

# FISICA

# MENTE



Con il contributo di



**AUTISMANDO - APS**

ASSOCIAZIONE GENITORI BAMBINI E RAGAZZI  
CON AUTISMO DI BRESCIA E PROVINCIA

UN MONDO INSIEME  
E' POSSIBILE

WWW.AUTISMANDO.IT - INFO@AUTISMANDO.IT

## “FisicaMENTE”

### Proposta di attività educativo-motorie per bambini e giovani con autismo a basso funzionamento

Il progetto è volto all'inclusione e si propone di creare “contesti protetti” in cui i bambini/adolescenti con autismo, presenti sul territorio di Brescia e Provincia, possano avere un primo approccio allo sport. Le associazioni del partenariato, A.S.D. Bresciana NonsoloSport Onlus, Aped ed Autismando, si rivolgono infatti a tutta la provincia e hanno consolidato negli anni di attività il proprio network di contatti, che si amplia di anno in anno, proprio per la carenza di opportunità sul territorio.

Ad oggi, l'Associazione Non Solo Sport ha offerto la possibilità di avvicinarsi e praticare attività sportiva a oltre 41 bambini/ragazzi per anno.

Associazione Sportiva Dilettantistica Non Solo Sport nasce nel 2013, frutto di precedenti esperienze maturate all'interno di un'altra associazione, con la finalità da un lato di accompagnare soggetti con disabilità intellettivo-relazionale attraverso la pratica sportiva a esprimersi e a prendere consapevolezza di avere le possibilità di arrivare ad una “medaglia”, dall'altro sensibilizzare la cittadinanza relativamente al tema in particolare con riferimento alla necessità di prestare maggiore attenzione nei confronti di persone disabili intellettive.

La missione di Non Solo Sport diviene quindi l'offrire alle persone con disabilità la possibilità di accrescere il loro benessere ed autostima attraverso l'attività sportiva favorendo la loro inclusione nella cittadinanza.

Inoltre, l'associazione è affiliata e prende parte alle attività di Special Olympics, un programma educativo attivo a livello mondiale che propone allenamenti e ed eventi per persone con disabilità intellettiva per ogni livello di abilità.

Le attività sono coordinate da Martina Maestrelli mamma prima di tutto di un ragazzo con disabilità intellettiva relazionale e fondatrice e presidente dell'Associazione. Alla ricerca del benessere del proprio figlio, ha allargato ad altre famiglie la sua voglia di dare risposte concrete attraverso lo sport e non solo.

L'Associazione Sportiva Dilettantistica Non Solo Sport ha individuato la pratica sportiva come mezzo cruciale per permettere alle persone con disabilità di esprimersi e di relazionarsi con gli altri in maniera spontanea e diretta. A tal fine tecnici laureati con specializzazione in scienze motorie si impegnano per far acquisire agli atleti la consapevolezza di sé stessi, delle proprie potenzialità, di “saper fare da soli”, investendo per la loro inclusione nella società.

Attualmente vengono proposte in varie sedi di Brescia e Provincia 9 attività sportive: atletica, basket, tennis, rugby, bocce, golf, triathlon e gli sport invernali.

82 famiglie con componenti con disabilità residenti nel territorio di Brescia e Provincia compongono l'Associazione che offre opportunità sportive durante tutto l'anno a più di 41 bambini e ragazzi con disabilità intellettiva relazionale.

# AtleticaMENTE

Ottobre 2019 – Maggio 2020; Ottobre 2020 – Dicembre 2020

N. 34 bambini e giovani con autismo a basso funzionamento di 6-25 anni svolgeranno attività motorie tra cui atletica, arrampicata, psicomotricità di base per un'ora a settimana.

Oltre alle attività motorie settimanali sono previste le seguenti uscite:

- 1 settimana di allenamento in montagna per n.10 giovani con autismo a basso funzionamento di 6- 25 anni durante la quale i ragazzi avranno l'opportunità di avvicinarsi allo sci (insieme a maestri di sci) o alla corsa con le ciaspole.
- 2 pomeriggi in canoa per n.10 ragazzi con autismo a basso funzionamento di 11 – 25 anni (canoa singola o a due insieme al tecnico)

Inoltre, n.5 ragazzi con autismo a basso funzionamento di 19-25 anni parteciperanno agli eventi di special Olympics.

Durante le attività verranno proposti esercizi in grado di accompagnare i ragazzi nello sviluppo di autonomie e di capacità relazionali, favorendone l'inclusione non solo all'interno del gruppo coinvolto nella pratica sportiva ma anche nella vita di tutti i giorni.

Le attività saranno adattate in base alle necessità del ragazzo.

Le attività settimanali si svolgeranno presso la Polivalente Azzurri d'Italia del Centro Sportivo SanFilippo situata in Via Francesco Nullo 10 (Brescia) e presso le palestre dell'I.t.c.s Abba Ballini situata in Via Milziade Tirandi 13 (Brescia) e costituiranno un'opportunità di aggregazione per le famiglie.

La settimana di allenamento in montagna si svolgerà presso la località di Santa Caterina Valfurva nel cuore del Parco Nazionale dello Stelvio.

Le uscite in canoa si svolgeranno sul lago d'Iseo presso il centro Sassabanek.

Lo svolgimento dell'attività sportiva verrà supportato dalla presenza di 3 tirocinanti provenienti dalla facoltà di Scienze dell'Educazione e della Formazione dell'Università Cattolica del Sacro Cuore di Brescia o dal liceo Veronica Gambara di Brescia (esperienza di alternanza scuola - lavoro).

Giugno 2020 – Luglio 2020

Per monitorare l'andamento delle attività verranno proposti dei momenti di confronto con gli operatori anche finalizzati alla produzione di una relazione finale personalizzata per ciascun ragazzo in cui si evidenzieranno gli obiettivi raggiunti nel corso del percorso.