

Estate in Movimento, Come loSport e il Gioco nutrono la crescitaaa

Lucattini: “Le attività all’aperto durante l’estate sono particolarmente preziose perché mettono il bambino in contatto con un ambiente vivo, mutevole, sensoriale. La natura offre stimoli che nessun ambiente chiuso può riprodurre pienamente: luce, odori, suoni, vento, acqua, terra, sabbia, alberi, animali, percorsi, distanze e piccoli imprevisti. Tutto questo, attiva il corpo, la curiosità, l’immaginazione e il pensiero”.

L’estate non è solo una pausa scolastica, ma rappresenta per i bambini un tempo prezioso, un terreno fertile in cui la crescita personale si intreccia con il divertimento, con lo sport, con nuove modalità di interazione sociale in ambienti nuovi, con nuove amicizie e nuovi stimoli.

In detto contesto la socialità, in particolare, funge da collante: imparare a collaborare, gestire la sana competizione, rispettare le regole e, soprattutto, accogliere la diversità dell’altro, sono lezioni che lo sport e il gioco insegnano in modo davvero efficace per bambini e adolescenti.

Dott.ssa Lucattini, perché ritiene sia importante incoraggiare attività educative per i bambini come l’esplorazione, la creatività e il gioco durante il periodo estivo?

“I bambini sono naturalmente orientati alla conoscenza: desiderano imparare, esplorare, imitare, trasformare ciò che vedono in esperienza personale. Dal punto di vista psicoanalitico, il gioco non è mai soltanto un passatempo, ma una vera attività psichica: attraverso il gioco il bambino mette in scena emozioni, paure, desideri, conflitti, fantasie e curiosità, trovando una forma simbolica per comprenderli e integrarli.

L’esplorazione, la creatività e il gioco permettono al bambino di passare dal mondo interno al mondo esterno in modo graduale e sicuro. Quando costruisce, disegna, inventa storie, corre, osserva la natura o gioca con altri bambini, egli sperimenta la propria autonomia, ma anche il bisogno dell’altro. Impara a separarsi momentaneamente dall’adulto senza sentirsi abbandonato, a tollerare piccole frustrazioni, a condividere, ad attendere, a negoziare, a riparare dopo un conflitto.

Per questo è importante incoraggiare attività educative estive che non siano vissute come un prolungamento della scuola, ma come occasioni di crescita psichica, corporea e relazionale. Il bambino, giocando, costruisce il proprio mondo interno, rafforza la fiducia in sé, sviluppa capacità simboliche e impara, con piacere, a stare con gli altri (Children Basel, 2024)”.

In che modo, è possibile bilanciare, durante i mesi estivi, il necessario bisogno di svago dei bambini con attività che stimolino concretamente la loro curiosità e la loro autonomia?

“Innanzitutto, offrendo ai bambini una cornice stabile, ma non rigida. Dopo la fine della scuola, infatti, il bambino ha bisogno di sentire che il tempo non è vuoto o disorganizzato, ma abitato da presenze adulte affidabili, da ritmi riconoscibili e da esperienze piacevoli.

La routine ha una funzione di contenimento, aiuta il bambino a sentirsi al sicuro, a orientarsi nel tempo, a tollerare meglio i cambiamenti e a vivere la libertà estiva senza sentirsi disperso. Una

