



ASSOCIAZIONE

Made in Sicily



LO SPORT come FARMACO

Convegno

sulle pratiche ludico-motorie e fisico-sportive e corretti stili di vita con particolare nell'applicazione

alla Terza Età ed alla Disabilità motoria

Per gli Insegnanti di Educazione Fisica, I Dirigenti ed ai Tecnici delle Associazioni Sportive, Gli Operatori del Sociale

PREMESSA

La pratica sportiva, nell'immaginario collettivo, per le prestazioni tecnico - agonistiche è prerogativa di sana e robusta costituzione fisica e, pertanto, da essa sarebbero esclusi quanti sofferenti da patologie, ricomprese quelle parzialmente invalidanti.

Il progredire della ricerca scientifica, unitamente all'esperienza sul campo, dimostra invece che le corrette pratiche ludico-motorie, in special modo nella contingenza temporale connotata da una sedentarizzazione – anche giovanile -, risultano coadiuvanti della prevenzione dei rischi e riduttive del danno.



ASSOCIAZIONE

Made in Sicily



MOTIVAZIONE

Il convegno si propone, con gli strumenti della comunicazione e della divulgazione di fare informazione, rivolgendosi con particolare attenzione agli: Insegnanti di Educazione Fisica, ai Dirigenti ed ai Tecnici delle Associazioni Sportive ed agli operatori del Sociale in genere, di illustrare, con gli strumenti didattici della multimedialità, i moderni processi e le aggiornate tecniche, che trovano applicazione nei confronti due fasce sociali di particolare interesse, quali:

- Terza Età
- Disabili o più correttamente diversamente abili.

La scelta non è casuale, atteso che la c.d. <**Terza Età**> è solitamente associata alla "sedentarietà", quale patologizzazione di una condizione, che richieda presidi sanitari, eminentemente di tipo farmacologico. E' vero invece che la corretta attività fisica, commisurata allo statu fisiologico, non solo nel ludes coadiuva la risocializzazione, con tutti i benefici effetti per l'equilibrio psichico, ma unitamente ad una sana alimentazione, previee l'insorgenza di patologie o, laddove conclamate, ne riduce gli effetti debilitanti.

Non diversamente per quanto alla c.d. <**Disabilità** – *in questa circostanza ci si interesserà di quella segnatamente motoria, solitamente da esiti post traumatica* - >, dove si ritiene che il



ASSOCIAZIONE

Made in Sicily



soggetto afflitto da handicap motorio, non sia più capace di apprezzabili prestazioni fisiche. Ciò, viene puntualmente sconfessato dalla semplice osservazione dei risultati delle recenti Paralimpiadi, dove le performance di quei <para-atleti olimpici> non sono state molto diverse o inferiori (nella giusta misura) a quelli dei c.d. *normodotati*.

In effetti, la corretta pratica ludico-motoria, non solo esalta la <diversa abilità >, ma risocializza, con tutti i benefici psico-fisici, quegli individui, altrimenti emarginati e destinati a trattamenti medicali, con grave danno – anche - per la collettività.

ARGOMENTI DEL CONVEGNO

1. La Nutrizione e l'alimentazione, con particolare riguardo alla <Dieta Mediterranea>
2. L'attività ludico-motoria nella Terza Età
3. L'attività fisico-motoria nei disabili e dei diversamente abili motori
4. L'Ambulatorio-Palestra



ASSOCIAZIONE

Made in Sicily



RELATORI

- Esperto in nutrizione umana
- Esperto nella preparazione fisico-tecnica dei soggetti diversamente abili motori, con particolare riguardo agli atleti Paralimpici
- Esperto in gestione delle pratiche motorie in ambiente medicale

STRUMENTI

Esposizione dei temi del convegno mediante gli strumenti multimediali digitalizzati e supporti cartacei

LUOGO DEL CONVEGNO

Teatro Istituto Don Orione – Viale San Martino - Messina



ASSOCIAZIONE

Made in **Sicily**



CRONO PROGRAMMA

17.3.2009 ore 16.00 L'Alimentazione e la Nutrizione nella
Dieta Mediterranea

17.3.2009 ore 17.30 L'attività ludico-motoria nella Terza
Età

18.3.2009 ore 9.30 L'attività fisico-motoria dei disabili e
nei diversamente abili motori.

18.3.2009 ore 11.00 L'Ambulatorio-Palestra.

A seguire approfondimenti e dibattito

Al termine a ciascun convegnista verrà rilasciato un attestato di partecipazione

Gli atti del convegno formeranno oggetto di pubblicazione, mediante supporti digitali e virtuali.



ASSOCIAZIONE

Made in **Sicily**



PARTNERS

- Eurispes – Delegazione Provinciale di Messina
- Promogest – Comitato Regionale Siciliano
- Enigma - Associazione Culturale, Sociale, Solidaristica, Ricreativa, Turistica e Sportiva
- ASD MSP Messina – Associazione Sportiva
- C.I.P. – Delegazione Provinciale di Messina
- M.S.P. – Delegazione Comunale di Messina