

# *Ci vuole tutta una città per... il gioco e lo sport dei bambini e delle bambine*



Care amiche e cari amici,

in questa newsletter abbiamo l'occasione di incontrare Francesca Zara e di conoscere i suoi pensieri sul gioco e sullo sport. Francesca è cresciuta a Bassano e poi è diventata campionessa di Basket, giocando sia nel campionato italiano, che a livello internazionale, indossando la maglia della nazionale per molti anni. Ora continua la sua esperienza come preparatrice atletica. È amica della Casa sull'Albero si può dire da sempre e siamo onorati che abbia condiviso con noi le sue riflessioni, che hanno una visione chiara e lungimirante per il gioco e lo sport dei bambini. Sono da tenere presente, nel nostro piccolo, dato tutto il tempo libero che i ragazzi avranno tra poche settimane nelle attese vacanze scolastiche.

Grazie Francesca!!

Buona lettura e buoni giochi a tutti,

**La redazione de "La Casa sull'Albero"**



## ***Quale tipo di gioco è importante assicurare ai bambini e alle bambine per facilitare il loro accesso al mondo sportivo?***

Il gioco come attività motoria spontanea è molto importante perché promuove lo sviluppo cognitivo, il coordinamento, l'equilibrio, la socialità, che sono le basi delle caratteristiche specifiche dello sport. Non c'è un gioco specifico. Più sono i giochi, più sono diversi, meglio è. Tutto quello che è stimolante per capire come il corpo si muova nello spazio, va bene. Purtroppo nella mia attività vedo arrivare bambini con schemi motori di base carenti, non sanno correre, saltare la corda... questo è un problema anche per l'attività sportiva futura, in quanto quando mancano queste basi aumentano gli infortuni.



## ***Quali attenzioni devono porre i genitori e gli educatori per favorire una buona percezione del corpo e delle sue potenzialità da parte dei bambini e delle bambine?***

Bisogna proporre continui stimoli, senza il timore che si possano fare male. Si dovrebbero limitare le ore di tv e raggiungere i luoghi a piedi o in bici perchè li aiuta a svilupparsi fisicamente e cognitivamente. C'è sempre più timore da parte dei genitori quando i bambini sperimentano la loro modalità, ma in questo modo si toglie l'esperienza e la possibilità di fare, di sbagliare, di risolvere i problemi. I bambini invece hanno grande interesse per imparare, scoprire con il loro corpo e provano gioia nel vedere il risultato.



## ***Quali sono i punti di forza più interessanti che ritrovi nel mondo sportivo giovanile?***

La disciplina, le regole, la convivenza, la tolleranza, la meritocrazia: se mi alleno tanto, ottengo dei risultati. Sono aspetti davvero importanti e devono essere da guida anche per gli investimenti economici nel mondo sportivo. Più si rafforzano questi aspetti nel mondo giovanile, più si fa prevenzione, come si diceva prima, ponendo le basi per la crescita dei ragazzi nello sport. Quando saranno senior si tratterà “solo” di migliorare delle cose che sanno già fare.

## ***Come si insegna a reggere meglio i fallimenti e le frustrazioni di un mancato risultato o di un infortunio?***

Si insegna dando valore all'errore e a tutto il processo di apprendimento legato a questo. C'è troppa paura di sbagliare. Qualsiasi sia il compito che viene dato, anche nuovo, i giovani hanno paura dell'errore. C'è tanta pressione da parte dei genitori e questo diventa un limite. Nello sport il fallimento deve essere vissuto serenamente, altrimenti diventa molto frustrante. Non si devono dare giudizi. Se i bambini e le bambine si vivono che non sono “mai abbastanza”, non va bene. La scoperta delle proprie capacità e la libertà di espressione si rivelano in un ambiente positivo.



***Ci dici un concetto che hai imparato dalla tua esperienza e che vuoi affidare a chi si occupa di bambini e sport?***

Mi ripeto con quello che ho detto poco fa. Non punire per l'errore, ma dare gli strumenti per capire. "Quello no" in modo negativo, "non fare così", non funziona. Non porta a buoni risultati. È meglio dire "prova a fare così" e dare loro gli strumenti perché possano farlo. È anche importante sostenere un approccio che non specializzi gli sportivi fin da piccoli. Il "multisport", vale a dire la possibilità di fare più sport da piccoli, crea un bagaglio motorio più ampio, che porterà ad un apprendimento più naturale dello sport più specifico che verrà scelto.



## **Parole per buone letture**

**a cura di Teresa Santini**

Grazie alla puntuale ricerca di Teresa abbiamo anche questa volta tre bellissimi libri, che valorizzano il gioco, lo sport divertente e democratico e gli errori di cui ci ha parlato Francesca. Sfogliateli e scopriteli.



### ***Nel mio giardino il mondo***

*di Irene Penazzi, Ed. Terre di mezzo, 2019*

Questo bellissimo silent book percorre le quattro stagioni con tre piccoli protagonisti, che trascorrono molto tempo all'aria aperta, inventando un'infinità di giochi. I luoghi che abitano danno loro benessere perchè sono spazi in cui sperimentarsi insieme in libertà. Chi sarà stato colpito poco fa dalle parole di Francesca, quando chiedeva di fare più giochi possibili, troverà molte ispirazioni sfogliando queste pagine fitte di illustrazioni.



### ***Che sport, lo sport!***

*di Ole Konnecke, Beisler Editore, 2018*

Questo libro si presenta per una divertentissima lettura con i più piccoli alle prese con la scelta degli sport che vorrebbero provare a fare. Animali buffi e ben illustrati rappresentano come lo sport sia un'evoluzione del gioco e come lo sport debba essere per tutti, democratico appunto. Ogni pagina dà l'opportunità di costruire storie a partire dalle storie raccontate, così come il gioco e lo sport permettono di esprimersi al meglio quando praticati in libertà e senza stress.



## ***La cosa più grandiosa***

*di Ashley Spires, Erickson Edizioni, 2018*

Una bambina ingegnosa, con l'aiuto del suo cane assistente, decide di costruire "la cosa più grandiosa", ma sbaglia e sbagliare la rende molto nervosa, quasi a rischio di perdere il suo progetto. Dopo una pausa con il suo aiutante, che le alleggerisce i pensieri, riprenderà il suo lavoro utilizzando diversamente i vari pezzi che aveva a disposizione, trovando una formula non perfetta, ma che porterà ad un grandioso risultato.

Un libro utilissimo per parlare dell'errore e delle frustrazioni con i bambini. Giocare e fare sport comporta l'errore in tutta la sua grandezza educativa e diventa una via sana per comprendere i propri limiti e superarli. Anche nel "Il libro degli errori" Rodari, con la sua pedagogia positiva, ci ha raccontato molto bene come lo sbaglio sia un'occasione per imparare. Sempre.





**Associazione La Casa sull'Albero**  
via Gobbi, 8  
36061 Bassano del Grappa (VI)  
Tel 327 4689994.

Sito : [www.lacasa sullalbero.org](http://www.lacasa sullalbero.org)  
email : [info@lacasa sullalbero.org](mailto:info@lacasa sullalbero.org)

c/c Banca Popolare Etica: IT60Z0501811800000016916173  
Sostienici con il tuo 5x1000 scrivendo sulla tua dichiarazione dei redditi  
questo codice fiscale: 02349150249

