

---

## Il gioco? È una cosa seria

**Autore:** Miriam Iovino

**Fonte:** Città Nuova

**Aiuta a socializzare e a gestire le emozioni e le ansie da prestazione e favorisce lo sviluppo psico-fisico dei bambini. Dal ministero della Salute, alcuni consigli per grandi e piccini**

Migliora la salute dei bambini, aiutando il loro sviluppo psicologico e fisico, e aiuta a gestire l'ansia per le prestazioni scolastiche, educando i piccoli al rispetto delle regole e al controllo emotivo. Stiamo parlando del gioco, meglio se "movimentato", in quanto – secondo gli esperti del [ministero della Salute](#) – contribuisce a favorire la crescita armonica, migliora l'agilità e la coordinazione e fa accrescere l'autostima, l'autonomia e la capacità di socializzazione.

Che sia solo o in compagnia, grazie a un gioco di movimento, il bambino sperimenta il piacere di muoversi e di divertirsi. Se poi gioca insieme ad altri, supera l'attitudine all'individualismo ed è stimolato a collaborare e a condividere le sue emozioni: dalla gioia della vittoria all'amarezza della sconfitta. Sentimenti che rafforzano la partecipazione emotiva, l'espressione personale e i legami con il gruppo.

Ma perché il gioco è "una cosa seria"? «Perché – spiegano dal ministero – tutti noi, per l'intero arco di vita, usiamo il gioco come mezzo per esprimere liberamente quello che siamo e quello che vorremmo essere, anche se, man mano che cresciamo, usiamo "giocattoli" diversi. Infatti, qualunque cosa si dica sul gioco dei bambini, vale anche per gli adulti.

Pur essendo considerato un bisogno prevalente dell'infanzia, esso rappresenta una necessità che, se soddisfatta in tempi e modi adeguati, riveste una funzione utile per la costruzione della personalità dell'individuo».

Ma non solo. «Il gioco – aggiungono – aiuta ad acquisire la capacità di fare esperienza. Giocando, impariamo ad esprimere la nostra creatività. E la creatività ci aiuta a scoprire chi siamo e a prendere coscienza di noi stessi come individui. È grazie al gioco che si possono muovere i primi passi verso l'esperienza di autonomia dalla madre, cosa che favorisce la crescita del bambino». Tuttavia, affinché il gioco possa assolvere la sua funzione, è necessario che la mamma e il papà individuino quelli più adatti ai bisogni del [bambino in relazione al suo sviluppo](#). Ecco dunque che in un approfondimento pubblicato sul sito del ministero della Salute, ci sono anche [dieci consigli](#) per chi deve acquistare un giocattolo:

- 
- 1. Nella scelta tieni sempre in considerazione la fascia di età indicata sulla confezione, in particolare il simbolo 0-3 e l'avvertenza “non adatto ai bambini di età inferiore a 36 mesi”, accompagnati dall'indicazione di pericolo. I giocattoli non adatti all'età del bambino possono essere pericolosi per la sua salute;
  - 2. compra sempre giocattoli con il marchio di conformità alle norme europee, indicata dal marchio CE.  
Anche se il marchio CE non è direttamente una guida per il consumatore è comunque segno che il produttore si impegna a soddisfare tutte le norme di sicurezza dell'Unione europea, che sono tra le più rigorose al mondo;
  - 3. acquista sempre i giocattoli presso rivenditori e siti web di fiducia. I rivenditori non affidabili ignorano le prescrizioni in tema di salute e sicurezza e potrebbero commerciare prodotti contraffatti;
  - 4. se devi acquistare un giocattolo cerca di orientarti verso quelli più adatti all'età del bambino, che stimolino la sua curiosità, le sue capacità e che lo aiutino ad acquisire nuove conoscenze;
  - 5. quando scegli un gioco cerca di capire cosa interessa di più al bambino e asseconda le sue inclinazioni;
  - 6. considera l'importanza del movimento anche nella scelta dei giochi da acquistare o consigliare ai tuoi bambini: triciclo a pedali, monopattino, bicicletta, pattini, attrezzi per giochi con la palla, anche adattati per l'uso in casa, possono essere un incentivo divertente e una valida alternativa ai giochi sedentari;
  - 7. cerca spazi e luoghi all'aperto dove il bambino possa correre, saltare, giocare, specialmente se abiti in un appartamento senza ampi spazi o senza giardino;
  - 8. proponi ai bambini i giochi di movimento che favoriscono l'apprendimento e aiutano a gestire l'ansia per la prestazione scolastica, educandoli a un buon controllo emotivo e al rispetto delle regole;
  - 9. tieni d'occhio il bambino mentre gioca e lascialo costruire il suo spazio e il tempo di gioco;
  - 10. trova il tempo per giocare con il tuo bambino o per leggergli un libro.