

zio di apparecchiare la tavola per la mensa e dalla pratica di vestirsi e spogliarsi, preceduta da esercizi preparatori, che si possono eseguire con materiale didattico, rappresentato da piccoli telai, a mezzo dei quali i bimbi si esercitano ad abbottonare, allacciare e agganciare, annodare, ecc.

Ginnastica e giuochi. — Nell'età dell'asilo o scuola materna, i bambini sono in grado di attendere benissimo alla ginnastica metodico-sistematica.

Occorre guardarsi, però, da due eccessi egualmente nocivi e cioè dal convertire i bimbi in piccole marionette ammaestrate, e dal lasciarli scorazzare disordinatamente.

La ginnastica deve essere scuola di igiene, ma anche di ordine, di galateo, di garbo e di grazia; deve tendere a rendere il bimbo migliore in tutto e per tutto, perfezionando essenzialmente le sue condizioni fisiche e morali.

Bisogna fare eseguire della vera e propria ginnastica con finalità igieniche, educative, profilattiche e non acrobatiche come ho visto suggerire da qualche autore straniero, seguito da qualche raro italiano.

Il bimbo, lasciato a sè, attende ai suoi esercizi preferiti, che possono rappresentare, talvolta, un'attività unilaterale, con il pregiudizio del suo sviluppo armonico. È allora che deve intervenire la ginnastica metodica educativa con esercizi di flessione, estensione, piegamenti, raddrizzamenti, di raccolte ed allungamento in forma passiva, semiattiva e attiva, interessando tutte le parti del corpo in forma simmetrica e mirando ad uno sviluppo regolare ed armonico.

Diamo quindi un'attività libera, lasciata all'arbitrio del bimbo; ma applichiamo anche esercizi precisati a scopo educativo, profilattico e talvolta correttivo, compensativo e ortopedico. Diamo larga parte alla ginnastica eseguita in decubito, anche per la gioia che prova il bimbo sdraiandosi e sgambettando sulle apposite stuoie, che in nessuna scuola materna dovrebbero mancare, sia perchè, con tali esercizi si riesce a tonificare assai bene i muscoli del cingolo addominale.

In modo speciale dovrà curarsi la ginnastica respiratoria sia nella forma diretta, facendo eseguire delle inspirazioni profonde e delle espirazioni complete a bocca chiusa, combinate con l'elevazione e l'abbassamento degli arti superiori, sia in quella indiretta, a base di giochi che interessano, in modo particolare, la respirazione, compresa la corsa, i saltelli, il canto, ecc.

Esercizi degli organi sensori. — Molti degli oggetti con i quali il bambino viene a contatto, possono servire alla ginnastica degli organi sensori, mentre servono all'educazione della mente e dello spirito.

Tuttavia, a raggiungere meglio questo fine, sarà bene che la scuola materna posseda una vera e

propria collezione di oggetti, preparati appositamente, per la ginnastica degli organi sensori e specialmente per le sensazioni termiche, tattili, muscolari (peso-resistenza) del gusto, dell'olfatto, della vista (colore, forma, dimensione, distanza), dell'udito (rumore e suono, durata, intensità, direzione).

Canto. — La musica, sia essa vocale o strumentale, ha un altissimo valore educativo e costituisce, pure, un godimento istintivo del bimbo. Non per nulla le nutrici ricorrono alle sommesse cantilene per calmare e rasserenare i piccini.

Si tenga presente che il canto, come del resto tutte le attività dei bambini, deve servire all'educazione ed alla gioia di essi e non per appagare desideri più o meno esibizionistici e tanto meno per dilettere il pubblico. Il canto, come sopra abbiamo accennato, rappresenta un ottimo sussidio alla ginnastica respiratoria.

Essere educatrici dell'infanzia, è cosa molto difficile.

Bisogna concorrere allo svolgimento dell'anima infantile, senza coercizioni, senza artifici, senza convenzionalismi.

Nel caso specifico della ginnastica metodica, l'arte dell'educatrice consiste nel presentare gli esercizi in forma gradita, valendosi del giuoco e della forma imitativa, tenendo soprattutto presente che il bimbo vive quasi solamente di senso e di fantasia.

Questa del metodo, è forse la parte essenziale e più difficile, perchè non la si può apprendere dai libri e se non si possiede come dono naturale, si deve acquistare con l'esperienza e con l'accurato e paziente tirocinio.

E concludo:

Grande importanza bisogna dare all'Educazione fisica dell'infanzia, per l'influenza benefica che essa ha su tutte le funzioni organiche, sulle attività intellettuali, sull'apparato locomotore e su gli apparati nerveo-muscolari in genere.

Già in questo periodo, come in quelli successivi della puerizia e della prepubertà, l'educazione fisica deve proporsi, come finalità suprema, di preparare il bimbo ad affrontare, nelle migliori condizioni di salute, di gagliardia fisica e di resistenza organica, quegli inevitabili danni che, ai gracili soprattutto, prepara, purtroppo, la scuola, sia per la vita sedentaria, sia per la chiusura, aggravata dalla costrizione nel banco scolastico, sia per la promiscuità con bimbi di differenti condizioni di salute. Se si tien conto che l'età della scuola coincide con l'età dell'acrescimento, periodo in cui il corpo del fanciullo è sensibilissimo e facilmente vulnerabile, si deduce la necessità assoluta di insistere perchè igiene ed educazione fisica, strettamente alleate, vigilino ed aiutino a difendere i ragazzi, dai danni che minacciano la loro salute fisica e psichica.

ENZO CARLI