



Psicologi, al ritorno sui banchi non faccia dimenticare valore gioco per bambini

## Descrizione

(Adnkronos) "Con il ritorno a scuola e la ripresa della routine quotidiana, per molti bambini le occasioni di stare all'aria aperta si riducono drasticamente. Eppure il tempo libero negli spazi esterni rimane un tassello fondamentale per il loro benessere psicologico. Giocare all'aperto non è un lusso, ma un bisogno primario: favorisce l'autonomia, riduce lo stress, sostiene la socialità e la capacità di affrontare l'imprevisto. È un'esperienza che completa l'apprendimento scolastico e lo rende più armonico". A spiegarlo è Maria Antonietta Gulino, presidente dell'Ordine degli Psicologi della Toscana e del Consiglio nazionale (Cnop), in vista di settembre, mese in cui le famiglie rientrano dalle vacanze e i bambini tornano su banchi. È anche l'ultimo periodo in cui, grazie al clima favorevole, è possibile approfittare degli spazi all'aperto: un'opportunità preziosa per il benessere psicologico dei più piccoli. Il tema riguarda soprattutto i contesti urbani, dove la mancanza di spazi verdi e sicuri può limitare le opportunità di gioco. "Sappiamo che aggiunge Gulino che nelle grandi città le famiglie incontrano più ostacoli: la vita frenetica, i tempi di spostamento, la scarsa disponibilità di aree dedicate. Per questo è importante che le istituzioni collaborino con scuole e genitori per ampliare le occasioni di gioco e movimento". "Con l'arrivo dell'autunno e le giornate più corte, anche il clima diventa un limite" conclude la presidente -. Ma alternative possibili ci sono: attività motorie in palestra, laboratori creativi, attività ludiche e giochi condivisi in spazi comuni. Quello che conta conclude Gulino è non sacrificare del tutto quella dimensione di libertà e curiosità che il gioco spontaneo regala. Anche al chiuso possiamo costruire esperienze che aiutino i bambini a crescere sereni, mantenendo il giusto equilibrio con i doveri scolastici". [salutewebinfo@adnkronos.com](mailto:salutewebinfo@adnkronos.com) (Web Info)

## Categoria

1. Salute

## Tag

1. adnkronos
2. Salute

## Data di creazione

---

Settembre 1, 2025

**Autore**

andreaperocchi\_pdnrf3x8

*default watermark*