

Alexandra Schwarzer

Giocare tra gli alberi

Attività nel bosco con le corde
secondo la pedagogia della natura



Il leone verde

Alexandra Schwarzer

Giocare tra gli alberi

*Attività nel bosco con le corde
secondo la pedagogia della natura*

Prefazione di
Hans-Georg Renner



Il leone verde

Questo libro è stato stampato su carta Fedrigoni nel pieno rispetto delle norme ambientali.

In copertina: Foto dell'Autrice.

Foto all'interno: Stefan e Alexandra Schwarzer.

Titolo originale: *Schaukelfee & klettermax. Spielgeräte im Wald für Kinder.*

Copyright © 2011 Alexandra Schwarzer.

Traduzione dal tedesco di Lucia Del Moro.

Revisione di Esther Weber.

ISBN: 978-88-6580-056-0

© 2013 Tutti i diritti riservati

Edizioni Il leone verde

Via della Consolata 7, Torino

Tel/fax 011 52.11.790

leoneverde@leoneverde.it

www.leoneverde.it

www.bambinonaturale.it

*Dedico questo libro ai miei figli Marie e Frederic
che nel bosco si sentono a loro agio come me.
Che possano anche in futuro mantenere lo stesso desiderio
di muoversi con lo stesso entusiasmo contagioso
e arrampicarsi e dondolarsi insieme sulle corde.*

I Bambini

Vogliono muoversi i bambini
fin da quando son piccini
perché muoversi è allegria
la più grande che ci sia!
Per il mondo vogliono andare,
a scoprire, a ricercare
animali, fiori e piante,
le persone che son tante...
Corrono, corrono i bambini
fin da quando son piccini,
si divertono a ballare, a cantare, a saltellare,
rotolarsi e arrampicare.
Su, su, su vogliono andare...

Poi toccare ed annusare,
con la bocca assaporare,
ascoltare ed osservare,
emozionarsi ed esplorare
con il corpo tutto quanto
che diventa come un canto.
Se ci date il tempo giusto
ci muoviamo con gran gusto
con i sensi noi esploriamo
e felici diventiamo:
così dicono i bambini
fin da quando son piccini...

Karin Schaffner (trad. Elena Balsamo)

INDICE

PREMESSA, di Hans-Georg Renner	7
INTRODUZIONE	9
I PSICOMOTRICITÀ NEL BOSCO	11
Cos'è la psicomotricità	11
Come vivono i bambini oggi	12
Perché nel bosco?	12
Il bosco come luogo in cui muoversi e imparare	15
Cosa offrono le attività e i giochi con le corde	16
Le esperienze di movimento nel bosco con le strutture in corde	18
Considerazioni sui giochi realizzati con le corde	19
Le regole da rispettare	22
Progetto pedagogico	22
Con i gruppi di bambini nel bosco	25
II TUTTO IL NECESSARIO	26
Conoscere il materiale	26
Conoscere le corde	29
Conoscere i nodi	31
III GUIDA AI NODI	
Nodo boscaiolo	34
Nodo a otto (nodo Savoia)	35
Otto ripassato	36
Nodo a otto inseguito	37
Nodo a gassa d'amante (nodo bulino)	38
Nodo galera	40
Nodo dell'evaso	41
Nodo semplice	42
Nodo a bocca di lupo	43
Nodo a bocca di lupo infilato	44

	Nodo a bocca di lupo doppio (nodo Prusik)	45
	Doppio nodo a bocca di lupo infilato (nodo Prusik infilato)	46
	Nodo staffa	47
	Autoassicurazione	47
	Tecnica di tensione e avvolgimento	49
	Tendere una corda intorno a più alberi	51
	Metodo di tensione della corda	52
	Nodo autobloccante a cuore	53
	Nodo Machard	54
	La scala sull'albero	55
	Costruzione del seggiolino per l'altalena	56
	Appendere l'amaca	57
	Lo zaino fatto di corde	58
IV	MATERIALE, LUOGO E ASPETTI LEGATI ALLA SICUREZZA	59
	Lo zaino per le attività nel bosco	60
	Criteri per scegliere il luogo	60
	Alberi adatti	60
	Controllare il territorio	61
	Sicurezza	61
	Rispettare la natura	62
	Montare e smontare	63
	Tensione delle corde	63
	Tendere sopra la testa	64
	Tendere le corde verso il basso	64
	Fissare la corda a un ramo a forcilla	65
	Fissare la corda a un ramo alto	66
	La scaletta sull'albero	67
	Scendere con la corda	68
	L'area di gioco esterna negli asili	69
	Importante	69
V	I GIOCHI REALIZZATI CON LE CORDE	70
	<i>Altalene e caroselli</i>	71
	L'altalena nel bosco	72
	Seggiolino per l'altalena fatta con la manichetta	75
	L'altalena gigante	76
	L'altalena a esagono	78
	L'altalena veloce	80
	Il carosello nel bosco	82
	Carosello a doppio	84

<i>Ponti</i>	87
Il ponte dei pirati	88
Il ponte incrociato	90
Il ponte tibetano	92
Il ponte che dondola	94
Il ponte nepalese	97
La passerella	99
Percorso “sali e scendi”	101
Ponte magico	103
<i>Strutture per arrampicarsi</i>	105
Struttura per arrampicata	106
Ragnatela in aria	108
Ragnatela a terra	110
Struttura per arrampicarsi a X	112
Scala realizzata con le corde	114
Il triangolo dello scoiattolo	116
La montagna da scalare	118
Rete da arrampicata	120
Guida alla realizzazione della rete intrecciata	122
Guida alla realizzazione della parete intrecciata	124
Scala a pioli di legno	127
<i>Scivolare, saltare & tenersi in equilibrio</i>	130
Corda per capriole	131
Teleferica nel bosco	132
Slackline	136
Scaletta in orizzontale	140
Corda del funambulo	142
Sentiero nella giungla	144
Incontrarsi sulla corda	146
Trampolino nel bosco	148
Cavalletta	150
Sentiero degli indiani	152
Traghetto	155
Orsi ballerini	158
<i>Amache, fasce e telone per la pioggia</i>	160
Amaca	161
Telone per la pioggia	164
Telo per l’altalena	167

VI	GIOCARE CON LE CORDE	169
	Giocare nel cerchio di corde	170
	Alzarsi e sedersi	171
	L'onda	172
	Carosello in cerchio	173
	Tiro alla fune in cerchio	174
	Forme con il cerchio di corde	175
	Giochi con il sole di corda	176
	Bambini sul sole di corda	177
	Danza del sole	178
	Mandala con la corda a forma di sole	179
	Fiore realizzato con il sole di corda	180
	Bambini di corda	181
	1,2,3 ho la corda con me	182
VII	ALTRE ATTIVITÀ DA REALIZZARE CON LA CORDA	184
	Labirinto di corda	185
	Ragnatela nel bosco	186
	Viaggio di esplorazione	187
	Compleanno nel bosco	188
	Muoversi nel bosco	189
	Serata nel bosco per i genitori	190
	RINGRAZIAMENTI	192
	BIBLIOGRAFIA	204
	INDICE	205

Finito di stampare
nel mese di Aprile 2013 presso
Fotolito Graphicolor, Città di Castello (PG)

PREMESSA

di Hans-Georg Renner

“Il gioco è la base su cui costruiamo la nostra vita”

Alan Watts

Questo manuale sui giochi con le corde per le scuole materne, primarie e medie è una pietra miliare per le attività con i bambini basate sulla pedagogia sperimentale. Finalmente è possibile coinvolgere anche i più piccoli in questo universo ludico che stimolerà in modo meraviglioso il loro sviluppo sensoriomotorio.

Il manuale offre la possibilità di presentare a un vasto pubblico un lavoro prezioso sulle attività realizzabili con le corde, e di metterlo direttamente in pratica. Grazie alle fotografie e alle descrizioni, i nodi risulteranno facili da imparare e le varie attività con le corde saranno costruite in modo facile e sicuro, adatto alle esigenze della scuola materna, primaria o media.

Noterete presto come questa esperienza risulterà arricchente per i partecipanti. I bambini si divertono tantissimo con le corde e, prima di quanto uno non si immagini, le hanno già inserite tra i loro giochi. Sanno variare, progettare e creare nuove attività.

Nella pedagogia sperimentale le strutture con le corde sono uno degli elementi per apprendere e sperimentare, e si basano su una tecnica speciale di nodi e relativi standard di sicurezza.

La pedagogia sperimentale venne inizialmente concepita solo per adolescenti e adulti, sotto forma di campi nella natura di 2-4 settimane. Agli inizi degli anni '70, con il progetto “Project Adventure”, il pubblico di riferimento si è ampliato e con il programma “Bring The Adventure Home” sono stati realizzati dei seminari più brevi di 2-3 giorni.

Questo fu il primo passo.

È stato un movimento importante che da trenta anni è punto di riferimento per chi lavora con i giovani, per i pedagoghi e nei corsi per manager.

Il secondo grande passo vede la creazione di nuovi gruppi di riferimento e si deve, a mio parere, proprio al presente manuale e al progetto di pro-

8 Giocare tra gli alberi

muovere la formazione sensomotora nelle scuole materne e primarie con l'ausilio delle corde.

Un grazie dunque ad Alexandra Schwarzer e alla sua attenzione, competenza e al suo fiuto pedagogico. Ha saputo modificare le attività con le corde in modo ludico e vario, a seconda delle età, e ne ha create di nuove.

Per gli asili nel bosco le attività proposte sono di enorme arricchimento, ma anche le scuole materne e primarie convenzionali potranno ampliare la loro offerta formativa con un'“esperienza ludica nella natura”. Di recente le attività hanno fatto il loro ingresso anche nel campo della riabilitazione motoria e nell'ergoterapia. Grazie per questo lavoro pionieristico.

Hans-Georg Renner

Esperto in pedagogia ludica e sperimentale

INTRODUZIONE

“Educare significa essere un modello – un modello di felicità”

Thich Nhat Hahn

Se vi piace andare e muovervi nel bosco con i piccoli, e avete bisogno di idee, allora questo manuale, da infilare comodamente nello zaino, è fatto per voi.

Sì, perché per regalare ai bambini momenti di gioia come arrampicarsi, giocare, andare in altalena e molto altro, dal punto di vista psicomotorio è necessario poco materiale: si può già cominciare con corde, moschettoni e una carrucola. E proprio le corde entusiasmano i più piccini.

Il libro descrive come, con questo materiale, potrete creare giochi interessanti, che potrete anche variare con facilità. Le oltre trenta realizzazioni con corde per arrampicarsi, dondolarsi o tenersi in equilibrio sono state tutte sperimentate e derivano da anni di esperienza accumulati nel bosco con gruppi di bambini della scuola materna e primaria e nei seminari per famiglie e pedagoghi.

Le istruzioni dettagliate con le quali io realizzo i nodi di base servono a facilitare i nodi più complessi. I giochi con le corde sono adatti a una fascia di età che va dai 2 ai 12 anni. Costituiscono un elemento importante della pedagogia della natura e possono essere utilizzati per feste, compleanni, serate all'aperto, campi estivi o vacanze in famiglia.

Sarei felice di sapere che il mio libro possa servire da stimolo per organizzare delle uscite nella foresta con gruppi di bambini, con la vostra famiglia o amici; per realizzare con le vostre corde giochi divertenti da condividere insieme.



Il mondo è alla rovescia!

N.B. Chi realizza i giochi mobili con le corde, illustrati in questa pubblicazione, è responsabile per la loro sicurezza. Essi devono essere costruiti esclusivamente sotto la direzione di un adulto. Nella stesura del libro, l'autrice ha agito al meglio secondo coscienza. Declina ogni responsabilità per eventuali errori involontari nelle descrizioni riportate nel libro o errori nel montaggio dei giochi con le corde.

I

PSICOMOTRICITÀ NEL BOSCO

Cos'è la psicomotricità

“Nel bambino i processi fisici e psicologici, emotivi e spirituali sono strettamente connessi gli uni agli altri. Egli non riesce chiaramente a cogliere la distinzione tra pensiero e azione, tra percezione reale e quella mentale, tra desiderio e realtà, tra quotidianità e mondo onirico; imparerà a distinguere il tutto nel corso della crescita. Le percezioni sensoriali sono molto più intimamente collegate tra loro che nell'adulto, così come lo sono i sentimenti con i movimenti del corpo”

Ernst J. Kiphard

“Con la parola psicomotricità si intende la stretta relazione tra le funzioni motorie e psichiche”

Renate Zimmer

I bambini agiscono e sperimentano in modo totale: con la mente, il cuore e le mani. Percepiscono i sensi con tutto il corpo e attraverso di esso esprimono i sentimenti come la rabbia, la gioia e la tristezza. Il movimento e la percezione sensoriale mettono in moto processi di apprendimento di base ed è proprio attraverso il movimento che il bambino impara a decifrare il mondo circostante, le persone di riferimento, il materiale presente.

Il movimento serve ad aumentare regolarmente il suo bagaglio di esperienze, rendendolo più sicuro di sé e indipendente. La conquista di queste molteplici competenze porta allo sviluppo della personalità individuale.

Come vivono i bambini oggi

“I bambini amano scatenarsi. Corrono per un po’, cadono nell’erba, rotolano per terra, si rialzano, girano su se stessi con le braccia aperte; perdono l’equilibrio e barcollando cercano di recuperarlo. I loro movimenti, di velocità diseguale, possono sembrare spesso disordinati all’osservatore, o persino confusi, quando essi corrono a scatti e frenate brusche, oppure quando ciondolano senza meta”

Rolf Patermann

Ho passato la mia infanzia negli anni Settanta a giocare con gli amici, quasi sempre all’aperto: a nascondino, a rincorrerci, a disegnare e colorare la strada con i gessetti; ci si sporcava da capo a piedi e si doveva rincasare non prima che si accendessero i lampioni. Ci sfogavamo in mille avventure e non mancavano di certo le occasioni per muoverci.

I genitori di oggi invece sono spesso mossi dal desiderio di far acquisire ai loro figli, già alla scuola materna, quelle capacità che potrebbero tornare utili nel mondo del lavoro. Ciò comporta purtroppo, già in età prescolare, una rigida concentrazione di attività o corsi orientati alla stimolazione cognitiva.

Gli spazi gioco accessibili ai bambini sono sempre più artificiali e stimolano poco il movimento. Mancano le occasioni per giocare senza essere controllati, fare chiasso, inventare segreti, vivere avventure.

L’infanzia attualmente significa fare esperienze in ambienti chiusi (asili nido, scuola materna, cameretta, scuola di musica, ecc.). I nostri figli hanno sempre meno l’occasione di giocare all’aperto e nella natura.

Di fatto, il tempo che i bambini hanno per scoprire la natura come vogliono è diventato talmente scarso che solo molto di rado viene vissuto un vero contatto con l’ambiente naturale. Io sono dell’opinione che non dovremmo privare i nostri figli della possibilità di giocare all’aperto.

Al contrario, dovremmo prenderci il tempo e creare l’occasione per ritornare a contatto con la natura. Non intendo con ciò portarli al parco giochi più vicino, ma andare in un luogo dove il bambino si senta veramente libero di agire.



Il bosco: una fonte inesauribile di idee per giocare

Perché nel bosco?

Il bosco offre agli asili, alla scuola primaria, ai centri di ergoterapia o di sostegno ai bambini con difficoltà, molteplici occasioni di espressione dei processi infantili di sviluppo e la possibilità di far vivere “il movimento”. Quando siamo nella natura siamo in costante movimento, tutti insieme.

Nel bosco le esperienze sensoriali sono presenti nella loro pienezza e coinvolgono tutti e cinque i sensi. I bambini sono spronati in modo naturale a sperimentare le loro capacità motorie e a fare innumerevoli scoperte ed esperienze tattili. Possono allenare il senso dell’equilibrio camminando sui tronchi o attraversando fossati. Toccano e annusano i fiori e le bacche, e si buttano nell’erba alta o nei mucchi di foglie. Strappano foglie per preparare zuppe e poi si annusano le mani; sentono il picchio e altri uccellini o il fruscio delle foglie. D’inverno si mettono a studiare le tracce degli animali o provano a prendere i fiocchi di neve con la lingua.

Muovendosi nella natura e facendola loro, i bambini fanno esperienze di molte cose che risulteranno importanti nella loro vita. Impareranno a capire che il bosco è lo spazio vitale naturale delle piante e degli animali, e faranno la conoscenza dei quattro elementi naturali: il fuoco, la terra, l'aria e l'acqua. In questo contesto reale e primordiale i bambini trovano la pace e possono concentrarsi a lungo osservando le coccinelle e altri insetti. Qui si può toccare e analizzare quasi tutto e in questo modo i bambini avvertono anche i più piccoli cambiamenti.

L'aver a che fare con materiale vivo è molto interessante e lascia impressioni durevoli. In questa atmosfera piena di pace i bambini reagiscono più raramente con aggressività, e subito ritrovano il loro equilibrio naturale.

I piccoli desiderano ambienti di gioco in cui possono agire senza essere osservati; il bosco offre la possibilità di nascondersi dietro alberi o cespugli, oppure di costruire una capanna con materiale vegetale morto. Ma il bosco invita soprattutto a condividere le imprese. Si possono realizzare a più mani capanne o dighe, e costruire diventa più divertente; in caso di pioggia si farà un tetto sotto il quale si racconteranno storie e si canteranno canzoni. Condividere il pasto in cerchio è un'esperienza di gruppo indimenticabile.

Gli ambienti in cui i bambini si muovono cambiano a seconda delle stagioni, della temperatura, del momento della giornata, della luce e dell'ombra. La natura libera così la fantasia e la creatività per idee nuove e insolite. Si tolgono scarpe e calzini per sentire il terreno nelle sue caratteristiche, e che grande gioia si prova a rotolarsi nel prato! Oppure, alla vista di una pozza, decidere se guardarla, saltarci dentro o tentare di superarla con un grande salto.

I bambini amano trasformarsi: di volta in volta sono cavalli o orsi, oppure vento, o fuoco, dimenticandosi del tempo e di quello che succede intorno. Se hanno la possibilità di fare certe esperienze, si rendono conto che spesso vale la pena trovare più soluzioni. Se sono motivati a scovare una loro soluzione, avranno probabilmente più fiducia in sé a scuola.

Se diamo loro la sicurezza di trovarci nelle vicinanze, in caso di problemi o difficoltà, potranno giocare da soli con la spiensieratezza tipica del bambino, potranno sviluppare i loro sensi e scoprire con curiosità il mondo in un'atmosfera equilibrata, quella di cui abbiamo bisogno per una vita sana e felice.

Il bosco come luogo in cui muoversi e imparare

Sono convinta di poter ricreare nella natura gran parte delle attività, dei percorsi, dei programmi di sostegno già collaudati in palestra, e di farli vivere in modo più completo, ovvero con la “testa”, con le “mani” e con “il cuore”. Nel bosco non è necessario portarsi troppo materiale.

Sono numerosi i vantaggi per cui è importante portare nel bosco i bambini della scuola elementare, dell’asilo o del nido: non siamo limitati dal materiale presente nell’istituto, non sono necessari accordi per dividere la palestra con i colleghi, non ci sono problemi di spazio né di dimensione dei gruppi e i bambini non sono costretti a parlare piano per non disturbare. Nel bosco respiriamo aria fresca e giochiamo alla luce del giorno; non dobbiamo riprodurre artificialmente i fenomeni atmosferici perché sono già presenti nella loro pienezza. Con metodi semplici e pochissimo materiale si favorisce lo sviluppo sensomotorio.

Ecco alcune possibilità di stimolazione dei sensi che la natura ci offre:

- L’olfatto: la percezione olfattiva

Gli odori che ci avvolgono nella natura ci invitano ad annusare il muschio umido e asciutto, le foglie e i frutti di diversi alberi, le pigne, la resina, la terra, il legno in tutti i suoi stadi di decomposizione.

- Il suono: la percezione acustica

Immersi nei suoni del bosco, le nostre orecchie si possono riprendere dal rumore della vita quotidiana. Se ci lasciamo andare alla pace della selva e ci concentriamo attentamente, potremmo forse udire gli uccelli e distinguere le differenti tonalità o il ticchettio melodico della pioggia sulle foglie e sulla terra, lo scricchiolare del legno, il fruscio delle foglie al vento o persino il silenzio che avvolge i fiocchi di neve.

- La vista: la percezione visiva

I colori delicati offerti dalla natura ci invitano a un’osservazione più attenta. Esistono svariate tonalità di verde, marrone e giallo che cambiano continuamente a seconda della stagione. La primavera porta con sé un colore nuovo dopo l’altro. La pioggia rende i sassi e le rocce più lucenti, e crea fresche pozzanghere.

- Il tatto: la percezione tattile

La grande varietà di materiali ci stimola a scoprire la natura, palpando e toccando con le mani o correndo e arrampicandoci a piedi nudi, rivelandoci forme e caratteristiche opposte come grande-piccolo, tondo-quadrato, morbido-duro, bagnato-asciutto, ruvido-liscio, caldo-freddo, lungo-corto, spesso-sottile, pesante-leggero.



Ciò che si è amato da bambini resterà
nel cuore fino in età adulta.

Kahlil Gibran

Cosa offrono le attività e i giochi con le corde

*“Creiamo e costruiamo con le corde giochi differenti per stimolare il movimento:
questo è un modo meraviglioso per favorire la psicomotricità nella natura”*

Hans-Georg Renner

L'idea di costruire dei giochi con corde nasce dal desiderio di rendere possibili, per i bambini che vanno nel bosco quotidianamente, esperienze come arrampicarsi, dondolarsi, rimanere sospesi.

Infatti, per motivi legati allo sfruttamento intensivo delle foreste, gli alberi di oggi non possono più continuare a sviluppare la loro forma originaria e dunque le possibilità a disposizione per arrampicarsi sono limitate.

I giochi con le corde sono in sé elementi instabili che posseggono una caratteristica importante: invitano i bambini ad arrampicarsi su piani orizzontali o verticali. E il divertimento è garantito. Saltellano, traballano facendo scommesse e così si sviluppano forza, si allungano i muscoli, aumenta la costanza, la destrezza, il senso dell'equilibrio, il coraggio, la socializzazione e l'attenzione nei confronti degli altri.

Saranno i bambini a decidere come e quanto arrampicarsi sui giochi fatti con le corde. Io cerco di offrire a ogni bambino, secondo le sue capacità, la possibilità sia di divertirsi sia di affrontare una sfida. Qualche volta tutti i bambini del gruppo riescono a arrampicarsi insieme, altre volte solo due o tre bambini possono mettere alla prova da soli i propri limiti. A seconda della prova stabilita è possibile regalare momenti di sfrenatezza, ma anche di calma, per scoprire come arrampicare misurando lo spazio.

L'amaca è un esempio che offre varie possibilità di movimento. Se viene sistemata al limite del luogo prescelto per giocare, si può immaginare di essere un "navigatore folle" e manovrarla come un veliero tra onde roboanti, ma è anche perfetta per rilassarsi o dormire.

Io credo che le corde siano ormai indispensabili nella quotidianità di una scuola materna o primaria perché costituiscono una ricchezza inestimabile di creatività. Nel mio zaino ci sono sempre 1 o 2 corde lunghe e un sacchetto di corde più corte per i bambini. Sono molto amate e diventano presto qualcosa di familiare. Ci offrono la possibilità di costruire, davanti a occhi sgranati e impazienti, un'altalena, un ponte o una parete da arrampicare.



Dondolarsi insieme è divertente

Le esperienze di movimento nel bosco con le strutture in corde

L'obiettivo del mio lavoro è rendere i bambini più consapevoli del proprio corpo e in grado di ascoltarlo e seguirlo. Una cosciente tensione muscolare dona sicurezza nel muovimento e previene i disturbi legati all'equilibrio. La sua conquista consente di mantenere i corpi stabili, premessa fondamentale per non cadere dopo aver girato su se stessi – solo per fare un esempio.

Giocare sulle costruzioni con le corde offre molteplici esperienze di cui ha bisogno il bambino per un armonico sviluppo della personalità.

Per esempio:

- Girare su se stessi, dondolarsi, barcollare, balzare, girellare, stare in equilibrio, arrampicarsi, andare in altalena e saltellare.
- Abilità corporea, coraggio, perseveranza, forza, senso dell'equilibrio e tensione corporea si sviluppano giocando. I bambini sono felici e rilassati e da soli inventano nuove azioni e giochi.
- Imparano a regolarsi sui cambiamenti di posizione del corpo. Se vogliono continuare a giocare e ad arrampicarsi è necessario saper dosare e aumentare la forza e avere una buona reattività.
- Anche con giochi non troppo alti, come il sentiero degli indiani o la corda del funambolo, i bambini possono provare e imparare a mantenere l'equilibrio, a essere prudenti o a stare rilassati anche in situazioni difficili, per permettere così la vicinanza o il contatto. Sperimentano nelle azioni comuni l'importanza della responsabilità l'uno verso l'altro.
- I giochi con le corde, di per sé instabili, richiedono a ogni singolo bambino una reattività immediata, dato che le corde reagiscono a ogni minimo movimento. È necessario tuttavia avere anche riguardo per i più piccoli del gruppo, che in alcuni casi possono essere molto vivaci, quando – tanto per fare un esempio – vogliono attraversare uno dietro l'altro il ponte di corde.
- Arrampicandosi e dondolandosi appesi alle corde i bambini acquisiscono la coordinazione motoria; correndo su ponti fatti di corda, e dunque instabili, esercitano continuamente il portamento e la tensione muscolare.
- Girando nei caroselli creati nel bosco si sviluppa il senso dell'equilibrio.

- Andando in altalena o nell'amaca si favorisce un'adeguata tensione muscolare.
- Giocare con le corde favorisce la creatività e la motricità fine. I bambini dimostrano una capacità di attenzione protratta nel tempo e sono molto concentrati.



Considerazioni sui giochi realizzati con le corde

Di seguito propongo alcune riflessioni metodologiche-didattiche sui lavori con le corde, preziosi dal punto di vista pedagogico.

- Osservazioni

L'esecuzione di ogni movimento non è ovvia, si raggiunge con esercizio continuo e acquisendo la coordinazione in attività fisiche differenti.

Io mi tengo in disparte. Dopo aver costruito per i bambini i giochi, resto innanzitutto ad osservare. Cerco di capire se lo sforzo fisico richiesto corrisponde alle loro capacità o se devo apportare delle modifiche. Questo ad esempio significa che magari le maglie della ragnatela di corda sono troppo grandi, e quindi alla maggior parte del gruppo risulta difficile fare delle esperienze ludiche positive perché, arrampicandosi, scivolano in continuazione. Il mio compito è dunque di rendere le maglie più piccole.

- Stimolare al gioco

Curiosità e sete di conoscenza accompagnano i bambini già dal primo giorno di vita. Sono sempre occupati a provare le proprie forze, a muovere gli oggetti, analizzarli, smontarli e a chiedere a cosa servono. Perciò in generale li lascio giocare con le loro idee e la loro fantasia, visto che sono motivati al massimo proprio dal progetto che hanno in mente e la sua realizzazione.

Talvolta ci sono momenti in cui anche io salgo sulle corde e faccio delle proposte come per esempio “giochiamo a”: agli animali dello zoo o del bosco, agli acrobati, ai pirati. Anche arrampicarsi a occhi chiusi può essere uno scopo del gioco.

- Da semplice a complicato

Se vogliamo costruire dei giochi con le corde per i bambini, è importante iniziare con qualcosa di semplice. In concreto significa cominciare innanzitutto con elementi bassi, per costruire lentamente dei giochi che corrispondano alle sempre crescenti esperienze di movimento del gruppo. I bambini devono arrampicarsi tanto quanto gli educatori ritengono che siano in grado di riuscire. Proprio qui è fondamentale ascoltare la propria voce interna!

- Perché giochi mobili

Con corde, alberi e pochi nodi si possono creare una varietà di giochi che costituiscono uno stimolo speciale per i bambini per poter realizzare sempre nuove idee aumentando così continuamente le proprie capacità di costruire. “Mobili” significa anche restare sempre “in movimento”.

Quando smontiamo quello che abbiamo costruito, le corde sono nuovamente a nostra completa disposizione. L'esperto in pedagogia della natura cerca di lavorare con un impiego minimo di materiale. È stato ben dimostrato che è sufficiente quello che sta in uno zaino e quello che il bosco offre!

Fare regolarmente i nodi significa esercitarsi in continuazione, per cui co-



struire i giochi diventerà sempre più semplice, dato che montando e smontando si rimane in esercizio e i giochi risultano diversi ogni volta!

I bambini guardano con grande interesse quando davanti ai loro occhi il bosco si trasforma in un parco divertimenti o in un paradiso di altalene.

- I bambini e i nodi

Secondo la mia esperienza, prima della scuola primaria i bambini fanno i nodi seguendo la loro fantasia. Solo più tardi si dimostrano interessati a farli come gli adulti. Dall'età di sei anni si potrebbe offrire un progetto sul tema "corde e nodi". Per l'occasione mi procuro una batteria di corde da 3 metri che i bambini usano in modo molto vario durante la lezione e nelle pause. Il



giorno in cui si va nel bosco, ogni bambino porta una corda nello zaino in modo che si possano realizzare vari giochi e che ci siano sempre abbastanza corde per costruire e per idee creative. A questo proposito si può costruire una tavoletta di nodi che può essere usato come modello. Il bambino potrebbe anche ricevere un "diploma di nodi". Con la tavoletta si potranno esercitare tutti i nodi che il bambino potrà realizzare da solo.

Se mi accorgo che i bambini sono interessati a imparare a far bene un nodo, allora comincio con il nodo a otto (vedi pag. 35). In questo modo sono in grado di allungare le corde corte per le loro idee.

Per potermi aiutare ad annodare le corde corte in elementi differenti, imparano facilmente il nodo a bocca di lupo (pag. 43 e 44) e il nodo semplice. Così possiamo realizzare insieme il sole di corde per i giochi più disparati. Anche quando i bambini mi aiutano ad annodare le corde corte faccio sempre un "controllo dei nodi", prima di dare il via alle arrampicate.

Le regole da rispettare

- **Senza materiale:** i bambini provano e si arrampicano a mani libere. I bastoni non sono permessi.
- **Aspettare finché tutto è ben sistemato:** significa che le corde devono essere tese e i nodi ben fatti prima di dare via alle attività.
- **Non fare i nodi da soli:** i bambini non hanno il permesso di fare o rifare un nodo di propria iniziativa e devono subito avvertire appena un nodo si allenta.
- **Lasciare libero lo spazio intorno ai giochi:** i bambini non devono stare sotto le corde.
- **Numero di bambini:** per ogni situazione si deciderà quanti bambini alla volta potranno salire e arrampicarsi, in modo che non si ostacolino a vicenda.
- **Concedere tempo ai più piccoli:** nella confusione le corde possono oscillare molto e questa è una ragione per cui i più piccoli non osano nemmeno mettere il piede sulla corda.
- **Smontare:** alla fine della giornata è importante coinvolgere il gruppo in questa fase, per esempio lasciandoli disfare il nodo a bocca di lupo o i nodi di sicurezza o per arrotolare le corde.

Progetto pedagogico

“Se noi potessimo vedere e riconoscere i bambini come assolutamente competenti al livello dello sviluppo in cui si trovano, allora potremmo imparare da loro e su di loro molto di più di quello che possiamo insegnare. Stare vicino ai bambini ci dovrebbe far ricordare cosa significhi essere ‘genuino’, ‘vero’, ‘autentico’”

Magda Gerber

I bambini hanno bisogno di tempo e spazio per comprendere e conoscere il mondo intorno a sé con tutti i sensi. “Lasciami il tempo” diceva Emmi Pickler, la pediatra ungherese che per anni si è impegnata per permettere ai bambini di scoprire il mondo secondo la loro sete di conoscenza e il loro ritmo.

Dalla mia esperienza ho compreso che è fondamentale come noi stessi ci rapportiamo con le attività nel bosco e come fare da modello ai bambini

in modo attivo. Per accompagnare i bambini nelle varie fasi della vita e interpretare in modo corretto le loro esigenze, è necessario riflettere sempre in maniera critica sul nostro ruolo di educatori.

Se ci fidiamo del fatto che sono i bambini stessi promotori e osservatori, e che sono spinti a imparare ciò per cui si sentono pronti, allora il nostro compito è di sostenerli con l'aiuto necessario, affinché siano contenti di riuscire a dominare da soli le loro azioni. Perciò è di assoluta importanza riconoscere anche i piccoli passi in avanti del bambino nelle sue attività, e stare attenti invece a ciò che il bambino dispone già, visto che ogni bambino agisce nella propria fase di sviluppo personale. Io concedo a ciascuno il tempo di cui ha bisogno e cerco sempre di far presente che abbiamo tempo a disposizione; se non riusciamo ad arrampicarci oggi, si può sempre fare domani.

È importante non imporre la fretta con affermazioni come “più veloce, più in alto, ancora”, perché per ogni avventura e prova di coraggio è giusto ascoltare il “no” più sommesso e rispettarlo. Cerco di non fornire nessun aiuto mentre sperimentano le possibilità di movimento, anche se può risultare difficile e me lo chiedono.

Aiutandoli, per esempio mettendoli sulla struttura per arrampicarsi o sull'altalena, li priviamo sia della possibilità di farcela da soli, sia di un'autovalutazione “è ancora troppo alto per me” o “capisco da solo i miei limiti”.

Alcuni bambini però hanno bisogno di un'attenzione particolare o di incoraggiamento. È importante anche sforzarsi di non utilizzare un linguaggio che lasci trapelare una valutazione costante della prestazione. I bambini sanno valutarsi da soli.

Anche consigli e indicazioni verbali (“ora metti in alto il piede destro”) non sono aiuti reali per il bambino; anzi, forse hanno un effetto peggiore dell'assistenza diretta. In questo modo il bambino non riesce a creare un progetto nella sua testa di come potrebbe arrampicarsi sull'albero. Noi così prendiamo la decisione al posto suo per superare gli ostacoli, e gli sottraiamo anche la gioia di scoprire le proprie capacità.

La nostra considerazione riguardo ai loro punti di forza si ripercuote in modo molto utile anche sullo sviluppo psicomotorio. Agire insieme a loro, ma non condurre il gioco, significa essere presenti come compagni di gioco e lasciare che siano i bambini stessi a essere i protagonisti. Divertimento, collaborazione e non la competizione sono in primo piano. Un comportamento adeguato è quello, per esempio, di accompagnare i bambini a trovare una soluzione propria. Possiamo descrivere la situazione a parole: “Sì, è alto”,

24 Giocare tra gli alberi

ma non suggerire subito la nostra soluzione non richiesta. Forse il bambino cerca una sfida più adatta a lui.

Un altro modo per aiutare è creare un ambiente adatto ai bambini, per esempio costruire i giochi a un'altezza adatta a loro. Per motivi di sicurezza, è necessario averli tutti sott'occhio.

Il progetto psicomotorio e l'atteggiamento appena descritto dell'educatore hanno come finalità:

- Accompagnare i bambini, poter riconoscere le loro capacità motorie e raggiungere un'autovalutazione realistica.
- Mostrare ai bambini come integrare nelle attività quelli con più difficoltà.
- Dare ai bambini l'occasione di sfogare la loro esigenza di muoversi mettendo a disposizione tempo sufficiente e stimoli svariati.
- Sostenere i bambini nella loro gioia di muoversi e incoraggiarli a provare qualcosa di nuovo.
- Permettere ai bambini la naturale percezione sensoriale.
- Creare il più possibile la possibilità di muoversi a piacimento.
- Sensibilizzare i bambini al rispetto e alla tutela della natura.



Con i gruppi di bambini nel bosco

Bisognerebbe andare nel bosco a cercare, da soli e in tutta tranquillità, un luogo adatto. Poi, chiedere al padrone del terreno il permesso di giocarci. Nel caso ci fossero altri gruppi che vogliono andare nello stesso posto, si deve trovare un accordo. Ci sono ambienti delicati dove crescono germogli di piante, in cui si trovano habitat di animali selvaggi o zone umide che, per amore della natura e degli animali, bisognerebbe evitare. Conviene comunque sostare in un luogo già battuto e che non sia troppo distante da sentieri o strade.

Se dall'inizio si sceglie sempre lo stesso luogo, si dà ai bambini quella sicurezza di cui hanno bisogno. Se necessario, si delineano con i bambini i confini dello spazio in cui si possono muovere; devono essere sempre abbastanza vicini da sentire la voce, se richiamati. Come ospiti del bosco si fa attenzione agli animali e alle piante: gli adulti diventano quindi dei modelli da imitare. Sono consigliabili abiti comodi e resistenti e scarpe solide. Si può cogliere un frutto e mangiarlo solo in presenza dell'adulto che accompagna. I rituali durante la giornata nel bosco, come il saluto iniziale e finale, lo spuntino o il pasto condiviso e il gioco libero creano momenti tranquilli e familiari che infondono sicurezza. Va calcolato tempo sufficiente per ogni cosa, soprattutto per andare e tornare dal bosco. Nello zaino non devono mai mancare una valigetta di pronto soccorso, una bottiglia d'acqua e un telefono cellulare.



II

TUTTO IL NECESSARIO

Se volete costruire dei giochi con le corde in modo creativo e vario, avete bisogno di un equipaggiamento di base e una conoscenza di base di corde, carrucole e nodi.

Conoscere il materiale

- Moschettoni

I moschettoni vengono utilizzati per unire due corde o una corda con una fettuccia. Per motivi di sicurezza è consigliato usare esclusivamente moschettoni da alpinismo con ghiera a vite a norma con un carico di rottura di 22 kN. Dati sul carico di rottura: per esempio 22 significa 2.200 kg (in direzione longitudinale), 6 significa 600 kg (carico trasversale). Il moschettone riduce l'attrito delle corde quando è agganciato all'otto ripassato (pag. 36).



Nella teleferica il moschettone collega la rotellina di metallo e il seggolino. L'unica eccezione è quando si usa il nodo autobloccante a cuore, poiché qui è consigliabile il moschettone senza chiusura di sicurezza (moschettone a scatto), per poter disfare senza fatica la corda con la tecnica adatta. Nel nodo autobloccante a cuore sono necessari 2 moschettoni a scatto della stessa grandezza e forma.

- Fettucce

La fettuccia è una striscia di tessuto ben cucito e viene usata sempre con il moschettone. Si usa nel bosco per appendere materiali come lo zaino, l'amaca, il sacchetto d'acqua da campeggio a un tronco d'albero con un nodo a bocca di lupo o con un moschettone. Il tutto in modo rapido e sicuro. Oppure si utilizza in combinazione con il nodo autobloccante a cuore. Deve avere un carico di rottura a partire da 22 kN (circa 2.200 kg). Nel bosco sono necessarie fettucce a partire da 1,20 metri. Sono disponibili nei negozi da alpinismo direttamente "dal rotolo".

Secondo l'uso che se ne farà, il materiale può essere acquistato nella lunghezza desiderata oppure legato in modo variabile ad un cappio con il nodo a otto. Le fettucce si possono utilizzare come seggiolino dell'altalena o per l'altalena veloce (vedi pag. 80).



- Carrucola

La carrucola serve per costruire la teleferica. È raccomandabile una carrucola doppia di metallo; io consiglio la "Tandem Speed" della marca Petzl con cuscinetti a sfere, che in effetti è cara ma scorre velocemente e senza intoppi. Ideale per le pianure.



- Tettoia

In caso di pioggia io utilizzo un telone di 4 x 4,5 metri, in materiale sintetico leggero e idrorepellente che ai bordi e agli angoli ha degli occhielli di metallo per l'ancoraggio laterale. Anche in questo caso conviene investire un po' più di soldi all'inizio, dato che il telo è resistente e dura sicuramente più a lungo rispetto a uno di plastica comprato nei negozi di bricolage.



- Manichetta dei pompieri

Per costruire il seggiolino dell'altalena si può chiedere direttamente ai vigili del fuoco una manichetta usata. La manichetta verrà poi tagliata in pezzi da 50cm l'uno.

La realizzazione dell'altalena con le corde è spiegata in dettaglio a pag. 79.











BIBLIOGRAFIA

Kempf/Pfänder, *Kindergarten in Bewegung*, Borgmann 2006.

Zimmer Renate, *Alles über den Bewegungskindergarten*, Herder Verlag, 2001.

Kaderli/Bertschy/Ritter, *Kennen + Können*, rex Verlag, 1998.

Wild Rebecca, *Freiheit und Grenzen-Liebe und Respekt*, Mit Kindern wachsen Verlag, 1998.

Gerber Magda, *Dein Baby zeigt dir den Weg*, Mit Kindern wachsen Verlag, 2000.

Ute Strub, *Entfaltungen – Die Arbeit von Elfriede Hengstenberg*, (Hrsg.) Arbor Verlag, 1991.

Colin Jarman, *Knoten – für Segler, Angler, Bergsteiger und Camper*, Delius Klasing Verlag, 2001.

Wolf Klaus Peter, *Auf der Jagd nach dem Piratenschatz*, Ravensburger, 2006.

PER I MIEI SEMINARI

Per favore contattami se siete interessati a un seminario pratico sul tema “Giochi in corda nel bosco per i bambini” o “Muoversi nel bosco – impulsi ludici alla psicomotricità nella pedagogia della natura”

Mail: info@naturundbewegung.de

Gli appuntamenti per i prossimi seminari li trovate su:

Internet: www.naturundbewegung.de

