

# IL VALORE PSICO-PEDAGOGICO DEL GIOCO SPONTANEO

Dott.ssa Sara Crisantemi Pedagogista Indipendente

Progetti di Educazione Parentale in Natura:

SottoSopra (Brescello) e TanaLiberaTutti (Suzzara)

**Tipologia del contributo: saggio**

**Indice:**

1. Premessa.....	pag. 2
2. Apprendimenti e gioco spontaneo.....	pag. 3
2.1. Espressione del sé.....	pag. 4
2.2. Creatività e pensiero divergente.....	pag. 5
2.3. Gioco simbolico.....	pag. 5
2.4. Sviluppo psicomotorio.....	pag. 6
2.5. Competenze relazionali ed empatiche.....	pag. 6
3. Conclusioni.....	pag. 8
4. Bibliografia.....	pag. 10

## Premessa

*“I giochi dei bambini non sono giochi,  
e bisogna considerarli come le loro azioni più serie.”*

(Michel De Montaigne)

Il gioco è la principale attività del bambino e della bambina, un fenomeno spontaneo in quanto risponde al loro bisogno naturale di operare, di cimentarsi, di affrontare difficoltà, di riuscire a superarle, di apprendere per prove ed errori, di esercitare la perseveranza, di cooperare con gli altri. Il gioco spontaneo in contesti naturali, non strutturati dall'adulto, favorisce lo sviluppo di molteplici apprendimenti.

Innumerevoli studi e ricerche confermano il valore del gioco spontaneo per gli apprendimenti. Purtroppo, soprattutto in Italia, siamo ancora legati al concetto che per apprendere occorra essere “seri”: un po' come dire che se ci si diverte non si apprende. Grazie agli studi pedagogici, psicologici e anche grazie alle innumerevoli scoperte neuroscientifiche, oggi sappiamo che gli aspetti emotivi sono profondamente interconnessi con gli apprendimenti. Siamo infatti esseri totali e non si può lavorare ad esempio sulla cognitività senza tenere conto del corpo o dell'emotività, ecc. Proprio come un sistema integrato noi apprendiamo, e allo stesso modo i bambini e le bambine: come afferma la Dott.ssa Daniela Lucangeli, quando “registriamo” una conoscenza “registriamo” anche l'emozione provata durante quell'apprendimento.

Apprendere con gioia non è la stessa cosa che apprendere con noia! Quando proviamo emozioni spiacevoli, infatti, produciamo un'onda (in hertz) bassa ma molto lunga, cioè continuativa: a livello evolutivo questo sistema è molto intelligente, in quanto quest'onda sottosoglia ma costante è come un segnale di allerta sempre presente che ci avverte del pericolo. Ecco che se apprendo con questo tipo di emozioni (paura, ansia, vergogna, noia) automaticamente la reazione istintiva sarà quella della fuga dalla conoscenza, dagli apprendimenti. Se, al contrario, la conoscenza è accompagnata da emozioni piacevoli (gioia, volontà, serenità) si produce un'onda alta e breve: un picco di hertz che mi accompagneranno alla ricerca di riprovare quella sensazione piacevole, ovvero alla ricerca della conoscenza perché corrisponde alla ricerca dell'emozione piacevole “registrata” insieme all'apprendimento.

Risulta evidente come apprendere attraverso il gioco, l'attività principale dei bambini e delle bambine, assuma un valore centrale nel loro sviluppo integrale di persone. Questo è il motivo principale a mio avviso per cui dovremmo salvaguardare i momenti di gioco spontaneo dei bambini e delle bambine, soprattutto in natura, in quanto è fonte di innumerevoli apprendimenti e di benessere.

## Apprendimenti e gioco spontaneo

### *“Filastrocca dei liberi giochi*

*Io gioco con giocattoli*

*Belli, preziosi e strani*

*Se non ci sono quelli*

*Gioco con le mie mani*

*Gioco con legno e sassi*

*Gioco con ombra e sole*

*Se non ci sono quelli*

*Gioco con le parole*

*Gioco con i miei passi*

*Gioco con ciò che c'è.*

*Nessuno ha più giocattoli di me.”*

Bruno Tognolini

I bambini e le bambine si esprimono innanzitutto attraverso il corpo: i loro linguaggi rispondono a bisogni naturali e fisiologici che sono specie-specifici. E tra i linguaggi dei bambini e delle bambine il primo che si manifesta è appunto il linguaggio corporeo: il bambino e la bambina, sperimentando con il corpo, stanno dicendo di sé, stanno raccontando chi sono. E lo stanno raccontando a qualcuno, molto spesso ad un adulto di riferimento o ad un altro bambino o bambina. L'adulto ha l'importante compito di osservare e rispondere a questo linguaggio corporeo del bambino e di farlo con un linguaggio affettivo (cioè che parla di emozioni e la loro regolazione). Ogni movimento nasce da un'emozione e ogni emozione nasce da un bisogno che il bambino e la bambina ci manifestano proprio attraverso il corpo e il suo movimento. Dalla qualità e dalla quantità delle loro esperienze corporee e di rispecchiamento emotivo, dipende lo sviluppo degli altri linguaggi (quello simbolico, quello del linguaggio verbale, quello della rappresentazione, quello della creatività, quello del pensiero, ecc.). È essenziale, dunque, che i bambini e le bambine possano sperimentare col corpo, in spazi aperti, ampi, con materiali destrutturati, e che abbiamo un adulto di riferimento che rimandi loro l'emozione che c'è dietro a quell'esplorazione corporea, a quei gesti, a quelle espressioni, a quei movimenti. È così essenziale perché è da questo che dipende lo sviluppo di tutti gli altri linguaggi. Ecco che il gioco spontaneo in natura, in ambienti non pensati dall'adulto, come un bosco, un prato, una zona golenale, una spiaggia e così via, assume una valenza centrale, di fondamentale importanza per la crescita integrale dei bambini e delle bambine.

Inoltre, quando gli altri linguaggi saranno maggiormente presenti (ovvero quando saranno sviluppati i linguaggi della rappresentazione, della parola, ecc.), i bambini e le bambine non smetteranno in ogni caso di essere corpo. Anche noi adulti siamo anche corpo, nonostante ci esprimiamo prevalentemente attraverso altri linguaggi. Di questo aspetto non ci dobbiamo dimenticare e dobbiamo continuare ad osservare i linguaggi corporei e a dare loro ampio spazio e tempo perché restano centrali nell'essere persona.

Il bambino e la bambina pensano e apprendono in base a come hanno potuto giocare e sperimentare col corpo e in base a come hanno potuto comunicare a livello emotivo con noi adulti. Si comprende a pieno come l'osservazione pedagogica del gioco spontaneo dei bambini e delle bambine in contesti naturali sia essenziale al fine di comprendere chi sono e cosa stanno comunicando, di valutare e saper aspettare i giusti tempi, di promuovere apprendimenti rispettando i tempi fisiologici di ciascun bambino o bambina. In effetti esistono dei tempi di apprendimento fisiologici che sono diversi per ciascuno di noi. "Forzare" gli apprendimenti con tanto esercizio, compiti, verifiche, ecc. può essere utile solo a breve termine: ciò che ho appreso non resta, non permane. Questo è ormai verificato dalle ricerche sulla durata di ciò che i bambini apprendono.

Per favorire e sostenere gli apprendimenti avrò bisogno innanzitutto di rispondere ai bisogni naturali dei bambini e delle bambine. E questi, in sintesi, possono essere a mio avviso così riassunti:

- spazi che permettano il movimento e la sperimentazione corporea,
- materiale destrutturato,
- gioco spontaneo,
- espressione delle proprie emozioni (ricordando che il bambino e la bambina parlano sempre delle proprie emozioni e lo fanno principalmente attraverso il corpo) e rispecchiamento emotivo (perché l'emozione riconosciuta, legittimata ed aiutata nella sua regolazione, è l'elemento che fissa gli apprendimenti).

Il gioco spontaneo in natura contiene in sé tutti questi aspetti e, quindi, è già di per sé ricco e stimolante a fine di promuovere gli apprendimenti dei bambini e delle bambine, insieme all'accompagnamento di un adulto consapevole ed empatico.

Proviamo ora ad approfondire uno alla volta i molteplici apprendimenti favoriti dal gioco spontaneo in contesti naturali. Utilizzerò questa sistematizzazione solo per esigenze esplicative ma resta sottinteso che i diversi apprendimenti si intrecciano, arricchendosi reciprocamente ed interagendo in un sistema complesso che va oltre le categorizzazioni proposte.

## **Espressione del sé**

Innanzitutto, come abbiamo già sottolineato, attraverso il gioco il bambino e la bambina possono esprimere se stessi, con i propri tempi e le proprie modalità, seguendo le proprie passioni e scoprendo i propri talenti. In questo modo il bambino può conoscersi e sperimentarsi. Nel gioco il bambino produce, esprime e applica qualcosa di assolutamente personale, qualcosa di continuamente nuovo, che manifesta la sua personalità, il suo sentire, il suo lavoro costruttivo.

Il gioco spontaneo in questo senso è profondamente inclusivo: ognuno può portare dentro se stesso, esprimersi, sperimentarsi. All'interno delle proposte strutturate dall'adulto sono già presenti le

nostre scelte, le nostre visioni, i nostri pensieri e le nostre emozioni. Nel gioco spontaneo in natura tutto questo non è presente e, in questo senso, il bambino e la bambina potranno sperimentare in modo maggiormente libero dalle nostre strutturazioni. In questo argomento ovviamente rientra tutto il valore del gioco destrutturato, che non propone soluzioni uniche e già confezionate, ma che al contrario permette a ciascun bambino e ciascuna bambina di trovare i propri modi e tempi, di mettere in campo se stessi nel gioco e attraverso il gioco.

Nel gioco spontaneo sono infatti accolti i diversi aspetti della personalità (: emozionali, cognitivi, artistici e relazionali), liberando le energie proprie di ciascun bambino e bambina e, in questo senso, riequilibrando tutte le dimensioni del sé. Il bambino e la bambina provano benessere, accettazione, serenità, creando un contesto di fiducia, di curiosità e di ricerca che agevola e sostiene gli apprendimenti.

### **Creatività e pensiero divergente**

Il gioco spontaneo favorisce la creatività e il pensiero divergente in quanto, in assenza di modalità strutturate dall'adulto, saranno proprio i bambini e le bambine a inventare, creare e ricreare storie, ambientazioni, costruzioni, connessioni, ecc. In una società dove spesso si cerca il pensiero unico, credo che sia fondamentale, invece, favorire lo sviluppo nelle nuove generazioni di tali capacità. Sappiamo che la creatività, con cui tutti gli esseri umani nascono, è molto forte negli anni della prima infanzia (fino a 6 anni) e poi cala drasticamente negli anni a seguire. È lecito chiedersi come mai. Cosa succede dai 6 anni in avanti? Come sappiamo il nostro cervello è un sistema intelligente e, in qualche modo, "salva" solo ciò che ritiene utile e necessario. In questo modo se una competenza non ci viene mai richiesta, viene ritenuta non fondamentale e quindi, di fatto, viene dimenticata. È evidente come, attraverso il gioco spontaneo, sia possibile invece esercitare e continuare a tenere vivi creatività e pensiero divergente, che sono necessari per poter appunto giocare in modo destrutturato in contesti naturali. Come professionisti dell'educazione, ci è sicuramente capitato di osservare bambini e bambine (di solito dai 5-6 anni in su) che ad esempio in un prato non trovano nulla di interessante da fare e dichiarano di annoiarsi, di non sapere cosa fare. Come vi sarà capitato di vedere altri bambini e bambine che, al contrario, si immergono subito in corse, ricerche, giochi simbolici, giochi motori, ecc. Che cos'è che determina questa diversità? Molto spesso l'elemento che maggiormente incide è proprio la frequenza con cui questi bambini e queste bambine sono esposti al gioco spontaneo, libero, da soli o con altri bambini e bambine, ovvero la frequenza delle occasioni in cui hanno potuto utilizzare la loro creatività e il loro pensiero divergente per stare in gioco.

### **Gioco simbolico**

Il bambino e la bambina riproducono molto spesso all'interno dei giochi spontanei ciò che vedono fare agli adulti, attraverso le loro interpretazioni espressive e utilizzando il gioco simbolico per assumere nuovi ruoli e nuove identità. Mettere in gioco le azioni delle persone attorno a loro permette ai bambini e alle bambine di rielaborare e reinterpretare le stesse, affrontando paure e provando a mettersi da altri punti di vista. La maturazione neurofisiologica dei bambini e delle bambine non consente, almeno fino ai 5-6 anni, di autoregolarsi emotivamente, di mettersi da un

altro punto di vista, di prendere una decisione tenendo in considerazione di tutte le variabili in gioco, e altre funzioni complesse che risiedono nella neocorteccia (che si sviluppa gradualmente, fino a oltre i 20 anni). Al fine di favorire tali competenze è necessario poter sperimentare molte volte situazioni in cui si ha la possibilità di provare a fare queste operazioni così complesse per un bambino o una bambina, specie se piccoli. Dunque, il contributo del gioco spontaneo anche in questo senso, è di altissimo valore appunto per le occasioni di rielaborazione e reinterpretazione della quotidianità dei bambini e delle bambine. Attraverso il “far finta di...” i bambini e le bambine esplorano mondi altrimenti inesplorati, provano confini, si mettono alla prova, sapendo di essere in qualche modo contenuti e protetti dalla cornice del gioco.

## **Sviluppo psicomotorio**

In ambito corporeo, il gioco spontaneo dà la possibilità di sperimentarsi totalmente, misurandosi con le proprie potenzialità e i propri limiti, facendo propri importanti concetti spaziali (misurazioni, distanze, equilibrio, ecc.) attraverso l’esperienza diretta. L’apprendimento esperienziale, quello che passa attraverso il fare, è l’apprendimento più significativo per l’essere umano. Ne deriva che apprendere ad esempio un concetto di misura cercando la strategia per salire su un albero, dovendo posizionare un tronco a terra per arrivare ai rami più bassi, e accorgendosi che il tronco scelto non è sufficientemente alto, cercando un’altra strategia e così via, assume un valore centrale per l’apprendimento stesso. Innanzitutto perché, appunto, mentre apprende il bambino fa, sperimenta, è il protagonista della sua stessa conoscenza. Poi perché è profondamente motivato e quindi si impegna nel riuscire a portare a termine il suo gioco, e sappiamo quanto la motivazione interna e l’impegno incidano sugli apprendimenti stessi: gli studi neuroscientifici hanno dimostrato come questi due fattori siano in grado di agire positivamente sulla plasticità neuronale.

Inoltre la produzione di irisina, un neurotrasmettitore secreto dal nostro corpo proprio quando facciamo movimento, migliora le capacità di attenzione, di ragionamento e di memorizzazione. Questo significa che dopo aver giocato all’aria aperta muovendo il nostro corpo, siamo maggiormente in grado di apprendere, anche in un contesto più strutturato. Ecco che i giochi di movimento che i bambini e le bambine fanno in natura contribuiscono alla loro crescita complessiva, e non solo semplicemente un momento di “sfogo fisico”.

## **Competenze relazionali ed empatiche**

Attraverso il gioco spontaneo il bambino e la bambina hanno infine la possibilità di sperimentare la relazione con l’altro. È proprio attraverso questo tipo di gioco che possono conoscersi e mettersi alla prova, provare a cooperare e a cercare soluzioni condivise ma, soprattutto, imparano a co-costruire fiducia, sviluppando competenze relazionali, comunicative ed empatiche alla base dell’intelligenza emotiva. È essenziale che i bambini possano vivere dei contesti di gioco spontaneo dove siano in grado di sperimentare la relazione con l’altro, anche senza la mediazione adulta. Questa possibilità fino a pochi decenni fa era assolutamente sostenuta da un contesto socio-culturale che permetteva ai bambini e alle bambine di ritrovarsi tra pari e di giocare, sottraendosi in qualche modo al “controllo adulto”. Oggi purtroppo la società ci avverte in continuazione dei rischi e dei pericoli e questo ci porta ad avere molta paura nel lasciare i bambini e le bambine a giocare

senza la nostra sorveglianza. Di fatto sono anche scomparsi gli spazi dove questo gioco spontaneo possa prendere vita in sicurezza, vivendo ormai sempre più in città trafficate ed effettivamente non vivibili dai bambini e dalle bambine con spensieratezza e libertà. Ci sono anche delle realtà, di solito di aperta campagna o di montagna, dove questo è ancora concesso, dove si vedono i bambini giocare all'aria aperta in modo spontaneo senza la mediazione dell'adulto. In fondo tutti giochi di una volta all'aria aperta hanno un grande valore dal punto di vista degli apprendimenti: il saper riconoscere e ricordare le regole di un gioco condiviso, il saper aspettare il proprio turno, il saper accordarsi, ecc. sono tutte competenze relazionali alla base dello sviluppo dell'intelligenza emotiva.

Al di là delle possibilità legate al contesto nel quale viviamo attualmente, dobbiamo sapere che è cruciale per lo sviluppo emotivo e relazionale dei bambini e delle bambine, che essi abbiano la possibilità di sperimentarsi appunto nella relazione coi pari. Per fare questo ci vuole un adulto che sappia "farsi da parte", che sappia aspettare il momento per intervenire (magari limitandosi solo alle occasioni in cui è necessario, come ad esempio nel caso in cui un conflitto tra bambini salga a toni troppo alti). Lo scambio tra pari promuove apprendimenti dal punto di vista dell'intelligenza emotiva ma non solo. Infatti la relazione tra pari può essere anche tramite di apprendimenti cognitivi e questo è ampiamente dimostrato dagli studi sulla peer education che oggi assume un ruolo centrale all'interno di qualunque approccio educativo che guarda alle evidenze neuroscientifiche. Il fare insieme, possibilmente in situazioni laboratoriali (quindi facendo con le mani, essendo protagonisti attivi del proprio processo di apprendimento), stimola e sostiene gli apprendimenti. È evidente come il gioco spontaneo in natura tra pari sia occasione irrinunciabile di scambi, di conoscenze e di esperienze.

## Conclusioni

*“L’uomo è veramente uomo soltanto quando gioca.”*

(Friedrich Schiller)

Alla luce delle riflessioni fatte, risulta evidente come il valore socio-psico-pedagogico del gioco spontaneo sia alto ed essenziale al fine del benessere dei bambini e delle bambine e dei loro apprendimenti. È attraverso l’osservazione pedagogica del gioco spontaneo che, in quanto adulto di riferimento, potrò avere tutta una serie di informazioni ed elementi preziosi per accompagnare la persona nella sua crescita integrale. E, d’altra parte, è solo attraverso il gioco spontaneo che il bambino e la bambina potranno sperimentare certe zone di sé e della relazione con l’altro.

Diventa irrinunciabile prevedere, all’interno dei contesti educativi, momenti di gioco spontaneo per i bambini e le bambine, consapevoli della loro crucialità, resistendo alla tentazione di occupare ed organizzare tutto il loro tempo. Questa tentazione è spesso presente anche nei contesti familiari. Organizzare tutto il tempo dei propri figli facendoli passare dal contesto scolastico ad altre attività e proposte strutturate non è di aiuto da questo punto di vista. I bambini e le bambine passano da un’attività all’altra senza avere la possibilità di sperimentare la noia, il doversi organizzare da sé, il comprendere davvero chi sono e cosa piace fare a loro, il dover trovare strategie relazionali e accordi non mediati né strutturati da un adulto.

Queste sono tutte esperienze cruciali insite nel gioco spontaneo, che abbiamo il compito di salvaguardare e promuovere il più possibile, nel rispetto appunto dei bisogni naturali dei bambini e delle bambine che citavamo in precedenza. Restituiamo ai bambini il tempo del gioco, riconosciamo loro questo diritto fondamentale, sancito anche dalla Convenzione Onu sui Diritti dell’Infanzia (1989) che, all’art. 31, comma 1, cita:

*“Gli Stati parti riconoscono al fanciullo il diritto al riposo e al tempo libero, a dedicarsi al gioco e ad attività ricreative proprie della sua età e a partecipare liberamente alla vita culturale ed artistica.”*

All’interno dei contesti che si occupano a vario titolo di educazione occorre a mio avviso una consapevolezza maggiore dell’importanza dell’osservazione pedagogica dei momenti di gioco spontaneo e dei possibili rilanci e proposte che si possono fare per promuovere apprendimenti significativi per quel gruppo specifico di bambini e bambine a seguito di tale osservazione.

A questo proposito concludo con delle domande di ricerca che vogliono stimolare riflessioni e pratiche aperte e dinamiche, in evoluzione continua:

- quali esperienze motorie e sensoriali sono bisogni irrinunciabili dei bambini e delle bambine?
- quali spazi e materiali rispondono efficacemente a questi bisogni?
- quali strumenti osservativi e di rilancio del gioco e della ricerca spontanea dei bambini e delle bambine sono utili ed efficaci al fine di sostenere i loro apprendimenti e la loro crescita integrale?
- qual è la grammatica del gioco spontaneo che sto osservando?



È essenziale a mio avviso essere innanzitutto in ricerca in prima persona come adulto di riferimento. I bambini e le bambine sono dei costruttori costanti di significati e noi li co-costruiamo insieme a loro se siamo disposti a stare in gioco.

## Bibliografia

Bueno i Torrens D., Neurociencia para educadores. Todo que los educadores siempre han querido saber sobre el cerebro de sus alumnos y nunca nadie se ha atrevido a explicarselo de manera comprensible y util. Octaedro (2017)

Carpi L., Educare in natura. Strumenti psicomotori per l'educazione all'aperto. Erickson (2018)

Freire P., Pedagogia dell'autonomia. Saperi necessari per la pratica educativa. Edizioni Gruppo Abele (2014)

Gray P., Lasciateli giocare. Einaudi (2015)

Guerra M. (a cura di), Materie intelligenti. Il ruolo dei materiali non strutturati naturali e artificiali negli apprendimenti di bambini e bambine. Edizioni junior (2017)

Louv R., L'ultimo bambino nei boschi. Rizzoli (2006)

Lucangeli D., Vicari S., Psicologia dello sviluppo. Mondadori (2019)

Malavasi L., Fuori mi annoio. Zeroseiup (2018)

Pikler E., Datemi tempo. Lo sviluppo autonomo dei movimenti nei primi anni di vita del bambino. Csifra (2015)

Tonucci F., I materiali. La creta, il colore, il legno nel nido, nella scuola dell'infanzia ed elementare, a casa. Zeroseiup (2006)

Vergara Ramirez J.J., Aprendo porque quiero. El aprendizaje basado en proyectos (ABP), paso a paso. Ediciones SM (2015)

Zavalloni G., La pedagogia della lumaca. Per una scuola lenta e non violenta. Emi (2015)