

Lo Sport e il gioco tra i sei gli undici anni

Introduzione

Termini come psicomotricità ed educazione psicomotoria sono da anni diventati di attualità, a tal punto da entrare senza difficoltà nel linguaggio comune. A volte questi due termini sono stati sovrapposti a quello di Educazione Fisica. Secondo i più recenti orientamenti, l'attività fisica strutturata dalla prima infanzia all'adolescenza può essere classificata nel modo seguente:

1. *Psicomotricità*, destinata alla Scuola Materna;
2. *Educazione Motoria*, per la Scuola Primaria;
3. *Educazione Fisica*, per la Scuola Secondaria di Primo e Secondo Grado.

La Scuola, le Società Sportive, i progetti extra-scolastici e tutte le attività di tempo libero "strutturate", dovrebbero considerare questi tre aspetti del processo educativo, seguendo con la dovuta prudenza e con le adeguate professionalità, le fasi di maturazione dei soggetti.

Gli studiosi dello sviluppo trovano un accordo unanime nel considerare l'attività motoria uno degli aspetti fondamentali degli individui per rapportarsi con la realtà che ci circonda: è un modo per far interagire il singolo con il gruppo, per comunicare e per stimolare la socializzazione.

Il nostro corpo e il gioco

Con il corpo "parliamo". I bambini lo fanno in modo molto spontaneo, ma anche gli adulti, nonostante siano decisamente più "strutturati", compiono in continuazione azioni che li mettono in relazione con la realtà, con le cose e con le persone.

Il nostro corpo, con il quale comunichiamo il più delle volte "inconsapevolmente", è una realtà che non dipende dalla nostra volontà ed è in continua evoluzione.

Gioco e socializzazione

Il gioco per il bambino rappresenta indubbiamente la prima grande esperienza di relazione sociale, alla quale il bambino possa partecipare con un elevato grado di autonomia.

Il bambino quando gioca è pienamente "se stesso".

E' partendo da questi concetti che il gioco deve essere visto non è solo come un modo per potenziare l'apparato muscolare, ma deve diventare il mezzo per acquisire la capacità di stare insieme agli altri.

In questo senso si può dire che, per i bambini, il gioco e le attività motorie strutturate, rappresentino un'opportunità "formidabile" per lo sviluppo delle loro capacità psicomotorie e sociali.

Nei giochi di squadra per il bambino “il gruppo” può rappresentare la società di cui farà parte una volta diventato adulto.

Alla base di tutto, c'è la capacità di inserirsi ed identificarsi nel proprio gruppo; capacità che deve venire stimolata da parte degli insegnanti con la dovuta preparazione e cognizione, promuovendo il confronto con gli altri rispettando le regole, favorendo l'ottenimento dei risultati grazie all'impegno e abituando a veder gli avversari come persone da rispettare e non da offendere o umiliare.

Tutto questo vale se l'attività motoria è vista effettivamente come tale e non come attività sportiva, o addirittura (succede ancora) come mezzo per avviare alla specializzazione precoce verso uno sport in particolare.

Gioco sì! Precocismo sportivo no!

Gli studiosi dello sviluppo dell'età evolutiva dell'uomo a livello motorio, considerano i 12 anni come l'età ideale per iniziare fasi di allenamenti indirizzate allo sviluppo e alla pratica di attività sportive agonistiche.

Nei periodi precedenti, ossia dai 6 agli 11 anni, i bambini necessitano di sviluppare il numero maggiore di esperienze motorie, tramite una gamma consistente di esercizi-giochi che possano fare sviluppare in tutti la conoscenza della propria capacità di movimento, permettendo di incrementare al meglio il proprio bagaglio motorio, e di favorire la formazione di base dei futuri adolescenti.

Il “precocismo sportivo” apparentemente sembra dare buoni risultati, ma in realtà mortifica le reali potenzialità dei bambini che oltretutto vengono spesso privati della componente divertimento.

Le proposte motorie dunque, nella fascia di età dai 6 agli 11 anni, devono necessariamente prevedere attività il più possibile diversificate, con l'obiettivo di sviluppare svariate capacità di movimento, e devono al tempo stesso essere in grado di produrre divertimento e gioia, e non privazione di questi momenti importantissimi per i bambini.

Andrea Re

Maggio 2010