IO GOMITOLO, TU FILO

ATTIVITÀ PER: LA SCUOLA DELL'INFANZIA, LA PRIMA E LA SECONDA CLASSE DELLA SCUOLA PRIMARIA, LA FAMIGLIA

Conquistare l'autonomia non significa perdere il legame: staccarsi gradualmente dalle persone che si amano (a scuola, per la nanna, nel gioco) è possibile perché il legame resta anche a distanza e si impara a viverlo con il corpo, il ritmo e la fiducia, un passo alla volta: è il messaggio che attraversa le due attività.

- Il filo si allunga, ma non si spezza: vale per il primo giorno di scuola e per ogni esperienza in un contesto nuovo.
- Anche quando il filo si strappa ("andavo su in alto ma poi si è strappato") si può tornare: la mamma resta il porto sicuro.
- Crescere richiede tempi propri: "piano piano, senza avere fretta", "un po' forte e un po' piano".

Per la scuola dell'infanzia: il gioco di Mamma Gomitolo e Piccolo Filo

Un gioco motorio e musicale in cui il bambino-filo si allontana dal gomitolo, esplora lo spazio e torna: il distacco diventa un'esperienza di corpo, ritmo e fiducia.

Chi e quando

Bambini di 3-5 anni, in sezione o in salone, per circa 30 minuti.

Si ripete in 2-3 occasioni nell'arco di qualche settimana: la ripetizione è parte del senso.

Obiettivi:

- vivere l'allontanamento e il ritorno come un movimento sicuro e ripetibile;
- riconoscere che il legame resta anche a distanza: il filo si allunga, non si spezza;
- muoversi con ritmi diversi ("un po' forte e un po' piano") ascoltando la musica;
- dare un nome a emozioni come coraggio, nostalgia, sollievo.

Materiali:

- un gomitolo grande di lana, o un rocchetto di corda morbida, per ogni coppia, con 3-4 metri di filo;
- un cerchio o un tappetino per ogni "casa del gomitolo".
- L'audio della canzone ("Io gomitolo, tu filo"), per le fasi di movimento;
- un peluche o una bambola per chi preferisce non muoversi in coppia.

Come si svolge

1. Accoglienza in cerchio. L'insegnante mostra un gomitolo e un filo: "Il gomitolo è la casa del filo. Il filo può andare lontano, ma resta sempre legato." Si ascolta il brano e si interpreta il ritornello con i gesti: mani che avvolgono, braccia che si allungano.

2. Dimostrazione. Due adulti, o un'insegnante e un bambino volontario, mostrano il gioco. Il "gomitolo" resta fermo sul suo cerchio con il gomitolo in mano; il "filo" tiene l'altro capo e si allontana srotolando. Poi ritorna avvolgendo. L'insegnante commenta ad alta voce quello che accade: "Il filo va lontano... si ferma a guardare... ora torna."

3. Il gioco a coppie. Si formano coppie: un bambino è "gomitolo", l'altro "filo". Il gomitolo sta fermo sulla sua casa, il filo parte tenendo un capo e segue la musica:

- nella strofa il filo esplora, a passi lenti o veloci, srotolandosi lungo la stanza;
- quando la musica viene fermata dall'insegnante, il filo si ferma e guarda da lontano: il gomitolo lo saluta con un gesto, senza parole;
- al ritornello il filo torna, riavvolgendo piano, fino a toccare la mano del gomitolo;
- al ritrovarsi si dice insieme una piccola frase, per esempio "ti ho ritrovato" o "sono tornato".

Dopo qualche giro i bambini scambiano i ruoli: chi ha fatto il filo diventa il gomitolo, e viceversa. Provare entrambi i ruoli è importante, perché il testo racconta il legame dai due punti di vista.

4. Il filo che si strappa (dai 4 anni). Una volta, a sorpresa, il filo "si strappa": chi lo tiene lascia andare il capo. Il bambino-filo resta fermo dov'è e il gomitolo va a prenderlo. È il passaggio del testo ("andavo su in alto ma poi si è strappato"), e mostra che, anche se il filo si perde, chi si ama si ritrova. Se un bambino si agita, si può rifare subito la versione senza strappo.

5. Chiusura in cerchio. Si respira insieme con un gomitolo tra le mani e si fanno poche domande, senza pretendere risposte: "Com'è stato andare lontano? E aspettare? Che cosa si sente quando ci si ritrova?"

Varianti

- Per i più piccoli (3 anni). Distanze brevi, con il gomitolo sempre in vista. Il ruolo di gomitolo è dell'adulto o di un peluche; si evita lo strappo.
- Per i più grandi (5 anni). Percorso con piccoli ostacoli (cerchi, tunnel...), in modo che il filo debba aggirarli senza lasciare il capo.
- All'aperto. In giardino lo stesso gioco diventa quello dell'aquilone: il bambino-filo è l'aquilone e corre ("vola") liberamente nello spazio, mentre il bambino-gomitolo

resta fermo al suo posto e tiene in mano la lana, lasciandola scorrere man mano che l'aquilone si allontana. Il filo si allunga, l'aquilone sale e vola lontano, ma resta sempre legato. Quando la musica si interrompe, l'aquilone ritorna e il gomitolo riavvolge piano la lana, fino a ritrovarsi. Per rendere il gioco più visibile e sicuro, si può legare un nastro colorato al capo del filo che l'aquilone tiene in mano e stabilire prima una distanza massima oltre la quale non allontanarsi.

Come accompagnarlo

- Non anticipare le emozioni dei bambini: nominarle quando compaiono ("vedo che ti sei fermato a guardare", "ti piace quando torna").
- Nessun bambino è obbligato ad allontanarsi: chi ha difficoltà resta vicino, o fa il gomitolo, o tiene il filo con l'insegnante.
- Nominare chi fa da "gomitolo" in modo largo: è la persona che aspetta e accoglie, non solo la mamma. In coppia, può esserlo anche un compagno.

Che cosa osservare

- Come si allontana il bambino: subito, a piccoli passi, guardandosi indietro.
- Come reagisce al ritorno: sorriso, abbraccio, indifferenza, richiesta di ripetere.
- Se, al secondo o terzo incontro, le distanze aumentano o i tempi di ritorno si allungano.

Per la prima e la seconda classe della scuola primaria: Il filo spezzato e la riparazione

Durata: 20-25 minuti.

Obiettivo: sperimentare concretamente che un conflitto, un errore, un momento di distanza (simboleggiati dal filo che si rompe o si sfila) non distruggono il legame, ma possono diventare l'occasione per imparare a riparare insieme.

Materiali: Per ogni coppia di bambini, un unico filo di lana lungo circa 50 cm e un paio di forbici a punta arrotondata (gestite dall'insegnante o usate insieme).

Come si svolge

1. Il patto del legame unico

I due compagni siedono uno di fronte all'altro. L'insegnante consegna un unico filo lungo a ogni coppia: ciascun bambino prende in mano una delle due estremità.

Il messaggio dell'insegnante: «Questo filo unico è l'amicizia che vi unisce, il canale attraverso cui vi parlate e giocate insieme.»

I bambini provano a tendere delicatamente il filo: se uno muove la mano, l'altro lo sente.

2. Il momento dello "strappo" o del bisticcio

L'insegnante introduce la situazione narrativa: «A volte a scuola ci si fraintende, ci si dice una parola di troppo o ci si scontra. Quando si litiga, sembra che quel bel filo si rompa...»

Con l'aiuto dell'insegnante (o facendo un piccolo gesto di tensione/taglio condiviso), l'unico filo viene spezzato a metà. Ora ciascun bambino si ritrova in mano un pezzetto di filo monco e separato da quello del compagno.

Riflessione lampo: «Guardate i vostri fili adesso: come ci si sente quando il legame si rompe e ci si ritrova da soli?»

3. La ricucitura: Il "Nodo dell'abbraccio"

È il momento di riparare l'errore o il bisticcio. L'insegnante mostra come fare:

1. I due compagni riavvicinano i due capi spezzati al centro del banco.

2. Insieme, con un lavoro a quattro mani, uniscono i due pezzi facendo un bel nodo stretto.

L'insegnante definisce il gesto: «Questo è il nodo dell'abbraccio. Il filo non si butta via quando si rompe: si impara a riannodarlo insieme.»

4. La parola gentile e la scoperta del nodo

I due compagni tornano a tendere l'unico filo, che ora è tornato intero ma presenta un nodo al centro. Si scambiano una micro-frase di riconciliazione (es. «*Scusa, facciamo pace?*» oppure «*Ricominciamo insieme*»).

L'insegnante fa toccare a ciascun bambino il punto del nodo: «*Guardate bene: il punto dove abbiamo fatto il nodo, proprio dove il filo si era spezzato, adesso è il punto più doppio, forte e resistente di tutto il filo. Fare la pace dopo un bisticcio rende l'amicizia ancora più solida di prima.*»

Per le famiglie: il braccialetto di fili

Bambino e adulto di riferimento intrecciano insieme due braccialetti e se li scambiano: ognuno porta al polso un pezzetto dell'altro. Il braccialetto resta come oggetto transizionale per i momenti di distacco, per esempio l'ingresso a scuola.

"Mamma" è chi si prende cura. Nel testo il gomitolo è la mamma, ma l'attività proposta è per mamma, papà, nonni, zii, educatori e per chiunque accompagni il bambino ogni giorno.

Obiettivi.

Fare insieme un oggetto che rappresenta il legame, senza parlare di distacco in astratto.

Dare ai bambini un "pezzetto dell'adulto" da portare a scuola e un pezzetto proprio da lasciare a casa.

Materiali per ogni coppia.

Sei fili di lana lunghi 50 cm, tre per ogni braccialetto: in ciascuna terna un filo del colore scelto dal bambino, uno scelto dall'adulto e uno che rappresenta il “colore della famiglia” (il "filo di tutti").

Un po' di nastro adesivo di carta per fissare il capo al tavolo.

Come si svolge

1. Intrecciare i fili. I tre fili vengono annodati insieme a un'estremità e fissati al tavolo con il nastro. Adulto e bambino intrecciano a treccia, a turno: il bambino porta un filo sopra l'altro, l'adulto tiene fermo e corregge. Per i più piccoli basta una treccia corta o un semplice giro intorno al polso. Si fanno due braccialetti uguali.

2. Il nodo. Chiusura con un nodo largo, che resti facile da sciogliere.

3. Lo scambio. Il bambino lega il braccialetto al polso dell'adulto e l'adulto lega il suo al bambino. Ognuno porta al polso il braccialetto dell'altro. Insieme si pronuncia una piccola promessa: "quando sono lontano ti penso", oppure "il filo non si spezza".

4. Canto finale. Si canta il ritornello con i braccialetti ai polsi e si mimano i gesti citati: mani che avvolgono, braccia che volano, mano nella mano.

Dopo l’attività

- Il bambino porta il braccialetto a scuola e l'adulto il suo in giornata. Nei momenti difficili del distacco basta toccarlo.
- Un piccolo rituale: alla sera ci si guarda i polsi e ci si racconta una cosa fatta nel tempo in cui si è stati lontani.
- Se il braccialetto si rovina o si perde non succede niente: si rifà insieme, ed è un'altra occasione per parlarne.

Attenzioni pratiche

Il braccialetto deve essere largo e allentato, con un nodo facile da sciogliere.