

SPORT E SALUTE

Attraverso lo sport è possibile confrontarsi con se stessi: soffrire, gioire, perdere o vincere, ma soprattutto, imparare ad affrontare le sfide della vita nel rispetto dei propri limiti e degli avversari qualsiasi siano le differenze nel campo.

I ragazzi hanno seguito un programma per il miglioramento delle:

- * capacità motorie o di movimento
- * capacità sensoriale
- * del gesto fisico
- * dei riflessi
- * della forza muscolare
- * della capacità respiratoria
- * aumento della resistenza e alla fatica
- * favorire aggregazione ed e rapporti sociale
- * stimolare la persona ad affrontare le difficoltà
- * apprendere delle capacità attraverso una serie di esperienze
- * contribuire alla creazione e costruzione o ricostruzione della propria identità.

Le discipline che possono essere utilizzate sono le più svariate: corsa, pallacanestro, vortex, salto in lungo, camminata veloce, pallamano, calcio. Nelle manifestazioni svoltesi a Dorgali, Sassari, Cagliari, grazie al CONI, ci sono stati momenti di aggregazione con le squadre avversarie, inoltre vi e' stato un sostanziale miglioramento nelle varie discipline.