



## CAPITOLO 2

### *Progettazione ed organizzazione delle attività motorie per la fascia d'età 0-6 anni: la strutturazione degli spazi per giocare*

PATRIZIA TORTELLA E GUIDO FUMAGALLI  
Università di Verona

#### **Organizzazione delle attività motorie nella fascia 0-6 anni**

Lo stile di vita attuale favorisce la sedentarietà anche dei più piccoli, che sempre più spesso trascorrono gran parte delle loro giornate davanti alla televisione o a un computer, sin dalla più tenera età. Le conseguenze di questo sono da un lato l'aumento del fenomeno dell'obesità infantile, dall'altro la ricerca disperata di attività sportive organizzate, già a partire dalla primissima infanzia (HBSC survey, 2004).

In entrambe le ipotesi il bambino può incorrere in grossi rischi per la sua salute. Nel primo caso l'obesità infantile predispone all'obesità in età adulta e a malattie metaboliche; nel secondo caso un'attività sportiva in età precoce può essere dannosa sia per lo sviluppo psico-fisico del bambino, sia per la motivazione futura alla pratica dell'attività motoria.

Molti bambini iniziano precocemente (3-4 anni) a praticare attività motorie-sportive spesso organizzate rigidamente dal punto di vista dell'intensità della pratica motoria, della specializzazione della disciplina e della frequenza degli incontri. La conseguenza di un approccio precoce alle attività motorie-sportive strutturate rigidamente si può manifestare attraverso l'abbandono, dopo pochi anni, di ogni forma di attività motoria o sportiva. Le ricerche realizzate dalla Facoltà di Scienze Motorie di Verona evidenziano che la fase della vita a cui si associa il maggior tasso di abbandono dell'attività motoria è l'adolescenza, verso i 13-14 anni. E' interessante notare che da quell'indagine, condotta su ragazzi delle scuole medie del Veneto, emerge come il fattore che più predice se il giovane si manterrà attivo è l'esempio dei genitori (Uras et al., 2009).

L'American Academy of Pediatrics nelle sue linee guida sull'attività motoria nell'infanzia, pubblicate sulla rivista Pediatrics del 2001, pone l'attenzione sui danni provocati dalla pratica di attività motorie non cor-



rettamente realizzate e raccomanda che l'attività motoria per i bambini sia gestita da persone adeguatamente competenti e preparate. Nel suo editoriale, la Società enfatizza il fatto che le attività debbano essere proposte "a misura di bambino", adeguate al suo sviluppo e alle sue possibilità (American Academy of Pediatrics, 2001).

L'attività preferita da un bambino di 0-6 anni è il gioco caratterizzato dalla predominanza della componente motoria. Vygotskij afferma che "il gioco non è l'aspetto preponderante dell'infanzia ma è una fonte fondamentale nello sviluppo" (Vygotskij L., 2007). L'urbanizzazione ha determinato però una diminuzione dei luoghi dove i bambini possono giocare liberamente ed autonomamente.

Inoltre, la maggior parte degli educatori dei nidi e delle scuole dell'infanzia (le strutture dove passano una parte significativa della giornata i bambini delle moderne città) risulta impreparata nei confronti delle attività motorie. Da una recente ricerca sulle attività praticate al nido dai bambini di 0-3 anni è emerso che, nonostante i bambini passino l'80% del loro tempo muovendosi, vi è una sostanziale carenza di progettazione delle attività motorie da parte degli educatori; ciò si traduce in mancanza di tempi e spazi dedicati al movimento dei bambini e in assenza di criteri circa l'arredamento e la scelta di materiali e attrezzature, (Callegari L., 2009). La situazione è ancor più grave a livello domestico dove ancora manca (anche a livello di arredamento) una coscienza delle necessità di movimento del bambino. Sono disponibili bellissimi seggiolini in cui il bambino rimane fermo e seduto tutto il giorno; ma pochissime case e nidi sono dotati di pavimenti riscaldati e tappetini studiati per facilitare il gattonamento e i primi passi.

### **Le attività a misura di bambino**

Le premesse riportate nei paragrafi precedenti e nel capitolo 1 sullo sviluppo senso-motorio segnalano come l'organizzazione di attività motorie per la prima infanzia sia un compito molto complesso che richiede la partecipazione di intelligenze, conoscenze e competenze multiple. E' un ambito in cui la conoscenza dei processi educativi deve coniugarsi con i fondamenti scientifici delle scienze del movimento umano e con la comprensione dell'organizzazione del sistema sociale/territoriale in cui il bambino vive. Infine, più di tante altre attività educative, l'organizzazione delle attività motorie per la prima infanzia deve affrontare il problema della strutturazione degli spazi.



Pur nella multidisciplinarietà del compito, esiste un minimo denominatore comune che lega le diverse competenze e che deve fungere da guida per tutti gli attori coinvolti nella progettazione e nella pratica delle attività motorie del bambino, dal genitore al Sindaco. Tale denominatore comune è rappresentato dal principio che le attività devono essere “a misura di bambino”.

Cosa si intende per attività a misura di bambino?

Con questo termine si intende l’insieme delle opportunità offerte al bambino nel rispetto della sua integralità psico-fisica. Diversi elementi concorrono nel definire un’attività a misura di bambino:

- √ Rispetto delle fasi evolutive in cui si trova il bambino
- √ Conoscenza delle abilità e delle competenze possedute dal bambino
- √ Metodologia di lavoro adatta al bambino
- √ Mezzi e metodi di lavoro adeguati a età e livello di abilità e competenze possedute dal bambino
- √ Contenuti dell’attività adeguati a età e livello di abilità e competenze possedute dal bambino
- √ Calcolo dei tempi e degli spazi delle attività
- √ Modalità di valutazione che permettano di verificare i progressi e i processi del bambino
- √ Struttura/ambiente e materiali idonei all’età, sicuri, piacevoli al bambino

Oltre agli aspetti motori e psico-pedagogici, anche lo studio dell'ambiente concorre a creare le attività a misura del bambino. La scelta di colori, materiali, disposizione degli oggetti, temperatura dei luoghi, la sicurezza, le condizioni igieniche che rendano idonei gli spazi alla pratica di attività motoria nelle diverse età del bambino si affiancano alle conoscenze di ambito motorio e psico-pedagogico.

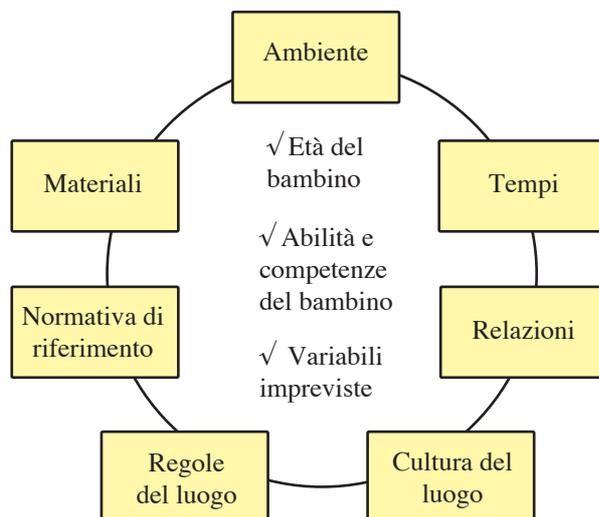


FIGURA 1:

*Variabili da considerare per la progettazione di attività motorie*

Nel progettare interventi che possano favorire la pratica delle attività motorie nella fascia d'età 0-6 anni occorre quindi prendere in considerazione le diverse variabili che sono riportate nella figura 1.

Al di là delle varie attività vitali come mangiare e dormire, l'attività principale di un bambino di età compresa tra lo zero e i sei anni è il gioco.

Con il gioco il bambino sviluppa le sue abilità/competenze di tutti gli ambiti compreso quello senso-motorio. Nel programmare attività per lo sviluppo del bambino in questa fascia d'età non bisogna mai dimenticare che queste devono consistere in attività di gioco.

Esistono diverse modalità con cui il bambino gioca, ma senza dubbio quella che oggi tutti ritengono essere fondamentale per lo sviluppo del bambino (in tutti i suoi ambiti) è il gioco libero, quello cioè ideato, regolamentato, condotto dal bambino stesso, senza l'interferenza dell'adulto (Burdette et al., 2005). In questo testo non affrontiamo il problema di come l'adulto può/deve comportarsi affinché il bambino tragga il massimo vantaggio dal gioco che fa. Verranno invece trattati gli aspetti di come uno spazio possa essere organizzato affinché il bambino abbia opportunità di giocare soprattutto (anche se non esclusivamente) nella forma libera.



## **Organizzare gli spazi per favorire nel bambino la pratica dell'attività motoria**

Il bambino dell'età di 0-6 anni è nella fase di sviluppo più importante della sua vita ed è fondamentale che egli possa trovare un luogo dove acquisire e consolidare abilità e competenze motorie. Come già descritto nelle pagine precedenti, l'ambiente gioca un ruolo rilevante nello sviluppo di un bambino/a. Il bambino tenuto in casa davanti alla televisione con un gioco elettronico o con dei colori in mano può sviluppare attraverso il gioco molte attitudini e capacità ma è limitato nelle possibilità di sviluppare tutto il suo potenziale motorio. La stessa cosa succede ad un bambino/a che viene portato all'aperto ma esposto ad un ambiente (parco, asilo, cortile di casa o oratorio) che, inadeguatamente strutturato e/o organizzato, rende l'esperienza motoria inaccessibile o poco stimolante e quindi frustrante.

La strutturazione e l'organizzazione dell'ambiente è un problema educativo rilevante che investe sia gli amministratori pubblici (nel caso di spazi pubblici) che gli educatori delle scuole dell'infanzia e dei nidi e degli altri luoghi di aggregazione, come gli oratori. Ma è chiaramente anche un problema che riguarda i genitori che, nel loro piccolo, possono favorire o inibire le opportunità di un armonico sviluppo motorio dei loro figli.

Dal punto di vista pratico è utile distinguere strutturazioni di ambienti al chiuso e di ambienti all'aperto. L'interesse di questo volume è sugli ambienti esterni e forniamo in questo e nel successivo capitolo una serie di indicazioni per la strutturazione di parco giochi. Queste linee guida, tracciate sulla base delle conoscenze accumulate negli ultimi anni dalla ricerca scientifica sullo sviluppo nella fascia d'età 0-6 anni, sono state presentate in una prima versione in una nostra recente pubblicazione (Bertinato et al, 2009).

Per quanto riguarda gli ambienti al chiuso (abitazioni, scuole), l'argomento è attualmente oggetto di studio del nostro gruppo di ricerca e sarà trattato di un modo più sistematico e completo in una prossima pubblicazione.

Al momento esprimiamo l'auspicio che le Amministrazioni Pubbliche e i loro esperti prestino a questo problema che riguarda le nostre abitazioni un'attenzione pari a quella che oggi è dedicata alla prevenzione degli incidenti domestici.

### **PARCO GIOCHI: perchè un parco giochi?**



Il “parco giochi” viene usualmente definito come uno spazio attrezzato in cui i bambini possono liberamente giocare. Poiché oggi gli spazi all’aperto sono molto ridotti, soprattutto nelle grandi città questo spazio tenta di colmare la carenza di opportunità di gioco e di movimento all’aria aperta, creando anche occasioni di incontro per i più piccoli e per mamme, papà e nonni.

Oltre a favorire lo sviluppo delle competenze sociali il parco giochi può essere uno strumento utilissimo per lo sviluppo delle competenze motorie se strutturato secondo criteri (di spazio, strutture, attrezzi, contesto sociale) che siano adatti alle capacità ed abilità dei bambini. In questo senso, un parco giochi può diventare un intervento di arredo urbano altamente qualificante per un’amministrazione pubblica impegnata a favore dei suoi cittadini.

Dal punto di vista delle Scienze Motorie, il parco giochi è la prima “palestra” del bambino/a, dove egli ha l’opportunità di trascorrere del tempo all’aria aperta, di relazionarsi con i pari, di giocare anche con bambini di età diversa, di stare con gli adulti, di sperimentarsi con giochi più o meno vicini alle sue possibilità.

Un parco giochi può essere, per il bambino, uno straordinario strumento “mediatore” di crescita. Le attività di gioco libero, spontaneo, praticate grazie all’utilizzo dei materiali e delle attrezzature del parco favoriscono lo sviluppo delle capacità socio-relazionali, oltre alle esperienze motorie (Wenner M, 2009). In un parco giochi un bambino può essere “portato” a sviluppare le sue capacità di gioco immaginario. Secondo Vygotskij, il gioco immaginario, intriso di regole autogestite dal bambino/a contribuisce in modo rilevante al suo sviluppo, in particolare rispetto all’atteggiamento morale che avrà da adulto.

L’imitazione è un importante momento di facilitazione allo sviluppo sensorio-motorio. Un parco giochi, in quanto punto di ritrovo di bambini di 0-6 anni, favorisce i processi di imitazione dei bambini piccoli rispetto ai grandi, un aspetto da non trascurare oggi visto che le famiglie tendono sempre più ad avere il “figlio unico” e che le occasioni di confronto con i pari sono sempre più rare. Anche il bambino grande trae vantaggio dalla convivenza con il più piccolo, perché può rafforzare i suoi istinti di protezione e imparare ad auto-controllarsi. Ricerche effettuate da chi scrive su gruppi di bambini di età 0-6 anni durante la pratica dell’attività ludico motoria indicano che il bambino grande (4-5 anni), nel momento in cui sta correndo e incontra un bambino piccolo di pochi mesi di vita si ferma e si sposta, o comunque rallenta in modo considerevole la sua attività.



Tende poi spontaneamente ad assumere un ruolo di “grande” e ad aiutare il piccolo (ad esempio fa sedere il piccolo su un telino e lo trascina delicatamente nello spazio della palestra, facendo attenzione a non procurargli disagio).

Dal punto di vista dell'attività motoria i giochi del parco, divertenti e invitanti, possono assumere il ruolo di attrezzi sportivi se debitamente studiati nelle loro caratteristiche, nella loro ubicazione, nel loro utilizzo. Il bambino si diverte, percepisce il piacere di realizzare un'attività ludica con i compagni e contemporaneamente si trova ad avere a disposizione delle straordinarie opportunità che lo stile di vita odierno, purtroppo, spesso gli sottrae.

### **Indicazioni per la progettazione di un parco giochi valido per lo sviluppo motorio del bambino**

Quali sono le condizioni perché un parco giochi, oltre che a garantire il divertimento, il piacere, le relazioni, le emozioni, il vissuto positivo, possa anche essere uno strumento valido di sviluppo senso-motorio del bambino?

Innanzitutto deve rispondere ai bisogni e ai desideri del bambino/a di età 0-6 anni. Deve quindi offrirgli possibilità socio-affettivo, relazionali e motorie consone all'età e alle competenze possedute.

Fuori dal contesto scolastico, un bambino/a non è raggruppato con bambini della sua stessa età; egli/ella è inserito insieme a bambini di età differenti in un ambiente che deve offrire opportunità di gioco e movimento adatte alle diverse età. Le diversità riguardano anche la cultura, la lingua, le abitudini, le abilità e le competenze. La diversità è la caratteristica dei piccoli utenti del parco; la diversità, se inserita in un contesto studiato scientificamente, si trasforma in una risorsa di crescita e sviluppo. In un contesto così impostato anche i bambini/e diversamente abili trovano il loro spazio.

La progettazione del parco giochi deve quindi passare attraverso.

- 1- Conoscenza dello sviluppo temporale delle diverse capacità
- 2- Analisi dei materiali adatti alle attività (pavimentazione, necessità di copertura, attrezzi, ecc.)
- 3- Coerenza tra abilità/capacità motoria da potenziare e abilità/competenza naturale del bambino
- 4- Coerenza tra intenzione di sviluppo di abilità/capacità motoria ed efficacia prevista e misurata



5- Valutazioni sulla sicurezza

6- Valore educativo del materiale utilizzato.

Dal punto di vista motorio, la strutturazione degli spazi e la scelta dei materiali devono tenere conto delle tappe dello sviluppo del bambino/a descritte nel capitolo 1. Il principio cardine nella progettazione è che gli spazi e gli strumenti del parco consentano: 1- di permettere al bambino/a di realizzare le esperienze adatte alla sua fase di sviluppo; 2- di essere indotto/facilitato (attraverso la pratica e l'esperienza) a progredire nel suo sviluppo senso-motorio. Per quest'ultimo fine, il bambino/a deve essere messo nelle condizioni di sperimentare (nell'ambito della zona di sviluppo prossimale definita da Vygotskij) attività che potrebbero essere ancora non immediatamente raggiungibili ma che sono comunque alla sua portata. Per compiere questo passaggio il bambino dovrà aggiungere qualcosa di nuovo che potrà giungergli, per esempio, dall'osservazione degli amici più grandi/esperti. Tutti questi aspetti sono stati presi in considerazione nello stendere le linee guida per l'organizzazione di parchi giochi che sono state da noi redatte nel 2009 e che abbiamo potuto mettere alla prova attraverso la realizzazione e la successiva analisi valutativa del parco giochi "Primo Sport 0246" realizzato alla Ghirada a Treviso.

### **Suddivisione del parco: Le aree e le piazzole**

Per soddisfare i criteri fondamentali sopra riportati, il parco ottimale è suddiviso in ambienti, che chiamiamo aree, dedicati alle tre abilità motorie di base:

- area della manualità
- area della mobilità
- area dell'equilibrio

Dato il suo grande valore nello sviluppo non solo motorio del bambino/a, il parco ideale deve dare spazio anche al gioco simbolico, per il quale dovrà quindi essere prevista una quarta area. Un esempio di suddivisione di un parco nelle 4 aree è riportato nella figura 2.



**LEGNOLANDIA**  
Playgrounds from Italy



**FIGURA 2:**  
*Esempio di suddivisione di un parco in aree finalizzate*



All'interno di ciascuna area troveranno spazio i vari ambienti/attrezzi utili per lo sviluppo di ognuna delle abilità. Per semplici motivi di modularità, di adattabilità alla disponibilità di spazio complessivo e di comprensione anche da parte del pubblico sull'utilizzo degli attrezzi, proponiamo che:

- 1- ciascuna area sia chiaramente riconoscibile e distinta dalle altre
- 2- ciascun area sia costituita da "piazze" tematiche distribuite con una progressione di "difficoltà" degli attrezzi che sia studiata sulla base di indicazioni derivate dalle attuali conoscenze sullo sviluppo senso-motorio e dall'analisi dei materiali/attrezzi disponibili.

La suddivisione in piazzole all'interno di ciascuna area è chiaramente riconoscibile nella figura 2.

Lo scopo "educativo" della suddivisione in aree e piazzole è multiplo.

L'aggregazione di attrezzi omogenei per finalità in aree facilita l'uso spontaneo e ripetuto di una determinata abilità/competenza (allenamento). Ciò aiuta a creare le condizioni per il consolidamento di una competenza motoria che, come riportato nel capitolo 1, si basa sul concetto di frequenza, intensità e durata dell'attività praticata. In altre parole, il bambino che passa ripetutamente da un gioco all'altro in una stessa area riesce a consolidare una propria competenza generale, per esempio quella dell'equilibrio, perché i giochi di quell'area sono tra loro coerenti, cioè destinati a sviluppare la stessa abilità motoria (come l'asse d'equilibrio, il ponte tibetano, l'altalena).

Il fatto che in una stessa area e in stretta vicinanza siano presenti attrezzi tra loro coerenti ma di "livello" diverso, consente al bambino/a di trovare subito e spontaneamente ciò che è adatto al proprio livello di competenza per quell'area motoria.

Allo stesso tempo, la vicinanza di piazzole/attrezzi organizzate secondo una logica di progressione di "difficoltà" favorirà nel bambino/a la propensione a trasferire la propria attività di gioco su condizioni "più difficili" ma non troppo distanti dal proprio livello di competenza motoria e, di conseguenza, non impossibili da compiere, non frustranti. In questo modo viene sollecitata la curiosità, la tendenza a migliorarsi attraverso l'impegno, il riconoscimento del successo e della "migliorabilità" di se stesso.

### **Caratteristiche delle aree e delle piazzole**

Ogni area è suddivisa in piazzole; il numero minimo di piazzole per area è una per l'età 1-3 e una per l'età 3-6 anni. Le piazzole sono modulari e,



in fase di progettazione di un parco, possono essere aggiunte o tolte a seconda della disponibilità degli spazi e di altri fattori, per esempio di tipo economico.

Le piazzole 1-3 anni sono propedeutiche a quelle 3-6 anni e sono utilizzabili, proprio per la loro propedeuticità, anche da bambini diversamente abili.

In ogni piazzola gli attrezzi sono disposti e numerati in ordine progressivo di difficoltà. La numerazione (sia delle piazzole che dei singoli strumenti) può consentire all'educatore o al genitore/accompagnatore di "guidare" il bambino a compiere un percorso a difficoltà progressiva. La particolare distribuzione in ordine di difficoltà consente a bambini che stanno effettuando esperienze motorie di difficoltà diversa, di essere vicini, a "portata di vista"; si creano quindi le condizioni perché il piccolo sia ispirato dall'esperienza del bambino più grande nel suo percorso di crescita di abilità/competenza motoria (processo di imitazione).

In ogni piazzola devono essere presenti indicazioni relative:

- alle principali fasi di sviluppo del bambino
- alla/e capacità che la piazzola (prevalentemente) sviluppa
- al migliore utilizzo delle strutture presenti nella piazzola
- alle norme di sicurezza

Le indicazioni vengono riportate in bacheche presenti in ogni piazzola e nel "manuale" di uso del parco giochi, distribuito dal personale custode del parco o disponibile al servizio rinfresco del parco. Il manuale può prevedere anche una parte raffigurata a fumetti, con una storia da leggere al bambino.

In ciascuna piazzola devono inoltre essere presenti:

- Numerose panchine (per esempio, limitanti i confini della piazzola)
- Fontana per acqua potabile
- Cestini per rifiuti (ad altezza di bambino/a)
- Alberi per ombra e ripari naturali dal sole.

E' importante considerare che la presenza di zone d'ombra naturale è non solo elemento di sollievo nelle zone calde, ma di facilitatore all'uso del parco. Uno studio effettuato in Svezia (quindi, in una zona in cui il sole non rappresenta un disturbo allo stare all'aria aperta) ha evidenziato come i bambini preferiscano (utilizzano per un tempo molto superiore) gli attrezzi e gli spazi che siano all'ombra di alberi (Boldemann C. et al., 2006).

Le piazzole sono tra loro collegate da vialetti in gomma, contraddistinti dal colore della rispettiva area.



L'uso di questo materiale, oltre a rendere agevole il percorso a mamme e piccoli nel seggiolino o nella carrozzina, permetterà un facile accesso anche ai bambini diversamente abili e ad eventuali accompagnatori anziani. Tra gli elementi decorativi da aggiungere a ciascuna piazzola sono da considerarsi:

- Fontane colorate a colori cangianti e con pesciolini
- Tavoli e panche per feste di compleanno, per disegnare, ecc.

Ulteriori aspetti di arricchimento delle piazzole possono essere:

- Ambientazione interculturale: igloo, case di paglia, Africa, ...
- Ambientazione sportiva: tabelloni, muri di sfondo con immagini di sport (cartoni animati di pallavolo per bambini)
- Giochi interattivi per lo sviluppo di capacità cognitive

## ADULTI E IL PARCO GIOCHI

Il parco giochi dedicato ai bambini nella fascia 0-6 anni ha come esigenza prioritaria il fatto che la sua destinazione non sia modificata. Benché i bambini di età superiore ai sei anni siano presi a modello e diventino aiuto e stimolo per i più piccoli, l'eventuale eccesso di differenza d'età/dimensione può costituire un problema anche a livello di sicurezza, soprattutto quando il numero di "over-6" è eccessivo. Basti pensare alla situazione di eventuale pericolo che si può realizzare quando bambini di 10-12 anni scendono da scivoli in cui si stanno cimentando bimbi che pesano 2-3 volte di meno e che sono molto più lenti nel togliersi alla fine dello scivolo; o quando un gruppetto di adolescenti gioca a pallone vicino bimbi dall'equilibrio ancora precario. Ci sembra necessario, perché ciò non avvenga, che il parco gioco sia situato in un ambiente controllato; quindi all'interno di una struttura sportiva/ricreativa già organizzata per quanto riguarda l'accesso ai suoi impianti o comunque affidato a un servizio di sorveglianza che sia presente e continuo. In questo senso, oratori e società/cooperative sportive e/o sociali sono una peculiarità del sistema socio-territoriale italiano che può risultare particolarmente utile per il buon funzionamento di un parco giochi dedicato alla fascia d'età 0-6 anni.

E' inoltre da considerare che, a differenza di quanto può avvenire per altre fasce d'età, il bambino d'età pre-scolare va al parco solo se accompagnato. Indipendentemente dal fatto che gli accompagnatori siano genitori, nonni, baby-sitter, educatori scolastici o istruttori sportivi, si tratta di adulti che frequentano il parco. Per loro, dalla cui presenza dipende se il bambino



utilizzerà il parco o no, occorre prevedere due tipi di intervento:

✓ accoglienza

✓ formazione

L'accoglienza, che può andare dal prevedere la presenza di un numero adeguato di panchine ad arrivare all'organizzazione di una club-house o di un punto di ristoro (bar, ristorante), deve consentire all'accompagnatore/trice di sentirsi bene nel parco e quindi di concedere al bambino che accompagna di rimanere quanto più a lungo possibile ad "allenarsi" con gli attrezzi a lui dedicati.

Allo stesso tempo, l'adulto che accompagna il bambino al parco giochi ha la tendenza a seguirlo "passo passo", a stargli premurosamente vicino sia per "aiutarlo" a giocare che per "proteggerlo" da incidenti. Come discusso nel capitolo 4 in merito alla sicurezza nei parchi gioco, gli attrezzi che sono inseriti sono costruiti e progettati in modo da ridurre al minimo le possibilità di danno all'utenza. L'attenzione dei costruttori è arrivata al punto da essere criticata da più parti sulla base che l'eccesso di prudenza, limitando l'esposizione al rischio, influisce negativamente e limita l'educazione e lo sviluppo psico-motorio del bambino.

Inoltre l'adulto, che già conosce le soluzioni alle difficoltà motorie che il bambino affronta durante il suo sviluppo, ha la tendenza a voler "aiutare", spesso non rendendosene neppure conto. Il bambino che si cimenta su un'asse di equilibrio svilupperà molto meglio (e prima) le sue abilità/competenze motorie se sperimenta e trova da solo la soluzione al problema rispetto al suo coetaneo che cammina sull'asse d'equilibrio aiutandosi con la mano della nonna o del papà. A causa del "non intenzionale disturbo" creato dall'accompagnatore, questo bambino non solo non sviluppa la propria individuale strategia per camminare sull'asse d'equilibrio, ma sviluppa la convinzione che un ostacolo si supera solo se si è aiutati.

Su questo e altri problemi legati allo sviluppo senso-motorio (quanto devo aiutare mio figlio? Quanto devo stimolarlo?) sono pochi i genitori dotati di una formazione specifica. Per questo, in un parco giochi, devono essere forniti, accanto agli strumenti per i piccoli, gli "strumenti per i grandi" che consentano a quest'ultimi di rendere un servizio utile al bambino/a che accompagnano. Questi strumenti possono consistere in:

- manifesti (presenti in bacheche disposte nelle varie aree/piazzole e mappe descrittive del parco e dei suoi attrezzi con indicazioni relative alle principali fasi di sviluppo del bambino, alla/e capacità che la piazzola (prevalentemente) sviluppa, al migliore utilizzo delle strutture presenti nella piazzola, alle norme di sicurezza



- opuscoli illustrativi delle caratteristiche del parco in cui gli aspetti relativi allo sviluppo del bambino e ai principi su cui la strutturazione del parco si basa sono trattati in modo agile ma più approfondito rispetto a quanto esposto nei tabelloni/manifesti. Gli stessi opuscoli devono contenere brevi ma chiare descrizioni di come un accompagnatore può svolgere il compito di facilitatore dello sviluppo psico-motorio del bambino mentre questi è nel parco. Questi opuscoli possono essere realizzati nella forma di “libretti/fumetti” con mascotte del parco in cui si spiega l’uso delle singole piazzole e che possono essere letti da parte dell’accompagnatore al bambino/a.
- libri di divulgazione sullo sviluppo senso-motorio nel periodo 0-6 anni.

Accanto a questi strumenti ed interventi per la promozione della conoscenza in ambito di sviluppo senso-motorio del bambino, si possono attuare anche interventi che coinvolgano insieme accompagnatore e bambino, come la creazione di un “giornalino del parco” con disegni degli attrezzi da colorare e fotografie degli utenti in cui i bambini imparano a riconoscere sé e i propri amichetti.



## MODALITA' D'UTILIZZO DEL PARCO GIOCHI



Per il bambino che frequenta il parco vi possono essere diverse modalità di utilizzo a seconda che il bambino sia lasciato libero di svolgere le attività con gli attrezzi a suo piacimento o sia guidato.

Nel caso di bambino lasciato libero di agire a suo piacimento, parliamo di “Percorso libero” all’interno del parco. La libertà del bambino si manifesta sia nella scelta del gioco/attrezzo che nella modalità d’uso. Si tratterà in questo caso di un bambino dedicato al gioco libero, capace di “inventare” le proprie soluzioni (spesso) innovative al “problema” che si è spontaneamente scelto. L’esempio dei compagni di gioco grandicelli dotati di maggiore abilità/competenza potrà essere stimolo ed aiuto per la ricerca di nuove soluzioni al compito (vedere figura 3). Un ancor più tipico esempio di “soluzioni innovative” le offrono i bimbi che vogliono percorrere un asse d’equilibrio: i più esperti svolgono il compito in modo canonico, mentre i neofiti di pari età percorrono l’asse prima sdraiati sulla pancia, poi a cavalcioni, poi con un piede sul terreno e infine camminando (osservazioni inedite da filmati di utilizzo del parco giochi PrimoSport 0246 alla Ghirada, Treviso). L’utilizzo del parco in modalità di “Percorso libero” dovrebbe





essere favorito soprattutto nei più piccoli: in questi il minore livello di socializzazione si accompagna ad un maggiore impegno alla ricerca di soluzioni personali – problem solving – che è ritenuto essere un aspetto tipico e altamente formativo della personalità dei primi anni di vita (Wenner M, 2009). Per altro, le stesse osservazioni preliminari che stiamo conducendo e che abbiamo citato sopra evidenziano la scarsa propensione degli adulti a lasciare piena libertà al bambino e alla sua fantasia. L’adulto mostra la tendenza sia ad intervenire nell’esecuzione del compito che nel suggerire le soluzioni motorie (mano per stare in equilibrio, raccomandazioni su come stare seduti sul cestone dell’altalena, indicazioni su dove mettere il piede per arrampicarsi su una rete, ecc.).



**FIGURA 3:**

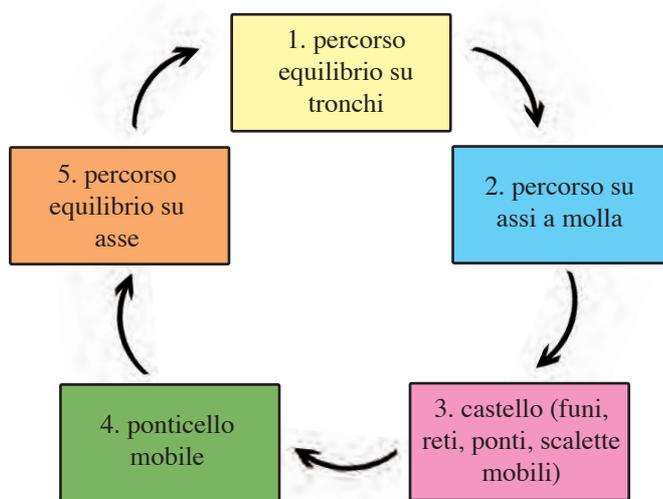
*Ponte tibetano, strumento dell'equilibrio.*

*Differenze nella strategia motoria utilizzata per attraversare il ponte da parte di due bimbe di diversa abilità/competenza.*



Il parco giochi può anche essere utilizzato seguendo istruzioni. Chiamiamo questa modalità “Percorso sportivo” in quanto l’attività motoria, in questo caso, viene canalizzata verso finalità definite. Questa modalità è particolarmente adatta per un utilizzo educativo del parco giochi e richiede la partecipazione di educatori/genitori adulti. Il percorso sportivo è suddivisibile in due diverse tipologie: percorso strutturato e semi-strutturato.

Nella condizione “percorso sportivo semistrutturato” il bambino esegue un percorso scelto dall'educatore scegliendo egli stesso le modalità con cui effettuare il percorso. Nel “percorso sportivo strutturato” sia il percorso che le modalità d'uso degli attrezzi sono scelti dall'educatore/insegnante. In pratica il bambino segue un percorso costituito da un succedersi di attrezzi numerati, generalmente in ordine di difficoltà progressiva. Un percorso di questo genere è riportato nella figura 2.



**FIGURA 4:**  
*Esempio di percorso sportivo dell'area dell'equilibrio*



Le finalità del “Percorso sportivo”, sia esso strutturato o semi-strutturato, sono decise dall’educatore e possono riguardare il miglioramento o la messa a punto di un’abilità/competenza motoria o possono essere un vero e proprio percorso di propedeutica all’agonistica, con il genitore/educatore che segue cronometrando il bambino.

In queste righe non esprimiamo alcun giudizio di merito sulle diverse modalità d’uso del parco. Tuttavia, anche alla luce delle linee guida sull’organizzazione delle attività motorie e sportive nell’infanzia redatte da importanti società scientifiche (vedere ad esempio, American Academy of Pediatrics, 2001), riteniamo doveroso suggerire a genitori-parenti-educatori che spingono/aiutano i bambini a praticare la modalità d’utilizzo “percorso sportivo”, di valutare attentamente il proprio agire e/o di affidare il bambino per questa modalità d’utilizzo esclusivamente a personale che sia stato specificamente preparato sull’argomento dello sviluppo motorio nella fascia d’età 0-6 anni.

### **ATTIVITA' NELLA AREE: AREA DELLA MOBILITA'**

Le piazzole dell’area della mobilità contengono strutture ed elementi che permettono lo sviluppo delle competenze motorie di base della mobilità: strisciare, andare carponi, camminare, correre, saltare, arrampicarsi

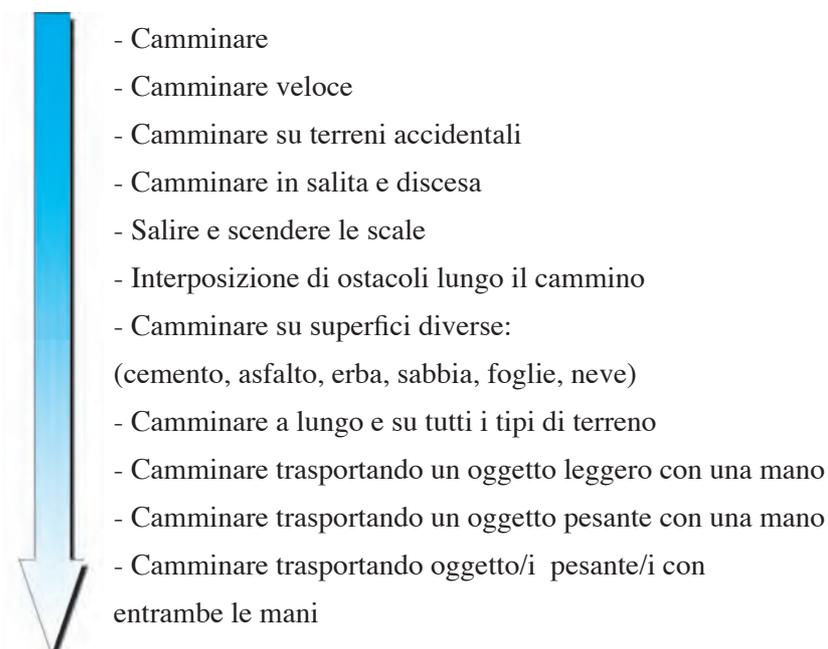
Il diagramma di flusso presente nella figura 5 esemplifica le attività proponibili per lo sviluppo della mobilità. La progressione delle varie attività è dall’alto verso il basso nel diagramma. Nel proporre l’attività da compiere, è opportuno selezionare quelle più adeguate alla fase di sviluppo ed in numero sufficiente affinché il bambino/a possa scegliere ciò che più si avvicina alle proprie possibilità che “provare” situazioni lievemente più complesse, talvolta aiutato/a soprattutto attraverso l’esempio del compagno/a più esperto.

Per i bambini più piccoli lo sviluppo delle capacità di mobilità (spostamenti sugli arti inferiori) rappresenta una tappa fondamentale per l’indipendenza e la crescita. Per questi bambini è importante attrezzare spazi adatti per strisciare, gattonare, sperimentare diversi tipi di cammino (possibilità di andare in salita, discesa, su terreno morbido, su terreno più duro). Come indicato alla fine di questo capitolo, particolarmente importante è la scelta della pavimentazione con appoggio morbido e con possibilità di utilizzo di materassini rivestiti da plastica morbida (finta pelle) per i più piccoli. Per i bambini della fascia 1-3 anni si suggeriscono i seguenti attrezzi/giochi:



1. Appoggi per bambini che iniziano a camminare
2. Tunnel
3. Ponticelli
4. Torrette per arrampicate

### Esempi di possibili attività con difficoltà progressiva nell'area della mobilità (cammino)



**FIGURA 5:**  
*Attività dell'area della mobilità*

Per i più grandi (3-6 anni) si tratta di irrobustire la muscolatura delle gambe e di potenziare il coordinamento motorio. Per questo è utile allestire spazi per camminare, correre, saltare, attraverso circuiti, sentieri e piste ciclabili (per tricicli) che consentirebbero anche di effettuare dei primi interventi di educazione stradale. L'eventualità di creare spazi dedicati al gioco della palla è da valutare in funzione sia delle dimensioni del parco che dei servizi di controllo che in esso sono attuati (nel senso di creare condizioni per cui eventuali giochi siano permessi solo con palle molto leggere e quindi non traumatiche per gli altri utenti).



Alcuni attrezzi particolarmente utili per le piazzole di quest'area sono elencati di seguito e riportati nella figura 6.



**FIGURA 6:**  
*Bambini che giocano con strumenti utili per lo sviluppo della mobilità*



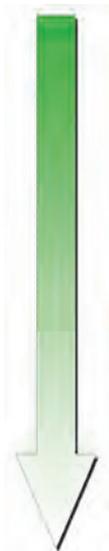
Per i bambini più grandi gli strumenti più stimolanti sono:

1. Castelli alti con arrampicate di vario tipo
2. Sentieri in piano o accidentati per correre
3. Collinette (per esempio, associate a scivoli) per poter camminare o correre in salita e discesa
4. Pista ciclabile

### **ATTIVITA' NELLE AREE: AREA DELLA MANUALITA' E DELLA CAPACITA' TATTILE**

Gli strumenti presenti nelle piazzole dell'area della manualità e della capacità tattile sono selezionate sulla base della capacità di stimolare lo sviluppo delle competenze motorie di tenere, afferrare, tirare, sorreggersi, lanciare e delle competenze sensoriali tattili. Il diagramma di flusso presente nella figura 7 esemplifica le attività proponibili per lo sviluppo della manualità.

#### **Esempi di attività con difficoltà progressive nell'area della manualità**



- Raccogliere oggetti con una mano via via sempre più piccoli
- Riconoscere oggetti piani da oggetti tridimensionali senza guardarli
- Lanciare con una mano una palla leggera e via via sempre più pesanti
- Lanciare con due mani contemporaneamente palle leggere e via via sempre più pesanti
- Lanciare con una mano mirando un bersaglio
- Tenersi appesi ad una sbarra con due mani
- Tenersi appesi ad una sbarra con due mani dondolando il corpo
- Camminare con le mani appesi ad una scala orizzontale



**FIGURA 7:**  
*Attività dell'area della manualità*





Per i più piccoli è importante esercitarsi nella prensione; occorre quindi mettere a disposizione anche sassolini, legni, materiali naturali da utilizzare con il controllo dell'adulto. Oltre alle sabbie con cui i bambini "allennano" la manualità fine, strumenti importanti sono quelli che consentano di sviluppare le attività eseguite con le braccia (brachiazioni) sia per sollevarsi, arrampicarsi come pure per muoversi "a quattro zampe".

Attrezzi utili nella fascia d'età 1-3 per quest'area sono quindi:

1. Sabbiera
2. Giochi a molla semplici o a coppia
3. Funi, pertiche e attrezzi per arrampicarsi



**FIGURA 8:**  
**Strumenti utili per lo sviluppo della mobilità e del tatto**



Per le fasce d'età più avanzate (3-6 anni), in cui lo sviluppo della forza nelle braccia è un obiettivo importante, sono importanti strumenti che consentano l'arrampicata o dove è necessario reggersi forte, come scale orizzontali per le "brachiazioni" (spostarsi appesi con le mani), alberi e costruzioni che prevedano scalette a pioli (es castelli); utile è anche la creazione di una zona dove i bambini siano stimolati a lanciare oggetti su bersagli identificabili (es palle in canestri).

Per bambini di età 3-6 gli attrezzi consigliabili sono:

- 1- Funivia
- 2- Giochi per acqua e sabbia
- 3- Palestre per esterni con scale orizzontali o reti per arrampicata
- 4- Attrezzi per arrampicata con vari appoggi alle mani e ai piedi
- 5- Pedane per tiro a canestro
- 6- Muro per rimbalzo palla

Alcuni esempi di attrezzi da inserire nell'area della manualità sono riportati nella figura 8.



## **ATTIVITA' NELLE AREE: AREA DELL'EQUILIBRIO**

Gli attrezzi presenti nelle piazzole dell'equilibrio potenziano lo sviluppo delle vie vestibolari e la capacità di reagire in modo adeguato alla forza di gravità.

La figura 9 elenca due possibili sequenze di attività eseguibili nell'area dell'equilibrio. Le attività possono essere distinte in "attive" e "passive" a seconda che comportino o meno un adattamento significativo del corpo alla variata condizione di equilibrio. La progressione è nel senso indicato dalla freccia.





### Esempi di attività da fare con bimbi 3-6 per lo sviluppo dell'equilibrio

- |  |   |
|--|---|
| > Camminare trasportando oggetti con parti diverse del corpo | √ Dondolare il corpo  |
| > Rotolarsi  | √ Saltare su uno o due piedi su un tappeto elastico                       |
| > Effettuare capovolte avanti e indietro                     | √ Correre su un tappeto elastico  |
| > Dondolarsi con l'altalena                                  | √ Correre sopra e sotto ad una serie di ostacoli posti ad altezze diverse |
| > Saltare giù  | √ Camminare su terreni in pendenza sempre maggiore                        |
| > Salto in alto  | √ Dondolarsi con la corda   |
| > Saltellare su un piede                                     | √ Saltare da un sasso o da un riquadro all'altro                          |
| > Saltare la corda   |   |
| > Asse di equilibrio   | √ Piroettare  |
| > Arrampicarsi su scale, corde, alberi                       | √ Camminare rannicciati e poi fare un balzo verso l'alto                  |

**FIGURA 9:**  
*Attività dell'area dell'equilibrio*

Numerosi attrezzi sono utili per lo sviluppo dell'area dell'equilibrio (vedere figura 10). Le altalene e le amache, con stimolazione passiva del senso dell'equilibrio, sono il gioco preferito dai più piccoli insieme ai così detti “dondoli”.

- 1- Altalena cestone
- 2- Altalena doppia
- 3- Giochi a molle

Per le età superiori sono da preferirsi giochi che comportano la stimolazione attiva e la partecipazione fisica del bambino/a



- 1- Percorso equilibrio su tronchi
- 2- Percorso su assi a molla
- 3- Castello (arrampicata con funi, reti, ponti e scalette mobili)
- 4- Ponticello mobile
- 5- Percorso equilibrio su asse



*FIGURA 10:  
Attrezzi per l'area dell'equilibrio*



## AREA DEL GIOCO SIMBOLICO

Data l'importanza del gioco simbolico nello sviluppo psico-motorio si raccomanda vivamente la realizzazione di aree che consentano al bambino/a di liberare la propria fantasia generando situazioni fantastiche sue proprie (Figura 11). Attrezzi utili per quest'area sono

- 1- Tende, Casette, panchine con tavoli (ad esempio, per disegnare)
- 2- Specchio deformanti
- 3- Giochi statici (Trenino, figure di legno cavalcabili)
- 4- Angolo per spettacolo burattini
- 5- Panche per feste compleanno



**FIGURA 11:**

*Una palafitta per giocare a Robinson Crusò o una casetta colorata per ritrovarsi con gli amici sono elementi che stimolano il gioco simbolico. L'arena può essere un punto di incontro come anche un'occasione per assistere ad uno spettacolo di giocolieri e di clown*

## ZONA PER BAMBINI/E 0-2

E' possibile organizzare in un parco giochi anche uno spazio dedicato ai piccolissimi (Bertinato et al., 2009). Ovviamente, data l'incapacità di camminare e sollevarsi da terra, questo spazio deve essere particolarmente curato per quanto riguarda la pavimentazione e l'igiene. Per la pavimentazione si suggerisce l'utilizzo di tatami rimovibili nel caso di spazi all'aperto.



Molto suggestiva ci sembra essere una soluzione che preveda, per la fascia d'età 0-2 anni, la realizzazione di una struttura tipo "tendone da circo" con isolamento termico per l'inverno e possibilità di arieggiare sollevando i teli d'estate (figura 11). Lo spazio è frazionabile in:

- ✓ Zona mobilità
- ✓ Zona manualità
- ✓ Zona equilibrio
- ✓ Zona gioco simbolico e euristico
- ✓ Zona mamme (allattamento, cambio bimbi)
- ✓ Zona "circuiti" in cui i piccoli si muovono spingendo a piedi i loro veicoli.



**FIGURA 12:**  
*"Pista da circo" per la fascia d'età 0-2 anni*





La scelta del materiale con cui attrezzare questi spazi è particolarmente importante. Per esempio, il neonato che striscia necessita di un pavimento sicuro, pulito, caldo, liscio e pianeggiante per potersi spostare; l'utilizzo di un materassino morbido e soffice di cotone, benché piacevole, sarà invece di impedimento in quanto non consentirà al bimbo/a di riuscire a spostarsi strisciando. Altri accorgimenti da tenere presente per favorire l'attività motoria nei bambini nei primi mesi di vita sono riferibili all'abbigliamento che dovrà essere comodo, il più leggero e meno ingombrante possibile. Per favorire i movimenti del bambino 0-1 è sufficiente che egli/ella indossi una maglietta e un pannolino, tenendo i piedini liberi di fare presa sul terreno per la propulsione in avanti. E' opportuno che anche le ginocchia siano libere, soprattutto quando il bambino è nella fase dello striscio, mentre quando procede con andatura carponi è opportuno che siano protette. Lo spazio interno del "tendone da circo" potrà essere suddiviso in zone di lavoro che ricalcano la suddivisione del parco in aree. In ogni zona troveranno spazio diversi materiali, quali materassi di diverse forme, dimensioni, colori, materiali, oggetti vari, telini, materiale formale e informale. Gli elementi e gli strumenti possono essere scelti da linee studiate per bambini di questa fascia d'età. Tuttavia una organizzazione studiata della distribuzione dei tappetini e di altri semplici attrezzi, con la creazioni di salite e discese, può già di per sé creare l'ambiente adatto, per esempio, allo sviluppo della mobilità e dell'equilibrio.

I bambini possono stare anche senza scarpine.

## SVILUPPO DEL PARCO GIOCHI

In un ambiente così controllato e dalle finalità ben dichiarate è possibile svolgere attività di ricerca da parte delle Università. Gli strumenti di valutazione motoria da noi utilizzati per valutare l'attività motoria sono applicati ai bambini sotto forma di gioco e consentono di acquisire dati sulla crescita delle abilità/competenze motorie. Di particolare interesse per il nostro gruppo di ricerca è lo studio delle strategie motorie che i bambini utilizzano nell'affrontare i nuovi compiti. Altre informazioni, relative per esempio all'utilizzo dei singoli strumenti, agli effetti che l'attività condotta nel parco ha su parametri fisici dello sviluppo potranno essere ottenute attraverso la collaborazione con le Unità pediatriche locali. In questo senso stiamo collaborando con la Clinica Pediatrica dell'Università, con le Unità Pediatriche Territoriali e con le scuole dell'infanzia di Treviso per ottene-



re utili informazioni sullo stato di salute dei bambini con particolare riferimento al problema dell'obesità. Questa attività di ricerca è il primo passo per sviluppare, attraverso il parco giochi realizzato a Treviso, programmi e campagne di prevenzione contro l'obesità e altre malattie dismetaboliche. Nel suo complesso l'attività di ricerca può costituire un valore aggiunto al parco in quanto la continua azione di monitoraggio e valutazione effettuata sia sui frequentatori che sulle attrezzature potrà essere utilizzata per lo sviluppo e l'innovazione dei campi stessi. Da questa attività di ricerca e controllo potranno trarre vantaggio sia i bambini e i loro genitori che l'Amministrazione Pubblica che ha realizzato il parco. Quest'ultima potrà monitorare, attraverso i dati dell'attività di ricerca, la qualità e l'andamento (anche in termini di salute pubblica) dell'investimento effettuato.



## Bibliografia

- American Academy of Pediatrics, Committee on Sports Medicine and Fitness and Committee on School Health (2001) Organized Sports for Children and Preadolescents, *Pediatrics*, 107: 1459-1462
- Bertinato L., Donati D., Durigon V., Fumagalli G. and Tortella P. (2009) Parco giochi e sviluppo sensorimotorio. Linee guida per la progettazione. Edizioni Sapere, Padova
- Boldemann C, Blennow M, Dal H, Mårtensson F, Raustorp A, Yuen K, Wester U. (2006) Impact of preschool environment upon children's physical activity and sun exposure. *Prev Med.*, 42(4): 301-8.
- Burdette H.L. and Whitaker RC. (2005) Resurrecting Free Play in Young Children: Looking Beyond Fitness and Fatness to Attention, Affiliation, and Affect. *Arch Pediatr Adolesc Med.*, 159: 46-50.
- Callegari L. (2009) Tesi di laurea in Scienze delle Attività Motorie e Sportive: "Indagine sulle attività motorie praticate negli asili nido di Val di Sole e Val di Non, Relatore: Prof.ssa P. Tortella, Facoltà di Scienze Motorie, Verona 2009.
- HBSC Survey 2004, Health Behavior in School-aged Children; [www.hbsc.org](http://www.hbsc.org)
- Uras S., Bertinato L., Lanza M., Battistelli A. (2009) Familiar context and motivations in sport among adolescents; Abstract book The 12th ISSP World Congress of Sport Psychology, Marrakesh – Morocco, June 17- 21, 2009
- Vigotskij L. S. (2007) Il processo cognitivo, Universale Bollati Boringhieri, Torino
- Wenner M. Quel serissimo bisogno di giocare, *Mente & Cervello*, 2009, 54: 60-67

