



Sport per i bambini G+S

Giocare



Sommario

Come utilizzare questo fasciolo	2
Giocare per crescere	3
Imparare a giocare	4
Il bambino vuole giocare	4
Il bambino vuole giocare perché è un suo bisogno innato	4
Il bambino impara giocando	5
Evoluzione delle capacità ludiche	6
Insegnare a giocare	8
Adeguare il gioco al bambino	8
Dare spazio al gioco e stimolare la creatività	9
Giocare significa divertirsi, apprendere e realizzare una prestazione	10
Prima del gioco: creare le condizioni ottimali	11
Durante il gioco: dirigere, osservare e variare il gioco	16
Dopo il gioco: concludere al meglio la lezione o l'allenamento	20
I giochi	24
Giochi introduttivi	25
Gioco libero	26
Giochi di percezione	28
Giochi per conquistare un posto in cerchio	30
Giochi per conquistare un posto in uno spazio libero	32
Giochi di corsa e staffette	34
Giochi di reazione	36
Giochi di inseguimento	38
Giochi di inseguimento con aspetti cooperativi	40
Giochi di nascondino	42
Giochi di lotta e zuffe	44
Alaska e palla bruciata	46
Palla prigioniera e tiri al bersaglio	48
Rubapalla	50
Tiri in porta	52
Giochi di rinvio	54
Giochi per il ritorno alla calma	56
Bibliografia e letteratura d'approfondimento	57

Come utilizzare questo fascicolo



Il gioco ha una tale valenza nell'insegnamento e nell'allenamento dei bambini che diventa oggetto di un fascicolo. Questo nuovo mezzo didattico si rivolge a monitori e esperti dello sport per i bambini G+S e va a completare i fascicoli «Sport per i bambini G+S – Nozioni teoriche» e «Sport per i bambini G+S – Esempi pratici». Questi tre fascicoli consentono ai bambini di acquisire e sperimentare le basi motorie nonché di ampliare il repertorio dei movimenti.

Struttura del fascicolo

Il capitolo «Imparare a giocare» illustra il gioco nell'ottica del bambino e sancisce i due principi fondamentali: il bambino è stato inserito volutamente all'inizio del fascicolo perché lo sport per i bambini G+S pone al centro il bambino con le sue esigenze.

Il capitolo «Insegnare a giocare» vuole essere una guida pratica per il monitor G+S proponendo numerose informazioni di base e suggerimenti pratici per assolvere il suo ruolo nelle lezioni e negli allenamenti impostati sul gioco. Inoltre elabora i campi dell'apprendimento attraverso il gioco.

Il fascicolo chiude con tutta una serie di esempi pratici per svolgere lezioni e allenamenti a misura di bambino.

La scelta dei giochi

Gli autori hanno sperimentato i giochi proposti andando a scegliere quelli che implicano un ampio ventaglio di movimenti da parte del bambino. Non sono impostati su singole discipline di gioco, bensì possono essere attuati in maniera interdisciplinare nei contesti più svariati (per esempio, sul ghiaccio, in acqua, in palestra, nella foresta).

Bambini più piccoli e più grandi

Fra i 5 e i 10 anni il bambino fa un salto nello sviluppo e perciò tutti i fascicoli G+S dedicati allo sport per i bambini distinguono fra due categorie d'età: i più piccoli fra i 5 e 8 anni e i più grandi fra i 7 e 10 anni, anche se non si tratta di un limite chiaramente definito.

Richiami

Le seguenti icone rinviano a informazioni su un determinato tema trattato in altri documenti didattici G+S dedicati allo sport per i bambini:

Per «Sport per i bambini G+S – Giocare»

Per «Sport per i bambini G+S – Nozioni teoriche»

Per «Sport per i bambini G+S – Esempi pratici»

Giocare per crescere

Il bambino ha una voglia innata di giocare

Il bambino trasforma in un gioco tutto ciò che vede, sente, percepisce o che afferra con le proprie mani. Il gioco, il movimento, l'esperienza di attività in comune e la soddisfazione di una riuscita gli consentono di scoprire la vita e l'ambiente che lo circonda. Il bambino gioca per crescere.



Il bambino ha il diritto di giocare

Giocare significa avere delle libertà. La Convenzione dell'ONU sui diritti dell'infanzia e dell'adolescenza comprende 54 articoli che sanciscono i diritti di bambini e giovani. Il diritto «al riposo e al tempo libero, a dedicarsi al gioco e ad attività ricreative» è considerato come uno dei dieci diritti più importanti: ogni bambino ha il diritto di giocare, di crescere e di vivere in un ambiente salutare.



Divertirsi con attività adatte all'età

Il bambino non è un piccolo adulto. Perciò bisogna adottare forme d'insegnamento e oggetti a misura di bambino. Tutti i bambini devono poter partecipare al gioco! I suggerimenti e i consigli di questo fascicolo consentono di coinvolgere tutti i bambini nel divertimento.



Caro monitor G+S di sport per i bambini,

Questo fasciolo vuole essere una guida pratica per organizzare lezioni e allenamenti all'insegna dell'apprendimento e del divertimento. Cerca di infondere nei bambini il piacere di muoversi e di giocare, da soli o in gruppo, per scoprire il mondo attraverso una miriade di esperienze motorie e sociali.

Gli autori

Imparare a giocare

Il bambino vuole giocare

Il gioco è l'attività principale del bambino perché attraverso questo esplora il mondo e scopre sé stesso.

Già in tenerissima età il bambino dimostra una grande curiosità e si interessa a tutto ciò che si muove, che può afferrare, che fa rumore, che ha un sapore o un profumo. È riconosciuto scientificamente che il bambino dovrebbe giocare per circa 15 000 ore fino al sesto anno d'età, ossia in media 8 ore al giorno. In altre parole, il gioco è la professione del bambino.

Il gioco è un'attività intenzionale con esiti incerti. È una sfida avvincente e divertente che consente di riprodurre la «vita normale» per comprenderne la realtà.

Chi gioca lo fa per divertirsi, rilassarsi oppure semplicemente perché gli piace giocare. Il gioco crea un'altalena di emozioni positive come la trepidazione e la gioia che incitano il bambino a giocare ancora di più.

Il bambino vuole giocare perché è un suo bisogno innato

Fondamentalmente l'essere umano aspira a vivere delle emozioni positive e cerca di evitare quelle negative come ad es. la vergogna. Quest'attitudine si esprime anche nei seguenti bisogni psicologici universali dell'essere umano che devono essere soddisfatti affinché il bambino (ma anche l'adulto) si senta motivato.

Il bambino vuole essere autonomo e partecipare alle decisioni (esigenza di autonomia)

Il gioco consente di scoprire le proprie peculiarità per sviluppare una personalità autonoma attraverso le esperienze ludiche. Al bambino piace agire con autonomia e nell'ambito delle sue possibilità vuole decidere da sé. Sulla via dell'autodeterminazione il gioco, specialmente nella forma non organizzata, è un terreno d'apprendimento ideale.



«I giochi» > «Gioco libero»

Il bambino vuole partecipare e sentirsi accettato (bisogno di appartenenza sociale)

Il bambino ha bisogno di altri bambini per fare l'esperienza di una comunità sociale. Se è parte di un gruppo e gioca con altri, egli si sente accettato in uno scambio interattivo. Il monitor deve tener conto di questa esigenza nelle lezioni e nell'allenamento e specialmente anche nelle attività ludiche: tutti i bambini devono poter partecipare al gioco.

Solo se il clima d'apprendimento è buono il bambino si sente integrato e accettato. Il bambino vuole essere stimato, rispettato e coinvolto dai compagni e dal monitor.



 «Insegnare a giocare» > «Adeguare il gioco al bambino»

Il bambino vuole avere successo (bisogno di competenza)

L'essere umano aspira a sentirsi competente. Sapere di «saper fare una cosa» è una fonte di motivazione per il bambino e per l'adulto. Il bambino scopre il mondo giocando. Secondo Armin Krenz, ricercatore di pedagogia applicata, ciò che è sconosciuto diventa familiare, la novità invita alla scoperta e l'avventura vuole essere vissuta. Questi tre elementi determinano l'acquisizione di competenze e abilità.



Il bambino impara giocando

Imparare significa «fare da sé». Se il bambino ha il tempo che gli serve e gode di un quadro ottimale è stimolato a giocare e attraverso l'attività ludica impara quasi per caso e inconsciamente (implicitamente). Sempre secondo Krenz (2001) gioco e apprendimento sono un binomio inseparabile.

Giocando il bambino fa delle esperienze intense che lo coinvolgono sul piano emozionale e favoriscono la sua concentrazione. Il gioco gli consente di mantenere più a lungo la concentrazione senza rendersi conto dello sforzo.

 «Psiche» > «Attenzione»

Evoluzione delle capacità ludiche

Fra i 5 e i 10 anni il bambino si sviluppa velocemente. G+S Sport per i bambini segue i bambini in questo periodo di intensa evoluzione nella quale passano dal gioco infantile individuale con oggetti al gioco di movimento e sportivo che necessita una guida e un sostegno a misura di bambino da parte del monitor.

I manuali di «Educazione fisica» editi dalla Commissione federale dello sport distinguono fra tre tipologie d'incontro attraverso il gioco:



IO = l'incontro con l'oggetto (ambiente circostante)

I più piccoli giocano piuttosto da soli o eventualmente si dedicano a un oggetto (ad es. palla, clavetta, scatola, cerchio, corda). Per consentire di fare delle esperienze tattili di tutti i tipi è importante dar loro tempo e spazio a sufficienza. Il gioco non organizzato è un contesto ideale per avvicinare i bambini alle esperienze materiali.

«I giochi» > «Gioco libero»



TU = l'incontro con un interlocutore (ambiente circostante e sociale)

Per il bambino piccolo diventa sempre più importante lo scambio con un compagno. È essenziale imparare, scoprire, sperimentare e giocare insieme, ma anche condividere un oggetto. Lo scambio con il compagno consente al bambino di scoprire l'ambiente sociale nel quale vive. Per i bambini più piccoli come per i più grandi l'azzuffarsi e far finta di lottare sono un'esperienza importante.

«I giochi» > «Giochi di lotta e zuffe»

**NOI = l'incontro con l'altro coinvolto nella stessa attività
(ambiente circostante e sociale)**

Spesso nel gioco il monitor deve guidare e sostenere i più piccini per consentire loro di integrarsi pienamente e di imparare a cooperare con i compagni. L'entità del «noi, cioè la comunità, è anche una base essenziale per imparare a giocare gli uni contro gli altri. Il gioco «palla Alaska» consente di sperimentare il sentimento di far parte del gruppo.



 «I giochi» > «Alaska e palla bruciata»

Nelle lezioni e nell'allenamento le forme di organizzazione vanno adatte al livello di sviluppo dei bambini. Nel passaggio della fase dai più piccoli ai più grandi l'attività ludica porta dal gioco fatto da solo, accanto all'altro a quello con l'altro, fino alle forme gli uni contro gli altri (gare e competizioni). Si deve prestare attenzione soprattutto all'aspetto dei giochi fatti insieme agli altri, cioè alla cooperazione.

Attraverso forme di gioco scelte con cura il bambino più piccolo viene pian piano incitato a sperimentare il processo «io-tu-noi» per finire per abituarsi a giocare in gruppo e anche a forme di giochi competitive.

Insegnare a giocare



Adeguare il gioco al bambino

Come già menzionato, il bambino ha una voglia innata di giocare. Nonostante ciò, il monitor deve sapere come avvicinare al gioco i bambini dai 5 ai 10 anni per consentire l'esperienza del gioco, del movimento, della comunità e della riuscita.

Includere tutti i bambini

- Gruppi piccoli e campi di gioco adeguati.
- Rimanere in gioco piuttosto che stare in disparte.
- Evitare le «panchine di riserva» e i tempi d'attesa.

Insegnamento a misura di bambino

- Infondere divertimento e gioia.
- Prevedere spazio e tempo per consentire al bambino di fare esperienze e scoperte proprie.
- Il bambino non è un piccolo adulto: bisogna scegliere giochi adeguati al suo livello di sviluppo.

Materiale adeguato all'età

- Palle più piccole o grandi, più morbide o più lente.
- Bastoni e racchette più piccole, più corte, più leggere.
- Obiettivi (ades. porte, etc.) più grandi o più piccole o di vario tipo.



Dare spazio al gioco e stimolare la creatività

Il gioco è molto importante nel processo d'apprendimento. Giocare spontaneamente, secondo il proprio gusto e in maniera non organizzata consente di fare tutta una gamma di esperienze che stimolano la creatività e la concentrazione. La creatività si instaura nel bambino fra i 5 e 12 anni.

Il gioco non organizzato

Nella filosofia G+S di sport per i bambini il gioco non organizzato ha una rilevanza significativa. La lezione o l'allenamento strutturato secondo uno schema chiaro è un'opportunità per offrire ai bambini uno spazio da gestire secondo la propria creatività giocando o inventando e sperimentando delle figure. È anche un intervallo di recupero per il bambino che ha difficoltà a mantenere a lungo un'alta concentrazione. Il momento più idoneo per una sequenza di gioco non organizzato è l'inizio o la fine della lezione oppure durante l'allenamento come forma di gioco.



«I giochi» > «Gioco libero»

Saper giocare prima di esercitarsi

Il monitor può sfruttare l'innato desiderio di giocare per allenare ad esempio delle capacità tecniche. Il bambino perde rapidamente la concentrazione se deve fare degli esercizi a ripetizione. Se invece le tecniche di base sono presentate sotto forma ludica riesce a concentrarsi attivamente più a lungo.



«Psiche» >
«Divertimento»,
«Apprendimento»,
«Prestazione»

Giocare significa divertirsi, apprendere e realizzare una prestazione

Per il bambino è importante poter giocare e il monitore può favorirne la predisposizione all'apprendimento scegliendo i giochi adatti e variandoli. Sulla traccia delle basi teoriche gli obiettivi dell'apprendimento sono riconducibili a tre concetti fondamentali, che sono divertimento, apprendimento e prestazione:

Divertimento

Il bambino vuole ridere e divertirsi perché è un sentimento bello che lo fa star bene. Il divertimento è per così dire il concetto base perché facilita l'apprendimento e stimola la prestazione.



Apprendimento

Apprendere significa progredire in termine di fisico (coraggio, sicurezza di sé, comprensione del gioco), motricità (forme basilari di movimento) e capacità sociale (elaborare e rispettare insieme delle regole, fare attenzione al compagno).



Prestazione

Il bambino vuole riuscire a svolgere con successo i compiti e le esigenze che gli vengono posti e a tale fine si impegna con tutto se stesso. La sua prestazione si ricollega sempre a elementi come la curiosità, l'interesse e la gioia. Per questo motivo l'allenamento che ha l'ambizione di essere a misura di bambino è sempre impostato sul gioco (Physis > migliorare la coordinazione, stimolare il sistema cardiovascolare, rafforzare i muscoli e migliorare la velocità, rafforzare le ossa, mantenere e migliorare la mobilità articolare).





Prima del gioco: creare le condizioni ottimali

Se al momento di preparare il gioco il monitore tiene particolarmente conto di alcuni elementi riesce a creare un quadro migliore per l'attività ludica, facilita a tutti l'accesso e prolunga il tempo effettivo di gioco.

Regole: poche e semplici

Meno sono le regole e più semplici sono, più il gioco funziona. Inoltre è importante non introdurre troppe nuove regole in una volta. I bambini più piccoli possono recepire e applicare al massimo fra 2 a 4 nuove regole, quelli più grandi dalle 4 alle 6.



«Psiche» > «Apprendimento a breve termine»

Se un gioco è già noto e funziona bene nella forma di base, il monitore può aggiungere nuove regole. Va ricordato comunque che per i bambini è importante che le regole siano chiare e vengano rispettate.



«Insegnare a giocare» >
«Seguire il gioco e contare i punti»

Campo di gioco: adeguato all'attività

Specialmente in presenza di un gruppo grande si consiglia di suddividere il terreno in più campi e giocare parallelamente per consentire a tutti di partecipare al gioco in squadre più piccole con una conseguente intensificazione della lezione e dell'allenamento.

Inoltre la ricomposizione delle squadre (rende il gioco più avvincente e competitivo. I bambini hanno bisogno di spazio sufficiente e di demarcazioni (piattelli, paletti, etc.) ben visibili per poter giocare in tutta sicurezza parallelamente su vari campi.

All'aperto bisogna prevedere consegne speciali a seconda dell'ambiente o della forma di gioco (ad es. limite di distanza per giocare a nascondino) nonché segnalazioni più adeguate.

Un ambiente sicuro

Prima di iniziare a giocare il monitore verifica che il terreno sia sicuro e elimina eventuali rischi:

- Sul terreno di gioco non vanno dimenticati oggetti (ad es. palle, cerchi o altri piccoli oggetti come bottiglie, borsoni, etc.).
- Chiudere sempre le porte e i cancelli delle palestre.
- Prevedere una distanza di sicurezza sufficiente da oggetti ingombranti come pareti, colonne, piante, etc.
- Provvedere a spazi adeguati per attenuare cadute o frenate.
- Non usare le pareti né come obiettivi né come zona d'inversione.
- Nei giochi in cui si corre eliminare oggetti sui quali si potrebbe inciampare.
- Fissare bene gli attrezzi (ad es. porte) per evitare che si capovolgano.
- Prima della lezione o dell'allenamento chiedere ai bambini di togliere orologi e gioielli, di buttare via le gomme da masticare e di legare i capelli lunghi.
- In palestra: per prevenire gli infortuni stabilire quale tipo di scarpa va indossato (scarpe da ginnastica, scarpette per ginnastica artistica o calze antiscivolo). Per via del rischio di scivolare le calze normali non sono adeguate alle attività sportive.
- All'aperto: informare preliminarmente i bambini o i genitori sugli indumenti da indossare, sulla protezione solare e sulle calzature. Per le attività che si svolgono nella foresta sono consigliati indumenti a maniche lunghe e copricapi per proteggersi dalle zecche.

Materiale ludico adeguato all'età

Prima di iniziare il gioco il monitore prepara se possibile il materiale adeguato. Indubbiamente i bambini riescono a maneggiare meglio palle, bastoni o racchette commisurati alle loro mani o piedi e all'altezza. In vari sport esistono palle più morbide e più lente che consentono al bambino di fare rapidamente dei progressi e quindi di provare un maggiore appagamento e ridurre i rischi di infortunio.

Oltre alle porte, come bersagli per lanci e tiri si possono usare spazi demarcati, pareti, reti per tchoukball, panchine, materassi, cerchi, coni, etc. Le dimensioni e le distanze dei bersagli vanno variate e scelte in modo da consentire di centrarli, ma non troppo frequentemente.

Gli oggetti della vita quotidiana (palloni, giornali, tappi, stoffe, mollette, bottiglie PET, vasetti dello yogurt, etc.) sono una fonte inesauribile di idee che stimola la creatività del bambino e lo incita a fare degli esperimenti giocando a suo piacimento.

Formare gruppi adeguati e chiaramente distinguibili

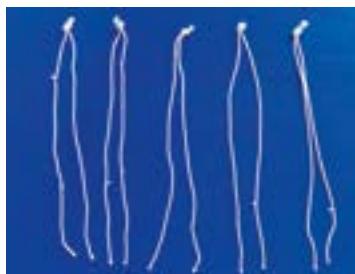
Se si gioca in piccoli gruppi, parallelamente su campi diversi, l'intensità di gioco e di partecipazione risulta maggiore. Inoltre nelle squadre piccole (2-5 bambini) è più facile orientarsi all'interno del gruppo.

Per comporre i gruppi fondamentalmente esistono due strategie: lasciar fare al caso oppure affidare la composizione ai bambini o al monitore.

Tecnica di scelta casuale:

- **Caratteristiche personali:** i criteri d'associazione sono ad es. pantaloni lunghi o corti, colore dei vestiti, capelli chiari o scuri, colore degli occhi, colore del materiale (casco, cuffia, palla, cerchio, corda, etc.).
- **Oggetti e simboli:** il monitore mette in un sacchetto delle figurine, delle carte da gioco, dei sassolini, delle biglie etc. in numero uguale ai bambini da suddividere. I bambini pescano un oggetto e si aggregano a un gruppo a seconda dell'oggetto, del colore o della forma. Variante: il monitore nasconde nella palestra dei bigliettini o degli oggetti.

- **Nodo di spaghetti:** per ogni bambino serve un pezzo di spago. Per un gruppo da tre ad esempio, si fa un nodo all'estremità di tre spaghetti. Il monitor tiene in mano tutti i nodi. I bambini afferrano uno spago e nel momento in cui il monitor apre la mano ecco che i nodi vanno a formare i gruppi.



- **Quiz:** il gruppo si compone di bambini che danno risposte uguali, ad esempio chi ha un cane o un gatto? Qual è il colore preferito? Chi è nato d'estate, chi d'inverno?
- **Biglietteria:** il monitor infila dei cartoncini, delle carte da gioco o dei biglietti ferroviari nelle fessure dei cassoni. I bambini scelgono il biglietto e si raggruppano con chi ha fatto la stessa scelta.
- **Atomi:** i bambini corrono liberamente. Il monitor chiama o fa vedere un numero. I bambini in tutta velocità si radunano formando dei gruppi di grandezza del numero annunciato. Il tutto si ripete fino a che le squadre hanno raggiunto il numero di membri necessario per il gioco che si vuole fare.



Formazione di gruppi ad opera del monitor:

- **Nastri colorati:** il monitor distribuisce dei nastri di vari colori per comporre dei gruppi omogenei che possono restare insieme per varie lezioni o allenamenti.
- **Copie progressive:** i bambini formano delle coppie che il monitor abbinerà in seguito per formare le squadre.

Formazione di gruppi ad opera dei bambini:

- **Libera scelta:** il monitor lascia ai bambini la scelta di formare dei gruppi da due o tre e si limita a completare i gruppi troppo piccoli per inserire tutti i bambini.

Il sistema della libera scelta richiede più tempo (a scapito del tempo di gioco) e comporta il rischio che vengano lasciati da parte sempre gli stessi bambini. Per i bambini può essere un'esperienza negativa e perciò si consiglia piuttosto di usare un'altra tecnica di raggruppamento.

Tecniche per uniformare la grandezza dei gruppi:

- **Jolly:** assegnare un bambino in più a un gruppo debole per aumentarne le chance. Oppure un bambino funge da jolly e si aggrega sempre al gruppo che ha il possesso della palla.
- **Consegna supplementare:** il gruppo più grande deve risolvere un compito più degli altri gruppi.
- **Tutti i bambini giocano:** se ci sono delle «riserve» il monitor riparte il tempo di gioco fra i vari gruppi in modo che tutti possano giocare, cioè nessuno passa tutto il suo tempo in panchina.
- **Giocare in soprannumerario o sottonumerario.**

I gruppi devono essere contrassegnati in maniera chiara (gilet, nastri). Nei giochi di ricerca i «cacciatori» ad es. portano un copricapo o tengono in mano un fazzoletto che va consegnato al prossimo turno. I nastri non vanno mai indossati attorno alla gola, ma piuttosto portati di sbieco su una spalla (specialmente i più piccoli).



Strategie per spiegare il gioco

Poiché il bambino non riesce a mantenere a lungo un'alta concentrazione bisogna spiegare il gioco in poche parole e con un linguaggio facilmente comprensibile.

Esempi di metodi a misura di bambino:

- Fare (o far fare) una dimostrazione pratica piuttosto che spiegare a voce (specialmente per la prima volta).
- Non introdurre troppi concetti in una volta: «Regole: poche e semplici».
- Esercitare ripetutamente i principi del gioco che ricorrono frequentemente; possono anche essere variati.
- Provare a fare il gioco al rallentatore.
- Raccontare una storia, usare una figura o un'imitazione per spiegare il gioco.
- Usare un linguaggio a misura di bambino che evoca immagini e metafore.



«Insegnare a giocare» >
«Regole: poche e semplici»



Durante il gioco: dirigere, osservare e variare il gioco

Il gioco è divertente solo se tutti lo capiscono, specialmente quando si tratta di un nuovo gioco. Pertanto bisogna programmare tempo a sufficienza e non esitare a ripetere più volte.

Seguire il gioco e contare i punti

Esistono varie tecniche per seguire un gioco:

- Il monitore si limita ad osservare e lascia fare i bambini autonomamente affinché imparino a giocare assumendo le responsabilità, nel rispetto delle regole e risolvendo da soli eventuali problemi. Questa strategia può essere sperimentata e usata specialmente con piccoli gruppi senza direzione o arbitro.
- I bambini assumono la direzione del gioco. Il monitore lascia loro un massimo di autonomia pur definendo i parametri generali. In genere i bambini apprezzano che il monitore ogni tanto giochi con loro e non si limiti a osservarli.
- Il monitore dirige il gioco: comunica chiaramente le regole e le fa rispettare senz'indugio perché i bambini le prendono sul serio e hanno la volontà di osservarle. Se le regole sono chiare e imparziali il gioco è più cooperativo e sicuro.

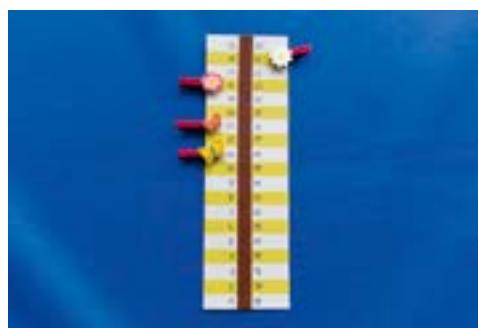


«Insegnare a giocare» >
«Giocare significa divertirsi, apprendere e realizzare una prestazione»

Il gioco può avere scopi diversi, cioè divertirsi, apprendere o realizzare una prestazione, e non si deve sempre porre l'accento sulla competitività (vincere o perdere). Il monitore può organizzarsi in modo che i bambini si divertano e imparino con gioia a cooperare in una squadra. Se invece si tratta di una gara è importante contare i punti correttamente e con serietà.

Come contare i punti in modo semplice e chiaro:

- **Tabellone:** per ogni squadra viene fissato un nastro di colore alla spalliera e con ogni punto viene spostato di una barra in su.
- **Gesetti:** fare delle righe sulla lavagna o sul pavimento.
- **Raccoglitore:** con ogni punto si mette un oggetto in un contenitore (pallina, pannocchia, sassolino, biglia, palla di neve, etc.).
- **Mollette:** confezionare un tabellone (con cartone). A ogni squadra viene assegnata una molletta colorata da spostare.



- **Gioco dell'oca (senza scalette e scivoli):** le squadre spostano la propria figurina man mano che fanno un punto.

- **Pallottoliere.**

Lasciar fare al caso:

- **Disegno:** ogni squadra fa un trattino su un foglio di carta per ogni punto vinto e alla fine vince quella che ha fatto il disegno originale.
- **Gioco dell'oca (con scalette e scivoli):** le squadre spostano la propria figurina man mano che fanno un punto.
- **Torre:** per ogni punto vinto i bambini ricevono un cubo di legno o una palla di neve. Vince la squadra con la torre più alta.
- **Spago senza fine:** per ogni punto vinto la squadra riceve un pezzo di spago. Vince la squadra che annodandoli fa la corda più lunga.



Osservare il gioco

Durante il gioco il monitor ha il compito di osservare attentamente come si svolge, di valutarlo e eventualmente di intervenire con dei consigli. Lo può fare sia dirigendo il gioco, sia partecipandovi.



«Insegnare a giocare» > «Prima del gioco: creare le condizioni ottimali»

Le seguenti domande sono utili per osservare e valutare il gioco:

- I bambini capiscono il gioco e sanno come funziona? Hanno l'occasione di realizzare un successo?
- Si divertono? Si impegnano a fondo? Il clima è positivo?
- Le regole di gioco vengono rispettate? Occorre adeguarle?
- Il campo di gioco è adeguato o bisogna modificarne le dimensioni? I bambini riconoscono i limiti del campo o bisogna migliorare le demarcazioni?
- La sicurezza è garantita? Ci sono eventuali fonti di rischio?
- È a disposizione un numero sufficiente di materiale da gioco oppure manca qualcosa?
- Tutti i bambini giocano attivamente? Le squadre sono composte in modo da consentire una gara avvincente?
- I bambini fanno dei progressi?

È importante lodare e dimostrare di apprezzare l'impegno del bambino e se un'attività non gli riesce bene bisogna motivarlo a riprovare. Gli errori sono ammessi, perché solo un tale clima infonde al bambino il coraggio di esprimere la propria creatività (senza aver paura di sbagliare) e questo non potrà che rafforzare la sicurezza di sé. Commenti e critiche sono importanti e vanno formulati in maniera positiva.



Variare il gioco

Il monitor può interrompere brevemente l'attività, discutere la situazione con i bambini per variare il gioco e lasciare che essi propongano idee proprie. Attenzione però a non lanciarsi in lunghi monologhi visto che durante il gioco è difficile ottenere l'attenzione dei bambini. Inoltre bisogna scegliere delle parole adatte al contesto.

Varianti:

- Adeguare o completare le regole.
- Modificare le dimensioni del campo o migliorare le demarcazioni.
- Completare il materiale di gioco, ad es. mettere in campo più oggetti (palle) per aumentare l'intensità, oppure modificare i bersagli (porte).
- Cambiare avversari, formare nuovi gruppi o variarne la grandezza, introdurre nuove consegne (dopo ogni punto i bambini devono risolvere un compito per aumentare le chance della squadra avversaria).
- Semplificare le consegne per i bambini più deboli o aggiungerne altre per quelli più forti.



«Insegnare a giocare» > «Prima del gioco: creare le condizioni ottimali»



Dopo il gioco: concludere al meglio la lezione o l'allenamento

Giocare scatena delle emozioni intense come la gioia, il piacere e l'orgoglio ma anche rabbia, tristezza e delusione. Pertanto è importante che il bambino apprenda a controllare e a gestire le emozioni. La lezione o l'allenamento dovrebbe sempre terminare su una nota positiva per motivare i bambini a riprendersi con rinnovato entusiasmo. Poiché la fase conclusiva riveste un'importanza particolare suggeriamo alcuni approcci che aiutano il monitor a gestire le situazioni molto emozionali:

Discutere il gioco

Il monitor sceglie singole sequenze o comportamenti da sottoporre alla riflessione dei bambini. Questo va fatto sotto forma di un dialogo subito dopo il gioco perché è il momento nel quale si ricordano meglio i dettagli. La discussione va impostata sul rispetto e sulla stima per garantire un'atmosfera aperta dalla quale ognuno può trarre una lezione. Va evitato di ridicolizzare o deridere singoli bambini.

Il monitor può tematizzare il comportamento di gioco attraverso alcune semplici domande: perché il gioco ha funzionato bene/male? Perché non sono stati marcati tanti punti? Quale strategia ha avuto più successo? Attenzione a fare osservazioni brevi e concise per non perdere troppo tempo.

Il docente può influenzare la scelta dei temi da discutere. Se l'attività è impostata sull'apprendimento o sulla cooperazione, il fatto di vincere o perdere ha meno importanza.



Imparare a gestire la vittoria e la sconfitta

Per molti bambini è difficile gestire la vittoria o la sconfitta. Il docente può abbozzare la questione e proporre delle forme di competizione adeguate.

Per i più piccoli sono utili anche storie o immagini:

- **Raccontare un'esperienza personale:** il monitore racconta un episodio accaduto a lui o a uno sportivo (noto) e spiega come gestire la delusione o la sconfitta.
- **Discutere un'immagine:** fotografie di facce che esprimono umori di tutti i tipi oppure proporre un questionario con smiley che ridono, piangono, si arrabbiano per aiutare i bambini a identificare e descrivere il sentimento che provano.
- **Spostare l'attenzione:** ciò che conta non è vincere o perdere, ma piuttosto il fare progressi da soli o in gruppo, realizzare una prestazione, l'azione di gioco. Il monitore può anche suggerire dei miglioramenti oppure elaborare proposte insieme ai bambini.
- **Frasi che rimangono impresse:** «chi vince sempre non impara mai», «chi perde oggi, vince domani», «se perdi e ti congratuli con il vincitore vinci anche tu», etc.



Fair play

Una delle principali missioni di G+S consiste nel promuovere fra i giovani e i bambini un comportamento equo (fair play) nello sport, nelle attività ludiche e nella vita quotidiana. Il monitore è un esempio da imitare.

I seguenti principi favoriscono una comportamento equo e corretto nelle attività ludiche e nell’allenamento:

- Le regole di gioco sono chiare e vengono rispettate.
- Tutti i bambini vengono trattati allo stesso modo in termini di lodi, apprezzamento, tempo di gioco, etc. («tutti i bambini giocano»).
- Il monitore fa passare in secondo piano i propri interessi e le proprie inclinazioni (ad es. se i propri figli sono della partita).

Il fair play non vincola solo il monitore, i giocatori e gli avversari, ma riguarda anche i genitori, gli assistenti, gli arbitri e il pubblico.

Per tematizzare la nozione di fair play il monitore può appellarsi alle seguenti massime:

- Rispetto le regole e sono sincero.
- Non offendo nessuno.
- Non ricorro alla violenza per risolvere un diverbio.
- Non escludo nessuno.
- Faccio sport con entusiasmo e sostengo i compagni.

Il monitore può consegnare un premio fair play per dare maggiore peso alla questione.

Rituali e forme di gioco rilassanti

Per influenzare l'atmosfera alla fine di un gioco e concludere la lezione o l'allenamento nel migliore dei modi si possono usare rituali o forme di gioco che favoriscono il ritorno alla calma. Le emozioni suscite dal gioco vengono attutite consentendo al bambino di distogliere l'attenzione dal gioco e rivolgerla ad altro. Inoltre consentono di evitare la confusione negli spogliatoi e di rivestirsi più rapidamente.

- Stretta di mano: giocatori e avversari si danno o sfiorano la mano.



- Fair play: riconoscere la vittoria dell'avversario, congratularsi o ringraziare per il gioco. A chi importa solo di vincere rovina il divertimento degli altri. Chi esprime congratulazioni sincere Fa sua una parte della vittoria perché è stato capace di superare la propria delusione.
- Raccontare una storia, cantare una canzone o fare una gara canora.
- Forme di gioco rilassanti.
- Scegliere i rituali o le forme rilassanti per concludere e rilasciare i bambini gradualmente negli spogliatoi.
- «Giochi per ritornare alla calma».

 «Creare le basi» >
«Calmarsi e rilassarsi»

 «I giochi» > «Giochi per il ritorno alla calma»

Bibliografia e letteratura d'approfondimento

- Ufficio federale dello sport UFSPO (editore) (2010). G+S Sport per i bambini – *Esempi pratici*. Macolin: UFSPO.
- Ufficio federale dello sport UFSPO (editore) (2010). G+S Sport per i bambini – *Nozioni teoriche*. Macolin: UFSPO.
- Ufficio federale dello sport UFSPO (editore) (2009). *Manuale di base Gioventù+Sport*. Macolin: UFSPO.
- Ufficio federale dello sport UFSPO (editore) (2010). *Psiche – Basi teoriche ed esempi pratici*. Macolin: UFSPO.
- Ufficio federale dello sport UFSPO (editore) (2013). *QuADERNO d'allenamento G+S Sport per i bambini Allround*. Macolin: UFSPO.
- Ufficio federale dello sport UFSPO (editore) (2008). *Ginnastica – Giochi sportivi*. Macolin: UFSPO.
- Ufficio federale dello sport UFSPO (editore) (2012). Piano direttivo di Gioventù+Sport. Macolin: UFSPO.
- Commissione federale dello sport CFS (editore) (1997) *MATERIALI PER L'EDUCAZIONE FISICA – VOLUME 2 FASCICOLO 5: SCUOLA DELL'INFANZIA Giocare; VOLUME 3 FASCICOLO 5: 1.-4. ANNO Giocare*. Berna: Commissione federale dello sport CFS.
- Balz, E. & Neumann, P. (1999): Erziehender Sportunterricht. In W. Günzel & R. Laging (Hrsg.), *Taschenbuch des Sportunterrichts*. Bd. 1. (162–192). Baltmannsweiler: Schneider Verlag.
- Baumberger, J., Huber, L., Liener, S., Müller, U. (2008). *Top Bewegungsspiele Band 1: für Kinder ab 5 Jahren*. Horgen: bm-sportverlag.ch.
- Baumberger, J., Müller, U. (2008). *Top Spiele für den Sportunterricht Band 2: für Kinder ab 7 Jahren*. Horgen: bm-sportverlag.ch.
- Baumberger, J., Müller, U. (2011). *Sportspiele spielen + verstehen*. Horgen: bm-sportverlag.ch.
- Conzelmann, A., Schmidt, M., Valkanover, S. (2011). *PERSONALITÄTSENTWICKLUNG DURCH SCHULSPORT*. Bern: Verlag Hans Huber.
- Krenz, A. (2001). *Kinder spielen sich ins Leben – Der Zusammenhang von Spiel- und Schulfähigkeit*.
- Krenz, A. (2014, März 24). *Das Spiel ist der Beruf des Kindes: das kindliche Spiel als Grundlage der Persönlichkeits- und Lernentwicklung von Kindern im Kindergartenalter*. Heruntergeladen von www.win-future.de/downloads/das-spiel-ist-der-beruf-des-kindes.pdf
- Krenz, A. (2014) *Kinder spielen sich ins Leben. Über die faszinierende Wirkung des freien Spiels*. horizonte. Blätter für Politik und Kultur in Mecklenburg-Vorpommern, 46, 10–11.
- Lang, H. (1996). *Spielen, Spiele, Spiel: Handreichung für den Spielunterricht*. Schorndorf: Hofmann-Verlag.
- Roth, K. & Hahn, C. (2007). Integrative Sportspielvermittlung. *Info Fachbereich Sport der Universität Heidelberg*, 29 (1), 4–7.
- Casalis, A. (2013). *Leo Lausemaus kann nicht verlieren*. Köln: Lingen Verlag.
- Roth, K. & Memmert, D. (2007). *Ballschule Heidelberg: spielerische, vielseitige und implizite Förderung der taktischen Kreativität*. motorik, 30, 202–209.
- Schweizerischer Fussballverband SFV (Hrsg.) (2013). *Kinderfussball-Konzept SFV – Fussball im J+S-Kindersport*. Bern: SFV.
- Scotton, R. (2013). *Splat n'aime pas perdre*. Paris: Editions Nathan.
- Memmert, D. (2012). *Development of Creativity in the Scope of the TGfU Approach*. In J. Butler & L. L. Griffin (Hrsg.), *More Teaching Games for Understanding. Moving Globally* (S. 231–244). Champaign: Human Kinetics.

Autori: Daniela Brönnimann, Sandra Lauber, Mirjam Schluep, Tim Hartmann,
Raphael Kern, Corina Wilhelm, Thomas Richard, Patricia Steinmann
Direzione del progetto: Patricia Steinmann
Traduzione: Servizi linguistici UFSPO

Fotografie: Thomas Oehrli, Daniel Käsermann
Illustrazioni: Luzi Etter
Impostazione grafica: Media didattici SUFSM

Edizione: 2014

Editore: Ufficio federale dello sport UFSPO
Internet: www.ufspo.ch, www.gioventuesport.ch
Ordinazione: dok.js@baspo.admin.ch
N° di ordinazione: 30.040.520 i
BBL: –

Tutti i diritti riservati. Riproduzione e diffusione di ogni tipo, anche parziali, sono possibili solo previa autorizzazione dell'editore e con indicazione della fonte.