

**Socialità**

# Il gioco è un lavoro Da prendere sul serio

«**F**acciamo un bel gioco» dicono mamme e papà ai figli. Ma è più semplice a dirsi che a farsi: quali sono i divertimenti più adatti a seconda dell'età? Bisogna insistere con i "giocattoli intelligenti" o si può cedere di fronte a bambole e robot di plastica? A queste domande hanno cercato di rispondere i pediatri durante l'*International Congress on Environment, Nutrition and Skin Diseases*, a Marrakech, sottolineando innanzitutto che il gioco per i bambini e i ragazzini è una faccenda terribilmente seria, un vero "lavoro".

«È il mezzo con cui imparano a crescere e a entrare in rapporto con se stessi e con gli altri — spiega Giuseppe Mele, presidente dell'Osservatorio Nazionale sulla salute dell'infanzia e dell'adolescenza (Paidòss) —. Da piccolissimi è proprio attraverso il gioco che si apprende a muoversi nello spazio, interagendo con l'ambiente circostante e trovando una

postura adeguata».

Giocando ci si allena a diventare "grandi", si affinano le proprie capacità e si sviluppa la creatività; inoltre, il gioco potenzia il pensiero astratto e simbolico, migliora l'apprendimento e favorisce perfino lo sviluppo della spiritualità.

Se è responsabile di tanti effetti positivi, la domanda diventa ancora più importante: quali sono i giochi "giusti" per bimbi e ragazzi? «Nei primi due, tre anni di vita la preferenza dovrebbe andare ad attività che stimolino la manualità, la coordinazione fra vista e movimenti, l'esplorazione dell'ambiente, tutte capacità che il bimbo deve ancora sviluppare. Ottimi i giochi che consentono di smontare, modellare, creare, inventare — spiega Mele —. Si ai libri da sfogliare assieme ai genitori, per abituare i bambini alla lettura; altrettanto importante il gioco all'aperto».

Secondo gli studi più recenti passare tempo all'aperto, meglio se in giardini attrezzati,

migliora lo sviluppo cerebrale. Il contatto con la natura durante il gioco, stando a una ricerca dell'Università di Yale, stimola il senso del bello e della simmetria, favorisce la curiosità e la creatività, insegna i concetti di ordine ed equilibrio.

Ottimi quindi i parchi nel verde, promossi scivoli, altalene con cui il bimbo può esercitare le capacità motorie, e gli angoli con giochi che stimolano la logica, come i cubi da riordinare o i labirinti da superare. I bambini vanno portati al parco fin da piccolissimi: prima dei due anni preferiranno attività da svolgere da soli, poi inizierà il periodo della socialità, da favorire creando occasioni di confronto con i coetanei.

«Qualche ora all'asilo aiuta i bimbi a imparare le regole della convivenza sociale giocando con gli altri — dice Mele —. Dopo i tre anni un piccolo che se ne sta in disparte deve far suonare un campanello d'allarme: la rinuncia al gioco, così essenziale nell'infanzia, è il segnale di un malessere. In que-

sta fase poi bisogna incoraggiare la fantasia, per esempio con i giochi "di ruolo" in cui i bimbi creano un mondo tutto loro». È il classico "facciamo finta che io ero...", ideale per sviluppare l'intelligenza. È un gioco che inizia attorno ai due anni e che prima della scuola elementare occupa buona parte del tempo del bambino e insegna a esprimere e gestire le emozioni. Non ci si deve preoccupare quando la finzione sembra assurda o coinvolge amici immaginari, perché non c'è alcun rischio che i bimbi confondano la realtà con la fantasia.

«Anche l'attività sportiva — aggiunge il pediatra — deve essere vissuta come gioco. Bisogna evitare che diventi fonte di tensione perché il bimbo subisce le aspettative di genitori o allenatori. E, infatti, dopo gli 11 anni si dimezza il numero dei ragazzini che praticano uno sport, che è diventato un noioso dovere o, peggio, un'occasione di stress».

**E. M.**

© RIPRODUZIONE RISERVATA

**Creatività**

Pupazzi,  
e costruzioni  
allena  
a diventare  
«grandi»,  
potenziano  
la creatività  
e il pensiero  
astratto

