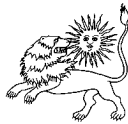


Alexandra Schwarzer

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

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 sensomotorio.

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.

12 Giocare tra gli alberi

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.

14 Giocare tra gli alberi

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 spensieratezza 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.

16 Giocare tra gli alberi

- 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 inusabile 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

18 Giocare tra gli alberi

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 movimento 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.

20 Giocare tra gli alberi

- 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.

22 Giocare tra gli alberi

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 giocare. 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 delincono 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 seggiolino. 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.

28 Giocare tra gli alberi



- 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.



Conoscere le corde

Consiglio di utilizzare corde statiche in poliammide e altri materiali sintetici. Il nucleo centrale di fibre intrecciate è circondato da un rivestimento (calza) che protegge dallo sporco e dall'usura.

Le corde statiche si riconoscono dai fili dell'anima che corrono parallelamente al rivestimento. Queste corde hanno un'elasticità molto limitata e sono dunque perfette per i giochi. Preferisco quelle con la superficie ruvida, più maneggevoli per i bambini che possono afferrarle meglio e quindi arrampicarsi con maggiore facilità. Secondo la mia esperienza è più semplice fare i nodi rispetto alle corde con la superficie liscia e si fissano particolarmente bene nei nodi autobloccanti come il nodo a bocca di lupo o il nodo Machard.

Unica eccezione: nel caso in cui venga usata la carrucola per costruire una teleferica, la superficie liscia facilita lo scorrimento della rotella. In questo caso utilizzo una corda statica liscia di 30m e 12mm di diametro.

Le corde da arrampicata di tipo "dinamico", se sottoposte a carico, si piegano troppo: sono dunque ideali per fare il trampolino o sopportare i salti.

A causa della limitata elasticità quelle statiche non sono adatte all'arrampicata, dato che in caso di caduta non potrebbero ammortizzare in modo sufficiente.

La resistenza alla luce è stata aumentata grazie all'utilizzo di un materiale sintetico speciale. Perciò esse hanno una durata maggiore rispetto alle corde di materiale naturale, come la canapa. Queste ultime si modificano con l'umidità (lunghezza, spessore, peso, resistenza) e di conseguenza i nodi si disfano con maggiore difficoltà.

Le corde si possono acquistare a metro nei settori alpinismo o vela; si trovano anche nei negozi di bricolage, ma qui però si deve verificare che presentino il carico di rottura necessario. Dopo aver tagliato la lunghezza di cui abbiamo bisogno, è importante che la calza resti ben attaccata all'anima della corda, in modo tale che non si disfino le punte.

Migliore è la qualità e più durano nel tempo. Esiste anche la possibilità di trovare delle corde usate a buon mercato: in questo caso rivolgersi nei negozi di sport, ai vigili del fuoco, ai velisti. Per motivi di sicurezza dobbiamo assicurar loro che non andremo ad arrampicarci. Una corda difettata, cioè con tagli, strappi e lacerazioni alla calza o all'anima, deve essere scartata. Se trattato con riguardo, il materiale può durare dai 5 ai 10 anni.

30 Giocare tra gli alberi

- Attrezzatura di base

Ecco l'attrezzatura di base che io consiglio come prima esperienza, per un gruppo di 20 bambini, con cui si possono eseguire tutti i giochi descritti nel libro. Si può appendere un'amaca o costruire qualche altalena, o un ponte di corde o una piccola rete per arrampicarsi.

Consiglio il seguente materiale:

- 20 corde statiche: lunghezza 3m/ Ø 8mm – da 8kN (ca. 800 kg)
- 2 corde statiche: lunghezza 12m/ Ø 12mm – da 20kN (ca. 2.000 kg)
- 1 corda statica: lunghezza 20m/ Ø 12mm – da 20kN (ca. 2.000 kg)

Materiale aggiuntivo per la teleferica:

- 1 corda statica liscia: lunghezza 30m/ Ø 12mm – da 20kN (ca. 2.000 kg)
- 1 seggiolino per altalena: 50cm di manichetta dei vigili del fuoco (vedi pag. 62)
- 2 fettucce: lunghezza 120-240cm – 22kN
- 1-2 moschettoni – 22kN con chiusura di sicurezza
- 2 moschettoni uguali – 22kN senza chiusura di sicurezza
- 1 coppia di fune*: lunghezza circa 30cm/ Ø 4mm
- 1 carrucola Tandem di metallo

Per ulteriori informazioni riguardo alle corde statiche con superficie ruvida che io utilizzo abitualmente, potete contattarmi al sito www.naturundbewegung.de (in tedesco o francese).

Le carrucole e le fettucce si possono acquistare sul sito www.globetrotter.de e la carrucola tandem sul sito www.bergerzeit.de.

In aggiunta si può utilizzare il seguente materiale: 2-3 amache da viaggio, uno slackline-set di 15 metri di lunghezza, un telo di 3x3 metri, una scala a pioli, un telone da pioggia 4x4,5 metri, 12 metri di corda da arrampicata da usare per trampolini o per saltare.

I riferimenti alle fonti li troverete di volta in volta nel libro.

* Per *fune* in tutto il libro si deve intendere una corda statica di diametro relativamente contenuto, tra i 4 e gli 8mm.

- Cura e conservazione del materiale

Dopo una giornata umida nel bosco le corde, sistemate a terra, andrebbero fatte asciugare al caldo, poi sistemate in un luogo asciutto e al buio. Se necessario, possono essere lavate in lavatrice con un programma delicato o in una vasca da bagno. Il telone da pioggia va steso.

Quando si ripongono le corde si deve fare attenzione che non ci siano più nodi, così saranno già pronte per un nuovo uso. Io tengo le corde corte di 3 metri in un sacco.

Le corde lunghe possono essere annodate in modo da formare uno zainetto (vedi pag. 58) che i bambini possono portare addosso.



Conoscere i nodi

I nodi sono tra gli elementi più importanti per la realizzazione dei giochi con le corde; affinché sia garantita la sicurezza dei bambini mentre giocano e si arrampicano, è quindi necessaria una conoscenza di base della tecnica per farli. Ma non abbiate paura, i nodi più importanti sono facili da imparare e vi sentirete presto a vostro agio nell'eseguirli.

Per motivi pratici mi sono limitata ai nodi assolutamente necessari e collaudati. Già con una manciata di nodi di base è infatti possibile costruire giochi e percorsi stimolanti. Ma sarete anche in grado di montare un'altalena o un'amaca in giardino, oppure sistemare il telone per la pioggia in brevissimo tempo per un gruppo di bambini nel bosco.

I nodi di base da me utilizzati soddisfano, una volta eseguiti alla perfezione, le condizioni seguenti. Devono cioè

- potersi realizzare in modo semplice e chiaro,
- rispondere al motivo per cui sono state utilizzati, essere sicuri e durevoli,
- essere facili da disfare in ogni condizione meteorologica (gelo, umidità),
- non contrarsi se sottoposti a tensione,
- potersi disfare facilmente anche dopo essere sottoposti a carico.

32 Giocare tra gli alberi

È di fondamentale importanza esercitarsi in continuazione così da potere, in caso di necessità, realizzare i nodi con facilità; infatti, proprio nella pratica con i bambini, la sicurezza dei nodi è importante, dato che spesso sono impazienti vicini a noi e vogliono arrampicarsi subito.

Consiglio: la cosa migliore è tenere sempre una piccola corda in tasca, così da potersi esercitare camminando o quando si ha un minuto di tempo.

- Da sapere sui nodi

- La maggior parte dei nodi deriva dalla pratica marinara e alpinistica.
- Un nodo rappresenta sempre un peso aggiuntivo per la corda. Perciò questa, quando è sovraccarica, si rompe per lo più dove c'è il nodo.
- I nodi qui presentati – in qualsiasi numero – riducono la resistenza della corda al massimo al 50% (2.400 kg carico di rottura > nodi > carico di rottura 1.200 kg).
- Quando si costruisce un nodo, è buona pratica lasciare alle estremità corda libera pari a circa dieci volte il suo diametro affinché i capi non si sfilino dal nodo (esempio: con diametro della corda di 12mm, lasciare oltre il nodo almeno 12cm di corda libera).
- Se le corde sono poste una sull'altra, può crearsi dell'attrito. Per questo, quando costruisco i giochi con le corde, uso nodi e una tecnica per tenderle che limiti lo sfregamento tra di loro. Ci sono due possibilità: possiamo fissare bene la corda al tronco o unire due corde con un moschettone.

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 contattemi 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

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 |

206 Giocare tra gli alberi

| | |
|---|-----------|
| 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 |

208 Giocare tra gli alberi

| | | |
|-----|---|-----|
| 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)