

UN GHID PENTRU ACTIVITĂȚILE FIZICE DESTINATE PERSOANELOR CÙ TULBURĂRI SPECIFICE DE ÎNVĂȚARE. PERSPECTIVE EDUCAȚIONALE PENTRU INSTRUCTORI, LUCRĂTORI SOCIALI, VOLUNTARI ȘI FAMILII

Morales-Belando, María T. (Universitatea Catolică din
Murcia)González, Noelia (Universitatea Catolică din Murcia)
Manzanares, Aarón (Universitatea Catolică din Murcia)



UCAM
UNIVERSIDAD
CATHOLICA DE MURCIA



Editorial:

Coordonatori:

Morales-Belando, María T. (Universitatea Catolică din Murcia)
González, Noelia (Universitatea Catolică din Murcia)
Manzanares, Aarón (Universitatea Catolică din Murcia)

ISBN (Digital Edition):

...-...-.....-...-.....

Prima ediție: Iunie 2024

Toate drepturile rezervate. Orice formă de reproducere, distribuire, comunicare publică și manipulare a acestei lucrări este interzisă, integral sau parțial, fără autorizarea prealabilă din partea editorului, în conformitate cu prevederile Codului Penal privind drepturile de proprietate intelectuală.

Publicarea acestei cărți a fost subvenționată de proiectul "Activități sportive pentru persoanele cu tulburări specifice de învățare (Erasmus+ Sport, număr de referință: 101089447)":

ACTIVITĂȚI SPORTIVE PENTRU PERSOANELE CU TULBURĂRI SPECIFICE DE ÎNVĂȚARE

Apel: ERASMUS-SPORT-2022-SCP

Tip de acțiune: ERASMUS-LS

Număr de referință: 101089447

Acronim: SASLED

PARTNERI:

A.S.D. RUNNING MATERA(Coordonator proiect)

FUNDACION UNIVERSITARIA SAN ANTONIO

AID ASSOCIAZIONE ITALIANA DISLESSIA

EUROPEAN DYSLEXIA ASSOCIATION

DYSLEXIA ASSOCIATION OF IRELAND

ASOCIATIA BUCURESTI PENTRU COPII DISLEXICI

ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA SPORT CLUB BASILICATA

Finanțat de Uniunea Europeană. Opiniile și punctele de vedere exprimate aparțin exclusiv autorului (autorilor) și nu reflectă neapărat pe cele ale Uniunii Europene sau ale Agenției Executive pentru Educație și Cultură (EACEA).

Nici Uniunea Europeană, nici EACEA nu pot fi considerate responsabile pentru acestea.

Indice de conținut

1. Introducere	5
1.1. <i>Prezentarea subiectului</i>	5
1.2. <i>Justificarea cărții</i>	5
2. Înțelegerea dislexiei, discalculiei, disgrafiei și a altor condiții asociate	6
2.1. <i>Dislexia</i>	6
2.2. <i>Discalculia</i>	7
2.3. <i>Disgrafia</i>	9
2.4. <i>Condiții asociate</i>	10
2.5. <i>Video</i>	10
3. Importanța activității fizice și a sportului în dezvoltare	12
3.1. <i>Beneficiile fizice și mentale ale sportului și activității fizice</i>	13
3.2. <i>Sportul și activitatea fizică ca unelte pentru incluziunea socială</i>	13
3.3. <i>Activitatea fizică, sportul și dezvoltarea abilităților sociale</i>	14
3.4. <i>Rolul sportului: noi perspective de compensare pentru TSI</i>	15
4. Dislexia și sportul: provocări, metodologii și povești de succes	19
4.1. <i>Provocări specifice pentru copiii și adolescenții cu dislexie în sport</i>	19
4.1.1. <i>Provocări cognitive</i>	19
4.1.2. <i>Provocări motorii</i>	22
4.2. <i>Factori de avertizare pentru abilitățile motorii în dislexie în funcție de vârstă</i>	24
4.3. <i>Cazuri de succes</i>	26
Bibliografie	30
5. Strategii pentru incluziunea socială prin sport	32
5.1. <i>Introducere</i>	32
5.3. <i>Scop</i>	36
5.7. <i>Concluzii</i>	47
Bibliografie	48
ANEXA A	50
6. Studii de caz și experiențe personale	52
6.1. <i>Mărturii ale copiilor, adolescenților și părinților</i>	52
6.2. <i>Participanți și date de cercetare</i>	58
6.3. <i>Concluzie</i>	65
6.4. <i>Lecții învățate</i>	66
7. Concluzii și reflecții finale	67

1. Introducere

Borges, Fernanda (Universitatea Catolică din Murcia)

1.1. *Prezentarea subiectului*

Dislexia este o tulburare de învățare care afectează capacitatea unei persoane de a citi, scrie și procesa limbajul în mod eficient. Adesea, persoanele cu dislexie se confruntă cu provocări în mediul educațional și social, ceea ce le poate afecta stima de sine și capacitatea de a se integra pe deplin în societate. Cu toate acestea, cercetările asupra dislexiei au descoperit că exercițiile fizice regulate pot avea un impact semnificativ asupra dezvoltării persoanelor cu această tulburare.

1.2. *Justificare*

Exercițiile fizice nu doar că îmbunătățesc sănătatea fizică și mentală, ci pot ajuta și la îmbunătățirea abilităților cognitive și de procesare a limbajului ale acestor persoane. În această carte, vom explora importanța practicării sportului în dezvoltarea persoanelor cu dislexie și modul în care acesta poate contribui la integrarea lor socială. Prin studii de caz și experiențe personale, cercetări științifice și sfaturi practice, vom arăta cum poate fi utilizat sportul ca un instrument util pentru a îmbunătăți abilitățile persoanelor cu dislexie și pentru a promova incluziunea lor în societate.

1.3. *Obiective*

- Oferirea de informații clare și ușor de înțeles despre importanța sportului în viața oamenilor, în special pentru cei cu dislexie.
- Oferirea de sfaturi și strategii specifice pentru a depăși provocările dislexiei prin practicarea sportului.
- Motivarea și inspirarea persoanele cu dislexie să rămână active și sănătoase prin practicarea regulată a sportului.
- Ajutor pentru creșterea stimei de sine și a încrederii persoanelor cu dislexie, arătându-le că pot depăși orice obstacol și că pot să își atingă obiectivele sportive.
- Promovarea incluziunii și participării persoanelor cu dislexie în activități sportive, promovând diversitatea și acceptarea.

2. Înțelegând dyslexia, dyscalculia, disgrafia și alte condiții asociate

Ewing, Donald (Dyslexia Association of Ireland)

Magee, Emma (Dyslexia Association of Ireland)

Bissett, Rosie (European Dyslexia Association)

2.1. *Dislexia*

Dislexia este o diferență de învățare care poate cauza dificultăți în procesul de învățare și în muncă. Cu înțelegerea corectă, acomodările și suportul adecvat, persoanele cu dislexie pot obține succes în educație, la locul de muncă și în societate în general.

Fiecare persoană cu dislexie este diferită, dar există o similaritate a dificultăților în citire, ortografie și scriere, precum și a dificultăților cognitive/de procesare asociate. Dislexia nu este o dificultate generală de învățare, ci afectează anumite abilități specifice. Impactul dislexiei poate varia în funcție de mediu (adică ceea ce i se cere unei persoane cu dislexie să facă și în ce circumstanțe).

Unele persoane cu dislexie pot experimenta, de asemenea, dificultăți în secvențierea informațiilor și în orientare și direcție. Memoria pe termen scurt poate fi, de asemenea, o problemă. Multe persoane dislexice nu au încredere în abilitățile lor, iar acest lucru le poate agrava dificultățile sau le poate conduce la stres sau anxietate. De asemenea, dislexicii pot constata că le ia mult mai mult timp să realizeze anumite sarcini comparativ cu colegii lor non-dislexici.

Dislexia afectează aproximativ 1 din 10 persoane. Apare pe un continuum, unele persoane fiind ușor afectate, iar altele mai sever. Estimările prevalenței variază semnificativ și depind de definiția particulară a dislexiei utilizată în fiecare studiu de cercetare, precum și de alți factori, inclusiv complexitatea limbajului. În funcție de definiția utilizată, între 4% și 17% din populație poate fi considerată a avea dislexie. Consensul internațional este că 10% este estimarea medie la nivel mondial.

Deși persoanele cu dislexie pot dezvolta puncte forte datorită dislexiei, cum ar fi determinarea, capacitatea de rezolvare a problemelor și reziliența, dislexia nu aduce automat daruri sau talente specifice. Asociația Dislexiei din Irlanda recunoaște și respectă variația individuală pe care o prezintă toți oamenii, inclusiv cei cu dislexie.

Unii oameni preferă formularea „o persoană cu dislexie”, în timp ce alții preferă termenul „o persoană dislexică”. Când lucrați cu o anumită persoană, este important să folosiți terminologia cu care acea persoană se simte cel mai confortabil. Când comunicați cu un public mai larg, termenii pot fi folosiți după împrejurare, pentru a reflecta variația de preferință care există.

Dislexia este o dizabilitate recunoscută conform legislației irlandeze și a UE (precum legislația privind egalitatea, accesibilitatea și dizabilitățile). Cu toate acestea, multe persoane dislexice nu se consideră „cu dizabilități” și punctul de vedere al fiecăruia trebuie respectat.

În diferite jurisdicții și în diferite momente ale istoriei recente, au fost utilizați alți termeni pentru dislexie, inclusiv tulburări specifice de învățare (TSI), dificultăți specifice de învățare, dizabilități de învățare, dificultăți specifice de citire, tulburare de citire.

2.2. *Discalculia*

Discalculia este o diferență de învățare care poate cauza dificultăți în matematica de bază. Afectează aproximativ 6-8% din populație. Apare pe un continuum, unele persoane fiind ușor afectate, iar altele mai sever. Cu înțelegerea corectă, acomodările și suportul adecvat, persoanele cu discalculie pot obține succes în educație, la locul de muncă și în societate în general.

Persoanele cu discalculie nu au o înțelegere intuitivă a conceptelor numerice simple sau a „simțului numerelor”. Ele au dificultăți în a estima mărimea numerelor, prezintă o înțelegere slabă a relațiilor numerice și nu au fluentă în operațiile numerice simple. Adesea, dacă se obține răspunsul corect sau se urmează procedura corectă, aceasta se face mecanic, cu mare efort și fără încredere. Elevii cu discalculie vor experimenta adesea o lipsă de încredere sau o stimă de sine scăzută ca urmare a experiențelor anterioare în încercarea de a studia matematica.

Acești elevi întâmpină adesea dificultăți cu sarcini sau procese matematice sau numerice de bază, cum ar fi adunarea, scăderea, înmulțirea sau împărțirea. Elevii pot avea, de asemenea, dificultăți în a ști ce proces matematic ar trebui folosit în funcție de context. Alte provocări pot include citirea orei folosind un ceas analogic, gestionarea banilor sau calcularea restului. Unii elevi se chinuie să citească și să înțeleagă vocabularul din întrebările de matematică și, prin urmare, nu știu ce sarcină li se cere să facă. Multe cuvinte diferite pot fi folosite pentru a descrie aceeași acțiune, de exemplu, adunare, creștere, plus, total.

Dificultățile în orientare și direcție pot conduce la confuzia simbolurilor matematice. Unele persoane cu discalculie arată slăbiciune în subtestul de codificare din evaluarea școlară, ceea ce înseamnă că au dificultăți în a decoda simbolurile în mod precis și rapid. Memoria poate fi, de asemenea, o problemă. Există multe fapte, cifre, tabele și formule care trebuie învățate și reținute corect. Încrederea și anxietatea pot fi o problemă, iar mulți discalculici au o lipsă de încredere în abilitățile lor matematice, ceea ce poate agrava dificultățile.

Discalculia nu este o dificultate generală de învățare, ci afectează domenii specifice de competență. Discalculia este distinctă de dificultățile matematice care apar din cauza analfabetismului sau a altor dificultăți de învățare, sau din anxietate matematică, dar poate să apară și împreună cu aceste dificultăți. Impactul discalculiei poate varia în funcție de mediu (adică ceea ce i se cere unei persoane cu discalculie să facă și în ce circumstanțe).

Unii oameni preferă formularea „o persoană cu discalculie”, în timp ce alții preferă termenul „o persoană discalculică”. Când lucrați cu o persoană anume, este important să folosiți terminologia cu care acea persoană se simte cel mai confortabil. Când comunicați cu un public mai larg, termenii pot fi folosiți în mod liber pentru a reflecta variația de preferință existentă.



Discalculia este o dizabilitate recunoscută conform legislației irlandeze și a UE (cum ar fi legislația privind egalitatea, accesibilitatea și dizabilitățile). Cu toate acestea, mulți oameni discalculici nu se consideră „cu dizabilități” și acest punct de vedere ar trebui să fie respectat. Există o incidență ridicată de co-diagnosticare a dislexiei cu discalculia. Acest lucru duce evident la provocări mai mari pentru acești elevi.

2.3. Disgrafia

Disgrafia servește ca un termen umbrelă pentru a descrie dificultăți în scriere care afectează semnificativ viața academică sau de zi cu zi. Scrierea poate necesita cantități suplimentare de concentrare și efort, iar aceste dificultăți persistă în ciuda asigurării de suport și intervenție suplimentară (de exemplu, sprijin suplimentar în învățământul școlar).

Cu toate acestea, pot exista diferite componente ale dificultăților în scriere și diferite factori cauzali subiacenți. De exemplu, dificultățile ar putea fi: (1) dificultăți fizice care duc la formarea slabă sau ilizibilă a literelor/cuvintelor și la o viteză foarte lentă de scriere; sau (2) dificultăți în aplicarea regulilor de ortografie, gramatică și punctuație; sau (3) dificultăți în exprimarea ideilor pe hârtie sau în organizarea acestora într-o formă scrisă care urmează o logică clară sau o poveste corespunzătoare abilității orale; sau (4) o combinație a (1), (2) și/sau (3).

Dacă o dificultate în scriere provine în primul rând dintr-o dificultate fizică sau motorie fină (vezi punctul 1 de mai sus), atunci ar trebui evaluată cel mai adecvat de un terapeut ocupațional, utilizând instrumente de măsurare a unor abilități cum ar fi abilitățile motorii fine, dexteritatea, tonusul muscular, formarea literelor și/sau viteza de scriere. Adaptările relevante ar putea fi concentrate pe intervenții fizice sau manuale (de exemplu, utilizarea unui laptop sau a funcționalității de recunoaștere vocală pentru a rezolva problemele de lizibilitate; acordarea de timp suplimentar în examene pentru a îngădui o scriere lentă).

Pentru multe persoane cu diagnostic de dispraxie/TDC, dificultățile fizice în scriere sunt parte integrantă a acestui diagnostic. Dacă o persoană prezintă o preocupare legată de dificultăți în scriere, aceasta poate fi identificată ca parte a evaluării unui terapeut ocupațional și suporturile și adaptările relevante pentru aceste dificultăți de scriere ar fi incluse în recomandările raportului.

Dacă disgrafia este mai mult o dificultate legată de regulile și convențiile limbajului scris (vezi punctul 2 de mai sus) sau capacitatea de a exprima idei într-un mod corespunzător abilității orale (vezi punctul 3 de mai sus), atunci ar putea fi evaluată de

un psiholog educațional folosind teste standardizate de ortografie, viteză de scriere, viteză de procesare, exprimare scrisă etc. Adaptările ar putea să se concentreze pe acordarea de timp suplimentar pentru a permite soluționarea problemelor de viteză de procesare sau utilizarea unui laptop pentru a permite editarea mai ușoară a ideilor, propozițiilor etc.

Pentru multe persoane dislexice, dificultățile în scriere sunt parte integrantă a profilului lor dislexic, iar aceste dificultăți în scriere ar putea fi identificate frecvent ca parte a unei evaluări de psihologie educațională, în timp ce suporturile și adaptările relevante pentru dificultăți în ortografie și scriere ar trebui să fie menționate în recomandările raportului psihologului educațional.

Este posibil ca cineva să fie evaluat ca având disgrafie, fără să fie dislexic, sau dispraxic. Multe diferențe de învățare pot coexista, deci pot exista mai multe motive pentru provocările pe care un individ le poate experimenta în legătură cu scrierea, independent de, sau în plus față de un diagnostic de disgrafie - vezi secțiunea de mai jos despre condițiile coexistente.

2.4. Comorbidități

Tulburarea Primară a Limbajului afectează comunicarea. Deseori se manifestă dificultăți în înțelegerea limbajului, în limbajul expresiv, în folosirea limbajului în situațiile cotidiane și în pronunție.

Dislexia, discalculia și disgrafia nu apar întotdeauna izolat, ci adesea se manifestă împreună și cu alte dificultăți de învățare sau profiluri neurodivergente (de exemplu, ADHD, autism, DCD/dispraxie și tulburare de dezvoltare a limbajului (DLD)). Identificarea corespunzătoare a tuturor nevoilor educaționale ale unei persoane este importantă pentru implementarea unei game adecvate de intervenții.

ADD/ADHD (Tulburarea de hiperactivitate cu deficit de atenție) este o condiție care cauzează dificultăți persistente în una sau mai multe dintre următoarele comportamente: inatenție, hiperactivitate și impulsivitate.

Autismul este o dizabilitate sau diferență de dezvoltare pe viață, care se referă la modul în care o persoană comunică și interacționează cu ceilalți, și cum experimentează lumea din jur.

Dispraxia sau Tulburarea de Dezvoltare a Coordonării (DCD) este o dificultate specifică ce afectează mișcarea și unele aspecte ale învățării, cum ar fi gândirea, planificarea și efectuarea sarcinilor senzorio-motorii.

Tulburarea de Dezvoltare a Limbajului (DLD) afectează comunicarea. Adesea există dificultăți în înțelegerea limbajului, limbajul expresiv, folosirea limbajului în situații cotidiene și dificultăți de pronunție.

2.5. Video

În acest videoclip, persoanele cu dislexie analizează modul în care se raportează la dislexie și felul cum își descriu dislexia. Aceste reflecții sincere evidențiază multe aspecte comune, dar și subliniază modalitatea prin care dislexia acoperă un spectru larg și afectează oamenii în moduri diferite. Videoclipul a fost creat de Asociația Dislexia Irlanda și este disponibil pe YouTube.



3. Importanța activității fizice și sportului pentru dezvoltarea generală

Borges, Fernanda (Universitatea Catolică din Murcia)

Cherubini, Domenico (Universitatea Catolică din

Murcia)Vizziello, Emanuele (A.S.D. Running Matera)

Cotrufo, Luciano (A.S.D. Running Matera)

Activitatea fizică și sportul reprezintă aspecte esențiale ale vieții umane, fiind prezente de secole. Acestea nu sunt doar forme de divertisment, ci și instrumente pentru dezvoltarea personală și socială. În acest capitol, vom explora beneficiile fizice și mentale ale sportului și modul în care poate fi folosit ca instrument pentru includerea socială și dezvoltarea abilităților sociale.

Activitatea sportivă reprezintă un element fundamental în domeniul dezvoltării fizice, psihologice și relaționale individuale, jucând un rol care depășește beneficiile tradiționale asociate cu ea. Efectele pe care practica sportivă le poate produce, nu doar din punct de vedere fizic, ci și psihologic, relațional și educațional, ne permit să considerăm acest factor ca pe un instrument esențial și un element pentru formarea și evoluția oricărui individ. În acest sens, practicarea exercițiilor fizice, constantă și programată, este capabilă să stimuleze și să dezvolte potențialul și aptitudinile fundamentale ale subiectului atât la nivel individual, cât și la nivel relațional și social.

Activitatea motorie, planificată în mod adecvat, poate influența perspectiva comportamentală a individului, deoarece este capabilă să îndrume strategia sa organizațională către un scop precis și o țintă specifică. Mai mult, activitatea fizică amplifică sentimentul de auto-eficacitate, îmbunătățește percepția și conștientizarea capacității de a gestiona propriul său drum evolutiv, sporind abilitatea de a implementa strategii pentru a face față condițiilor percepute ca fiind problematice. Asigurarea stării de bine fizice și psihologice prin sport permite astfel modificarea și schimbarea tiparului de viață din interior, recreând o mai mare conștientizare și noi oportunități pentru creșterea individuală, prin dobândirea de noi resurse și abilități. Sportul ne învață să evaluăm obiectiv limitele noastre, să le redefinim și să le transformăm în capacități noi și

fără precedent, astfel încât să putem să primim și să facem față dificultăților.

Aceste caracteristici configurează un cadru conceptual care justifică pe deplin utilizarea sportului într-o modalitate mai largă și mai flexibilă, deoarece contribuie, prin particularitățile sale, la creșterea și susținerea unei game vaste de aspecte comportamentale și psihologice, fundamentale pentru dezvoltarea corectă a individului, îmbunătățind parcursul și evoluția subiectului. Astfel, sportul, având în vedere prerogativele și practica sa, poate deveni un instrument și un suport operațional care poate fi utilizat în diferite contexte și pentru diferite nevoi, un instrument de valoare educațională și de formare indiscutabilă pentru orice problemă.

3.1. Beneficiile fizice și mentale ale sportului și activității fizice

Iată câteva dintre beneficiile fizice ale sportului:

- **Îmbunătățirea sănătății fizice:** Participarea regulată la sport poate ajuta la îmbunătățirea sănătății cardiovasculare, creșterea forței musculare și reducerea riscului de boli cronice precum obezitatea, diabetul și bolile de inimă.
- **Somn mai bun:** Activitatea fizică poate ajuta la îmbunătățirea calității somnului, contribuind astfel la o sănătate generală mai bună.
- **Creșterea energiei:** Exercițiile regulate pot ajuta la stimularea nivelurilor de energie, făcând indivizii mai productivi și mai vigilenți.

În plus față de beneficiile fizice, sportul are și numeroase beneficii mentale, printre care:

- **Reducerea stresului:** Exercițiile fizice au demonstrat că pot reduce nivelurile de stres și îmbunătăți sănătatea mentală generală.

- Îmbunătățirea stării de spirit: Activitatea fizică poate contribui la eliberarea endorfinelor, care sunt stimulatoare naturale ale stării de spirit și pot ajuta la reducerea simptomelor de depresie și anxietate.
- Creșterea stimei de sine: Participarea regulată la sport poate ajuta la îmbunătățirea stimei de sine și a încrederii în sine, conducând la o imagine de sine mai pozitivă.
- Îmbunătățirea funcției cognitive: Activitatea fizică și sportul contribuie la îmbunătățirea funcțiilor cognitive, cum ar fi memoria și eficiența în muncă.

3.2 Sportul și activitatea fizică – instrument pentru incluziune socială

Activitatea fizică și sportul au puterea de a aduce oamenii împreună și de a promova incluziunea socială. Oferă o platformă pentru persoanele din diferite medii pentru ca să vină împreună și să împărtășească un interes comun. Iată câteva moduri în care sportul poate fi folosit ca instrument pentru includerea socială:

- Dărâmarea barierelor: Sportul poate contribui la eliminarea barierelor sociale, oferind un teren comun pentru persoanele din diferite medii să se regăsească împreună.
- Promovarea diversității: Sportul poate promova diversitatea prin încurajarea persoanelor din culturi și medii diferite să participe.
- Construirea comunității: Sportul poate contribui la construirea unei comunități prin oferirea de oportunități pentru ca indivizii să vină împreună și să lucreze în vederea atingerii unui scop comun.



3.3 Activitatea fizică, sportul și dezvoltarea abilităților

Sportul și activitatea fizică pot juca de asemenea un rol semnificativ în dezvoltarea abilităților sociale. Oferă oportunități de a deprinde abilități sociale importante precum munca în echipă, comunicarea și leadershipul. Iată câteva moduri în care sportul poate ajuta la dezvoltarea abilităților sociale:

- Munca în echipă: Sportul oferă oportunități de a lucra împreună pentru a atinge un scop comun, ajutând la dezvoltarea abilităților de muncă în echipă.
- Comunicare: Sportul necesită o comunicare eficientă între membrii echipei, ajutând la dezvoltarea abilităților de comunicare.
- Leadership: Sportul oferă oportunități pentru fiecare de a prelua roluri de lider, ajutând la dezvoltarea abilităților de leadership.

În concluzie, sportul este un aspect esențial al vieții umane care oferă numeroase beneficii fizice și mentale. De asemenea, poate fi folosit ca un instrument pentru incluziunea socială și dezvoltarea abilităților sociale. Prin promovarea importanței sportului, putem ajuta oamenii să ducă vieți mai sănătoase, mai fericite și mai împlinite.



3.4 Rolul sportului: perspective noi de compensare pentru TSI

Gama tulburărilor specifice de învățare (TSI) este descrisă prin caracteristici diferite și specifice și, în același timp, poate fi definită și recunoscută prin utilizarea unor instrumente compensatorii care, în general, însoțesc și caracterizează viața educațională

a subiecților care prezintă acest tip de problemă. Tulburările de învățare sunt de fapt definite ca o dificultate în dobândirea unor abilități particulare, care nu permit o autonomie completă în învățare.

Instrumentele compensatorii, utilizate în general ca suport de studiu, sunt mediatori care, în procesul de construire a cunoștințelor, datorită unei autonomii ineficiente a anumitor abilități de bază, joacă un rol semnificativ și decisiv pentru persoana cu TSI în parcursul său educațional și de învățare.

Aceste instrumente ghidează subiectul în operațiuni care implică anumite dificultăți specifice, permițându-i să-și exprime abilitățile în cel mai înalt și mai eficient mod posibil. Instrumentele compensatorii acționează astfel ca un suport, cu scopul de a limita obstacolele legate de o condiție specifică, oferind un criteriu de paritate și egalitate.

Problemele TSI, totuși, nu se limitează la dificultăți legate exclusiv de domeniul educațional și de învățare; mai degrabă, acești subiecți prezintă uneori probleme legate de aspectele relaționale, emoționale și sociale, care trebuie, în același mod, compensate și echilibrate, pentru a sprijini subiectul în ansamblu.

În domeniul tulburărilor de învățare, au fost detectate și evidențiate atribute particulare și specifice care caracterizează și disting subiecții cu TSI, cum ar fi alterările perceptual-motorii, dificultățile emoționale, problemele comportamentale, tulburările de atenție și dificultățile în abilitățile sociale și relaționale, deseori asociate cu zona emoțională și interpersonală (Mitchell, 2008). Din toate acestea reiese că acești subiecți, în afara caracteristicilor tulburării, prezintă un profil general în care sunt prezente și implicate elemente legate de o condiție socio-emoțională particulară și specifică. Prin urmare, întreaga problemă se desfășoară pe o direcție dublă: pe de o parte există tipicitatea tulburării, iar pe de altă parte aspectele asociate, care implică atât o sferă personală, cât și una socială.

În acest sens, se conturează nevoia unei perspective educaționale mai largi și mai specifice pentru TSI, o structură educațională care să poată include o viziune globală ce cuprinde atât evaluarea aspectului clinic al tulburării, cât și consecințele psihologice și comportamentale asociate. Prin urmare, dacă pe de o parte trebuie identificate aspectele

clinice ale TSI, care ne permit să recunoaștem și să definim prezența, tipicitatea și severitatea tulburării, precum dislexia sau discalculia, pe de altă parte, trebuie să fie luate în considerare și alte aspecte, cum ar fi dificultățile emoționale și problemele în abilitățile sociale, care, deși afectează o zonă diferită, ajung totuși să implice aspecte ale echilibrului global al subiectului. Aspectul cheie care deci reiese din întreaga problemă este necesitatea de a aborda problema TSI printr-o intervenție care să ia în considerare concret existența aspectelor emoționale, relaționale și comunicaționale, recurgând la instrumente educaționale suplimentare capabile să abordeze, în paralel cu cele canonice, tema în ansamblul său.

În această dinamică ar fi legitim să recurgem la un instrument și/sau un model care să sprijine, sau mai bine zis să compenseze, existența diferitelor aspecte prezente în TSI, recreând o metodologie care să conducă spre o extindere a intervenției de formare și pedagogice, cu scopul de a sprijini și susține subiectul în complexitatea sa. În acest sens, trebuie să ne întrebăm cum, și cu ce mijloace, este posibil să extindem spectrul de intervenție și să extindem ideea de compensare la un alt design și implementare.

Dacă pe de o parte considerăm realitatea complexă a TSI, iar pe de altă parte examinăm caracteristicile generale ale sportului, este cu siguranță plauzibil să-l identificăm ca un instrument de compensare posibil și probabil eficient, utilizat ca element substanțial pentru o metodologie de intervenție de formare completă și globală.

Activitatea sportivă reprezintă o componentă esențială pentru dezvoltarea fizică, psihologică și educațională a persoanei. Practica constantă și planificată a exercițiului fizic este capabilă să îmbunătățească bunăstarea mentală a subiectului și să stimuleze potențialul și atitudinile cruciale pentru creșterea sa personală și relațională (Alfermann & Stoll, 2000). Activitatea motrică este, așadar, capabilă să influențeze perspectiva comportamentală a individului, deoarece este capabilă să își direcționeze strategiile organizaționale către scopul și obiectivul propus.

Sportul învață individul să-și evalueze obiectiv limitele și să-și recunoască abilitățile și potențialul, permițându-i să facă față dificultăților cu o conștientizare și echilibru mai mare. Cu alte cuvinte, îngrijirea bunăstării fizice și psihologice prin sport permite o mai bună gestionare a problemelor, sprijinind individul pe parcursul său evolutiv.

Cele de mai sus constituie un cadru conceptual care justifică pe deplin utilizarea sportului ca instrument și suport operațional în domeniul tulburărilor specifice de învățare, deoarece acesta poate reprezenta indiscutabil o idee de sprijin care privește globalitatea subiectului, fiind astfel aplicabil în diferite domenii și cu diferite modalități. În esență, se poate afirma că sportul, având în vedere prerogativele sale, poate contribui la susținerea unei game largi de aspecte comportamentale și psihologice, fundamentale pentru dezvoltarea corectă a individului.

Activitatea sportivă, datorită acestor caracteristici, se prezintă astfel ca un candidat ideal pentru a fi utilizată în planificarea unei compensări eficiente și constructive.

3.5 Concluzie

Lumea sportului reprezintă un instrument deosebit de important pentru persoanele cu Tulburări Specifice de Învățare (TSI), deoarece ajută la îmbunătățirea abilităților, strategiilor și capacităților de a face față parcursului lor educațional și de dezvoltare și oricăror condiții percepute ca fiind complexe și problematice.

Sportul poate fi așadar identificat și recunoscut ca un element compensatoriu care susține și sprijină subiectul pe căi de creștere caracterizate de autonomie, independență, autodeterminare și conștientizare. Practicarea unui sport permite identificarea, explorarea și redescoperirea abilităților proprii, redefinirea acestora și construirea treptată a unei imagini de sine adecvate și eficiente.

Practica sportivă crește și consolidează abilitățile comunicative, emoționale și relaționale, influențând pozitiv modurile în care un individ percepe și gestionează relațiile sale și parcursul său evolutiv, crescând conștientizarea posesiunii unei capacități mai mari de a gestiona diferite contexte și circumstanțe. Toate acestea sunt consolidate și de capacitatea sportului de a transfera abilități și competențe specifice, a căror stăpânire se traduce într-o mai mare certitudine și control al propriilor mijloace. Sportul reprezintă, prin urmare, posibilitatea și oportunitatea pentru fiecare individ cu TSI de a se recunoaște printr-o viziune și o dimensiune mai în concordanță cu valoarea și abilitățile sale.

Bibliografie

Molisso, V., & Tafuri, D. (2022). Sport as a compensatory and educational element in specific learning disorders. *Formazione & Insegnamento*, 20(1 Suppl.), 230–239. https://doi.org/10.7346/-feis-XX-01-22_20

4. Dislexia și sportul: provocări, metodologii și povești de succes

González, Noelia (Universitatea Catolică din Murcia)

Morales-Belando, María T. (Universitatea Catolică din Murcia)

Manzanares, Aarón (Universitatea Catolică din Murcia)

Acest capitol va explica provocările cognitive și motorii întâmpinate de copiii și adolescenții cu dislexie. Dificultățile, atât în sporturile individuale, cât și în sporturile de echipă, sunt discutate în detaliu, iar principalii factori de risc, în funcție de vârstă, sunt prezentați în detaliu detaliați. La finalul capitolului, sunt prezentate cazuri de sportivi faimoși care și-au depășit problemele cauzate de dislexie și au triumfat în sport.

Obiective:

- Informarea profesioniștilor din domeniul sportului și educației fizice despre modul în care dislexia poate influența învățarea și dezvoltarea unui sport.
- Cunoașterea dificultăților inerente dislexiei și modul în care alterările neurologice afectează dezvoltarea sportivă.
- Identificarea principalelor provocări cognitive și motorii care afectează practicarea unor activități fizice și sportive.
- Determinarea factorilor de alarmă motorie ai dislexiei în funcție de vârstă.
- Prezentarea poveștilor de succes ale sportivilor care, având dislexie, și-au depășit dificultățile și au reușit să obțină succes în sportul căruia s-au dedicat.

4.1. Provocări specifice pentru copiii și adolescenții cu dislexie în practicarea sportului

4.1.1. Provocări cognitive

Copiii și adolescenții cu dislexie se pot confrunta cu provocări particulare în mediul sportiv, care, deși adesea trecute cu vederea, pot afecta semnificativ bunăstarea lor generală și participarea lor la astfel de activități. Dislexia, o condiție neuro-biologică care afectează citirea, scrierea și procesarea limbajului, poate manifesta obstacole specifice în contextul activităților fizice.

Una dintre principalele provocări constă în instrucțiunile și comunicarea inerente sporturilor. Persoanele cu dislexie pot avea dificultăți în procesarea rapidă a informațiilor verbale, ceea ce poate îngreuna urmărirea instrucțiunilor de la antrenori sau înțelegerea strategiilor de joc. Comunicarea clară și concisă devine crucială, iar antrenorii trebuie să fie conștienți de diferitele stiluri de învățare pentru a se asigura că toți membrii echipei, inclusiv cei cu dislexie, înțeleg eficient instrucțiunile.

O altă provocare se referă la citirea și interpretarea indiciilor vizuale în timpul sporturilor. Dislexia poate afecta percepția vizuală, îngreunând procesarea și reacționarea rapidă la stimulii vizuali. În sporturile de echipă, unde luarea rapidă a deciziilor bazată pe informații vizuale este vitală, acest lucru poate afecta capacitatea unui copil cu dislexie de a performa cu succes în joc. Antrenorii ar putea avea nevoie să implementeze metode alternative de transmitere a informațiilor sau să ofere suport suplimentar pentru îmbunătățirea abilităților de procesare vizuală.

În plus, dinamica socială în mediul sportiv poate fi provocatoare pentru unii copii și adolescenți cu dislexie. Interacțiunile cu colegii, colaborarea în echipă și presiunea competiției pot intensifica sentimentele de îndoială de sine sau izolare. Antrenorii și colegii de echipă joacă un rol crucial în promovarea unui mediu incluziv și de susținere, ajutându-i pe cei cu dislexie să-și construiască încrederea și să stabilească conexiuni sociale pozitive.

Adaptarea metodologiilor de antrenament pentru a acomoda preferințele diferite de învățare este esențială. Ajutoarele vizuale, demonstrațiile practice și o abordare multi-senzorială pot îmbunătăți experiența de învățare pentru persoanele cu dislexie. În plus, antrenorii ar trebui să încurajeze comunicarea deschisă, creând un spațiu sigur pentru ca sportivii să-și exprime nevoile și să solicite ajutor.

În concluzie, abordarea provocărilor specifice cu care se confruntă copiii și adolescenții cu dislexie în sport necesită o abordare complexă, cu mai multe fațete. De la strategii de comunicare adaptate la medii sociale incluzive și tehnici flexibile de antrenament, recunoașterea și acomodarea nevoilor unice ale persoanelor cu dislexie poate conduce spre ranforsarea capacității lor de participare și succes în lumea sportului.



Abordarea dislexiei la adolescenți în sporturile individuale și de echipă poate diferi semnificativ datorită cerințelor specifice ale fiecărui context sportiv. Iată câteva aspecte distinctive cheie:

Sporturi Individuale:

- **Accent pe autonomie:** în sporturile individuale, cum ar fi înotul, atletismul sau tenisul, adolescentul cu dislexie poate avea mai multă autonomie în execuția abilităților. Acest lucru permite o abordare mai personalizată în dezvoltarea tehnicilor și strategiilor adaptate nevoilor lor specifice.
- **Presiune socială imediată mai mică:** neavând nevoie să interacționeze direct cu colegii de echipă, adolescentul poate experimenta o presiune socială imediată mai redusă, ceea ce poate fi benefic pentru cei care se confruntă cu provocări în interacțiunile sociale.
- **Concentrare mai mare pe abilitățile individuale:** antrenorii pot să se concentreze mai mult pe perfecționarea abilităților individuale, adaptându-se la ritmul de învățare al adolescentului cu dislexie și oferind feedback personalizat.

Sporturi Colective:

- **Importanța comunicării:** în sporturile de echipă precum fotbalul, baschetul sau hocheiul, comunicarea constantă cu coechipierii este esențială. Adolescenții cu dislexie pot întâmpina dificultăți în viteza de procesare verbală, așa că adaptarea strategiilor de comunicare este crucială.
- **Lucrul în echipă și colaborarea:** aceste sporturi încurajează munca în echipă și colaborarea, ceea ce poate fi benefic pentru dezvoltarea socială și emoțională a unui adolescent. Totuși, pot apărea și provocări dacă dislexia afectează capacitatea de înțelegere rapidă a tacticii de joc.
- **Presiunea socială și relațiile interpersonale:** dinamica socială este mai intensă în sporturile de echipă, iar adolescenții cu dislexie pot resimți presiuni suplimentare pentru a se conforma normelor sociale ale echipei. Sensibilitatea antrenorilor și a colegilor în acest sens este esențială.

În ambele cazuri, comunicarea deschisă între antrenori, părinți și adolescenți este crucială pentru înțelegerea nevoilor individuale și adaptarea mediului sportiv în consecință. În plus, strategiile de învățare multi-senzoriale, suportul emoțional și promovarea încrederii în sine sunt esențiale, indiferent de tipul de sport practicat.

4.1.2. Provocări motorii

Abilitățile motorii sunt alcătuite din diferite tipuri de aptitudini motorii: abilități perceptuo-motorii, abilități fizico-motorii și abilități socio-motorii. Copiii la care sunt prezente simptome de dislexie vor manifesta în principal alterări în abilitățile perceptuo-motorii și socio-motorii.

- **Abilități perceptuo-motorii**

În această categorie întâlnim noțiunea de schemă corporală alterată. Schemă corporală se referă la percepția globală și segmentară a corpului nostru. Această percepție se reflectă în controlul tonusului postural și al echilibrului individului, atât în mișcare cât și în repaus. Echilibrul este înțeles ca abilitatea de a contracara forțele externe pentru a menține o poziție dorită.

Încă o noțiune prezentă în această zonă care poate fi afectată este spațialitatea. În cadrul spațialității găsim orientarea spațială și lateralitatea. Noțiunea spațială se referă la percepția situației corpului nostru într-un spațiu specific, adică se referă la capacitatea de a ne localiza și de a ne deplasa prin spațiu, de a ne orienta, de a lua direcții multiple, de a analiza situațiile și de a le reprezenta. Pentru a dezvolta această abilitate este necesar să fi dezvoltat anterior noțiunile de dreapta, stânga, sus, jos, în față și în spate. De asemenea, în cadrul spațialității, lateralitatea devine relevantă, fiind înțeleasă ca preferința laterală pentru utilizarea uneia dintre părțile corpului, mâna, piciorul și ochiul preferat. Fără o dezvoltare bună a lateralității, va fi foarte dificil pentru un copil să dezvolte citirea sau scrierea corectă.

Ultima noțiune se referă la temporalitate, care va fi afectată de problemele de orientare în timp și de ritmicitate. Organizarea și ordinea în secvențiere pot fi afectate, precum și noțiunea de interval și durată. De asemenea, ritmul poate fi afectat și este relevant pentru posibilitatea dezvoltării citirii.

Orientarea spațială și temporalitatea vor influența atât coordonarea ochi-mână (prindere), cât și coordonarea general-dinamică (locomoție). Coordonarea se referă la abilitatea de a regla precis intervenția propriului corp în execuția acțiunii necesare, conform ideii motorii predefinite. Prin urmare, coordonarea este esențială pentru obținerea unui control și ajustare corectă a actului motor, deoarece joacă un rol fundamental în consolidarea dominanței lateralității și este un factor inerent în structurarea spațio-temporală.

- **Abilitățile socio-motorii:**

Acestea sunt definite ca "fenomene interactive și comunicative ale copilului", care îl pregătesc în dimensiunea sa proiectivă. Activități de expresie și jocuri colective. Se stabilește că în cadrul acestui tip de capacitate se află exprimarea corporală. În acest sens, relațiile emoționale pe care copilul le dezvoltă cu mediul și cu ceilalți colegi joacă un rol determinant în dezvoltarea schemei corporale.



4.2. Semne de avertizare în privința unor abilități motorii în dislexie în funcție de vârstă

În plus față de semnele de avertizare specifice dislexiei, pot apărea și unele elemente comune, care la o vârstă fragedă nu ar sugera o posibilă dislexie, deoarece afectează alte domenii, dar care pot fi observate ca fiind alterate la copiii cu vârste între 2 și 6 ani.

- Se poate observa o imaturitate în cunoașterea părților corpului său. Copilul confundă locația părților corpului.
- Imaturitate fizică și dezvoltare generală cu întârziere maturativă globală care afectează toate domeniile școlare.
- Noțiunile spațiale și temporale ar putea fi alterate, iar copilul adesea poate confunda dreapta cu stânga și nu se orientează corect în timp.
- Pot fi stângaci în timp ce aleargă și sar.
- Dificultăți în echilibrul static și dinamic.
- Imaturitate la nivelul abilităților motorii fine.
- Dificultate în stabilirea dominanței laterale și prezența lateralității încrucișate.
- De obicei, prezintă probleme de coordonare.

- Are tonus corporal scăzut sau prea mare (cum ar fi rigiditatea musculară). Această lipsă de tonus corect nu îl ajută să își controleze mișcările sau aruncările. Referința corporală este practic nulă.
- Merg într-un mod dezordonat, fără ritm sau echilibru.

Între vârstele de 7 și 11 ani, vârsta la care dislexia ar fi trebuit deja să fie diagnosticată, pot apărea următoarele semne de avertizare:

- Arată o coordonare motorie slabă, intră mai ușor în derută și pot fi mai predispuși la accidente.
- Confundă dreapta cu stânga.
- Dificultate în efectuarea anumitor mișcări (mers pe bicicletă, sărit coarda, săritură în înălțime, șut cu mingea, etc.).

De la vârsta de 12 ani și mai mare, dacă nu a fost diagnosticat, nu este dificil de realizat prognosticul progresului și evoluției. În plus față de semnalele de alarmă descrise mai sus, pot apărea și următoarele:

- Prezintă dificultăți serioase.
- Probleme în percepția distanței.
- Probleme cu ritmul și limbajele muzicale.

În general, pot fi afectate și alte abilități, cum ar fi învățarea și stăpânirea unor jocuri noi, aplicarea abilităților învățate dintr-o situație în alta, navigarea în spațiu și direcție sau organizarea și gestionarea timpului. În acest sens, copiii cu simptome de dislexie pot prezenta dificultăți în zona motorie, cum ar fi: coordonare slabă și dificultăți în învățarea jocurilor cu mingea și alte echipamente, ceea ce va face ca dezvoltarea abilității copiilor de a face față sarcinilor sportive să fie mai complexă și să aibă rezultate mai puțin de succes, fiind semnificativ în urmă față de grup. De asemenea, problemele prezente de orientare spațială, dreapta și stânga, sus și jos, care se văd în confuzia dintre diferite litere p-q, b-d, sau altele, se vor reflecta și în spațiul sportiv.

În acest sens, la nivel motor, educația psihomotorie va fi considerată de o importanță specială prin lucrul asupra alterării lateralității, schemei corporale și orientării spațio-temporale, prin activități psihomotorii. De asemenea, trebuie să se lucreze la antrenamentul perceptual, încercând să se îmbunătățească abilitățile vizual-motorii.

Figura 1. Unește punctele: "Training Teachers to Empower Dyslexic Children". video creat de Made by Dyslexia și publicat pe youtube.



4.3. Cazuri de succes

Dislexia, o tulburare de învățare care afectează cititul, scrierea și ortografia, nu a fost un obstacol insurmontabil pentru numeroși sportivi de elită din întreaga lume. De la legendele baschetului la figurile de referință ale boxului și campionii olimpici, mulți sportivi au demonstrat că dislexia nu le definește limitele, sau nu le determină destinul. Aceste povești de succes nu numai că inspiră, dar și combat stereotipurile și promovează o înțelegere mai profundă a diversității în lumea sportului.

Figuri precum Magic Johnson, Muhammad Ali, Greg Louganis și Caitlyn Jenner au depășit provocările academice și au atins apogeul sporturilor lor respective, inspirând milioane de oameni din întreaga lume prin determinarea și realizările lor. Prin baschet, box, sărituri în apă, atletism și alte sporturi, acești sportivi au demonstrat că dislexia nu este o barieră în calea mării performanțe sportive.



În această explorare a poveștilor de succes ale sportivilor cu dislexie, nu numai că sărbătorim realizările lor pe teren, dar recunoaștem și valoarea exemplului lor în contestarea percepțiilor eronate și deschiderea drumului către o mai mare incluziune și înțelegere în societate.

Figura 2. Cele Zece Personalități Sportive Dislexice.

Video creat de The Codpast și publicat pe YouTube.



Iată o scurtă listă de sportivi de top cu dislexie care nu au permis ca aceasta să fie un factor limitativ în sport pentru ei, ci, dimpotrivă, au reușit să folosească sportul ca pe un instrument pentru a se îmbunătăți în fiecare zi, ajungând până la punctul de a obține mari succese sportive.

- **Magic Johnson (Baschet):** Legenda baschetului Magic Johnson a vorbit despre lupta sa cu dislexia în timpul carierei sale.
- **Muhammad Ali (Box):** În decursul vieții sale, Muhammad Ali, considerat unul dintre cei mai mari boxeri din toate timpurile, a avut și el dislexie.
- **Lewis Hamilton (F1):** Un pilot prominent de Formula 1 care a vorbit deschis despre experiența sa cu dislexia.
- **Lisa Leslie (Baschet):** Jucătoare americană de baschet, membră a Sălii Faimei WNBA, care a vorbit în mod public despre experiența sa cu dislexia și despre drumul său către succes în baschet.
- **Greg Louganis (Scufundări):** Medaliat cu aur olimpic în scufundări, Greg Louganis a vorbit despre provocările sale cu dislexia.
- **Ángela Torres (Golf):** Jucătoare spaniolă de golf care a concurat în diverse turnee internaționale, inclusiv pe Ladies European Tour, în ciuda provocărilor asociate cu dislexia.
- **Bruce Jenner (Atletism/Decatlon):** Înainte de tranziția sa către Caitlyn Jenner, câștigătorul medaliei de aur olimpică în decatlon, Bruce Jenner, a dezvăluit că suferea de dislexie.
- **Tim Tebow (Fotbal și Baseball):** Tim Tebow, cunoscut pentru carierele sale în fotbal și baseball, a împărtășit experiența sa cu dislexia.
- **Scott Hamilton (Patinaj artistic):** Campion olimpic în patinaj artistic, Scott Hamilton a vorbit despre felul în care dislexia i-a influențat copilăria și cum a depășit acele provocări.
- **Wendy Smith (Rugby):** Jucătoare australiană de rugby care a reprezentat țara sa la nivel internațional, demonstrând că dislexia nu este o barieră în calea succesului în sport.
- **Duncan Goodhew (Înot):** Înotător britanic laureat cu medalie de aur olimpică, Duncan Goodhew a vorbit deschis despre dislexia sa.

Pentru a intra mai în detaliu în poveste, am putea explora viața și cariera lui Magic Johnson. În ciuda dificultăților academice cauzate de dislexia sa, Magic și-a descoperit pasiunea pentru baschet încă din copilărie. Pe măsură ce a crescut, abilitățile sale pe teren l-au condus să se remarcă la liceu și să primească în cele din urmă o bursă pentru a juca la Universitatea Michigan State.

Deși Magic a avut dificultăți în citire și scriere, talentul său în baschet l-a condus să fie selectat pe primul loc în Draftul NBA din 1979 de către Los Angeles Lakers. În timpul carierei sale în NBA, Magic a devenit o figură emblematică a baschetului, câștigând mai multe campionate și premii, inclusiv de mai multe ori titlul de jucătorul cel mai valoros al NBA (MVP).

În afara terenului de joc, Magic a fost un antreprenor de succes și un susținător al diverselor cauze, inclusiv conștientizarea HIV/SIDA, după ce a anunțat public diagnosticul său în 1991. Povestea sa este o mărturie inspirațională despre cum determinarea și talentul pot depăși provocările dislexiei și pot duce la succes în multiple domenii ale vieții.

Experiența lui Magic Johnson în sport a generat o serie de beneficii care l-au ajutat să atenueze dificultățile asociate cu dislexia. Iată câteva moduri specifice în care sportul i-a fost benefic:

1. Dezvoltarea stimei de sine: Magic a descoperit în baschet o activitate în care putea excela și se simțea valorizat. Pe măsură ce și-a îmbunătățit abilitățile în sport, stima de sine s-a întărit. Acest sentiment de realizare a contracarat provocările pe care le-a întâmpinat în domeniul academic din cauza dislexiei sale, oferindu-i o sursă de încredere și mândrie personală.

2. Dezvoltarea disciplinelor și determinării: Sporturile necesită o dedicare constantă și o disciplină riguroasă pentru a obține succesul. Magic a învățat să-și stabilească obiective, să muncească din greu și să depășească obstacolele pe drumul către excelența sportivă. Aceste abilități sunt transferabile și în alte aspecte ale vieții, inclusiv în gestionarea dislexiei și a provocărilor asociate.

3. Canalizarea energiei: Sportul i-a oferit lui Magic un mod pozitiv de a-și canaliza energia și de a rămâne concentrat. Participarea la baschet i-a permis să elibereze tensiuni și emoții într-un mod constructiv, contribuind la starea sa generală de bine emoțională și mentală.

4. Dezvoltarea abilităților sociale: Prin baschet, Magic a putut dezvolta relații semnificative cu colegii de echipă și antrenorii. Lucrul în echipă, comunicarea eficientă și cooperarea sunt elemente fundamentale în sport, iar Magic a avut oportunitatea să practice și să îmbunătățească aceste abilități sociale într-un mediu sportiv structurat.

5. Promovarea sănătății mintale: Activitatea fizică regulată asociată practicii de baschet a avut beneficii și pentru sănătatea mentală a lui Magic. Exercițiul ajută la reducerea stresului, îmbunătățirea stării de spirit și creșterea concentrării, ceea ce poate fi extrem de util pentru persoanele cu dislexie care se confruntă cu dificultăți legate de atenție și concentrare.

În concluzie, baschetul i-a oferit lui Magic Johnson mult mai mult decât o carieră de succes în sport. A fost o sursă de putere, o platformă pentru creștere personală și un instrument pentru a depăși provocările asociate cu dislexia sa. Povestea sa este un exemplu inspirațional al puterii transformatoare a sportului în viețile persoanelor cu dificultăți de învățare.

Bibliografie

Asociación Andaluza de Dislexia (ASANDIS) (2014). *Guía general sobre dislexia 2.010*. Asociación Andaluza de Dislexia.

Martínez, F. (2012). *El reto de la dislexia: entender y afrontar las dificultades de aprendizaje*. Plataforma editorial. (pp. 15, 26).

Federación Española de dislexia. Online:
<https://fedis.org/dislexia/#:~:text=A%20menudo%20presenta%20dificultades%20en,marea%20f%C3%A1cilmente%20con%20algunos%20movimientos>

Venâncio, P. E. M., El Jaliss, B. E., Teixeira Júnior, J., & Teixeira, C. G. O. (2023). Psicomotricidad aplicada a niños con dislexia. *Cuadernos de Educación y Desarrollo*, 15(10), 10409–10423. <https://doi.org/10.55905/cuadv15n10-025>

5. Strategii de incluziune socială prin intermediul sportului

Vizziello, Emanuele (A.S.D. Running Matera)

Ingardi, Sibilla (AID Associazione Italiana Dislessia)

Cicala, Anna Maria Antonietta (Associazione Sportiva Dilettantistica Sport Club
Basilicata)

Giuseppe, Zanzurino (AID - Italian Dyslexia Association)

Gabriele, Cordovani (AID - Italian Dyslexia Association)

Krzysztof, SZADEJKO (AID - Italian Dyslexia Association Consultant)

5.1. Introducere

Capitolul cinci se concentrează pe strategiile care pot fi implementate pentru promovarea incluziunii sociale prin sport pentru copii și adolescenți cu dislexie.

Sunt prezentate adaptările în predarea educației fizice și antrenamentele sportive care pot facilita participarea acestor tineri la activități sportive.

Este accentuată importanța colaborării între profesioniștii din educație și sport.

Comunicarea și coordonarea între învățători, antrenori și terapeuți sunt esențiale pentru a oferi sprijin cuprinzător copiilor cu dislexie. Formarea și conștientizarea adulților implicați în viața tinerilor sunt fundamentale.

Deficiențele practice, din nefericire din ce în ce mai frecvent întâlnite în rândul elevilor din școala primară, sunt întotdeauna însoțite de niveluri scăzute de stăpânire în ceea ce privește lateralizarea, gestionarea echilibrului și coordonarea generică ochi-mână (Crispiani, 2011). Această afirmație, deși puternică în conținut și confirmată de ani de zile în forumurile științifice, caută să evidențieze conexiunile între abilitățile motorii și Tulburările Specifice de Învățare (TSI). De fapt, în diagnosticul funcțional al TSI, evaluarea detaliată a tulburării se extinde și asupra altor abilități fundamentale sau complementare: perceptivă, de praxie, vizuo-motorii, de atenție și memorie.

Aceste semne, definite ca timpurii (Njiokiktjien & Chiarenza, 2008), în vârsta preșcolară sunt indicatori, mai ales în prezența unei istorii familiale pozitive, ai debutului posibil al TSI, care uneori apoi se prezintă cu comorbidități atât între diferitele forme de TSI, cât și cu alte condiții precum tulburări de comportament (dispoziție și anxietate) și/sau ADHD.

5.2. Abordare teoretică a problemei

Abilitățile motorii sunt legate de funcțiile superioare, chiar dacă acest lucru nu este întotdeauna recunoscut ca o cale reală unidirecțională a sistemului nervos central. De exemplu, "Balance Model" (Lorusso Lorusso, Parini, Bakker 2010) confirmă că abilitatea de a citi (ca rezultat) derivă din echilibrul abilităților între emisferele dreapta și stângă (nivel central) și că învățarea sa are loc în legătură cu dezvoltarea unor modele motorii (nivel periferic) care constituie abilități motorii grosiere (mersul pe toate membrele, dezvoltarea lateralității unei mâini; Tresoldi & Vio, 2003). Mai mult, alți cercetători raportează că intervențiile pentru "abilități motorii intenționate" (nivel periferic) pot crea o circulație mai bună a informațiilor la nivel neuronal, atât la nivelul conexiunilor corticale, cât și subcorticale (nivel central; Spezzi, 2017). Prin urmare, este ușor să se aplice alte analogii prin care dezechilibrul între activitățile celor două emisfere (nivel central) ar putea fi cauza dislexiei (rezultate la nivel periferic sau funcțional).

De fapt, urmând această teorie, au fost identificate 3 tipuri de dislexie:

- dislexie perceptuală (emisfera stângă mai puțin activă): citirea este corectă dar lentă;
- dislexie lingvistică (emisfera dreaptă mai puțin activă): citirea este incorectă dar rapidă;
- dislexie mixtă (emisferele nu sunt complet active): citirea este atât incorectă cât și lentă.

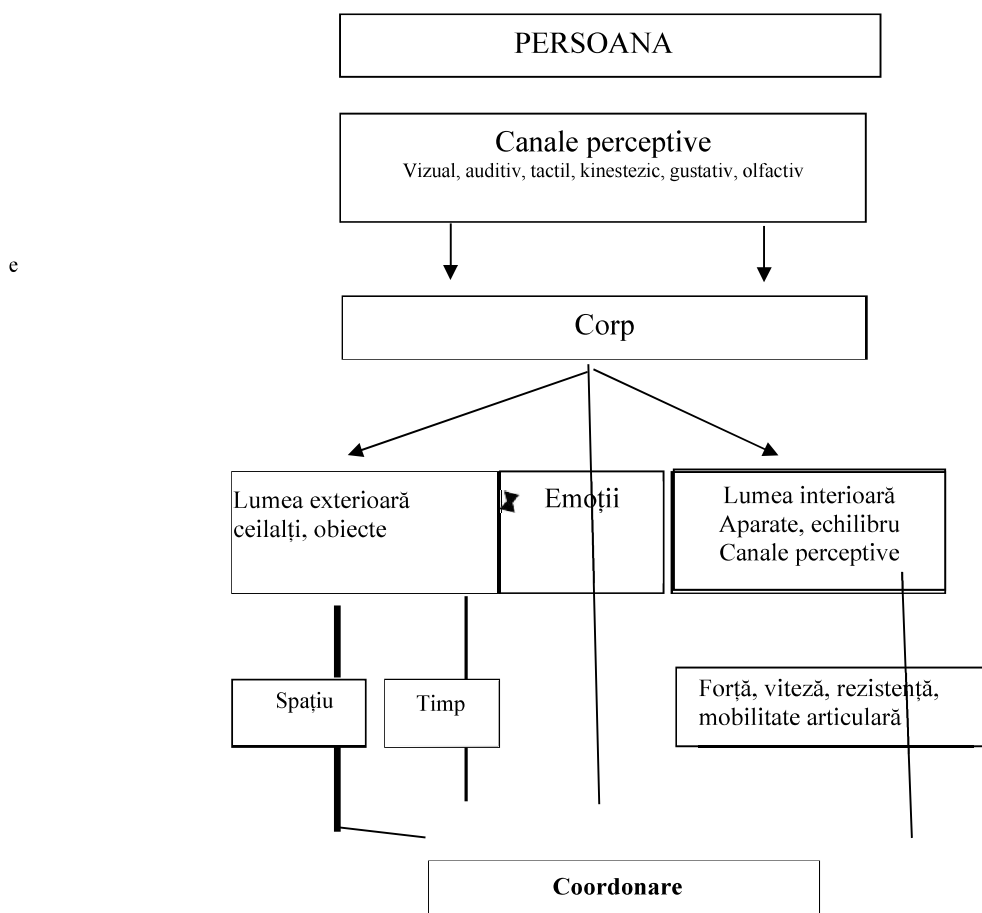
Pe baza acestor afirmații, se poate afirma că nivelul de organizare neuronală este în același timp un stimul pentru mișcările precise și un receptor pentru informațiile provenite din exterior care, din când în când, îl îmbogățesc cu feedback pentru a-și perfecționa schemele (corporale/motorii și de corectare): acțiunile motorii sunt prin urmare considerate esențiale în abordările de îmbunătățire a TSI (figura 1). De fapt, acțiunile coordonate implică peste o duzină de funcții, multe dintre acestea activând abilitățile esențiale pentru procesele de citire-scriere și efectuarea operațiunilor matematice, activând diferite arii cerebrale care la rândul lor induc nașterea unor noi conexiuni neuronale.

Pentru a confirma ceea ce a fost afirmat anterior, pot fi evidențiate diverse analogii

între competența lingvistică și competența motorie (Lodi, Barbieri, Seghi, & Buiani 2014), care de fapt creează diferite sinergii (atunci când vorbim, corpul se mișcă, citirea folosește coordonarea vizuo-motorie în timp devine de interes mișcarea limbajului non-verbal și semnificațiile):

- secvențialitate temporală
- atingerea unui scop
- folosirea unui "vocabular"
- intervenția zonei Broca
- creștere indusă de observație și practică
- creșterea autonomiei/securității acțiunii în mediul înconjurător
- creșterea stimei de sine
- sinergia diferitelor districte cerebrale cu fluxuri sinaptice mari

Figura 1: Interacțiuni între percepție și acțiune la specia umană



Mantovani & Albanesi, 1997

Putem spune, prin urmare, că mișcarea înseamnă planificarea unei acțiuni sub forma unei organizări secvențiale finalizate, pentru care pare plauzibil că funcțiile procedurale similare pot îmbunătăți capacitatea de a aborda sarcinile lingvistice sau matematice, deoarece acestea sunt localizate în zonele creierului desemnate pentru același scop: cum ar fi zona lui Broca, mai bine definită ca zona de punere în ordine (Craighero, 2014). De fapt, gândirea sau observarea unei mișcări înseamnă structurarea gândirii procedurale a acțiunilor necesare pentru a atinge un obiectiv. La fiecare mișcare, de la trasul unui fermoar până la scoaterea unei sticle din frigider, un anumit procedeu necesită ca grupurile musculare să se contracte și să se decontracte exact în secvența necesară în funcție de obiectivul urmărit, folosind un ax motor-conceptual care implică stăpânirea sinelui corporal și orientarea temporală. Prin urmare, nu este o coincidență că neuronii oglindă sunt localizați predominant în zona limbajului și că se activează atunci când te gândești la o mișcare sau o vezi făcută de alții.

5.3. Scop

Scopul acestei lucrări a fost să verifice ipoteza conform căreia dificultățile de învățare sunt intrinsec legate de dezorganizarea praxis-motorie. De fapt, verificarea prezenței simultane a unor mici sau importante dizarmonii de mișcare și a TSI poate fi o dovadă că, corpul copilului este guvernat de un model corporal și motor (Crispiani, 2011) care trebuie resetat. Din aceasta s-ar putea deduce că, prin reconstruirea acestor modele, este posibil să se stabilească forme eficiente (și timpurii) de activare personalizată.

Subiecții

12 elevi (cu vârste între 8-13 ani) diagnosticați cu TSI au fost recrutați în mod liber. După un interviu individual cu părinții minorilor, s-a obținut consimțământul informat pentru implicarea copiilor în experimentare. Nicio procedură nu a implicat forme invazive de analiză și toți au fost lăsați liberi să întrerupă procesul în orice moment.

Instrumente

Au fost administrate câteva teste (vezi Anexa A) pentru a identifica profilul motor (rezultatul schemei corporale și motorii) al fiecărui participant, în raport cu abilitățile oculo-manuale, coordonarea ritmică, cu sărituri, translocări, aruncări, echilibru și lateralizare ochi-mână-picior.

Au fost administrate trei teste pentru evaluarea discalculiei (Biancardi & Nicoletti, 2004), dislexiei/disortografiei/cititului (Sartori, Job, & Tressoldi 1995; Cornoldi & Colpo, 1998) și tulburărilor ortografice (Angelelli et al., 2008). Tabelul 1 arată în detaliu elementele care au fost efectiv luate în considerare pentru fiecare test în parte.

În același timp, a fost pregătită o tabelă de exerciții motrice pentru a facilita activitatea copiilor și pentru a înregistra orice progres realizat în timp (vezi Anexa B)

Procedură

După un interviu și obținerea consimțământului informat de la părinți, 12 elevi au fost monitorizați cu testele descrise anterior, pentru nivelul motric și pentru identificarea TSI. Ulterior, copiii au participat la un ciclu de 20 de sesiuni (de câte 90 de minute fiecare) de activitate fizico-sportivă, desfășurate de un expert în educație motrică, conform criteriilor esențiale deja expuse în paragraful "abordarea teoretică a problemei". În plus, toți elevii, în acord și sub supravegherea familiei, au efectuat testele motrice indicate în ghidul pentru exerciții la domiciliu.

Modularea intervenției motrice: un exemplu real

În timpul testului inițial de abilități motorii, peste 50% dintre copii au evidențiat nesiguranță în alegerea ochiului dominant. Episoadele în care alternau între stângul și dreptul, sau chiar aduceau punctul de ochire în centrul feței au schimbat gândirea convergentă care considera lipsa lateralizării manuale drept singura cauză prevalentă a formelor de dislexie. O abordare globală a încercat să traseze indicații privind funcționarea lor neuro-motorie tocmai prin „povestea mișcărilor lor”. De exemplu, la unii, ochiul stâng prelua asupra celui drept, fără a garanta o viziune stereo adecvată, atât de mult încât își roteau capul pentru a observa dintr-o viziune definită „3/4”.

Aceasta ar putea însemna, prin urmare:

- emisfera dreaptă este suprastimulată
- procesul de dominanță emisferică este încă disfuncțional
- această tendință va provoca interferențe suplimentare în gestionarea semnalelor vizuale primite.

Test	Nume	Itemi	Descriere
Calcul	Baterie pentru discalculie de dezvoltare (BDd)	<i>Numărare</i> <i>100 la 1</i>	Copilul trebuie să numere cu voce tare de la 100 la 1 cât de repede poate și să facă un număr cât mai mic de greșeli posibil. În acest test se măsoară timpul și erorile (de ex. omiterea zecilor, ezitări lungi, schimbarea direcției de numărare, adăugarea de numere, etc)

		<i>Citirea numerelor</i>	Copilul trebuie să citească cu voce tare o listă de numere cât de rapid poate și să facă minimum de erori posibil. În acest test se măsoară timpul și numărul de răspunsuri corecte.
		<i>Tabla înmulțirii</i>	Copilul trebuie să spună tabla înmulțirii cu patru și șapte cu voce tare, fără ezitări mai lungi de două secunde. În acest se măsoară numărul de răspunsuri corecte.
		<i>Calcul mental-înmulțiri</i>	Terapeutul îi citește copilului un exercițiu, o înmulțire cu numere dintr-o singură cifră și acesta trebuie să dea răspunsul în timp de două secunde. Se citesc șaisprezece exerciții de înmulțire. În acest test se măsoară numărul de răspunsuri corecte.
		<i>Adunări și scăderi</i>	<i>Calcul mental de ordinul zecilor</i> Copilul, auzind exercițiul de adunare sau scădere citit de terapeut, trebuie să dea răspunsul în două secunde
		<i>Calcul mental-adunări și scăderi cu trecere peste ordin</i>	Copilul, auzind exercițiul citit de terapeut trebuie să dea răspunsul în două secunde

Citare	Dislexie și disortografie de dezvoltare	<i>Test 4</i>	Copilul trebuie să citească cu voce tare patru liste de cuvinte. În acest test se măsoară timpul și numărul de erori din fiecare listă
	Dislexie: Corectitudinea și viteză	<i>Citare</i>	Copilul trebuie să citească cu voce tare un pasaj adecvat clasei în care se află. În acest test se măsoară timpul și numărul de erori.
Scris	Diagnostic de tulburări ortografice la vârsta de dezvoltare	<i>Scris</i>	Copilul trebuie să scrie pe o foaie albă o listă de cincizeci și patru de cuvinte dictate de terapeut. În acest test se măsoară erorile ortografice.

Tab 1: Baterii de testare administrate

Intervenția motrică a fost, prin urmare, modulată cu activități legate de activități sportive din baschet (și formele mai pregătitoare de Go-Back). Cunoscut fiind faptul că disfuncțiile visuo-motorii pot compromite abilitățile de citire și scriere, s-a încercat stimularea utilizării precise (și nu întâmplătoare) a ochiului de țintire prin utilizarea repetată a țintelor, săgeților adezive și jocurilor ce pot fi practicate acasă, inclusiv „pistoalele cu cleme de elastic

5.4. Rezultate

După 5 luni, repetarea testelor propuse a rezultat într-o îmbunătățire semnificativă a funcțiilor monitorizate: calcul, citire, scriere și abilități motorii. De fapt, examinând (la toți elevii) totalitatea elementelor propuse în funcțiile individuale, capacitățile de calcul s-au îmbunătățit cu 57%; scrierea cu 55%, citirea cu 60% și acțiunile motorii cu 52%.

Este important să subliniem că, în ceea ce privește participarea la practica fizică, frecvența în munca de grup ghidată a fost întotdeauna ridicată, în timp ce participarea individuală și spontană la lucrul individual acasă, cu fișa de referință, a fost, cel mult, regulată.

5.5 Discuție

Ipoteza de bază a proiectului pilot a fost de a se constata că, copiii certificați cu TSI pot obține îmbunătățiri semnificative prin antrenament constant și continuu, conform unui criteriu de stimulare motrică țintită. Adică, prin stimularea adecvată a funcțiilor cheie de lateralizare, coordonare globală și oculo-manuală, și orientare spațio-temporală, influențăm nu doar interconexiunile neuronale ale zonelor motrice (zonele 4 și 6), ci și toate celelalte conectate la ele, datorită stațiilor de asociere ale creierului care reglează schimbul de informații și interpretarea lor (Edelman, 2004). De fapt, conform definițiilor lui Piaget (1967), dezvoltarea gândirii are loc prin etape, de la percepția corporală și motrică la abstractizarea ideo-motrică, care ne permite să trecem de la gândirea concretă la cea abstractă prin manipulare și experiențialitate.

Acest proces, cu siguranță dificil de implementat, cu excepția tehnicilor moderne de rezonanță magnetică funcțională, creează cartografierea unui sistem de catalogare a cunoștințelor bazat pe un ordin logic și pe o orientare spațio-temporală. De fapt, așa cum afirmă Quercia (2008), anomaliile posturale, dispraxia și alterările perceptuale sunt interconectate și legate de TSI (Mahakud, 2013) și pot fi influențate pozitiv de 15 minute de acțiuni cognitive-motrice care au scopul de a „abilita” percepția, abilitățile motrice, cititul, scrisul, înțelegerea și calculul (Crispiani, 2001).

Autorii cred că procesele individuale de citire, scriere și calcul sunt analogii ale acțiunilor motrice planificate într-un context unde dominanța cerebrală, coordonarea ochi-mână, sincronizarea activării neuromusculare sunt elemente comune, dar cu

intensități diferite în funcție de practici. Precaritatea acestora poate duce la lipsa recunoașterii caracterelor, dificultatea de a memora secvența acestora, la o încetinire și dezordine în obținerea de rezultate: ceea ce se întâmplă exact în TSI. Reorganizarea structurilor de coordonare ale subiecților dislateralizați și/sau dispraxici corespunde, așadar, oferirii unei oportunități de îmbunătățire neuro-motrică (perceptuală și ideativă). Copiii din eșantionul nostru, pe parcursul perioadei dedicate abilităților motrice, în ciuda faptului că nu au urmat niciun tratament logopedic, au făcut progrese în domeniile esențiale pentru munca școlară, datorită aportului mediat de exercițiile fizice care au avut plasticitatea neuronală ca "organ țintă" (Craighero, 2014): fenomen "regenerativ" descoperit cu ani în urmă de Merzenick, care descrie capacitatea creierului de a crește numărul de conexiuni sinaptice după finalizarea unei performanțe. Aceasta permite dobândirea sau perfecționarea abilităților care pot fi utilizate ori de câte ori este necesar: ca în cazul scrisului și cititului, care necesită abilități vizuo-motrice.

Aceasta leagă îndeaproape mișcarea de procesele de învățare și se crede că este un factor cheie care trebuie amplificat într-un mod ludic, într-un grup non-competitiv, unde plăcerea de a testa devine un vector pentru creșterea capacității de control al abilităților executive proprii.

5.6. Colaborare între profesioniștii din educație și sport

Tulburările specifice de învățare (TSI) afectează abilitățile de citire, scriere și calcul. Persoanele cu TSI au adesea dificultăți în memorarea și manipularea informațiilor pe care le primesc din lumea exterioară. Această dificultate a fost asociată cu mai multe cauze posibile, pe care le vom enumera rapid: conștientizare fonologică slabă (Bradley și Bryant, 1983), dificultăți vizual-perceptuale cu implicarea căii magnocelulare (Best și Demb, 1999), limitări în latență în persistența vizibilă și în tranziția de la memoria senzorială la memoria pe termen scurt (Stanley, 1975), posibile deficite în procesarea semnalelor vizuale pe termen scurt (Di Lollo, Hanson și McIntyre, 1983), competență slabă în procesele de conversie grafem-fonem (Golden și Zenhausern, 1983), limitări în aglomerarea asimetrică (Geiger și Lettvin, 1987), deficite de atenție (Stein și Walsh, 1997; Steinman, Steinman și Garzia, Garzia, 1998), deficite de atenție spațială (Facoetti și Turatto, 2000; Facoetti, Paginoni și Lo Russo, 2000; Facoetti și Molteni, 2001), deficite de mișcare oculară (Biscaldi, Fischer și Aiple, 1994; Biscaldi, Fischer și Hartnegg, 2000);

pentru mai multe detalii vezi (Benso F., Stella G, Zanzurino G, 2005, Dislexia de dezvoltare Vol. 2, Nr. 2, Mai 2005). Lista prezentată ne permite atât să înțelegem complexitatea TSI-urilor, cât și numărul și eterogenitatea ariilor posibile afectate de tulburare.

Nu doar abilitățile academice (precum cititul, scrisul și calculul) sunt afectate, ci și alte câteva domenii cognitive care pot impacta viața de zi cu zi a unei persoane. Mai multe ramuri de cercetare ne-au permis să eliminăm unele dintre aceste ipoteze și să validăm altele considerate mai viabile și, mai ales, mai reprezentative pentru majoritatea persoanelor cu TSI. Pentru scopurile acestei cercetări, o considerație ar putea fi mai importantă decât altele: ce arii sau componente ale TSI afectează cel mai mult o persoană în desfășurarea unei activități sportive specifice? Eterogenitatea profilurilor TSI face cel puțin imprudentă formularea unei singure cauze și, în consecință, a unei singure abordări omogene și generalizabile.

Vom putea, într-un mod prudent și explorator, să formulăm ipotetic o relevanță mai mare a factorilor mnemonici, atenționali și visuoperceptivi în practica activităților sportive majore, inclusiv sporturile individuale și de grup.

Cu referire la memorie și atenție, vom sublinia cum aceste funcții cognitive specifice intervin constant în aproape toate activitățile desfășurate de oameni. Un deficit în aceste arii (pe care, din motivele deja expuse, le-am putea numi globale) poate duce la limitări, mai mult sau mai puțin pronunțate, în activitățile sportive. Când vorbim despre memorie, ne referim la o arie specifică a memoriei și nu la memoria înțeleasă în sensul total. În mod specific, cercetările au evidențiat rolul crucial al memoriei verbale pe termen scurt în geneza și dezvoltarea TSI. De fapt, este bine cunoscut că memoria de lucru este, cel puțin în stadiile incipiente ale școlarizării, deosebit de importantă atât în procesul de citire, care necesită recunoașterea semnelor grafice, asocierea acestora cu sunetele corespunzătoare și compunerea cuvintelor, cât și în toate celelalte procese de transcodare (de exemplu, memorarea stabilă și conversia ulterioară a cuvântului număr în simbolul numerar pe foaie). Pentru persoanele cu dislexie, astfel de procese cu greu ajung la o automatizare completă, deoarece necesită un efort constant și pe parcursul multor ani (uneori o viață întreagă) și o cheltuială mai mare de timp.

Așa cum s-a indicat deja, atât memoria de lucru, cât și atenția, sunt cruciale în viața noastră de zi cu zi. Doar prin eficiența lor deplină suntem capabili să procesăm noi informații și să le reținem stabil și în siguranță pentru utilizări viitoare. Informațiile procesate nu sunt legate doar de mediul școlar, ci și de diferite contexte, cum ar fi în practica sportivă datorită multiplelor instrucțiuni care vor trebui învățate în stadiile de

inițiere ale oricărei activități sportive. Dificultățile în ariile vizual-perceptuale se referă, de asemenea, la sporturi, în special în ceea ce privește necesitatea unei eficiențe ridicate în abilitățile de coordonare și mișcările complexe.

Având în vedere aceste dificultăți, care nu sunt întotdeauna exclusiv școlare, devine posibilă și o inversare a dificultății pe partea psihologică. În mai multe cazuri, persoanele cu TSI pot dezvolta dificultăți în procesele de socializare. Pentru a contracara și limita apariția unor astfel de repercusiuni psihologice, sporturile ar putea asuma un rol crucial de protecție, fiind prin natura lor o activitate cu multiple beneficii atât pe plan fizic, cât și mental. Ajută la îmbunătățirea dispoziției, facilitează abilitățile de socializare, scade stresul, cresc rezistența fizică și dezvoltă o reziliență generală mai bună.

Desigur, pentru ca aceste beneficii să fie realizate, va fi necesar să se abordeze sporturile în mod corect, ținând cont de caracteristicile persoanei cu TSI și de posibilele dificultăți legate de profilul funcțional și psihologic al persoanei. O abordare greșită, pe lângă faptul că nu este benefică, ar risca să confirme și mai mult percepția lipsei de eficacitate deja experimentată în mediul școlar, ceea ce ar putea compromite și mai mult dezvoltarea armonioasă a viitorului adult.

Așa cum s-a întreprins deja în ultimii 20-30 de ani în mediul școlar, recomandările pentru implementarea bunelor practici pentru antrenori ar trebui incluse și în contextul sportiv. La nivel practic-exemplificativ din ceea ce reiese din întrebările chestionarului, folosit pentru a obține informații în domeniul TSI și sporturilor, (descrise la sfârșitul acestui text) referitor la dificultățile întâmpinate de copii, oferim câteva recomandări în două domenii diferite de intervenție: funcțional și emoțional/relațional.

Pentru partea funcțională, sunt recomandate următoarele acțiuni esențiale:

- Se pune accentul pe a nu supraîncărca memoria de lucru verbală cu multe informații atunci când se explică exercițiul, ci să se explice încet, pas cu pas, și să se ajute cu exemple practice sau să se arate direct exercițiul împreună cu explicația orală. Odată explicat, să se încadreze acest exercițiu într-o hartă care îl reprezintă sau o listă punctată (învățare multisenzorială transmodulară).
- O explicație teoretică verbală secvențială a exercițiului, adică ilustrarea teoriei cu instrucțiuni simple care se succed cumulativ până când sunt atinse etapele globale ale exercițiului.
- O modalitate mai utilă (legată și de stilul specific de învățare) ar putea fi să se prezinte exercițiul prin acțiunea practică a antrenorului care efectuează exercițiul, imagini/videoclipuri, urmate apoi de o explicație orală. Este cunoscut faptul că învățarea

de tip motor poate fi asimilată cel mai bine prin instrucțiuni care sunt de asemenea bazate pe acțiuni motorii și doar ulterior susținute de verbalizarea secvențială a exercițiului (conform punctului anterior).

- Ar putea fi de ajutor să se păstreze numele individuale atât în spatele, cât și în fața tricoului pentru a încuraja asocierea sau accesul rapid la informații în timpul antrenamentelor/jocurilor, deoarece timpul de reacție și execuție sunt adesea critice.
- Utilizarea tehnicilor de predare multisenzoriale așa cum s-a specificat anterior.
- Adaptarea regulilor: copilul trebuie ajutat să înțeleagă și să respecte regulile sportului, care pot fi simplificate sau modificate pentru a se potrivi nevoilor sale. De exemplu, pot fi folosite instrumente vizuale sau auditive pentru a facilita comunicarea, pot fi reduse timpii sau distanțele, și se pot utiliza materiale sau echipamente diferite.
- Antrenarea memoriei de lucru este crucială; copilul trebuie stimulat să-și exerseze memoria de lucru, care este capacitatea de a stoca și manipula informații pe termen scurt. Memoria de lucru este importantă pentru realizarea sarcinilor cognitive și motorii, cum ar fi calculul mental, rezolvarea problemelor și coordonarea mișcărilor. Utilizarea jocurilor sau exercițiilor care necesită memorarea secvențelor, culorilor, numerelor, cuvintelor, pașilor, mișcărilor și acțiunilor de realizat în asociere cu un stimul auditiv specific (de exemplu, sun clopoțelul și alerg pentru a atinge un obiect specific înainte de a trage la poartă sau spun un anume cuvânt și persoana știe că este asociat cu realizarea a 3 rotații și lovitura mingii cu piciorul stâng).

De asemenea, a reieșit că în sport, așa cum se întâmplă și în contextul școlar, un rol fundamental ar trebui atribuit factorilor relaționali între antrenor și sportiv și între coechipieri. În mod specific, datele evidențiază importanța unor elemente pe care le vom enumera pe scurt:

- Crearea unui mediu pozitiv și primitor de învățare în care copiii să se simtă liberi să se provoace pe ei înșiși și chiar să facă greșeli fără teama repercusiunilor negative.
- Utilizarea întăririi pozitive.
- Amintirea faptului că experiențele plăcute și pozitive promovează învățarea, astfel încât poate fi de ajutor să se folosească relațiile, umorul și creativitatea pentru a menține atenția copiilor activă și a crește motivația în timpul sportului.
- Stabilirea unor obiective realiste (adică calibrate pe baza abilității specifice dobândite de individ); succesul predispune la repetarea sarcinii, promovând o mai mare eficiență.
- Utilizarea tehnicilor structurate și repetitive de predare pentru a facilita învățarea.
- Oferirea unui feedback clar, concis și concentrat asupra sarcinii, fără a-i supraîncărca cu

prea multe explicații în timpul actului fizic; astfel de reflecții sunt mai bine efectuate ulterior, când individul poate să se angajeze complet în ascultare cu toată energia sa.

- Încurajarea împărtășirii specificului individual al fiecărui sportiv încă de la început, pentru a evita situațiile dificile legate de propriile caracteristici.
- Motivarea fiecărui individ pentru ceea ce a realizat pe teren.

Suportul celor din jur are o putere care nu ar trebui subestimată; copilul trebuie încurajat și susținut de părinți, profesori, antrenori și colegi. Mediul ar trebui să fie primitor, respectuos și incluziv, să valorizeze progresul și punctele forte ale individului, fără să accentueze greșelile sau dificultățile.

Sportul este una dintre cele mai populare și valorizate activități din lume, atât în competiții cât și în jocurile recreative. Sportul implică milioane de oameni de toate vârstele, culturile, religiile și naționalitățile, fiind astfel un instrument puternic pentru integrarea socială. Cu toate acestea, sportul implică și provocări și dificultăți, atât individuale cât și colective, care necesită intervenția unor profesioniști calificați pentru a le aborda.

Printre aceștia, psihologul joacă un rol cheie, fiind responsabil de promovarea bunăstării psihologice a sportivilor, antrenorilor, managerilor și suporterilor, precum și prevenirea și tratamentul tulburărilor și problemelor care pot apărea în contextul sportiv din cauza dificultăților individuale sau relaționale specifice. Psihologul colaborează și cu alți profesioniști, cum ar fi medicul, fizioterapeutul, nutriționistul și antrenorul sportiv, pentru a oferi îngrijiri integrate și multidisciplinare sportivilor și familiilor acestora.

Acest ghid își propune să evidențieze importanța rolului psihologului și al altor profesioniști în promovarea incluziunii în sport a copiilor cu TSI, prin prezentarea principalelor probleme, metodologii și experiențe care caracterizează această zonă de intervenție. Ceea ce face ca mediul să fie incluziv este sensibilitatea cu care sunt abordate problemele și situațiile specifice. Prin urmare, va fi important să se instruiască persoanele care gravitează în jurul vieții sportive a individului pentru a le oferi instrumentele și conștientizarea acestor dificultăți. Această nevoie și această necesitate au fost identificate prin chestionarele administrate antrenorilor (descrierea chestionarelor este prezentată mai jos), care au arătat interesul pentru a afla mai multe despre "lumea TSI", fiind conștienți că nu au cunoștințe adecvate despre aceasta.

Acest manual își propune să contribuie la răspândirea unei culturi de sport sănătoasă,

incluzivă și suportivă. Unele cercetări internaționale dedicate studierii diferitelor traiectorii de dezvoltare posibile la persoanele cu TSI au relevat mai multe scenarii posibile. Un procent semnificativ de persoane tinde să compenseze dificultatea specifică, deși rămâne o eficiență mai scăzută și o mai mare cheltuială de resurse de atenție în sarcinile care necesită utilizarea abilităților afectate de tulburare. În afara contextului școlar, există, de asemenea, o tendință de a alege căi profesionale în care persoana poate exercita domenii de eficiență completă, un fel de "evadare" implicită către insulele de talent. Sportul în acest sens ajunge să fie identificat cu un astfel de loc. Un astfel de element devine și mai important și relevant în etapele timpurii de dezvoltare (adolescenți și tineri adulți), unde chiar înainte de viitoarele profesii, este experimentat posibilul succes personal. Succesul reprezintă o resursă majoră pentru dezvoltarea rezilienței și a capacității de răspuns la stres.

Scopul principal al cercetării actuale a fost de a investiga situația actuală în relația dintre practica sportivă și TSI. Răspunsurile la chestionarele noastre ne-au permis să evidențiem punctele forte, dar și limitările care încă există în lumea sportului în ceea ce privește atât cunoștințele, cât și, mai important, abordarea cea mai eficientă pentru acești tineri sportivi cu diferite stiluri de învățare. În opinia noastră, datele colectate încă nu oferă informații cuprinzătoare despre practicile corecte. Această deficiență poate fi completată doar prin cercetări de teren ulterioare, și așa cum s-a întâmplat în lumea școlară, prin eforturile comune ale antrenorilor, părinților și profesorilor. Se speră că acest lucru poate fi replicat și în lumea sportului pentru a crea sinergii fructuoase între antrenori, tehnicieni, părinți și tinerii sportivi. Acest lucru nu va duce doar la crearea de modele operaționale eficiente pentru a atinge succesul sportiv, ci va ajuta și la organizarea conștientizării practicii sportive luând în considerare punctele forte și slăbiciunile copiilor cu SLD pentru a oferi protecție și dezvoltare armonioasă a persoanei.

5.7. Concluzii

Activitatea motorie este esențială în dezvoltarea fizică, mentală și emoțională a copilului. Însă este și elementul fundamental pe care să acționăm pentru a reorganiza funcționalitatea celor care întâmpină dificultăți școlare.

Repetarea exercițiilor și a jocurilor efectuate de copii a activat noi circuite senzomotorii pentru întărirea orientării spațio-temporale, creșterea stimei de sine și eficacitatea praxiei

(reglarea tonică). Acest lucru ar fi putut genera noi urme sinaptice pe care SNC-ul ar fi putut să le "folosească" pentru alte funcții școlare. Rezultatele obținute de copii sunt de mare ajutor în îmbogățirea arsenalului de posibilități pe care profesorii și familiile le pot avea la dispoziție pentru a îmbunătăți/compensa performanțele legate de TSI. Ar fi oportun, încă de la o vârstă cât mai fragedă, să ne concentrăm asupra acțiunilor menite să întărească lateralizarea, coordonarea ochi-mână și să îmbogățim percepția senzorială (reglarea tonică musculară).

Din acest motiv, este o prioritate să ne dedicăm pregătirii profesorilor de școală primară și grădiniță, astfel încât aceștia să poată, pe de o parte, să dobândească acel ochi clinic capabil să perceapă semnele care pot prevesti o dificultate potențială de învățare și, pe de altă parte, să fie capabili să propună exerciții și jocuri de dezvoltare a abilităților motorii care să contracareze diversele forme de dispraxie (Spezzi, 2015), până la implementarea utilizării profesorilor specializați în științe motorii în școala primară. În plus, colaborarea între profesioniștii din educație și sport este foarte importantă. Comunicarea și coordonarea între profesori, antrenori și terapeuți sunt esențiale pentru a oferi suport cuprinzător copiilor cu dislexie. Pregătirea și conștientizarea adulților implicați în viața tinerilor sunt fundamentale.

Bibliografie

- Angelelli, P., Marinelli, C. V., Iaia, M., Notarnicola, A., Costabile, D., Judica, A., Costabile, D., Notarnicola, A., Iaia, M., & Marinelli, V. (2008). *Diagnosi dei disturbi ortografici in età evolutiva*. Erickson
- Barbieri, M. (2015). *A scuola con corpo: motricità relazionale finalizzata al successo educativo*. Il Pensiero scientifico
- Biancardi, A., & Nicoletti, C. (2004). *Batteria per la Discalculia Evolutiva (BDE): Test per la diagnosi dei disturbi dell'elaborazione numerica e del calcolo in età evolutiva*. Omega.
- Consensus Conference (2011). *Disturbi specifici dell'apprendimento. Sistema nazionale per le linee guida*. Atti. Iacobelli.
- Cornoldi, C., & Colpo G. (1998). *Prove di Lettura MT per la Scuola Elementare*. OS.
- Craighero, L. (2014). *Neuroni specchio*. Il Mulino.
- Crispiani, P. (2001). *Pedagogia clinica*. Junior.

- Crispiani, P. (2011) *Dislessia come disprassia sequenziale*. Junior.
- Edelman, G. H. (2004). *Più grande del cielo. Lo straordinario dono fenomenico della coscienza*. Biblioteca Einaudi.
- Lodi, D., Barbieri, M., Seghi, G., & Buiani, M. (2014). *Corporeità e difficoltà di apprendimento. Motricità finalizzata al successo educativo*. La Scuola.
- Lorusso, M. L., Parini, B., & Bakker, D. (2010). Hemispheric Specialisation and Dyslexia. World Dyslexia Forum. Unesco.
- Mahakud, G. (2013). *Dyslexia. An introduction to reading disorder*. McGraw Hill Education.
- Mantovani, B., & Albanesi, E. (1997). *Muoversi*. Principato.
- Njiokiktjien, C., & Chiarenza, G. A. (2008). *Le disprassie dello sviluppo e i disturbi motori associati*. Suyi Publications.
- Piaget, J. (1967). *Lo sviluppo mentale del bambino*. Einaudi.
- Quercia, P. (2008). *Traitement Proprioceptif et Dyslexi*. Associazione AF3dys.
- Sartori, G., Job, R., & Tressoldi, P. E. (1995). *Batteria per la valutazione della dislessia e della disortografia evolutiva in età evolutiva*. Giunti OS.
- Spezzi, M. (2015). *Abilitazione motoria degli alunni con difficoltà di apprendimento*. Sette Città.
- Spezzi, M. (2017). *Dislessia. Il potenziamento cognitivo*. Sette Città.
- Tressoldi, P., & Vio, C. (2003). Confronto di efficacia tra trattamenti per la lettura in soggetti dislessici. *Psicologia Clinica dello sviluppo*, 7(3), 483.

ANEXA A

DETECTAREA ABILITĂȚILOR MOTORII

Dacă aruncă mingea către un coechipier la 9 m , folosește brațul drept stâng
Dacă aruncă mingea unui coechipier la 9 m, își ține în față piciorul drept stâng
De câte ori face sărituri pe loc cu picioarele unite într-un interval de 15 secunde _____ _____
De câte ori face sărituri pe loc cu picioarele depărtate într-un interval de 15 secunde _____
De câte ori sare pe loc cu picioarele unite, aruncându-și brațele în sus, într-un interval de 15 secunde: _____
Când duce o minge de ping-pong pe o rachetă pe o distanță de 9 metri, de câte ori îi cade _____
De câte ori reușește să dea mingea de ping-pong în rachetă înainte să cadă _____
Mersul cu pași laterali pentru doborârea a 2 popice plasate la 9m;cât timp durează _____
Dacă dă cu piciorul în minge de 3 ori pentru a lovi o plasă (de 1x2 metri) amplasată la 6m distanță; folosește piciorul drept 1-2-3 / stâng 1-2-3 ori și o lovește de n ori: _____
Dacă privește printr-o gaură cu un singur ochi, o face de 1-2-3 ori cu ochiul drept / 1-2-3 ori cu ochiul stâng _____
Mentținându-se în echilibru pe un bloc de lemn (4 x 6 x 12 cm) timp de 20 de secunde, de câte ori așază celălalt picior pe sol: _____

Dacă arunci o minge de tenis de 3 ori cât mai departe posibil, folosești brațul drept de
1-2-3 ori / brațul stâng de 1-2-3 ori: până la m: _____ ; până la m: _____ ; până la
m: _____ ; Total:

La mersul înainte (quadruped), câte secunde durează să doboare un popic amplasat
la 6 metri: _____

La mersul înapoi (quadruped), câte secunde durează să doboare un popic plasat la 5
metri: _____

6. Studii de caz și experiențe personale

Vizziello, Emanuele (A.S.D. Running Matera)

Cicala, Anna Maria Antonietta (Associazione Sportiva Dilettantistica Sport Club
Basilicata)

Ingardi, Sibilla (AID Associazione Italiana Dislessia) Gavril, Lorana (Asociația București
pentru Copii Dislexici) Ioan, Angela (Asociația București pentru Copii Dislexici)

6.1. *Mărturiile ale copiilor, adolescenților și părinților*

În țesătura complexă a experienței umane, călătoria copiilor și tinerilor adulți cu dislexie se desfășoară cu provocări și triumfuri unice. Având în vedere complexitatea navigării pe un peisaj educațional adesea plin de obstacole, puterea transformatoare a sportului devine un far de speranță și reziliență.

Pe măsură ce investigăm mărturiile atât ale indivizilor dislexici, cât și ale părinților lor devotați, se dezvăluie o poveste bogată de perseverență și creștere. Din experiențele lor împărtășite, se desprinde o mărturie profundă a impactului pe care implicarea în sport poate să-l aibă, depășind activitatea simplă pentru a deveni un catalizator al dezvoltării holistice.

În afara succesului academic tradițional se află un teritoriu unde persoanele cu dislexie găsesc consolare, întărire și o cale către realizarea potențialului lor deplin. Prin prisma acestor mărturii, descoperim nu doar beneficiile tangibile ale îmbunătățirii percepției, atenției, inhibiției, memoriei, planificării, gestionării timpului și abilităților motorii, dar și simțul intangibil al motivației și încrederii în sine pe care sportul le poate stimula. Împreună, aceste mărturii luminează un drum înainte, unde potențialul real al indivizilor dislexici găsește expresie prin efectul transformator al practicării sportului.

Adolescent

D. Când am aflat despre dislexie, la început am crezut că este ceva în neregulă. Apoi am realizat că învăț și uneori gândesc diferit. Dar știam că sunt bun la matematică și că sunt un copil inteligent.

Dau acest sfat tuturor copiilor cu dificultăți de învățare: Ar trebui să practice sportul, să descopere ce sport li se potrivește și să încerce să fie cât mai buni posibil.

Părinte

M. N.

D. a depășit stresul dislexiei cu ajutorul sportului, ceea ce i-a sporit încrederea în sine și stima de sine. Când era copil, îi plăcea să asculte povești, dar când era rugat să citească, nu voia să facă asta. Nu înțelegeam de ce. Sunt foarte mândră de D. pentru că nu a renunțat la sport. A practicat arte marțiale timp de zece ani și are centură neagră în ninjutsu. Sportul reduce stresul provocat de școală. Concentrarea necesară în timpul antrenamentelor poate ajuta copiii să dezvolte abilități de mindfulness. D. a avut ocazia să socializeze cu alți copii și să-și facă prieteni care împărtășeau aceleași interese. El a dezvoltat abilități de viață esențiale care îl vor ajuta și în viața adultă. Participarea regulată la activități fizice promovează obiceiuri sănătoase și relații pozitive cu profesorii, colegii, prietenii și membrii familiei.

Adolescent

A. B., clasa a VI-a, 12 ani

În școala primară, nu știam că am dislexie și nu înțelegeam de ce tot ce ținea de citit și scris era mai dificil pentru mine decât pentru ceilalți colegi. Încrederea în sine a început să scadă, iar cumva a trebuit să accept că așa eram eu. Când am aflat că am dislexie, m-am simțit cumva ușurată pentru că acum înțelegeam că am un creier care funcționează diferit, dar și că există instrumente și strategii care să mă ajute să depășesc această problemă.

Faptul că practic ciclismul a crescut semnificativ încrederea în mine și am încercat să aplic strategii specifice din ciclism și la școală.

Când îți stabilești obiective în ciclism și le atingi, fie să parcurgi o distanță mai mare, să cucerești o pantă dificilă sau să participi la o competiție, când depășești aceste provocări, îți dovedești ție însuți că poți face asta.

Ținând cont că în ciclism sunt pe locul 3 în Cupa Națională, am depus eforturi suplimentare la școală și am ajuns să fiu în primele zece copii din clasa mea, terminând clasa a V-a cu media 9,81. Experiența în ciclism m-a ajutat să mă depășesc și la școală.

Ciclismul impactează pozitiv și starea de bine, oferind o modalitate excelentă de a elibera stresul, de a te conecta cu natura și de a face noi prieteni.

Părinte

A. practica deja ciclismul când a fost diagnosticată cu dislexie. Era în general încrezătoare în sine în activitățile extracurriculare, dar se simțea inferioară la școală pentru că nu putea performa la fel de bine ca ceilalți. În clasa a II-a, mi-a cerut să primească lecții suplimentare pentru a fi "la fel de bună ca ceilalți copii", sau venea la mine și mă ruga să o ajut să învețe. Sportul i-a învățat să caute soluții și să înțeleagă că orice obstacol poate fi depășit dacă depui mai mult efort.

Adolescent

A.Elev de liceu

Am practicat diverse sporturi încă de când aveam șase ani, cum ar fi karate și dansul. În clasa a III-a, am descoperit că sunt dislexic, ceea ce a explicat multe dificultăți cu care m-am confruntat la școală. Am continuat cu dansuri competiționale. Fiind într-o comunitate în care mă simțeam ca oricare altcineva, adică nu era nimeni acolo care trebuie să citească sau să scrie, m-a consolată, iar dislexia nu a fost un obstacol. După luptele școlare cu profesorii și colegii, m-am simțit deconectat și am găsit consolare în faptul că făceam parte dintr-o comunitate prietenoasă. În clubul de dans, am învățat să lucrez în echipă, dar cel mai important, am învățat să câștig respectându-i pe ceilalți și să pierd fără să mă simt rușinat. Am învățat să folosesc dificultățile pentru a mă motiva și mai mult să-mi ating obiectivele. Sporturile oferă o pauză de la activitățile școlare, așa că am lăsat deoparte tabletele, telefoanele și ecranele în general și ne-am prioritarizat sănătatea. Pentru o persoană dislexică, sporturile sunt o necesitate!

Părinte:

Creșterea unui copil dislexic este un exercițiu de rezistență, dorind să schimbi tot ce nu funcționează în educație. Este provocator și descoperi că de fiecare dată când crezi că nu poți duce mai mult, poți un pic mai mult. Îți dai seama că ai puterea să încurajezi copilul tău chiar și atunci când nu vezi "lumina de la capătul tunelului". Ești sigur că toți profesorii de la școală te vor cunoaște; vei întâlni obstacole și oameni lipsiți de empatie la fiecare pas, dar și persoane excepționale cu adevărat, așa cum sunt descrise în cărțile lui Ion Creangă. Drumul spre cunoaștere pentru un copil dislexic este anevoios, dar vor fi multe bucurii, cum ar fi atunci când copilul nostru dislexic spune ceva de o profunzime adâncă. Atunci ne dăm seama că totul are un rost să fie așa cum este!

Tână

I. – designer de animație 24 de ani

Apoi a venit primul meu meci de baschet. Eram entuziasmată, dar nu voiam ca echipa mea să mă vadă nervoasă, așa că mi-am ținut emoțiile pentru mine. Am jucat împotriva unor fete mai înalte și am făcut tot felul de manevre în jurul lor, chiar și pe sub ele, așa cum am practicat în antrenamente.

Din păcate, am pierdut meciul; ele au fost mai bune decât noi. Cu toate acestea, atmosfera era electrizantă, iar suporterii de pe margine (cu mama în frunte, încurajându-mă și strigând „Hai, Ioana!”) mi-au dat curaj. În cele din urmă, m-am remarcat ca fiind cea mai bună jucătoare de pe teren, primind un trofeu și o medalie pentru cea mai bună pasă. În definitiv, era altfel decât atunci când clasa întregă reușea la lecții, iar eu aveam doar un caiet plin de greșeli. Acum eram toți împreună, cu succese și greșeli, iar eu aveam un trofeu în plus. Colegii m-au felicitat și m-am simțit ca și cum nu mai eram ostracizată în clasă. Au urmat mai multe meciuri (cu mama tot în primul rând încurajându-mă), și am început să câștigăm. Apoi au venit cantonamentele în care antrenamentele erau completate cu condiție fizică prin alergare în munți. A fost fantastic să fiu printre copii; nu mai exista nicio diferență între noi. Eram o echipă, iar antrenoarea noastră era extraordinară – toți o iubeam.

Mai mult chiar, am participat și la o competiție de înot, unde din nou am câștigat o medalie pentru că știam să înot încă de când eram mică (tatăl meu a fost campion în anii de facultate și m-a „aruncat” în piscină la doi ani). Am reușit să înot mai repede la stilul

liber decât băieții și, ca să nu se supere, am jucat fotbal cu ei după aceea.

Privind înapoi, cred că sportul nu doar că m-a ajutat să corectez multe lucruri care, ca persoană cu dislexie, mi-au cauzat probleme atât în școală, cât și în afara ei, dar m-a ajutat și să câștig încredere, să fac parte dintr-un grup, să fiu văzută ca o învingătoare și, cel mai important, m-a învățat să accept eșecurile fără să intru în panică. A fost un exercițiu foarte util pe parcursul vieții mele școlare ulterioare, pentru că până am terminat facultatea am trecut prin zeci și zeci de examene. Când le-am promovat, am sărbătorit; când nu, am luat o adâncă respirație și am început de la zero până am reușit.

Sunt recunoscătoare antrenorilor, profesorilor de sport și părinților mei că m-au ghidat de la fata care se lovea de oameni și de pereți la o tânără care se bucură de viață și nu mai este speriată de mingi, oameni sau pereți.

Părinte

Sportul a fost mereu important în familia noastră, și am crezut întotdeauna că o minte și un corp sănătos sunt esențiale. Datorită experienței fiicei noastre cu dislexia, o provocare care ne-a dus prin toate stările posibile, am înțeles că trebuie să urmăm o cale diferită față de ceea ce făceau ceilalți părinți și să încercăm să îi oferim momente în care să se simtă valorizată. Școala făcea destul pentru a-i zdruncina încrederea, mai ales că, la acea vreme, în România nu existau legi privind dislexia și, sincer, nici noi, nici profesorii nu înțelegeam cu adevărat ce înseamnă să fii dislexic. Era evident că trebuia să existe o compensație undeva și era normal să existe și niște puncte forte. Unul dintre acestea a fost sportul. Mai întâi înotul individual, apoi baschetul ca sport de echipă. Echitația a fost adăugată, în special în perioadele de vacanță, având un efect extraordinar asupra echilibrului și coordonării.

Sportul a însoțit constant evoluția ei; paradoxal, dislexia și eșecurile academice au devenit un avantaj. În timp ce colegii ei renunțau la sporturi pentru a excela academic, sacrificând tot timpul liber, fiica noastră, fără să viseze note mari, a continuat activitățile sportive, chiar fără a le transforma într-o profesie viitoare. Nu suntem siguri în totalitate, dar credem că, alături de terapia logopedică și meditațiile școlare, sportul a contribuit la corectarea dificultăților ei de învățare (citire, memorie, orientare în timp și spațiu, capacitate de reacție și curajul de a face lucruri în felul ei, fără teama că nu îndeplinește standardele).

Părinți

Noi suntem Iulia și Cătălin, părinții unei fete dislexice - Ileana. Începând cu vârsta de 6-7 ani, Ileana a început să practice înotul și mai târziu echitația. În acea perioadă, ea urma și terapie intensivă de vorbire, fără să știm cu exactitate cu ce ne confruntăm. Logopeda ei bănuia dislexia, care a fost confirmată mai târziu, spre sfârșitul clasei a doua, începutul clasei a treia. Ulterior, au fost efectuate teste specifice pentru un diagnostic precis. Pe parcursul acestor ani dificili, sporturile au devenit „evadarea” și suportul moral al ei. Atât echitația, cât și înotul au venit natural, la insistența copilului, și privind acum înapoi, nu putem decât să ne felicităm că am ascultat dorințele ei.

Există studii despre hipoterapie, dar noi am descoperit aceasta mult mai târziu, aproape accidental.

Și acum ne întrebăm cum de simțea copilul ceea ce era bun pentru ea.

Inițial, ne-am pus întrebări legate de obsesia ei pentru cai și apă.

Dar am decis să încercăm și să vedem mai târziu dacă nu era doar o păcăleală. Nu a fost cazul; Ileana continuă să practice ambele sporturi și în prezent.

Au fost ani în care a practicat intens înotul cu un antrenor de trei ori pe săptămână, precum și echitația. De fiecare dată, am observat diferențe semnificative în zilele în care nu mergea la bazin sau la cai. Era fericită, avea un sentiment de bine, și în ciuda oboselii fizice, învățarea, temele sau alte activități cognitive îi erau mai ușoare, cu mai multă atenție și concentrare.

Sportul a ajutat-o și să devină mai organizată și disciplinată în activitățile ei, având dificultăți și în această zonă. De multe ori cerea să-și facă temele la școală.

A petrecut mult timp cu caii, nu doar în manej. Am profitat de acest lucru și am lucrat cu ea la anumite exerciții acolo, în joacă - am înregistrat-o povestind și i-am trimis logopedei înregistrările. Au fost cele mai de succes înregistrări; exista o diferență clară în expresie, în firul logic al ideilor, derivând din starea mentală minunată în care se afla copilul.

Ce spune Ileana - „Am un talent excepțional și neobișnuit în echitație și înot.”

Dacă trec câteva zile fără să practice sporturile ei preferate, întrebarea vine în valuri, „Când mergem la echitație sau la piscină?”

Este important că sporturile nu au fost alese de noi, părinții, ci de ea. Altfel, probabil că nu ar fi durat sau nu ar fi avut același impact pozitiv asupra tuturor activităților ei.

Cuvintele ei pot părea simple, dar pentru un copil care vede că nu poate citi rapid și corect sau calcula ușor, sau să-și amintească ce a învățat, pentru un copil care a acumulat atât de

multă frustrare, această declarație încrezătoare este minunată.

Faptul că se descurcă atât de bine în aceste două sporturi i-a dat încredere și i-a sporit stima de sine. Ileana înțelege acum foarte bine că prin antrenament și exercițiu poate realiza orice își pune în minte. Este doar o chestiune de timp și de muncă grea, dar nimic nu este imposibil când își dorește.

6.2. Participanți și date rezultate din cercetare

Pentru a înțelege mai bine situația actuală a persoanelor cu tulburări specifice de învățare (TSI) care practică orice fel de sport, AID și diverși parteneri au realizat o cercetare extinsă a literaturii de specialitate, conducând la crearea unui instrument de cercetare bazat pe un chestionar online. Eșantionul de administrare a implicat trei tipuri diferite de subiecți: antrenori, părinți și copiii/tineri adulți (cu vârste cuprinse între 12 și 30 de ani).

Diversitatea subiecților implicați a necesitat crearea a trei chestionare diferite. Eșantionul a inclus un total de 2078 de participanți, distribuiți astfel: 1427 de părinți, 237 de copii și tineri adulți și 414 antrenori. Țările din care au răspuns participanții au fost: Italia, Irlanda, Spania și România.

S-a observat un echilibru aproape perfect între bărbați și femei. S-a avut grijă ca niciun sport să nu fie omis. Chestionarele au analizat relațiile dintre copiii cu tulburări specifice de învățare și sport în cadrul a 44 de discipline diferite. Practicarea sporturilor a fost analizată pe toată gama posibilă de niveluri de abilitate (de la amatori la profesioniști).

Chestionar 1 Antrenori

Un total de 414 antrenori au participat la chestionar. Distribuția vârstei a variat de la un minim de 18/25 de ani la un maxim de peste 60 de ani. Mai mult de jumătate dintre respondenți au declarat că predau un sport de echipă. Majoritatea antrenorilor (aproximativ 80 la sută) au raportat că nu au o dificultate specifică de învățare. Fiecare antrenor implicat a fost întrebat să-și declare anii de experiență, având opțiunea de a alege între un minim de un an și peste 20 de ani. Majoritatea eșantionului s-a dovedit a fi

antrenori în câteva discipline specifice, cum ar fi: fotbal galic, fotbal, volei, tenis, rugby și baschet, printre altele.

Intrând mai profund în miezul cercetării, primele întrebări s-au referit la tema TSI și sporturile. Un număr mare de antrenori (aproximativ 40 la sută) au raportat că au cunoștințe generale despre TSI, în timp ce alți 55 la sută au spus că au cunoștințe într-o anumită măsură.

În ceea ce privește formarea pe tema TSI, s-a observat că 16% dintre antrenori au urmat cursuri de formare, urmat de 2% care sunt informați, dar nu sunt instruiți.

Procentajul rămas nu a oferit un răspuns la întrebarea pusă.

De la pregătirea teoretică, cercetarea a trecut la explorarea experiențelor personale și practice ale antrenorilor cu persoane cu tulburări specifice de învățare.

A reieșit rapid că majoritatea eșantionului nu avea experiență semnificativă cu sportivi cu tulburări specifice de învățare, întâlnindu-i „doar pe câțiva” și „ocazional” în experiența lor profesională. 15% din eșantion, pe acest prim punct cheie, au declarat că nu pot oferi un răspuns clar dacă au antrenat sau nu sportivi cu o tulburare specifică de învățare.

În ceea ce privește întrebările motivaționale și tehnice, eșantionul nostru a manifestat tendința de a nu lua poziții clare, plasându-se în mare parte în poziții mai modulate și bazate pe probabilități („poate da” sau „poate nu”).

De exemplu, în legătură cu întrebarea privind necesitatea unui antrenament personalizat pentru un sportiv cu o tulburare specifică de învățare, am constatat că 35% din eșantion s-au plasat pe această poziție specifică, urmată de procente similare, dar mai mici, de răspunsuri în acord parțial sau dezacord parțial.

Au existat distribuții similare la întrebarea despre necesitatea unei presiuni mai mari.

Majoritatea antrenorilor cred că un sportiv cu o tulburare specifică de învățare poate fi mai puțin încrezător în abilitățile sale sportive.

Aproximativ 14% din eșantion au crezut că o persoană cu o tulburare specifică de învățare ar putea fi mai talentată în sport decât colegii tipici. La aceeași întrebare, am găsit și un alt 15% din eșantion gândind opusul, în timp ce un predominant 65% din răspunsuri erau deschise ambelor posibilități.

Aproape identică a fost distribuția privind adecvarea unei persoane cu o tulburare specifică de învățare pentru sporturi de echipă sau pentru sporturi individuale: procente egale de răspunsuri clar definite (în medie, aproximativ 15% pentru răspunsuri afirmative pentru ambele tipuri de sporturi) și procente ridicate (nu sunt de acord, dar nici nu dezaprobă, adică ar putea fi ambele).

Analizele statistice mai detaliate, efectuate prin interacțiunea dintre o condiție specifică și o variabilă examinată, au avut drept rezultat următoarele date:

A. Instrucțiunile date în mod obișnuit de către antrenor nu corelează semnificativ cu niciuna dintre condițiile examinate.

B. Anii de experiență ai antrenorului au corelat semnificativ doar în relație cu întrebarea "trebuie să fie împinși/încurajați".

C. O corelație pozitivă între cei cu o cunoaștere mai mare a tulburărilor specifice de învățare (acolo unde antrenorii au urmat cursuri) și recunoașterea unor abilități sportive mai mari ale persoanelor cu o tulburare specifică de învățare. Această variabilă corelează cu prezența răspunsurilor date de antrenori care activează atât în sporturi de echipă, cât și în sporturi individuale, dar nu cu antrenori care activează doar în una dintre cele două modalități.

D. Răspunsurile la întrebarea despre necesitatea programelor de antrenament personalizate pentru persoanele cu TSI sunt invers corelate cu cunoașterea lor asupra TSI: niciodată antrenarea unui sportiv cu TSI nu este asociată cu ideea unei nevoi mai mari de programe de antrenament specifice.

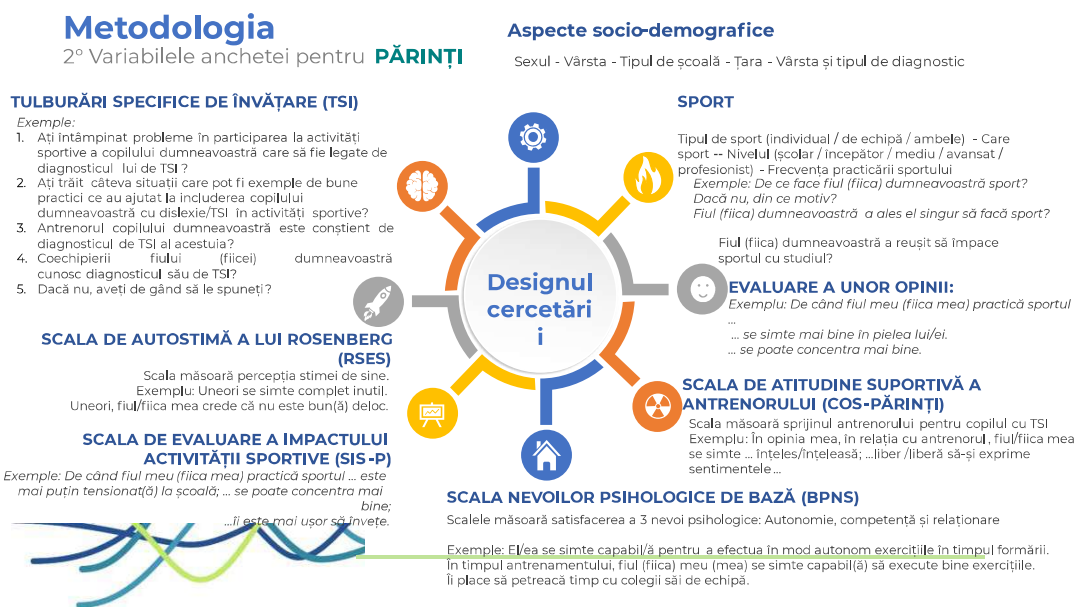
E. În cele din urmă, s-a găsit o corelație pozitivă între antrenorii care au antrenat persoane cu TSI în cariera lor și recunoașterea unui talent sportiv și relațional (sporturi de echipă) mai mare la copiii/tinerii cu TSI.

Dintre diversele date care au reieșit, este cu siguranță de un interes mai mare faptul că o cunoaștere teoretică și educațională mai mare, precum și una pe baza experienței, vor permite răspunsuri mai precise și semnificative în raport cu întrebările puse.

Chestionar 2 Părinți

Similar metodologiei utilizate pentru antrenori, au fost incluse mai multe domenii de investigație în designul cercetării pentru părinți. Acestea au inclus date socio-demografice, tipul și nivelul sporturilor practicate, informații despre TSI-ul copilului lor (tipul, vârsta la diagnosticare, dacă au comunicat prezența TSI către antrenor și prietenii copilului, practici utilizate pentru a îmbunătăți nivelurile de incluziune în diverse sporturi, orice dificultăți întâlnite legate de sport), percepția despre stima de sine a copilului, impactul sporturilor asupra rezultatelor academice (de exemplu, memorie și atenție), opiniile părinților (de exemplu, copilul se simte mai bine), relația cu antrenorul (de exemplu, copilul a fost înțeles, era liber să-și exprime sentimentele) și nivelurile de satisfacție a anumitor nevoi psihologice (autonomie, competență și relaționare), vezi diagrama de mai jos (Figura 2).

Figura 2. Variabile în sondajul pentru părinți



În secțiunea despre posibilele interacțiuni între sport și școală, părinții au raportat o bună abilitate de a combina activitățile sportive cu studiul, în timp ce 33% au raportat unele dificultăți în a face acest lucru.

Copiii care participau la sport, conform părinților, tindeau să se simtă mai bine în pielea lor și găseau mai ușor să studieze. Acest lucru era asociat, din nou conform percepțiilor

părinților, cu o îmbunătățire a abilităților de memorare (43% parțial adevărat, 24% destul de adevărat) și concentrare (40% parțial adevărat și 32% destul de adevărat). Combinația acestor efecte pozitive era asociată, conform chestionarelor, cu scăderea nivelurilor de tensiune în mediul școlar.

Abilitățile relaționale par să beneficieze, de asemenea, de pe urma practicării sportului; 70% dintre părinți afirmă că au observat o îmbunătățire la copiii lor.

Întrebați despre posibile efecte negative (limitări) în sport legate de prezența unei TSI, eșantionul de părinți s-a împărțit aproape simetric, cu 43% răspunzând pozitiv și restul de 57% răspunzând negativ. Mai specific, eșantionul menționează dificultăți în coordonarea motrică, înțelegerea imediată a instrucțiunilor date de antrenori (de exemplu, dificultăți în a distinge dreapta de stânga) și, în proporții semnificativ mai mici, o oboseală crescută din cauza relației cu antrenorul și a concentrării.

Aproximativ 60% dintre părinți spun că nu au văzut niciodată implementate adaptări specifice pentru copiii lor cu TSI.

Pentru majoritatea părinților, un rol cheie în implementarea bunelor practici ar trebui să fie căutat de către antrenor pentru a urma tipul de sport și echipă și maniera în care sunt date instrucțiunile.

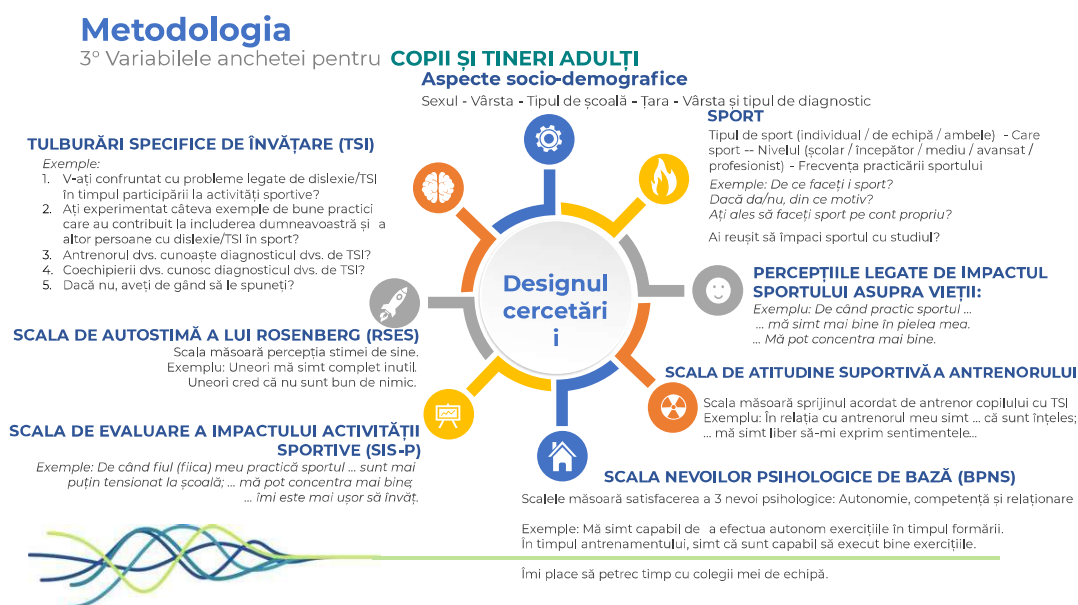
Pentru a interveni, un antrenor ar trebui să fie informat cu privire la prezența oricărei dificultăți, iar în acest sens, părinții ar trebui să raporteze cunoștințele despre TSI-ul fiului/fiicei lor. În 50% din cazuri, alegerea de a informa sau nu a depins de ideea că ar fi irelevant și nu ar schimba nimic (cu posibile cauze subiacente fiind neîncrederea, rușinea și nevoia copilului de a face cunoscută dificultatea). În relația cu colegii de echipă, situația pare diferită, dar doar selectiv pentru un mic cerc de prieteni care, conform declarațiilor părinților, ar fi fost informați despre prezența TSI-ului încă de la început.

Analizele statistice orientate spre investigarea aspectelor mai pur psihologice notează că percepțiile părinților copiilor și tinerilor care participă la sport indică, în general, un nivel semnificativ mai ridicat de stimă de sine decât la cei care nu participă la sport. Conform percepțiilor părinților, pe măsură ce nivelurile de participare la sport cresc (exceptând nivelul profesional), cresc următoarele: suportul perceput din partea antrenorului, satisfacția nevoilor psihologice, stima de sine și impactul sportului asupra vieții copiilor și tinerilor.

Chestionarul 3 - adolescenți

Chestionarul destinat adolescenților/tinerilor a fost dezvoltat pentru a oferi o comparație cu chestionarul destinat părinților și are în centrul său aceeași structură de întrebări raportată în chestionarul pentru părinți descris anterior. Designul cercetării a fost articulat așa cum este prezentat în următoarea imagine (Figura 3).

Figura 3. Variabilele sondajului pentru copii și tineri.



Au participat la sondaj 237 adolescenți și tineri adulți, moderat echilibrați din punct de vedere al genului masculin și feminin. Distribuția vârstei în eșantion a variat de la 12 ani la 30 de ani.

Eșantionul a fost format în mare parte din cetățeni italieni (85,4 la sută) și a avut o distribuție gaussiană în ceea ce privește nivelul de școlarizare, cu o prezență mai mare a băieților care frecventează școala secundară. În eșantion au fost prezenți și băieți din toate clasele și tineri muncitori.

Aproximativ 60 la sută din eșantion raportează că au fost diagnosticați cu un TSI până la vârsta de 10 ani.

Dintre cei care au răspuns la chestionar, doar 66 la sută practicau un sport.

Disciplinele cele mai practicate au fost următoarele: fotbal, înot, volei, baschet și gimnastică. Aproximativ 60 la sută din eșantion a raportat că participă la activități sportive

cu o frecvență săptămânală, iar aproximativ 50 la sută din eșantion a raportat că practică sporturi la un nivel avansat, cum ar fi participarea la competiții.

Privind cu atenție aceste date, însă, se dezvăluie și un nivel ridicat de renunțare la sport de către copiii care au o tulburare specifică de învățare (aproximativ 1/3 din copii). Printre motivele raportate se numără lipsa de timp, lipsa plăcerii de a face sport și toleranța scăzută pentru competiția excesivă.

Așa cum este menționat în Legea 170/2010, în care se face referire la posibilitatea utilizării timpului suplimentar la școală ca instrument compensativ pentru a face față unei mai mari lentori în efectuarea temelor sau a citirii textelor etc., copiii cu TSI au nevoie de mai mult timp decât colegii lor pentru exercițiile de după-amiază și teme, ceea ce îi conduce la lipsa timpului disponibil pentru a se dedica practicii sportive. Această ipoteză este parțial confirmată de percepția lor de a putea împăca practica sportivă cu studiul de acasă. Cea mai mare frecvență a răspunsurilor este observată la răspunsurile "destul de bine (44,6%) / cu unele dificultăți (39,5%)".

Din răspunsurile băieților/fetelor și tinerilor adulți, a fost observată o percepție mai mare a stării de bine personale și socio-relaționale și o reducere a agitației școlare pe măsură ce practica sportivă a crescut, împreună cu o reducere a utilizării smartphone-urilor și jocurilor video.

În ceea ce privește percepțiile dificultăților datorate tulburărilor specifice de învățare în timpul practicării sportului, 45,9 la sută dintre participanți au răspuns că au întâmpinat probleme. În mod specific, dificultățile cele mai frecvent menționate de copii în raport cu practicarea sportului au fost legate de efectuarea exercițiilor, coordonarea motorie, dificultatea percepută, distincția între stânga și dreapta și memorarea numelor.

La nivelul celor mai bune practici implementate de antrenori pentru băieții cu TSI, aproximativ 69% din eșantion nu au perceput că li s-a acordat vreo atenție specială.

Dezvăluirea diagnosticului de TSI făcută antrenorului a avut loc pentru mai puțin de jumătate din eșantion și dintre acești băieți/fete, mai mult de jumătate care au răspuns au spus că nu și-au informat antrenorul, în timp ce mai mult de jumătate nu erau dispuși să își mărturisască voluntar acest lucru antrenorului, și un alt 35,7% încă se gândeau dacă să spună sau nu antrenorului.

Din aceste rezultate, doar aproximativ 10% ar fi în favoarea declarării acestui lucru antrenorului. Răspunsul predominant din eșantion pentru a nu dori să se expună în a spune această informație antrenorului a fost "pentru că nu va schimba nimic" (77,8%), în timp ce 15,6% au spus că le este rușine să spună.

În ceea ce privește "mărturisirea în grup, către coechipieri" a devenit evident că rar era

spus întregii echipe și era dezvăluit doar unor colegi cu care se simt mai confortabil, în timp ce nu intenționau să spună altora pentru că le este rușine (22,2%) sau pentru că nu au încredere în ei (11,1%). Astfel de informații ne oferă o primă perspectivă asupra importanței creării unei baze culturale adecvate chiar și în cadrul activităților sportive pentru a promova incluziunea și a permite copiilor cu TSI să se exprime liber într-un climat de grup mai primitiv și mai înțelegător.

Din analizele statistice efectuate, a fost compus un nou chestionar pentru a măsura nivelul de sprijin din partea antrenorilor față de copiii/tinerii adulți cu TSI. Scala Nevoilor Psihologice de Bază (BPNS), creată de Deci și Ryan (2000), a fost utilizată în cadrul chestionarului, care măsoară satisfacția a trei nevoi psihologice: Autonomie, Competență și Relaționare.

Scala măsoară impactul psihofizic al sportului asupra copiilor/tinerilor.

Copiii și tinerii care participă la sport au, în general, niveluri semnificativ mai ridicate de stima de sine decât cei care nu participă la sport.

6.3 Concluzie

- A. Copiii și tinerii cu TSI adesea nu se simt confortabil în contexte școlare unde experimentează o frustrare și un disconfort crescut.
Sportul oferă copiilor o zonă de confort în care se pot simți bine și se pot exprima, plasându-i în contexte de echipotențialitate.
- B. Sportul ajută indivizii să își exprime pe deplin abilitățile, care sunt adesea afectate negativ de stima de sine scăzută și rușinea de a nu putea citi fluent un pasaj de text sau de a nu rezolva foarte bine un exercițiu de matematică.
- C. Practicarea sportului poate ajuta la creșterea încrederii în sine.
- D. Practicarea sportului poate contribui la creșterea motivației elevilor și îmbunătățirea performanțelor școlare.

- E. Sportul a demonstrat că are un impact foarte puternic în viața copiilor/tinerilor, ajutându-i să se simtă mai bine cu ei înșiși, să-și îmbunătățească memoria, să fie mai puțin tensionați la școală, să fie mai concentrați la teme, să-și îmbunătățească starea de spirit, să socializeze mai bine cu colegii și să petreacă mai puțin timp în realități virtuale precum jocurile video.
- F. Chestionarul arată că copiii și tinerii cu TSI se descurcă destul de bine în diferite sporturi. Totuși, această abilitate pare să fie în mare măsură condiționată de capacitatea antrenorului de a înțelege și acomoda caracteristicile specifice ale fiecărui sportiv, în special în ceea ce privește prezența unei TSI. Aceste aspecte accentuează în mod particular necesitatea urgentă de a forma antrenorii pentru a-și calibra mai bine practica în contextul activităților sportive.

Lecții învățate

Copiii și adolescenții cu dislexie care își depășesc temerile și lipsa de încredere prin sport oferă câteva lecții valoroase:

- **Reziliență:** Experiența lor demonstrează reziliența în fața provocărilor. În ciuda dificultăților, ei persistă, se adaptează și învață din eșecuri, o abilitate crucială în viață.
- **Auto-descoperire:** Implicarea în diferite sporturi le permite să exploreze și să descopere punctele lor forte în afara mediului academic. Ei învață la ce se pricep și unde pot străluci, sporindu-le stima de sine.
- **Încredere fizică:** Sporturile oferă o platformă pentru a construi încrederea fizică. Stăpânirea unei abilități sau excelența într-un sport îi ajută să se simtă mai capabili și mai încrezători.
- **Munca în echipă și abilități sociale:** Prin sporturile de echipă, ei învață importanța colaborării, comunicării și muncii în echipă, promovând interacțiuni sociale și prietenii mai bune.
- **Mecanisme de adaptare:** Sporturile le dezvoltă mecanisme de adaptare. Ei învață cum să gestioneze presiunea, eșecurile și dificultățile, abilități cruciale care pot fi

aplicate în diferite aspecte ale vieții.

- **Identitate dincolo de academie:** Pentru cei care pot avea dificultăți academice din cauza dislexiei, excelența în sport oferă o sursă alternativă de recunoaștere și realizare, modelându-le identitatea în mod pozitiv.
- **Conexiunea minte-corp:** Angajarea în activități fizice ajută la întărirea conexiunii minte-corp. Această conexiune poate avea un impact pozitiv asupra funcției cognitive și bunăstării emoționale.
- **Determinare și concentrare:** Copiii și adolescenții cu dislexie care reușesc în sporturi prezintă adesea niveluri ridicate de determinare și concentrare, trăsături benefice în toate aspectele vieții.

Experiențele lor subliniază importanța dezvoltării holistice, unde succesul nu se limitează la realizările academice, ci este celebrat în mod egal prin realizările fizice și personale.

D. Practicarea sportului poate ajuta la creșterea motivației elevilor și la îmbunătățirea performanțelor școlare.

E. S-a demonstrat că sportul are un impact foarte puternic asupra vieților copiilor/tinerilor, ajutându-i să se simtă mai bine cu ei înșiși, să-și îmbunătățească memoria, să fie mai puțin tensionați la școală, să fie mai concentrați pe teme de acasă, să-și îmbunătățească starea de spirit, să socializeze mai bine cu colegii și să petreacă mai puțin timp în realități virtuale, cum ar fi jocurile video.

F. Chestionarul arată că, atât copiii, cât și tinerii cu TSI sunt destul de buni la diferite sporturi. Totuși, această abilitate pare a fi în mare măsură condiționată de capacitatea antrenorului de a înțelege și de a se adapta caracteristicilor specifice ale fiecărui atlet, în special în ceea ce privește prezența unei TSI. Aceste elemente fac ca formarea antrenorilor să fie deosebit de urgentă și necesară pentru a-și calibra mai bine practicile în contextul activităților sportive.

7. Concluzii și reflecții finale

Morales-Belando, María T. (Universidad Católica de Murcia)

Vizziello, Emanuele (A.S.D. Running Matera)

În concluzie, dislexia, discalculia și disgrafia sunt diferențe de învățare distincte care pot afecta semnificativ performanța academică și funcționarea zilnică a indivizilor. Deși fiecare afecțiune prezintă propriul set de provocări, ele împărtășesc teme comune, cum ar fi dificultăți în citire, scriere și concepte matematice. Totuși, cu înțelegerea adecvată, acomodări și suport, persoanele cu aceste condiții pot atinge succesul în educație, locul de muncă și societatea mai largă.

Este esențial să recunoaștem că experiența fiecărei persoane cu dislexie, discalculie sau disgrafie este unică, iar abilitățile și provocările lor pot varia. Aceste condiții nu indică dificultăți generale de învățare, ci afectează zone specifice de abilități, cu impacturi care pot fluctua în funcție de factori de mediu și circumstanțe individuale.

Mai mult, aceste condiții apar adesea împreună cu alte diferențe de învățare sau profiluri neurodivergente, cum ar fi ADHD, autism, dispraxie și tulburări de dezvoltare a limbajului. Identificarea tuturor nevoilor educaționale este crucială pentru implementarea intervențiilor și sistemelor de suport adecvate.

Terminologia folosită pentru a descrie aceste condiții poate varia, și este important să respectăm preferințele individuale atunci când ne adresăm acestora. Deși dislexia, discalculia și disgrafia sunt recunoscute ca dizabilități în conformitate cu legislația națională și a UE, mulți indivizi pot să nu se identifice ca fiind „dizabilitați,” și perspectiva lor trebuie recunoscută și respectată.

În general, înțelegerea și acomodarea nevoilor unice ale persoanelor cu dislexie, discalculie sau disgrafie este esențială pentru promovarea succesului lor academic și personal, promovarea incluziunii și asigurarea de oportunități egale pentru toți. Având o înțelegere mai profundă a acestor diferențe de învățare face mai ușoară includerea completă a copiilor în activitățile fizice și sportive.

Angajamentul în activitatea fizică și sporturi oferă o multitudine de avantaje pentru sănătatea fizică și mentală. De la îmbunătățirea fitnessului cardiovascular până la îmbunătățirea dispoziției și reducerea stresului, participarea regulată la sporturi este vitală pentru bunăstarea generală.

Sporturile servesc ca un vehicul puternic pentru incluziunea socială, eliminând barierele și promovând incluziunea grupurilor diverse. Prin oferirea unui teren comun pentru indivizi din diferite medii să se conecteze, activitățile fizice și sporturile pot promova un sentiment de apartenență și coeziune comunitară.

Participarea la sporturi nu numai că îmbunătățește fitnessul fizic, dar cultivă și abilități sociale esențiale, cum ar fi munca în echipă, comunicarea și leadership-ul. Prin eforturi colaborative și oportunități de creștere personală, sporturile împuternicesc indivizii să navigheze eficient în interacțiunile sociale.

În rezumat, sporturile nu sunt doar despre activitatea fizică; ele sunt un catalizator pentru dezvoltarea personală și socială. Prin recunoașterea și valorificarea beneficiilor sporturilor, putem promova comunități mai sănătoase, mai incluzive și putem împuternici indivizii să prospere atât pe teren, cât și în afara acestuia.