

**NON CI SONO PIU' I BAMBINI
DI UNA VOLTA**

Potenzialità dei giochi spontanei di movimento

Forma fisica

Socializzazione

Acquisizione abilità

Affrontare gli imprevisti

Gestire la paura

Esercitare l'autocontrollo

Acquisire sicurezza

Libertà, Autonomia

Benessere Divertimento Felicità

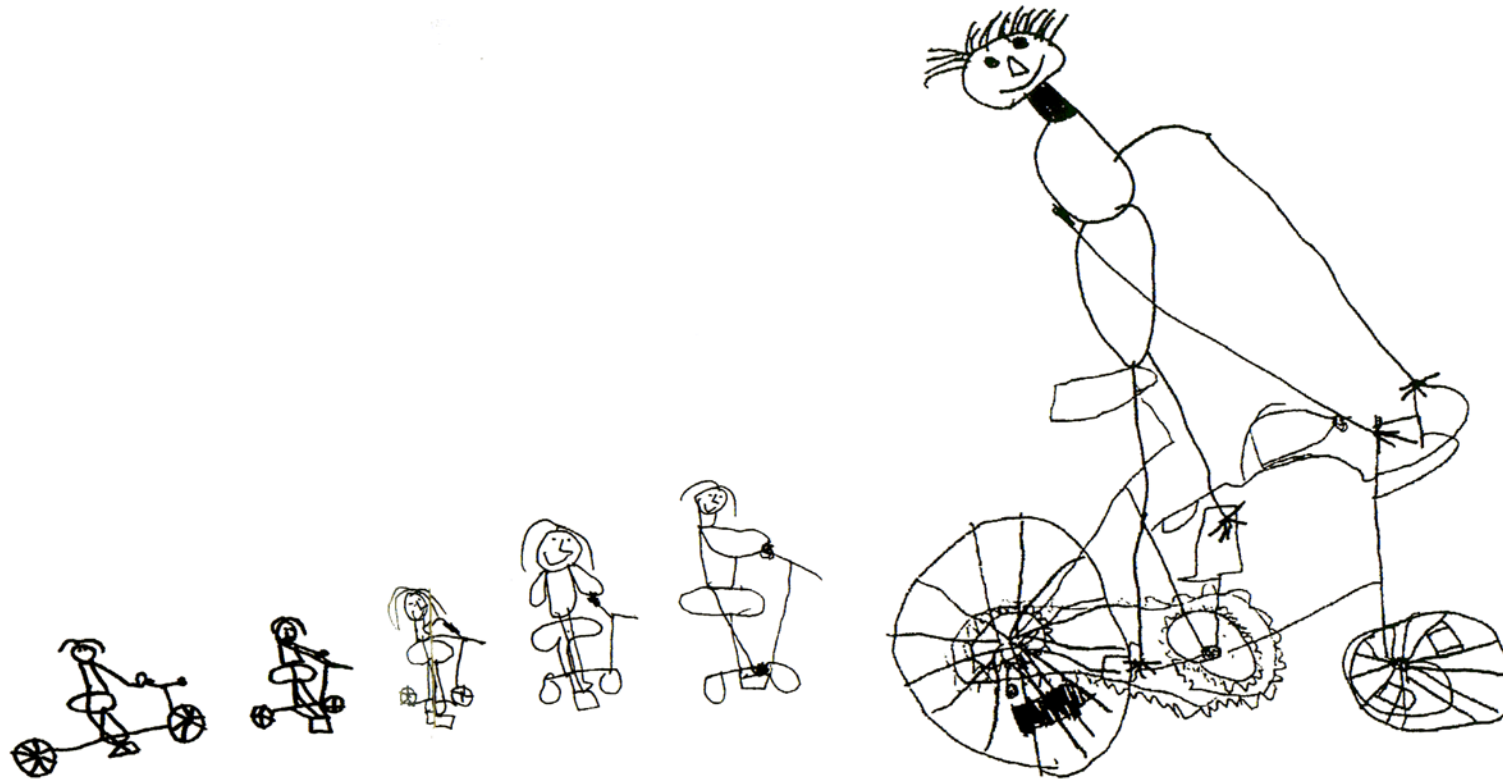
Terapia naturale

Sviluppo facoltà mentali

Differenze tra *adolescenti* che hanno giocato nell'infanzia e adolescenti che hanno giocato poco e niente:

quelli che hanno giocato mostrano un maggior controllo di se stessi, sono più intraprendenti e autonomi, sono meno ansiosi e narcisisti, non ricercano emozioni nell'alcol e nella droga.

(Peter Gray «Lasciateli giocare» Einaudi 2015)



<<Quando vado in bicicletta sento l'aria e se vado più forte sento il vento e il cuore che batte>>

Cose da fare prima dei 12 anni. Tra le prime 10:

Pescare con il retino

Fare una torta di fango

Andare sullo slittino

Costruire una diga su un ruscello

Organizzare una gara di lumache

Piantare qualcosa, coltivarla e mangiarla

Cucinare in campeggio

Far volare un aquilone

Una passeggiata nel bosco di notte

Correre a braccia aperte facendo l'aeroplano

[*consigli del «National Trust»*]

