l'educazione fisica adattata, i giochi-sport, le attività ludico-ricreative e lo sport agonistico costituiscono la base per il raggiungimento di ampi livelli

di autonomia personale e di gratificazione, di speranza e di impegno per la persona Down e la sua famiglia.

Il presente lavoro presenta diversi spunti di riflessione: dalle principali caratteristiche fisiologiche, per conoscere meglio i meccanismi biomeccanici, neurologici, psicologici della persona con SD, alle valutazioni, alle considerazioni e alle proposte di attività fisica adattata mirante a consolidare e potenziare la strutturazione degli schemi motori e posturali, gli interventi sull'equilibrio e sulla postura, gli aspetti della comunicazione non verbale.

Il tutto attraverso ipotesi di lavoro che possano salvaguardare gli anelli deboli (sicurezza dell'apparato muscolo-scheletrico e cardiovascolare) della persona T21.

Il testo può rappresentare un valido strumento di lavoro per docenti di educazione fisica, docenti di sostegno, studenti dei corsi di laurea di scienze motorie, scienze dell'educazione e scienze della formazione primaria.