



Associazione di Promozione sociale - Dilettantistica Sportiva

“Filippide del Fermano”

Sede: Via Malacaria Est n. 30 - 63821 Porto Sant'Elpidio (FM)

Cellulare: 389 0594619

E-mail: filippidedelfermano@gmail.com

Sito internet: <http://fdf.ilbello.com>

Progetto: Centro Sportivo Diurno “Officina FdF”

Il progetto nasce dall'esigenza di consolidare e dare continuità alle attività dell'Associazione di Promozione sociale - Dilettantistica Sportiva **“Filippide del Fermano”**, nata nel 2011 come riferimento territoriale marchigiano del “Progetto Filippide” di Roma, che propone l'attività sportiva ed in particolare la corsa di lunga distanza a giovani affetti da sindrome dello spettro autistico.

Un'“officina” è un “luogo” attrezzato per la trasformazione di “materie prime” e “semilavorati” in “beni” finiti, di qualità, realizzati con cura ed attenzione. L'“**Officina FdF**” è il luogo dove giovani autistici possono diventare atleti e appropriarsi del “diritto allo sport” come scoperta, espressione e realizzazione di se e delle proprie capacità, ed anche come opportunità di inclusione e inserimento nel tessuto sociale.

Sintesi delle attività

Realizzazione di un Centro diurno interamente dedicato allo sport, attivo fino a cinque giorni a settimana, dedicato a giovani affetti da sindrome dello spettro autistico. L'organizzazione delle giornate sarà scandita dagli allenamenti dell'atletica leggera e dalla preparazione per la corsa di lunga distanza, finalizzata alla partecipazione a gare locali e nazionali, e dalla sperimentazione di varie discipline sportive.

Nel Centro Sportivo Diurno si proporranno attività per il raggiungimento dell'autonomia gestionale della persona sia a livello fisico che sociale e per la crescita ed il miglioramento delle abilità sportive, attraverso un accompagnamento educativo e un allenamento sportivo competente e dedicato.

Il Centro Sportivo Diurno, per favorire la partecipazione, provvederà, compatibilmente con le risorse disponibili, al trasporto da e verso la casa degli atleti e, a regime, ad un servizio mensa per il pranzo degli atleti.

Riferimenti teorici

Lo sport è riconosciuto dal mondo medico-scientifico come efficace strumento riabilitativo e terapeutico per tutti i disabili intellettivi e relazionali. La partecipazione a competizioni sportive, in particolare, risulta determinante al fine di acquisire maggiore consapevolezza dei propri limiti psicofisici, di qualsiasi grado, nel tentativo di superarli. I benefici derivanti dallo sforzo atletico, insieme ad una complessiva gratificazione personale, determinata dai momenti di integrazione e socializzazione che lo sport offre, rappresentano la sintesi dei riferimenti teorico culturali delle attività di **“Filippide del Fermano”**.

È noto che negli atleti si alza naturalmente il livello della serotonina, sostanza che controlla l'aggressività e favorisce un sonno più tranquillo. Nei ragazzi autistici generalmente questa sostanza è presente in grado insufficiente e deve essere assunta con farmaci che possono avere gravi controindicazioni. I sostenitori della corsa di lunga distanza per i soggetti autistici si augurano che la comunità scientifica approfondisca gli effetti dello sport agonistico praticato regolarmente sul possibile aumento naturale della serotonina nei soggetti autistici.

Il “Progetto Filippide”, l'associazione “Filippide del Fermano” e il territorio

Ideato e promosso nel 1983 da Nicola Pintus, presidente dell'Associazione Sport e Società di Roma, il **“Progetto Filippide”** ha ottenuto nel tempo importanti risultati, partendo dalla sua intuizione iniziale di impegnare i giovani e meno giovani, affetti da sindrome autistica e da malattie rare affini nella pratica sportiva della corsa di lunga distanza.

Il “Progetto Filippide” ha fatto dell'attività sportiva e in particolare della specialità della corsa un eccellente strumento di trattamento socio- educativo a carattere riabilitativo per giovani autistici. Oggi il “Progetto

Filippide” è Associazione Benemerita del Comitato Italiano Paraolimpico ed è diffusa in diverse regioni italiane, dalla Lombardia alla Sicilia.

Il 10 dicembre 2011 è nata l'associazione di volontariato sportivo **“Filippide del Fermano”**, oggi Associazione di Promozione sociale - Dilettantistica Sportiva. Lo scopo principale dell'associazione è offrire a ragazzi autistici l'opportunità di vivere fuori dal contesto della famiglia un'esperienza sportiva con grande beneficio, dignità e, siamo convinti, con grande piacere. L'associazione, nata dalla volontà di soggetti diversi per esperienza, storia e professionalità, è aperta al coinvolgimento di persone e realtà territoriali diverse, accomunate dalla passione per questa particolare condizione e per l'attività sportiva.

“Filippide del Fermano” è affiliata alla FISDIR, Federazione Italiana Sport Disabilità Intellettiva Relazionale, federazione sportiva paralimpica; dal primo nucleo di pochi ragazzi e allenatori, oggi è composta da una quindicina di atleti e da più di venti allenatori volontari, oltre a personale qualificato (istruttori, operatori sanitari ed educativi, medico sportivo): con tutti loro la società è stata presente a molte iniziative sportive locali e nazionali, attivando una significativa rete di collaborazioni con realtà istituzionali, del terzo settore e della pratica sportiva.

Contesto e motivazione del progetto

L'autismo è un disordine neurologico dello sviluppo che compromette l'interazione sociale e la comunicazione ed è causa di comportamenti ripetitivi e stereotipati. Negli ultimi anni, l'autismo si è venuto rivelando come una vera emergenza sociale, sia per il suo tasso di incidenza sulle nascite sia a causa del suo alto grado di intrusione sociale.

L'autismo è un disturbo che usualmente si fa rientrare nella più generica categorizzazione di Disordine Pervasivo dello Sviluppo. Allo stato attuale della conoscenza e della ricerca scientifica, non si è giunti a riscontrare una causa precisa, determinante l'autismo. È provato che l'autismo sia la conseguenza di anomalie strutturali e di funzionamento a livello cerebrale, ma l'origine rimane incerta.

Correre è l'attività sportiva per eccellenza; è alla base della preparazione di competizioni sportive di qualsiasi livello. La corsa di lunga distanza è l'attività amatoriale più diffusa al mondo. Correre fa parte del nostro bagaglio genetico. Gli atleti del “Progetto Filippide”, e quindi anche di “Filippide del Fermano”, si preparano alle gare di livello locale e nazionale a cui prendono parte ogni anno, attraverso un piano di allenamenti personalizzato.

Lo scopo principale dell'associazione **“Filippide del Fermano”** è offrire a ragazzi autistici l'opportunità di vivere fuori dal contesto della famiglia un'esperienza sportiva con grande beneficio, dignità e, siamo convinti, con grande piacere; quindi l'attività che si sta realizzando e che si vuole rafforzare e stabilizzare ha l'intento di aiutare i propri atleti a valorizzare le loro potenzialità e congiuntamente guidarli verso un'integrazione ottimale nella società in cui vivono, attraverso la corsa, momento sportivo e di socializzazione.

L'idea di progettare e realizzare un Centro Sportivo Diurno è nata dalla lettura dell'esigenza dei partecipanti alle attività sportive proposte e delle loro famiglie di dare continuità e di consolidare l'attività sportiva, l'allenamento, la partecipazione alle gare. Il **Centro Sportivo Diurno “Officina FdF”** si propone come luogo operativo e concreto (un'“officina” appunto) per l'acquisizione di corretti stili di vita attraverso la sperimentazione dell'attività fisica e la condivisione dei valori positivi dello sport, orientato al recupero e al potenziamento delle abilità di ogni atleta attraverso un percorso individualizzato e guidato, finalizzato anche ad un sano agonismo e alle competizioni anche insieme a podisti “normali”.

Obiettivi del progetto

Obiettivi generali del progetto sono:

- Qualificare il tempo libero dei giovani affetti da autismo attraverso la pratica sportiva, come opportunità per esprimere le proprie potenzialità.
- Realizzare l'orizzonte della “normalità dello sport” a fianco delle necessità per la salute, l'istruzione, il lavoro della disabilità.
- Offrire concreto sostegno e sollievo alle famiglie nella gestione dei figli con disabilità durante la settimana, e gratificazione per la loro partecipazione a gare e competizioni sportive insieme ad atleti “normali”.

Il progetto ha anche obiettivi specifici rispetto alle dimensioni: di salute e crescita personale per gli atleti, di attività sportiva ed agonistica, di sostegno alle famiglie, di integrazione sociale, culturale e sociale.

Destinatari

I destinatari del **Centro Sportivo Diurno “Officina FdF”** sono (prevalentemente) giovani affetti dalla sindrome dello spettro autistico del territorio fermano che intendono svolgere attività sportiva, anche a livello agonistico.

Metodologia e Attività del progetto

Il **Centro Sportivo Diurno “Officina FdF”** si vuole caratterizzare per una metodologia basata sulla “normalità”. A fianco di un indispensabile sistema di servizi sociali, sanitari ed educativi garantiti da istituzioni pubbliche attente e sensibili è indispensabile offrire ai giovani affetti da autismo un’opportunità di fruizione del tempo libero che, attraverso la pratica sportiva e, in particolare, della corsa possa divenire realmente, per qualcuno dei nostri ragazzi, un’occasione di esprimere le proprie potenzialità.

Anche se si cercherà di consolidare il rapporto di collaborazione con le istituzioni sociali, sanitarie e scolastiche e con le realtà del terzo settore, il **Centro Sportivo Diurno “Officina FdF”** non si sovrapporrà al sistema dei servizi sanitari e sociali, residenziali e semiresidenziali del territorio, ma rimarrà prevalentemente nell’ambito del tempo libero e dello sport; per questo sarà necessario coinvolgere di più le persone appartenenti al “mondo dello sport” per farlo avvicinare e collegarlo al “modo del sociale”, facendo in modo che l’attività sportiva alleni di più, tutti, all’impegno e alla perseveranza.

Il **Centro Sportivo Diurno “Officina FdF”** vuole essere un’esperienza di integrazione “naturale” per la disabilità.

Le Attività

ORGANIZZAZIONE GIORNALIERA: L’articolazione dell’attività giornaliera viene programmata tenendo conto delle necessità di gestione autonoma degli atleti e della preparazione individualizzata, ma anche dell’esperienza di gruppo con le attività offerte dal programma generale di attività interne ed esterne.

Lo sviluppo delle giornate, ancorché programmato, viene valutato dagli allenatori al termine di ogni giorno ed adattato alle esperienze che emergono.

Le settimane che precedono la partecipazione alle gare avranno una programmazione particolare, orientata anche alla preparazione psicologica degli atleti.

Lo schema tipo, naturalmente indicativo, delle aperture pomeridiane del Centro Sportivo Diurno può essere sintetizzato nel modo seguente:

TRASPORTO	ALLENAMENTO	DOCCIA + MERENDA	TRASPORTO
-----------	-------------	---------------------	-----------

Le variazioni rispetto alla progressiva implementazione, da un lato di un aumento delle ore di apertura pomeridiana e, successivamente, mattutina (con il pranzo) e, dall’altro, delle attività all’esterno, saranno comunque oggetto di programmazione e di verifica continua per adattare alle esigenze degli atleti.

I Moduli

Attualmente gli atleti di “Filippide del Fermano” si allenano due pomeriggi alla settimana per due ore ogni volta. La prospettiva di ampliamento modulare dell’attività, nella logica del Centro Sportivo Diurno, dovrà tenere conto della necessità dei momenti di “carico” e di “scarico”, per non condizionare negativamente la preparazione degli atleti e per garantire la necessaria “variabilità” delle giornate.

Sono previsti tre Moduli di progressiva apertura del **Centro Sportivo Diurno “Officina FdF”**, che saranno attivati compatibilmente con il recupero delle risorse economiche necessarie. Ad ogni Modulo corrisponde un certa durata delle “aperture” quotidiane, comunque cinque a settimana, dal lunedì al venerdì e, quindi, anche un diverso impiego di risorse umane.

Costi e Finanziamenti

Le fonti per sostenere **Centro Sportivo Diurno “Officina FdF”** potranno essere diverse: al supporto degli enti pubblici, che comunque sarà cercato vista la valenza pubblica del progetto, si dovrà aggiungere il sostegno di realtà private che fanno riferimento al cosiddetto “secondo welfare” e alle risorse del volontariato, questo per ridurre al minimo i costi che dovranno sostenere le famiglie degli atleti e che si potranno configurare, al massimo, come le “normali” quote di partecipazione per l’attività sportiva dei propri figli.