

Giocare per imparare

Sara Ladiana

Università del Salento

Riassunto: Il gioco riveste un ruolo fondamentale nello sviluppo del bambino, poiché attraverso le esperienze quotidiane di esplorazione, interazione e apprendimento, favorisce la crescita intellettuale, emotiva e sociale. Esso non solo permette al bambino di acquisire conoscenze e abilità, ma rappresenta anche un'opportunità per sviluppare competenze cruciali. La mancanza di occasioni per giocare, o la privazione totale di tale esperienza durante l'infanzia e l'adolescenza, può compromettere il benessere futuro dell'individuo, influenzando negativamente la sua capacità di affrontare le sfide della vita adulta, le relazioni e la realizzazione personale. È quindi essenziale che genitori e educatori promuovano ambienti favorevoli al gioco, riconoscendo la sua importanza per una crescita equilibrata.

Parole chiave:gioco; processo di apprendimento; apprendimento motorio; educazione all'aperto; bambini.

Abstract: Play has a fundamental role in a child's development, as through daily experiences of exploration, interaction, and learning, it fosters intellectual, emotional, and social growth. It not only allows children to acquire knowledge and skills but also represents an opportunity to develop crucial competencies. The lack of opportunities for play, or the total deprivation of such experiences during childhood and adolescence, can jeopardize an individual's future well-being, negatively impacting their ability to face the challenges of adult life, relationships, and personal fulfillment. It is therefore essential that parents and educators promote environments conducive to play, recognizing its importance for balanced growth.

Keywords:play; learning process;motor learning; outdoor education; children.

1. Introduzione

Il gioco riveste un ruolo fondamentale nello sviluppo di ogni individuo, costituendo un'esperienza imprescindibile che si manifesta in tutte le culture, pur assumendo forme diverse in base ai contesti sociali e storici. L'approccio al gioco è stato oggetto di numerosi studi provenienti da ambiti psicologici, pedagogici, filosofici, antropologici e sociologici, ognuno dei quali ha offerto una visione diversa e complementare (Ginsburg, 2007; Piaget, 1947; Vygotskij, 1978). Nonostante la ricchezza di queste interpretazioni, tuttavia, non è possibile giungere a una comprensione univoca che possa racchiudere in sé tutte le dimensioni e i significati del gioco, tanto è vasta e sfaccettata la sua portata.

Le numerose teorie che trattano il ruolo del gioco nello sviluppo umano riflettono in gran parte

il periodo storico e il contesto culturale in cui sono nate e, pur essendo tutte valide e stimolanti, risultano comunque parziali e non in grado di cogliere l'essenza del fenomeno nella sua totalità. Inoltre, il gioco è stato studiato da diverse prospettive metodologiche, che lo hanno analizzato lungo tutto l'arco della vita, dall'infanzia all'età adulta, mettendo in luce aspetti differenti a seconda dell'età e delle caratteristiche personali (Colella et al., 2009).

Il gioco è un diritto fondamentale per ogni bambino, riconosciuto anche a livello internazionale. La Carta dei Diritti Fondamentali dell'Unione Europea (2012) e la Convenzione ONU sui Diritti dell'Infanzia sottolineano l'importanza di tutelare il benessere fisico e mentale dei bambini, promuovendo il gioco come strumento essenziale per il loro sviluppo. Inteso, non solo come un'attività ricreativa, il gioco favorisce l'espressione della personalità, l'acquisizione di competenze sociali e lo sviluppo cognitivo ed emotivo. L'Unione Europea sostiene che ogni bambino debba avere accesso ad ambienti che stimolino la crescita e il benessere attraverso il gioco, contribuendo così alla formazione di individui attivi e partecipativi nella società (Nazioni Unite, 1989; Unione Europea, 2013).

Nella società contemporanea, tuttavia, numerosi fattori hanno modificato profondamente il significato e la percezione del gioco, in particolare per quanto riguarda l'infanzia. Tra questi, l'evoluzione dell'organizzazione familiare, l'avanzamento delle tecnologie digitali e la progressiva riduzione degli spazi verdi e all'aperto destinati alla pratica di attività motorie e sportive hanno alterato le modalità di gioco e divertimento dei bambini (Grey, 2015; Farnè, 2015; Digennaro, 2019). Questi cambiamenti hanno influito sugli stili di vita dei bambini e dei giovani, sulle opportunità di apprendimento motorio e, più in generale, sulle occasioni di socializzazione e interazione con gli altri, contribuendo a modificare in modo significativo il panorama educativo e relazionale dei più giovani.

2. Il gioco: un mediatore per gli apprendimenti

Il gioco corporeo-motorie rappresenta una delle esperienze più significative e universali nell'infanzia, contribuendo allo sviluppo olistico del bambino (Pesce et al., 2015). È una forma di attività corporeo-motoria che implica il movimento fisico e il coinvolgimento di ogni funzione della persona in attività strutturate o spontanee. Attraverso il gioco, visto come interazione fisica con l'ambiente tramite il corpo e il movimento, si attiva la connessione tra cervello e mente, pur mantenendo le rispettive funzioni caratterizzanti. In questo modo, si

giunge a concepire la mente come una capacità di generare sistemi comportamentali che permettono l'auto-organizzazione del proprio sviluppo (Quaglia, 2006).

Il gioco corporeo-motorio, che include giochi all'aperto, gocosport ed un aumento delle opportunità di praticare attività fisica, è strettamente legato all'acquisizione di abilità e capacità motorie, come la coordinazione, la forza e la resistenza. Sebbene il gioco sia spesso visto come un comportamento infantile, esso riveste un ruolo fondamentale anche nell'apprendimento, nell'interazione sociale e nella creatività, oltre a essere un importante mezzo per affrontare e comprendere il mondo circostante (Caillois, 1981).

In particolare, il gioco corporeo-motorio facilita l'apprendimento di comportamenti pro-sociali e sociali, come la collaborazione e la gestione delle emozioni, oltre a promuovere il benessere psicologico (Pellegrini & Smith, 1998; Ginsburg, 2007).

Il gioco non va limitato a concetti di motricità, libertà, spontaneità, gioia e istinto, né deve essere visto unicamente attraverso la lente degli aspetti inconsci. Infatti, esso coinvolge anche il pensiero attivo e consapevole, poiché il bambino, ripetendo gesti e comportamenti, sviluppa la sua capacità di analizzare ciò che accade intorno a lui, di stabilire connessioni, relazioni casuali, individuare analogie e comprendere le differenze (Colella et al. 2009).

Nel contesto dello sviluppo e dell'apprendimento motorio, il gioco svolge un ruolo cruciale nel percorso educativo di ogni individuo. Il gioco, presente in tutte le culture, coinvolge il corpo attraverso l'attività motoria ed è essenziale per il bambino, poiché rappresenta un generatore ed un moltiplicatore di esperienze fondamentali e permanenti. Per ogni bambino, infatti, il gioco è un'attività che ha un valore intrinseco, un'esperienza spontanea e piacevole, senza obiettivi concreti o definiti, dove la soddisfazione nasce dal semplice partecipare (Colella et al., 2024).

L'esperienza ludica si caratterizza anche per la sua dimensione di separazione dal mondo quotidiano, creando uno spazio di "rituale" protetto dove le regole sono temporanee e differenti dalla vita reale. Questo aspetto rende il gioco un campo di esperimenti, esplorazione e apprendimenti, dove i partecipanti possono vivere situazioni di rischio o di sfida senza compromettere la realtà (Caillois et al., 1981). Ed è proprio il legame indissolubile tra gioco e apprendimento (Fig. 1) che permette ai bambini, per mezzo dell'attività ludica, di sviluppare abilità trasversali fondamentali, utili sia nell'apprendimento sia nei contesti di vita quotidiana, come l'attenzione, la memoria, il problem solving, le abilità logiche e linguistiche, potenziando così le loro funzioni esecutive (Yogman, 2018).

Il gioco supera gli approcci didattici rigidi, stimolando la creatività, la risoluzione dei problemi e incentivando la partecipazione spontanea, favorendo l'inclusione e il rispetto delle differenze individuali (Gray, 2015; Digennaro, 2019).

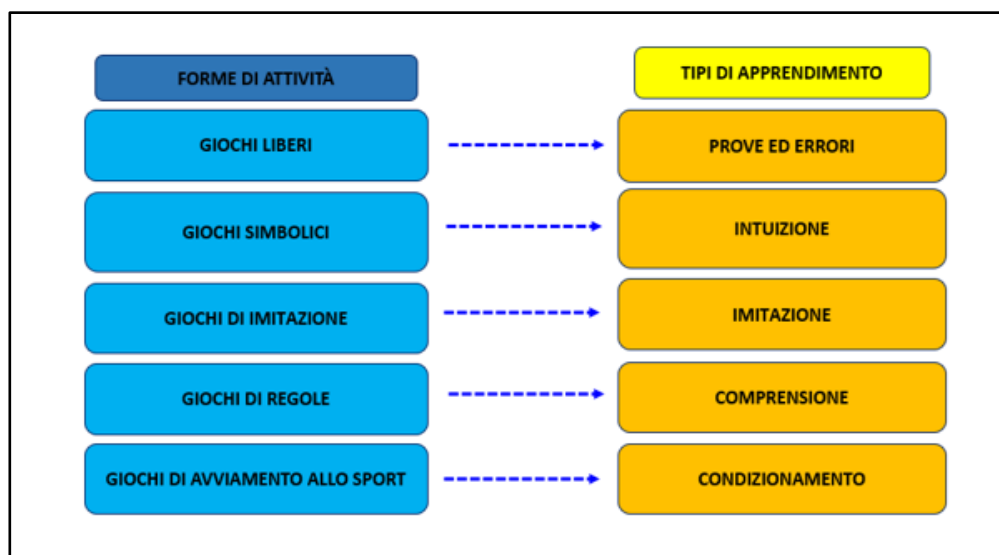


Figura 1.

Relazione tra le differenti forme di Gioco e le differenti tipologie o modalità di apprendimento (adattato Piaget, 1947; Hermelin, 1970).

Per i bambini, ogni attività volontaria può trasformarsi in gioco, e la distinzione tra serietà e gioco, o tra finzione e realtà, è spesso sfumata. In questo contesto, giocare e apprendere sono indissociabili, poiché per loro giocare è un modo naturale di imparare liberamente (Lovecchio, 2002). L'aspetto fondamentale del gioco, secondo Caillois et al. (1981), è proprio la sua capacità di consentire una libertà di espressione e di sperimentazione, pur all'interno di limiti e regole ben definiti.

In un contesto dove il gioco corporeo-motorio sollecita apprendimenti in tutte le sfere della persona, è immediato il riferimento al legame tra gioco e alfabetizzazione motoria, ovvero, secondo l'interpretazione internazionale, la Physical Literacy (PL).

La PL è alla base del gioco, poiché attraverso il gioco i bambini sviluppano le competenze motorie fondamentali, la consapevolezza corporea, ovvero la percezione del sé fisico e la fiducia nelle proprie abilità motorie, promuovendo così un apprendimento attivo e duraturo. Il gioco, nelle sue diverse modalità organizzative (individuale, a coppie, di gruppo o di squadra), è uno strumento fondamentale per promuovere la Physical Literacy nei bambini, con effetti

positivi sullo sviluppo delle competenze motorie e l'apprendimento di comportamenti responsabili per uno stile di vita fisicamente attivo in età adulta (Cairney et al., 2019). Le esperienze ludico-motorie offrono ai bambini l'opportunità di acquisire abilità motorie e sviluppare competenze attraverso un processo circolare che unisce funzioni cognitive-esecutive-motorie (Hulteen et al., 2018).

Il gioco motorio, infatti, stimola l'interazione tra le funzioni cognitive, motorie e socio-affettive, essendo un veicolo naturale per lo sviluppo della Physical Literacy. Per promuovere l'apprendimento, la cooperazione e la creatività, è necessario proporre giochi strutturati metodologicamente (Yogman et al., 2018). Il gioco strutturato, se proposto ed organizzato tramite metodologie didattiche ben definite, offre opportunità di connessione tra le dimensioni cognitivo-motorie e sociali (Cotè et al., 2003).

Le strategie didattiche utilizzate permettono agli allievi di comprendere pienamente il significato di un'esperienza vissuta attraverso il corpo e il movimento. Infatti, le esperienze significative, vissute attraverso il corpo e il movimento, hanno un valore personale per i bambini, lasciando tracce percettive durature che giocano un ruolo cruciale nell'apprendimento e nello sviluppo educativo per tutta la vita (Colella, 2022).

Attraverso il gioco e attraverso le differenti declinaizioni di modalità organizzative e contesti in cui si esprime, vengono apprese differenti abilità motorie grazie all'esecuzione ed alla ripetizione di varianti esecutive differenti (spaziali, temporali, quantitative e qualitative) che si presentano in modo ricorrente (Gallahue et al., 2012; Pesce et al., 2019), intese come matricidi differenti apprendimenti e come fondamenta delle fasi dello sviluppo motorio, consentendo l'interazione tra bambino e ambiente esterno (Nesbitt & Bullard, 2021). Inoltre, le esperienze corporeo-motorie attraverso il gioco rafforzano in modo ricorrente e permanente le connessioni mente-corpo e facilitano l'apprendimento (Berthoz, 2003).

3. Le caratteristiche dell'esperienza ludica

Attraverso il gioco si educa a conoscere, comunicare, agire e socializzare. Le attività motorie sono parte integrante delle abitudini personali ed attraverso di esse si apprezza come l'evoluzione di ogni funzione, cognitiva, motoria, sociale, dipenda dall'interazione con le altre, influenzando lo sviluppo integrale della persona (Bruner et al., 1981; Côté & Hancock, 2016).

Il gioco, attraverso la sperimentazione in un ambiente sicuro, stimola creatività, adattabilità e

acquisizione di abilità (Côté & Hancock, 2016; Colella et al., 2024). Inoltre, permette al bambino di esplorare il proprio corpo e di interagire con l'ambiente, promuovendo una maturazione equilibrata tra aspetti psicobiologici e apprendimenti. L'apprendimento, sia verbale che non verbale, e la socializzazione, si promuove solo se il bambino vive le esperienze come gioco, ovvero in modo piacevole, anche divertente e che diventa significativo quando interagisce con le esperienze passate (Antonelli e Salvini, 1987). In famiglia, a scuola o nel tempo libero, il gioco permette al bambino di sviluppare competenze motorie e di stabilire relazioni positive con gli altri.

Ogni esperienza ludico-motoria presenta caratteristiche uniche che permettono al bambino di esprimere il proprio modo di essere e di sentire. Un'esperienza ludica consapevole deve essere vissuta seguendo determinate qualità (Antonelli, Salvini, 1987; Colella et al., 2009): *Libera*, cioè scelta o accettata volontariamente; *Incerta*, in quanto legata alla casualità e all'attesa, capace di suscitare emozioni varie e imprevedibili; *Improduttiva*, non vincolata a compiti o prestazioni specifiche; *Parzialmente regolamentata*, con regole flessibili che possono essere reinventate; *Fittizia*, accompagnata dalla consapevolezza che è separata dalla realtà quotidiana, caratteristica più evidente negli adulti che nei bambini; *Autentica*, quando il gioco si integra pienamente con le altre esperienze quotidiane.

Alla luce di quanto appena descritto, è evidente come definire le diverse classificazioni del gioco è un metodo per organizzare e comprendere le diverse tipologie di giochi in base a vari criteri, come la struttura, le regole, gli obiettivi e le abilità richieste. Essa offre uno strumento utile per esplorare le molteplici funzioni del gioco stesso, che spaziano dall'apprendimento delle capacità motorie e cognitive alla socializzazione e alla creatività. A seconda delle caratteristiche specifiche, i giochi possono essere suddivisi in categorie differenti ed ogni tipo di gioco risponde a bisogni diversi e contribuisce in modo unico allo sviluppo psicologico, sociale ed emotivo dell'individuo, rendendo la classificazione un elemento fondamentale per scegliere il gioco più adatto a ciascuna fase di crescita.

Una classificazione dei giochi proposta da Giugni (1973) si fonda su vari criteri, che spaziano dalle modalità di partecipazione alle finalità didattiche, dalla strutturazione delle regole al numero di partecipanti, oltre a distinguersi per l'approfondita analisi delle diverse finalità educative e formative che i giochi possono perseguire (Tab. 1).

- Giocchi Individuali*: sono quelli in cui il partecipante opera autonomamente, con l'obiettivo di sviluppare e migliorare abilità motorie specifiche, come la forza, la resistenza, la velocità o la coordinazione. Esempi di giochi individuali possono essere quelli che coinvolgono il miglioramento delle prestazioni fisiche di ciascun bambino, come le corse, le attività di salto, o i giochi di abilità motoria.
 - Giocchi Collettivi*: il coinvolgimento di più individui è centrale, e l'obiettivo si raggiunge solo attraverso la cooperazione, la competizione o la condivisione di strategie tra i membri del gruppo. I giochi collettivi favoriscono il lavoro di squadra, la gestione delle dinamiche sociali e lo sviluppo di competenze relazionali.
 - Giocchi Strutturati*: sono quelli che seguono un insieme preciso di regole e che si svolgono secondo una sequenza predeterminata di azioni. Questi giochi possono essere competitivi o cooperativi, ma in ogni caso, le regole sono chiaramente definite e devono essere seguite dai partecipanti.
 - Giocchi Non Strutturati*: sono quelli in cui i partecipanti si creano le proprie regole e modalità di gioco durante l'esperienza ludica. Tali giochi stimolano la creatività e l'immaginazione, consentendo ai bambini di esplorare diversi scenari e soluzioni possibili.
 - Giocchi Competitivi*, come le gare o le partite di squadra, l'obiettivo è il raggiungimento di un risultato che definisce un vincitore, ed è spesso associato all'idea di misurazione delle proprie capacità rispetto agli altri.
 - Giocchi Non Competitivi*, invece, l'accento è posto sull'esperienza ludica e sul divertimento in sé, senza la necessità di confrontarsi con altri in termini di vittoria o sconfitta. Questi giochi, pur essendo divertenti, possono essere ugualmente efficaci nel favorire l'apprendimento e lo sviluppo delle competenze motorie e relazionali.
- Giugni (1973)

Tabella 1. *Classificazione dei giochi (Giugni, 1973)*

La classificazione dei giochi proposta da Giugni (1973) si distingue per la sua capacità di analizzare in modo dettagliato i molteplici aspetti che caratterizzano il gioco come strumento educativo. Attraverso la distinzione tra *giochi individuali e collettivi, strutturati e non strutturati, competitivi e non competitivi*, si delinea un quadro utile per comprendere come l'esperienza ludica si svolga lungo un continuum di approcci e modalità organizzative per stimolare lo sviluppo integrale dei bambini.

Le caratteristiche dei giochi in età evolutiva riflettono l'evoluzione cognitiva del bambino; essi corrispondono a tre stadi dell'intelligenza umana: senso-motorio; rappresentativo o simbolico, normativo (Piaget, 1947). Sono attività che riproducono i processi di assimilazione-accomodamento-adattamento. Verso la fine dell'età infantile e dell'adolescenza il gioco è caratterizzato da tutti e tre i fattori (Piaget, 1947; Hermelin, 1970).

4. *Play Deficit Disorder*: invertire il trend è possibile

Nella società attuale, vari fattori hanno influenzato il significato e il valore del gioco, in

particolare durante l'infanzia. Cambiamenti nell'organizzazione familiare, lo sviluppo tecnologico e la riduzione degli spazi all'aperto hanno trasformato il modo in cui i bambini giocano, incidendo sugli stili di vita e sulle opportunità di apprendimento motorio e sociale. Fino a pochi decenni fa, l'alfabeto motorio veniva appreso attraverso il gioco all'aperto e le interazioni sociali (Colella, 2024). Negli ultimi anni, tuttavia, l'esperienza ludica infantile è cambiata radicalmente, con la diffusione del gioco come diritto dell'infanzia (ONU, 1989), come visto precedentemente, ma anche con il sorgere di una "crisi del gioco" che minaccia la libertà e l'autonomia dei bambini (Gray, 2015). Il gioco, indipendentemente dall'età, dal sesso o dalla condizione sociale, avviene sempre più spesso in condizioni di isolamento. L'uso di materiali naturali e spontanei è in diminuzione, portando a una riduzione delle esperienze ludiche nonché della creatività e delle sue forme di espressione, che risultano per lo più non verbali.

Dal punto di vista pedagogico, è essenziale restituire ai bambini le esperienze che sono state loro sottratte (Farnè, 2015). Per una crescita sana, è cruciale che i bambini possano esplorare, muoversi e giocare liberamente, anche nelle fasi successive dello sviluppo.

Grey (2015), critica la crescente tendenza nella società contemporanea a supervisionare e strutturare eccessivamente il tempo di gioco dei bambini, portando a una riduzione delle opportunità di gioco libero. Ne derivano conseguenze negative sullo sviluppo, poiché i bambini vengono privati di esperienze che sono essenziali per apprendere la collaborazione, la negoziazione e la gestione dei conflitti in modo naturale e autonomo. Inoltre, le attuali preoccupazioni per la sicurezza e la competizione, soprattutto nell'ambiente scolastico, limitano le possibilità di gioco all'aperto e la socializzazione informale, fenomeni che erano più comuni in passato (Grey, 2015).

Non è la mancanza di giochi a essere il problema, ma la *crisi del gioco* inteso come momento di libertà e autonomia. Oggi i bambini, soprattutto nelle aree urbane, sono sempre più limitati nella possibilità di giocare all'aperto e di muoversi liberamente. Il gioco, infatti, è spesso sotto "controllo", svolgendosi in spazi educativi o ricreativi dove i bambini sono supervisionati e guidati da adulti o dove molto spesso sono gli adulti a "sconfinare", rompendo i limiti del gioco propri del bambino, governando spazi e tempi del gioco e, quindi, il gioco stesso (Digennaro, 2019). L'idea che un bambino possa giocare liberamente, da solo o con altri, senza la presenza di un adulto, è ormai rara, contribuendo alla distruzione di un'indipendenza

del bambino che invece, trova nell'esperienza ludica terreno fertile per crescere e formarsi (Farnè, 2015).

È chiaro come, il precoce confronto con la vita adulta destabilizza l'infanzia, sottraendo al bambino il tempo necessario per maturare. Questo ha portato a un aumento di ansia, depressione e senso di impotenza tra i più giovani (Gray, 2015). Inoltre, si è osservata una crescita del narcisismo e una diminuzione della capacità di provare empatia (Gray, 2011).

Come interropere, allora, questo processo circola pericoloso che ha condotto ad un *Play Deficit Disorder*?

Gli spazi domestici e urbani in cui i bambini possono muoversi liberamente si sono notevolmente ridotti. Fino a pochi anni fa, le strade, i parchi, erano luoghi dove i bambini giocavano liberamente, con giochi tradizionali o creando oggetti improvvisati. Le dinamiche di gioco erano più flessibili, senza regole rigide, e le relazioni tra pari erano più spontanee e in continua evoluzione (Colella et al., 2009).

In contrasto alla scomparsa di spazi per il gioco come conseguenza di un'urbanizzazione divampante, è opportuno far (ri)scoprire ai bambini la realtà del gioco *outdoor*.

Il rapporto del bambino con l'ambiente, soprattutto naturale, è essenziale per il suo sviluppo, poiché offrendo opportunità educative che soddisfano i suoi bisogni, favorisce la socializzazione, con l'ambiente che riveste un ruolo educativo cruciale.

L'Outdoor Education (OE), che promuove percorsi didattici all'aperto, non consiste semplicemente nel riproporre attività scolastiche all'esterno, ma nell'utilizzare l'ambiente per arricchire e concretizzare l'apprendimento (Bortolotti, 2019). Questo approccio flessibile si adatta a contesti e obiettivi diversi, stimolando la curiosità e l'esplorazione diretta dell'ambiente. L'insegnamento all'aperto integra teoria e pratica, favorendo l'apprendimento attivo e la gestione dei rischi. L'educazione all'aperto, quindi, non solo sviluppa abilità motorie, ma stimola anche l'empatia e la consapevolezza del bambino nei confronti del contesto fisico e sociale che lo circonda. In questo tipo di educazione, l'imprevisto diventa una risorsa, suscitando curiosità e nuove opportunità di apprendimento. L'Outdoor Education è un contesto di svolgimento della pratica ludica ma anche un metodo trasversale di insegnamento-apprendimento, che può essere adattato a qualsiasi fascia d'età e contesto, e mira a combinare il gioco con l'apprendimento concreto, favorendo la riflessione e la crescita attraverso l'esperienza diretta della natura, facendo diventare il gioco all'aperto una priorità educativa

(Ceciliani, 2015; Farnè et al., 2018).

Gli spazi esterni, sia urbani che naturali, favoriscono un aumento del tempo trascorso all'aperto, apportando benefici fisici, cognitivi, affettivo-relazionali e sociali (INDIRE, 2021) e contribuendo a ridurre i comportamenti sedentari (Nigg, 2021). L'ambiente naturale stimola il gioco attivo, che a sua volta incoraggia la comprensione e la relazione con l'ambiente. Giocare all'aperto, infatti, induce i bambini a confrontarsi con le sfide del mondo naturale, sviluppando non solo competenze motorie, ma anche capacità di problem solving e resilienza (Vaccarelli, 2016; Becker et al., 2017).

Il gioco all'aperto, inoltre, è strettamente connesso allo sviluppo delle competenze socio-emotive. Attraverso attività ludiche che richiedono interazione e collaborazione, i bambini imparano a gestire le emozioni, a risolvere conflitti e a lavorare in gruppo. Queste esperienze sono fondamentali per la formazione di relazioni positive e per l'acquisizione di competenze sociali. Secondo Pellegrini e Smith (1998), il gioco all'aperto aiuta a sviluppare abilità interpersonali che saranno fondamentali nella vita adulta (Life Skills).

Strettamente legato al concetto di gioco vi è quello della *variabilità della pratica* come fattore chiave per stimolare l'apprendimento e il movimento (Pesce et al., 2015).

Secondo Pesca et al. (2015), il gioco è un'occasione privilegiata per lo sviluppo delle competenze motorie, che vanno oltre il semplice esercizio fisico, e coinvolgono capacità come la coordinazione, l'equilibrio e la gestione dello spazio. In questo senso, la variabilità diventa un elemento essenziale ed ineludibile per stimolare il corpo e la mente in modo dinamico. L'introduzione di differenti situazioni di gioco che permettano una varietà di esecuzioni motorie e scelte motorie, consente ai bambini di esplorare una gamma più ampia di possibilità motorie e cognitive, migliorando la loro capacità di adattarsi e reagire a stimoli diversi.

La variabilità, quindi, non si limita alla ripetizione di schemi motori noti, ma incoraggia l'invenzione di nuovi movimenti (ovvero *ripetere senza ripetere*), rafforzando la plasticità del sistema nervoso e favorendo lo sviluppo delle funzioni cognitive.

L'esperienza ludica, arricchita dalla variabilità, stimola la creatività, l'immaginazione e la soluzione di problemi complessi, rendendo il gioco non solo un momento di piacere, ma anche un'opportunità di crescita intellettuale, riflettendo differenti modalità di apprendimento (Pesca et al., 2015; Colella, 2019).

Ne deriva come il gioco, se progettato e vissuto attraverso la variabilità, rappresenta un potente

strumento di crescita e sviluppo. Non solo il gioco favorisce l'acquisizione di competenze motorie e cognitive, ma contribuisce anche alla crescita sociale e civica dei bambini. La variabilità nei giochi non solo stimola la creatività e l'adattabilità, ma prepara i bambini a diventare adulti consapevoli, capaci di interagire in modo positivo e responsabile con gli altri, nell'ambito della famiglia, della scuola e della comunità.

Conclusioni

Il gioco e il giocare offrono importanti spunti per comprendere lo sviluppo del bambino, che affonda le radici nelle esperienze quotidiane, in ciò che vede, tocca, esplora, conosce e rielabora. Il gioco diventa così una vera e propria fonte di apprendimento, un'opportunità di crescita intellettuale, emotiva e sociale. Attraverso il gioco, il bambino acquisisce conoscenze e sviluppa competenze.

La riduzione delle opportunità e degli spazi per il gioco sino alla privazione del gioco durante l'infanzia e l'adolescenza può portare alla formazione di un adulto che risulti carente in molteplici aspetti della sua vita: privo di armonia interiore, con scarse convinzioni di successo, difficoltà nei rapporti interpersonali e nel confronto con gli altri, spesso incapace di affrontare con successo le sfide e le responsabilità tipiche dell'età adulta.

Visto l'elevato valore formativo del gioco, è importante che genitori ed educatori riconoscano al gioco la giusta importanza e promuovano un ambiente che offra ai bambini tempo e spazio per giocare senza (eccessive) limitazioni.

Bibliografia

Antonelli F, Salvini A. Psicologia dello sport, Edilombardo, Roma 1987.

Becker, C., Lauterbach, G., Spengler, S., Dettweiler, U., & Mess, F. (2017). Effects of regular classes in outdoor education settings: A systematic review on students' learning, social and health dimensions. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(5), 485-520. <https://doi.org/10.3390/ijerph14050485>.

Berthoz, A. (2003). *Il senso del movimento*. McGraw-Hill.

Bortolotti, A. (2019). *Outdoor education. Storia, ambiti, metodi*. Milano: Guerini Scientifica.

Bruner, J. (1981). The Social Context of Language Acquisition. *Language and Communication*, 1, 155-178. [http://dx.doi.org/10.1016/0271-5309\(81\)90010-0](http://dx.doi.org/10.1016/0271-5309(81)90010-0)

Cairney, J., Dudley, D., Kwan, M., & Kriellaars, D. (2019). Physical literacy, physical activity and health: Toward evidence informed conceptual model. *Sports Medicine*, 49(3), 371-383

Ceciliani, A. (2015). *Corpo e movimento nella scuola dell'infanzia. Riflessioni e itinerari educativi nella fascia tre-sei anni*. Milano: Edizioni junior.

Colella, D. (2019). Insegnamento e apprendimento delle competenze motorie. Processi e relazioni. *Formazione & Insegnamento*, 17(3), 73-88.

Colella, D. (2022). *La valutazione delle abilità motorie nella scuola primaria. Le prove MOBAK*. Lecce: Pensa Multimedia

Colella, D., Annamaria, P., & Nardini, M. (2009). Giocare, divertirsi e fare sport?. In *Educazione alla salute in età pediatrica* (pp. 553-572). Cacucci Editore.

Colella, D., Ladogana, M., & Monacis, D. (2024). *Il gioco nelle attività motorie in età evolutiva. Teorie e modelli d'intervento educativo. Nuovi paradigmi e nuovi scenari*. Progedit, Bari. ISBN 978-88-6194-636-1

Côté, J., Baker, J., & Abernethy, B. (2003). From play to practice: A developmental framework for the acquisition of expertise in team sport. *Expert Performance in Sports: Advances in Research on Sport Expertise*, July, 89-113.

Côté, Jean e David J. Hancock. "Politiche basate sulle prove per programmi sportivi giovanili". *International Journal of Sport Policy and Politics* 8, n. 1 (2016): 51-65.

Digennaro, S. (2019). Fine dei giochi. La scomparsa del gioco libero e le sue ricadute sul benessere dei bambini e delle bambine. *Formazione & Insegnamento*, 17(3s), 97-107.

Farné R., Bortolotti A., & Terrusi M. (2018). *Outdoor Education: prospettive teoriche e buone pratiche*. Roma: Carocci.

Farné, R. (2015). Play Literacy. *Studium Educationis*, XVI, 3, 87-100. ISSN 2035-844X. <https://www.researchgate.net/publication/308163266>

Gallahue, D. L., Ozmun, J. C., & Goodway, J. D. (2012). *Understanding motor development: Infants, children, adolescents, adults (7th ed.)*. McGraw-Hill.

Ginsburg, K. R. (2007). The importance of play in promoting healthy child development and maintaining strong parent-child bonds. *Pediatrics*, 119(1), 182-191. <https://doi.org/10.1542/peds.2006-2697>

Gray, P. (2011). The decline of play and the rise of psychopathology in children and adolescents. *American Journal of Play*, 4, 443-463.

Gray, P. (2015). *Lasciateli giocare* (A. Rossi, Trans.). Giulio Einaudi Editore.

Hermelin, B. (1970). *Studies in Cognitive Development. Essays in Honour of Jean Piaget*. Edited by David Elkind and John H. Flavell, Oxford University Press. 1969. Pp. 503. Price 84s. cloth, 38s. paper. *The British Journal of Psychiatry*, 116(530), 107. <https://doi.org/10.1192/bjp.116.530.107>

Hulteen, R. M., Morgan, P. J., Barnett, L. M., Stodden, D. F., & Lubans, D. R. (2018). Development of foundational movement skills: A conceptual model for physical activity across the lifespan. *Sports Medicine*, 48(11), 1533-1540.

INDIRE (2021). *Avanguardie educative. Linee guida per l'implementazione dell'idea "Outdoor education"*, a cura di C. Giunti, P. Lotti, E. Mosa, N. Naldini, L. Orlandini, S. Panzavolta, L. Tortoli et al. Firenze: INDIRE. <https://www.indire.it/2021/09/03/outdoor-educationdisponibili-le-linee-guida-della-nuova-idea-di-avanguardie-educative/>

Lovecchio, N. (2002). *Gioco e...è apprendimento*. Milano: Carabà.

Nazioni Unite. (1989). *Convenzione sui diritti dell'infanzia e dell'adolescenza*. <https://www.ohchr.org/en/instruments-mechanisms/instruments/convention-rights-child>

Nesbitt, D., & Bullard, D. (2021). Understanding fundamental movement skills by. *Strategies*, 34(3), 5-10.

Nigg, C., Niessner, C., Nigg, C. R., Oriwol, D., Schmidt, S., & Woll, A. (2021). Relating outdoor play to sedentary behavior and physical activity in youth - results from a cohort study. *BMC public health*, 21(1), 1716. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-11754-0>.

Pellegrini, A. D., & Smith, P. K. (1998). The development of play during childhood: Forms and possible functions. *Child Psychology and Psychiatry Review*, 3(2), 51-57. <https://doi.org/10.1002/cpp.515>

Pellegrini, A. D., & Smith, P. K. (1998). The Development of Play during Childhood: Forms and Possible Functions. *Child Psychology and Psychiatry Review*, 3(2), 51-57.

Pesce, C., Croce, R., Ben-Soussan, T. D., Vazou, S., McCullick, B., Tomporowski, P. D., & Horvat, M. (2019). Variability of practice as an interface between motor and cognitive development. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17(2), 133-152.

Pesce, C., Marchetti, R., Motta, A., & Bellucci, M. (2015). *Joy of moving. MoviMenti con ImmaginAzione. Giocare con la Variabilità per Promuovere lo Sviluppo Motorio, Cognitivo e del Cittadino.*[Joy of Moving. MindMovers & ImmaginAction–Playing with Variability to Promote Motor, Cognitive and Citizenship Development]. Perugia: Calzetti-Mariucci.

Piaget, J. (1947). *Les chemins de la connaissance [The paths of knowledge]*. Librairie Félix Alcan.

Quaglia, R. (2006). Giocare, un'esigenza della mente. *International Journal of Developmental and Educational Psychology INFAD Revista de Psicología*, 1(1), 71-78.

Unione Europea. (2013). Raccomandazione della Commissione su investire nell'infanzia: spezzare il circolo vizioso dello svantaggio. GU C 58/2. <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/IT/TXT/?uri=CELEX%3A32013H0112>

Vaccarelli, A. (2016). Outdoor education: la scuola fuori. In L. M. Calandra, T. González Aja, A. Vaccarelli, L'educazione outdoor. Territorio, cittadinanza, identità plurali fuori dalle aule scolastiche (pp. 45-60). Lecce-Brescia: Pensa MultiMedia.

Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

Yogman, M., Garner, A., Hutchinson, J., Hirsh-Pasek, K., Golinkoff, R. M., Committee On Psychosocial Aspects Of Child And Family Health, & Council On Communications And Media (2018). The Power of Play: A Pediatric Role in Enhancing Development in Young Children. *Pediatrics*, 142(3), e20182058. <https://doi.org/10.1542/peds.2018-2058>