

GIOCARE ALL'ARIA APERTA: Un rischio da correre... senza sudare?

«Chiudi il giubbotto... che fa freddo. Apriti il giubbotto che fa caldo. Corri un po'... che ti sfoghi. Corri pianino... che inciampi».

Queste sono alcune frasi raccolte in un "sabato qualunque" in un giardino pubblico. Da una parte esprimono l'importanza di giocare all'aria aperta, dall'altra il tentativo di difendersi dalle insidie dello stare fuori. A partire da due frasi tipiche più una, vediamo come andare incontro al senso d'avventura dei bambini.



Proprio di lì dovevi passare

Con tutto il posto che c'è, spesso i bambini cercano di passare nei punti più "particolari", più faticosi e, talvolta, rischiosi. È lecito chiedersi perché un bambino che cammina in una strada pedonale preferisca salire su tutti gli scalini e poi saltare giù, anziché passeggiare in modo lineare.

Crescere è un continuo misurarsi con sé stessi, anche dal punto di vista motorio. Il bordo di un marciapiede, gli scalini, un muretto sono un'ottima occasione per giocare con le proprie abilità, ma anche con il proprio senso del limite. I bambini osservano con molta attenzione l'ambiente circostante, ricercano stimoli ambientali che possono rispondere ad alcuni desideri di crescita. Confermare a sé stessi che si sa saltare con tranquillità uno scalino e provare a saltarne uno un po' più alto sono occasioni importanti per alimentare l'autostima. Gli occhi brillano di fronte a sfide simili. Di certo, le sfide sono sempre al rialzo. Sia per i bambini che per gli adulti la giusta misura si può cercare insieme, perché questo permette di imparare a valutare quali avventure affrontare e come.

La vita all'aria aperta offre infiniti "dislivelli" di questo tipo. E anche se siamo in una città perfettamente livellata, i bambini sapranno sicuramente trovare il modo per rischiare un po'.



Non nasconderti se non ti vedo

Il nascondino è uno di quei giochi che si fa per tutta la vita. Lo si fa con le mani (il "cucù"), in casa (dietro le tende, dentro l'armadio...), ma soprattutto all'aperto. Per i bambini il nascondino è un modo per prendere possesso dell'ambiente circostante. Una volta conosciuti i diversi nascondigli, possono sentirsi più sicuri nel posto dove sono.

Il nascondersi (anche senza giocare a "rimpiattino") è anche un modo per avere un momento in cui ritrovarsi rannicchiati, in intimità. Più la vita è "sovra esposta" e "strutturata" e più abbiamo bisogno di rifugiarsi. Ed ecco che all'aperto i bambini possono mettersi dietro (o sopra) un albero, dentro una siepe, in qualche pertugio... D'altronde, uno spazio aperto è ancor più interessante se offre l'occasione per nascondersi, dove stare a tu per tu con sé stessi o con pochissimi intimi.

Per motivi vari, gli spazi pensati per i bambini (giardini pubblici, cortili delle scuole...)

offrono poche occasioni per rintanarsi. Ma i bambini non demordono, giocare a nascondersi è troppo importante per crescere.

Allora, lo fanno sotto i giubbotti, dietro i genitori... Quando siamo all'aperto con i bambini, seguiamoli con lo sguardo per vedere dove si rannicchiano, dove giocano a nascondino. E se viene da chiedersi «Ma pensa te... anche se non c'è neanche un posto per nascondersi, si nascondono lo stesso!» cerchiamo un luogo all'aperto dove ci sono veramente dei nascondigli, dove è possibile fare un gioco che fa battere forte il cuore.



Che pazienza!

Un bambino che gioca all'aperto (in una situazione di "rischio calcolato") è un bambino soddisfatto. Questo perché giocare all'aria aperta porta benefici alla coordinazione corporea, all'apprendere, al pensare, al conoscere sé stessi, all'autostima, all'autonomia... È sotto gli occhi di tutti il fatto che i bambini, dopo un po' di tempo trascorso all'aperto, si mostrino più capaci di riconoscere i pericoli.

Per far sì che il pericolo (da evitare) non sia confuso con il rischio (da valutare), agli adulti occorre pazienza con sé stessi, almeno quanto quella dei bambini che mentre corrono gioiosi per lanciarsi in qualche nuova avventura ludica... si sentono dire: «Corri, ma non sudare!».

Antonio Di Pietro, pedagogista ludico