

LO SPORT DELLE BOCCE PER LO SVILUPPO INTERGENERAZIONALE NELLA POPOLAZIONE GIOVANILE E SENIOR

1.0 Premessa

E' comune pensare allo sport delle bocce come momento in cui si socializza, spesso anche giocando a carte, bevendo un bicchiere di vino in una popolazione adulta o senior. Nel tempo il gioco delle bocce, pur essendo rimasto uno sport diffuso, ha trovato, nelle generazioni odierne, qualche difficoltà ad entrare nel ritmo delle discipline sportive. Anche se l'età media dei praticanti di questo sport si aggira sui 40 anni, si possono oggi vedere sui campi delle tantissime associazioni anche molti giovani che, evento raro nella società moderna, si cimentano accanto agli 'anta', ricevendo da loro esperienza e tecnica e donando vitalità ed entusiasmo al territorio. Vi è da notare che sono molti gli spazi di gioco delle bocce che sono sempre meno frequentati. Ci si è, appunto, dimenticati che il gioco nel gioco delle bocce è indispensabile la destrezza e l'abilità motoria al pari del tiro a segno o tiro con l'arco o della pallacanestro.

E' ampiamente dimostrato che lo sport delle bocce è una disciplina che richiede concentrazione, tecnica, strategia senza richiedere prestazioni fisiche importanti ma uno stato di equilibrio psichico e fisico e di capacità decisionali specifiche. Ci si può approcciare a questo sport in maniera ludica fin dai primi anni di vita, ricordando, appunto, che questo sport è pratica in spiaggia, durante le vacanze estive.

Si aggiunge che nello sport delle bocce sono presenti gesti tecnici, ovvero movimenti specifici caratterizzanti questo sport (accosto e bocciata) che, vengono utilizzati dagli atleti nelle situazioni di gioco e che rappresentano il risultato finale di un processo di apprendimento. L'accosto e bocciata si configurano come un tipo di abilità posta in un continuum tra abilità motoria, cioè una abilità la cui determinante primaria della riuscita è la qualità del movimento prodotta da chi esegue, e una abilità cognitiva in cui è importante eseguire un dato movimento a seguito di una decisione o in funzione di una strategia da seguire (SCHIMDT-WRISBERG 2000). Le ovvie deduzioni di tipo pedagogico da attuare prevedono che l'atleta sia stimolato a sviluppare abilità cognitive generalizzabili, cioè facilmente trasferibili ad una ampia gamma e varietà di situazioni, che permettano di prendere decisioni sul "come" affrontare un problema piuttosto su "cosa" fare. Questa prassi prevede una organizzazione ottimale dei processi cognitivi, favorisce l'acquisizione e la ritenzione di informazioni e abilità, l'identificazione e la comprensione dell'errore, la generalizzazione delle conoscenze – transfer – a situazioni simili e una sempre maggior autonomia esecutiva. In letteratura vi sono evidenze (Gons et al, Neurology, 2013; Hitt, Neurology, 2010) che, nell'anziano con disturbi cognitivi lievi, l'attività motoria ritarda l'invecchiamento cerebrale e può favorire la neurogenesi.

A supporto dell'utilizzo dello sport delle bocce negli anziani con disturbi cognitivi anche gravi vi è l'esperienza di programmi di intervento effettuate da operatori sanitari ("gli operatori sanitari e la demenza: case management e programmi di intervento" – Maggioli editore) in cui il lancio delle bocce morbide è stato utilizzato nella gestione anche di anziani aggressivi per fare riaffiorare ricordi piacevoli legati a pomeriggi con amici passati a giocare alle bocce.

In un contesto di evidenza dello stimolo cognitivo offerto dallo sport delle bocce quello dell'inserimento dei bambini (9,10 anni) è utile all'anziano per favorire una maggiore efficacia nel processo di ritardo dell'invecchiamento cerebrale ed al bambino per stimolare tramite il gioco, dialogo intergenerazionale. Questo rappresenta un asse comune su cui ruota l'approccio interdisciplinare, con l'intento di trasferire, in una cornice di gioco, i principi costituenti la società moderna.

2.0 Obiettivo

Gli obiettivi del progetto sono i seguenti:

- 1) stimolare l'avvicinamento dello sport delle bocce nei bambini
- 2) favorire l'attività motoria negli anziani con disturbi cognitivi lievi

- 3) favorire l'interazione sociale
- 4) recuperare strutture sportive
- 5) ritardare l'ingresso degli anziani nei centri diurni

3.0 Descrizione dell'attività

Il progetto prevede l'utilizzo del centro bocce del centro sportivo Pizzoli di via agucchi (bologna) dalle ore 16.30 alle ore 18.00, per un incontro settimanale (giovedì).

All'attività sportiva partecipano gruppi (minimi) costituiti da un anziano e due bambini.

L'attività sportiva verrà condotta da un istruttore del centro sportivo sotto la supervisione di un volontario ed un assistente.

Al termine dell'attività verrà distribuita una merenda.

Il gioco verrà condotto con bocce leggere o comunque adeguate alla fisicità dell'atleta.

Il progetto, tramite l'iscrizione all'associazione sportiva, prevede il rilascio di un'assicurazione ad ogni atleta che parteciperà all'iniziativa.

L'attività progettuale si inserisce in un contesto di innovazione sociale e di tutela dei beni

4.0 Step progettuali

L'attività progettuale si articola in due fasi, auspicando di poterla estenderla anche ad altri centri sportivi.

4.1 Fase esplorativa

In una prima fase (esplorativa) verrà effettuata l'attività di ricognizione.

Dal mese di novembre 2017 al mese di dicembre 2018 per un totale di 8 incontri

Partecipazione di almeno 3 gruppi di atleti (3 senior, 6 bambini – 9 atleti) – occupazione 3 piste

Nel mese di Dicembre verrà effettuata una manifestazione sportiva con gara di bocce per dimostrare i risultati ottenuti e divulgarlo

Verranno coinvolti, tramite presentazione del progetto ai rappresentanti di classe, i bambini della scuola elementare Silvani (comprensorio vicino al centro sportivo Pizzoli)

4.2 Fase divulgativa

Nella seconda fase il progetto verrà ampliato, tramite presentazione alla Preside del comprensorio scolastico, alle scuole elementari Bottego

Dal mese di gennaio 2018 al mese di febbraio 2018 per un totale di 8 incontri

Partecipazione di almeno 6 gruppi di atleti (3 senior, 12 bambini – 15 atleti) – occupazione 6 piste

Nel mese di Marzo verrà effettuata una manifestazione sportiva con gara di bocce