

La Scuola dello Sport del Coni Calabria promuove lo sport per la terza età

Data: Invalid Date | Autore: Elisa Signoretti



REGGIO CALABRIA, 29 OTTOBRE 2013- La nuova frontiera dell'impegno del CONI Calabria è l'attenzione alla terza età. Una fase della vita sempre più importante e che abbraccia una porzione sempre più ampia della nostra popolazione. È questo il motivo che ha indotto l'ente guidato dal presidente Mimmo Praticò a promuovere, organizzare e realizzare il corso di formazione di 1° livello di "Esperti di attività motoria per la Terza Età".

Il corso, ennesimo significativo momento di attenzione verso la nostra realtà sociale e le sue esigenze più pressanti, si è tenuto presso la sala del comitato regionale del Coni Calabria e presso il centro sportivo "La Pagoda" di Reggio Calabria e ha ottenuto un grande riscontro sia in termini di partecipazione che di valutazione da parte degli utenti.

Dodici ore di lezioni teoriche e pratiche, con docenti qualificati, destinate a studenti e/o laureati in Scienze motorie, fisioterapisti, tecnici FSN al fine di approfondire la conoscenza degli aspetti psico-pedagogici e sociali legati all'invecchiamento e la disciplina della Medicina geriatrica, con riferimenti pratici alla metodologia di intervento educativo e di allenamento delle persone anziane, all'ergonomia della postura ed alle tecniche del rilassamento e della ginnastica specifica per l'età.

"Per il Coni Calabria - sostiene il presidente Mimmo Praticò - è un dovere istituzionale ma anche e

soprattutto un fatto di civiltà riuscire a trasmettere la dovuta attenzione a chi, con l'avanzare dell'età, ha il diritto di aver cura di se stesso, della propria salute e del proprio benessere psicofisico. Il miglioramento delle condizioni di vita del mondo occidentale sta portando, giorno dopo giorno, a un progressivo invecchiamento della popolazione che colpisce soprattutto l'Europa. A questa constatazione sull'aumento dell'età media, che di per sé è un fatto positivo, vanno inscindibilmente collegate le nostre valutazioni in merito alla necessità di rendere quanto più possibile bella, costruttiva e felice la vita di chi si accinge ad affrontare la terza età. Lo sport, in questo senso, può e deve fare moltissimo. Ecco perchè il progetto della Scuola regionale dello Sport è a mio avviso estremamente importante".

Il corso è stato un successo. Una cinquantina i partecipanti che hanno avuto l'opportunità di conoscere da vicino gli aspetti più rilevanti e indispensabili per svolgere il ruolo di istruttore sportivo per la terza età, con tutto il bagaglio di conoscenze scientifiche, professionali e psicologiche inerenti a questo tema. "La sfida è quella di realizzare, con competenza e contesti qualificati, condizioni di invecchiamento attivo, affinché l'avanzamento dell'età non riservi isolamento, solitudine, acciacchi e malattie ma, attraverso la pratica sportiva, salvaguardi la salute e favorisca occasioni di aggregazione e relazione", ha sottolineato il presidente Praticò, esprimendo grande soddisfazione per il traguardo raggiunto e per il corposo numero di iscritti.

"Un progetto che valorizza la funzione educativa dello sport a tutte le età, sviluppa salute ed abbatte le spese sanitarie pro capite, generando altresì opportunità di formazione e lavoro", ha evidenziato il massimo dirigente dello sport calabrese. Nel caso specifico, questa iniziativa invita a riflettere e ad allargare i tradizionali orizzonti che puntano solo sui giovani come uniche leve del futuro.

"La cura e l'attenzione alla terza età - ha concluso il Presidente - rappresenta un fondamentale investimento per accrescere la qualità della vita di una comunità e valorizzare la risorsa volontaria che essi rappresentano anche nell'universo sportivo quando scelgano non solo di praticare le discipline sportive, ma anche di collaborare all'interno della società sportive". [MORE]

(Notizia segnalata da **Coni Calabria**)