



Gioco e... benessere

I sorrisi e le risate sono indicatori di qualità educativa e didattica: creano vicinanze, esorcizzano le paure, accolgono l'imprevisto e attivano interesse. Giocare fino in fondo con i bambini è un bel modo per dirci che si può crescere e apprendere stando bene insieme.

 di **Antonio Di Pietro**  3 minuti di lettura 15 aprile 2021

Giochiamo: il filo invisibile

I giochi come mosca cieca sono molto amati dai bambini per motivi diversi: uno di questi è legato al ridere, sia nel vedere come si muove e che cosa fa chi è bendato, sia nel fare cose “strane” con gli occhi chiusi o coperti.

Che cosa serve

Mollette per i panni, cordino e foulard.

Come si gioca

- Andiamo in giardino e, insieme ai bambini, leghiamo un cordino da un albero a un altro, mettiamolo (all'incirca) ad “altezza” del loro naso.
- Distribuiamo a ogni bambino cinque mollette da attaccare ai propri vestiti. Accertiamoci che tutti sappiano fare questa azione, possiamo offrire una molletta più grande a chi ha difficoltà.
- Con una conta formiamo delle coppie: bendiamo un bambino e invitiamo ad andare ad agganciare le proprie mollette al cordino; il suo compagno fornirà le indicazioni necessarie (“Più sopra... Indietro... Stop!"). Se la molletta cade si può riprendere, ma restando bendati!
- Al termine, giochiamo con un'altra coppia e facciamo in modo che tutti possano ricoprire i diversi ruoli a turno.
- In base alle abilità dei bambini valutiamo se giocare utilizzando una mano sola e con mollette di diversa misura.

Giochiamo: il piccolo gatto

Un classico meccanismo dell'umorismo infantile è legato al fare una serie di azioni per scatenare la risata dei compagni. In più, un modo per “stare al gioco” è quello di resistere alla risata.

Come si gioca

- Andiamo in giardino e disponiamoci in cerchio. Diciamo che a breve diventeremo un gatto che cercherà di far ridere tutti i bambini, ma: “Attenzione, voi dovete resistere e non ridere!”. Spieghiamo che quando ci avvicineremo miagolando a un bambino, quest'ultimo dovrà dire: “Povero piccolo gatto!” senza ridere e neanche sorridere.
- Iniziamo il gioco muovendoci come un gatto all'interno del cerchio. Avviciniamoci a un bambino a sedere, guardiamolo negli occhi e facciamo “Miaooooo!”. Se ride invitiamo a prendere il nostro ruolo di gatto, altrimenti andiamo a miagolare da un altro bambino.
- Diciamo che il gatto può fare tutto ciò che vuole per far ridere (ovviamente nei limiti): cadere, rotolarsi, rincorrere un topo... e miagolare a un compagno.
- Poi, dopo il terzo “Miaooo” con relativa risposta (“Povero piccolo gatto!”), senza nessuna risata, proponiamo un cambio di ruolo (facendo una conta o utilizzando un'altra modalità condivisa, per esempio il gatto sceglie chi prende il suo posto).
- Di fronte ai più imperturbabili si può miagolare con diverse intonazioni: giocose, tristi, arrabbiate...



Giochiamo: la mamma ha fatto gli gnocchi

Una tecnica “infallibile” per ridere è quella del solletico.

Come si gioca

- Formiamo in giardino un cerchio con al centro un bambino al quale verrà fatto il solletico con un lungo filo d'erba. Diciamo: “Chi è in mezzo deve resistere il più possibile”.
- Accordiamoci sulle tecniche che si possono adottare per non ridere: “Si può stare con gli occhi chiusi? Si possono tenere le mani sulla bocca?”.
- Invitiamo un bambino ad andare dal compagno al centro del cerchio per fargli il solletico con un filo d'erba, evitando però il viso.
- Nel frattempo, chiediamo a chi fa il solletico di recitare la frase “Ridi, ridi che la mamma ha fatto gli gnocchi”. Nel momento in cui il bambino al centro si mette a ridere tutti gli altri iniziano a saltare a piedi uniti (oppure “a zoppetto”) nello spazio a disposizione.
- Chi ha riso può andar a far delle smorfie a chi sta saltando. Diciamo: “Se cadete restate fermi seduti sul posto, l'ultimo che rimane in piedi cercherà un bel filo d'erba e sarà colui che farà il solletico nel prossimo turno”.
- Decidiamo insieme come individuare il bambino che andrà al centro per farsi fare il solletico: “È quello che prima faceva il solletico? Facciamo una conta per sceglierlo?”.

