

Perché il progetto?

In risposta all'allarme sanitario sul sovrappeso, ci siamo interrogati circa le conseguenze delle difficoltà alimentari sul benessere dei nostri bambini e delle nostre bambine, cercando una possibile pista di lavoro all'interno delle Scuole dell'infanzia. È tradizione di questo territorio, infatti, che le agenzie educative che insistono sulla stessa utenza, pur nella pluralità di interventi, si impegnino sinergicamente per il ben-essere ed il ben-stare delle persone dentro e fuori i servizi.

La Scuola dell'infanzia, in particolare, incontra ogni giorno famiglie e bambini costituendo il primo importante raccordo con la popolazione ed il primo osservatorio sul suo stato di salute, non solo fisica. D'altra parte, l'azione educativa della scuola non può più limitarsi al lavoro con gli scolari, ma deve affiancarsi alla famiglia nel difficile compito di allevare i propri figli, costituendo una valida opportunità di sostegno alla genitorialità condivisa.

Definizione dell'ambito

Riguardo il problema del sovrappeso, nello specifico, non è possibile un intervento finalizzato unicamente al singolo, soprattutto se già in condizione di patologia. Quando si lavora *con* (e non *sul*) bambino è fondamentale coinvolgere la sua famiglia e, più in generale, prendere in esame il contesto socio-ambientale in cui il piccolo cresce, dove la difficoltà è sorta e si è sviluppata.

Dal punto di vista alimentare, i comportamenti problematici nascono dalla relazione con il cibo sperimentata nella relazione con la madre dapprima ed in famiglia successivamente; su questi vissuti il piccolo svilupperà un suo personale atteggiamento verso la pappa, il proprio corpo, chi lo nutre, la propria sopravvivenza, la sua stessa vita. Anche considerando l'aspetto motorio del problema, vediamo che non basta intervenire solo *sul* bambino, ma bisogna agire sull'ambiente in cui cresce. Infatti, la carenza di tempi e spazi informali deputati al gioco libero, sembra avere una responsabilità innegabile, poiché comporta per i piccoli (non autonomi negli spostamenti) uno stile di vita passivo e sedentario, con la conseguente perdita di abilità motorie di base, di coordinamento, ma anche di semplice forza fisica. È innegabile che la chiusura degli spazi aperti e all'aria aperta (cortili, strade, piazze, campetti), dove da sempre i bambini sono cresciuti giocando in contesti spontanei ed informali, ha contribuito non poco al mutamento, in peggio, dello stile di vita di quest'ultima generazione.

Il movimento richiede, man mano il bambino cresce, spazi sempre più ampi, articolati e diversificati (non necessariamente attrezzati!): questi sono oramai sempre più rari nel panorama urbano ma anche rurale.

Non esiste più un "fuori casa", inteso come "luogo di soglia" rispetto all'abitazione, dove però lo sguardo materno arrivi a sorvegliare i figli durante il gioco: la necessità di sicurezza e controllo ha portato a rinchiudere i bambini in situazioni certamente più protette ma, dal punto di vista motorio, anche più deprivanti. Questa generazione dimostra le conseguenze sia fisiche sia psicologiche di una crescita in cattività sin dalla primissima infanzia. Mangiare troppo o male e muoversi troppo poco o in contesti inadeguati innescano un circuito patologico...di *pappa & ciccia*.¹⁰

Dall'analisi, la proposta

Cosa fare?

Con questi presupposti teorici, le Scuole dell'infanzia in lingua italiana dei tre Circoli della Provincia Autonoma si sono impegnate in un processo formativo che aprisse uno spazio (fisico e mentale) alla riflessione sull'alimentazione e il movimento, con l'obiettivo di arrivare ad una presa di coscienza collettiva e ad un primo intervento rispetto al problema del sovrappeso in età pediatrica.

Come?

Con percorsi di formazione circolari e complessi nati dalla riflessione di adulti/educatori, genitori ed insegnanti, accompagnati da esperti in varie discipline, sulla necessità di incentivare l'attività motoria, di creare spazi e tempi per *dar luogo* al movimento del corpo, di riprendere a giocare informalmente all'aperto.

Una formazione fondata sull'esperienza motoria degli insegnanti, sulla riscoperta di quanto già sappiamo e sappiamo fare con il corpo, nell'impegno di distillare saperi e condividerli collegialmente. Dalla mente al corpo e ritorno...perché l'attivazione al cambiamento nasca dalla consapevolezza e non da una lezione imparata e poi replicata.

Perché?

Perché la formazione è solo un primo passo, l'opportunità di sperimentare pratiche che suscitano curiosità ed interesse e dalle quali derivino altri percorsi di approfondimento autonomi da parte delle scuole.

La formazione è significativa quando i soggetti coinvolti (genitori, insegnanti, atelieristi, dirigenti) ne colgono il senso, non solo l'utilità.

Fare spazio dentro e fuori

Far spazio mentale significa dare priorità all'attività motoria nella propria "agenda" di lavoro (progettazioni, programmazioni, progetti specifici, ecc.), ponendo la questione come centrale nella formazione del personale.

Fare spazio fisicamente, come diretta conseguenza, significa darci la possibilità di ripensare a tempi e spazi di relazione e di lavoro con i bambini e le bambine nella prospettiva di una "scuola attiva"². Infatti, per gli aspetti sottintesi dello stile educativo (e l'uso del corpo è senz'altro uno di questi) è necessario fare **prima** uno spazio mentale, per avviare, **poi**, le proposte pratiche.

Con questi presupposti abbiamo progettato e proposto i percorsi di form-azione, variamente titolati, di educazione alla salute ed al benessere dei bambini, con le seguenti parole chiave:

- Salute
- Ben-essere / ben-stare
- Movimento e gioco motorio
- Relazione con il corpo e con il cibo
- Autonomia / esplorazione

² Questa definizione non fa direttamente riferimento al progetto così titolato tuttora in corso nelle scuole svizzere, anche se a questa esperienza abbiamo guardato con interesse e la segnaliamo senz'altro tra le "buone prassi" in materia.¹¹

- Apprendimento
- Sicurezza

Tutte le tematiche affrontate nei diversi laboratori sono state inserite in un contesto di pensiero psico-pedagogico che giustificasse le proposte dal punto di vista educativo: vediamo questa *vision* nel dettaglio.

Alimentazione e movimento come apertura al mondo

Abbiamo compreso le problematiche alimentari e motorie all'interno dell'orizzonte più vasto della crescita dei bambini, non per appiattirle su un meccanico processo evolutivo (si mangia bene per diventare grandi o si fa più sport per diventare forti...) ma, al contrario, per rivalutare l'importanza di aspetti spesso considerati meramente routinari (la pappa e il gioco libero) come elementi chiave del procedere nelle tappe evolutive verso la conquista del mondo.

*“La crescita personale, infatti, si GIOCA su alcune dimensioni...pubblico/privato, obbligatorio/vietato, palcoscenico/intimità, smarrimento/libertà. Da queste dipende la **progettazione di sé nel mondo**”*³ (V. Iori, sottolineature nostre)

Il movimento, in particolare il gioco libero, è un elemento cruciale di questo passaggio evolutivo che aiuta il bambino a separarsi dall'adulto, e dalle sue proposte, per scoprire e progettare autonomamente e con il gruppo di pari, il suo percorso di vita. Nella stessa misura, una buona relazione con il cibo aiuta i piccoli ad accostarsi a nuovi sapori, nuovi odori, ad un alimento “altro” rispetto al cibo domestico, aprendo la strada alla fiducia di poter *mettere dentro* con la gioia di scoprire ciò che di meglio il mondo può offrire.

Prendere gusto e prenderci gusto, dipende solamente dalla fiducia che il bambino svilupperà verso il “fuori di casa”, che potrà essere vissuto come ricco di frutti succulenti da cogliere e gustare o disseminato di pericoli e trappole da evitare.⁴

Le nuove generazioni stentano a dimostrare interesse e spirito di avventura: risulta, quindi, sempre più giustificato un intervento sulle competenze di base, motorie e non, sulle semplici routine giornaliere, come il pasto, sulla genitorialità (soprattutto maschile) ad incentivare separazione ed autonomia. In breve, su ciò che diamo per scontato nella quotidiana relazione educativa, per ripartire proprio da qui e vedere se si può fare altro o meglio. Ecco perché abbiamo scelto di lavorare sulle prassi quotidiane, cioè di agire nel piccolo, pur cercando insieme di pensare in grande: perché le molte proposte che si fanno nelle scuole mantengano alta la loro *mission* educativa.

“Educare è dunque farsi carico di questa difficile transizione tra l'interno e l'esterno dove la soglia rappresenta l'apertura al mondo, pur mantenendo il carattere accogliente del rientro” (V. Iori, op. cit.).

Un approccio variamente declinato

Se consideriamo il movimento non tanto come attività specializzata e separata, ma come espressione del corpo e strumento di crescita psicofisica del bambino, dovremo proporre

³ V. Iori, *Lo spazio vissuto*, La Nuova Italia, Firenze, 1996

⁴ È lo stesso passaggio, descritto nelle fiabe tradizionali, tra l'atteggiamento di Hänsel e Gretel e quello di Cappuccetto rosso verso ciò che ci aspetta fuori dalla nostra casa: un bosco pericoloso o un prato di fiori da cogliere!¹²

l'attività motoria sia come **approccio** alla didattica, sia come elemento "misurabile" dell'**organizzazione** della scuola. Indubbiamente tutte le Scuole dell'infanzia, da sempre, lavorano sul movimento, ma esistono scuole più o meno attive: dobbiamo allora entrare nei processi, per valutare i diversi risultati, anche dal punto di vista quantitativo.

"I processi che qualificano le scuole sono arbitrari, reversibili e, cosa per noi determinante, controllabili: la nostra scuola è la conseguenza misurabile di scelte operate." 5 (G. Borgo)

Movimento, come approccio, significa non soffermarsi soltanto su cosa si fa (l'attività in palestra, l'uscita in giardino...), ma interrogarsi soprattutto sul come, quanto, quando e perché. Perciò la proposta formativa si è potuta declinare sui più diversi ambiti, dalla relazione educativa a quella didattica, dalla specificità del Tempo prolungato, all'universalità del rapporto con il padre e con il maschio, passando da tutti gli atelier motori ed attraversando gli spazi della scuola. Il movimento, inteso come corpo e come Sé corporeo alla conquista del mondo, è un elemento trasversale all'intera materia psico-pedagogica, e, come vedremo, un utile strumento di analisi istituzionale dei nostri servizi educativi.

Anche l'educazione alimentare non si può rubricare all'interno di un solo campo d'esperienza, pur avendo le nostre scuole una tradizione di progetti specifici; solo l'interdisciplinarietà tra le competenze mediche, psicologiche, pedagogiche ed i saperi delle educatrici e dei genitori può sostenere un percorso condiviso dove l'alimentazione non si esaurisca in un'ottimale assunzione di cibo, ma costituisca un quotidiano rituale di piacere e di socializzazione, come da sempre nella nostra cultura. Tutti aspetti non semplici in tempi di fretta e di standardizzazione: sappiamo che i nostri bambini consumano raramente un pasto con l'intera famiglia, senza elementi di disturbo (televisione, giochi sul tavolo, interruzioni varie...) e con cibi sani cucinati secondo tradizione. Sappiamo che è sempre più difficile fare la prima colazione, se non in situazioni solitarie e frettolose, e sappiamo anche che i gusti dei più piccoli diventano sempre più selettivi restringendo la gamma dei cibi assunti. È necessario, quindi, ripensare alla relazione con il corpo, il cibo e il movimento all'interno di contesti più articolati.

Quando l'obiettivo è il processo

Per questo la Scuola dell'infanzia si impegna a riflettere ed intervenire, per quanto possibile, per proporre azioni condivise tra educatori e genitori sulle problematiche cruciali per la crescita dei bambini e delle bambine. Obiettivo del percorso non è stato l'apprendimento da parte del personale di una disciplina motoria, né di attività per i *nuovi papà* troppo assorbiti dal lavoro. Al contrario: negli incontri di progettazione dei tempi e degli spazi, nelle serate con i padri e le madri, nei differenti laboratori del corpo, abbiamo voluto proporre a tutti noi l'occasione per rivedere "dentro e fuori" la nostra esperienza personale e professionale, a partire dal corpo come strumento di piacere (alimentare), di abilità (motoria), di relazione, di apprendimento e di conquista del mondo.

Imparare dalle discipline e dalla metodologia formativa, anziché dai formatori/atelieristi, ha

5 Liberamente adattato da G. Borgo *"La città che voglio"* in G.P. Di Nicola, Andromeda, 1999.13

richiesto un percorso personale di ognuno e una rielaborazione collettiva di tutti. È questo processo, e non solo i suoi risultati, che documentiamo nelle pagine che seguono per poterlo più ampiamente condividere e sottoporre a verifica.

Non è che uno dei processi, anche interiori, che costituiscono il lavoro quotidiano del personale delle nostre scuole, e lo restituiamo con la modalità con cui è stato progettato, proposto, vissuto, monitorato ed infine raccolto. Come la narrazione a più voci dell'impegno collettivo di ragionare su di noi e sul lavoro che facciamo, poiché *“la formazione è una buona occasione per fare il punto su se stessi”* 6 (A. Agosti, 2007).

6 In S. Riggio, M. Girelli, *Saperi femminili in formazione*, I.C.I.S.S., Verona, 2007.

Maria Luisa Casassa

Renza Celli

Gianfranco Cornella