

Pacifici in estate



www.lacarovanadeipacifici.it

La carovana dei Pacifici si muove
anche in estate!
Cammini con noi?
Ma che cosa vuole dire?
Vuole dire che in ogni cosa che fai
con allegria, in ogni scoperta, in ogni
gioco, cerchi di stare bene e di far
stare bene gli altri.
E se si litiga?
Tu che ne pensi?
Si può fare la pace?
Si può cercare di spiegare i propri
desideri e mettersi d'accordo?
È sempre facile?
Quante domande!
Ma le domande servono a cercare
le risposte.
Non è detto che ce ne sia una sola,
possono essere tante e possono
essere diverse se siamo stanchi o se
piove, se abbiamo appena ricevuto
un regalo o se ci sentiamo soli.

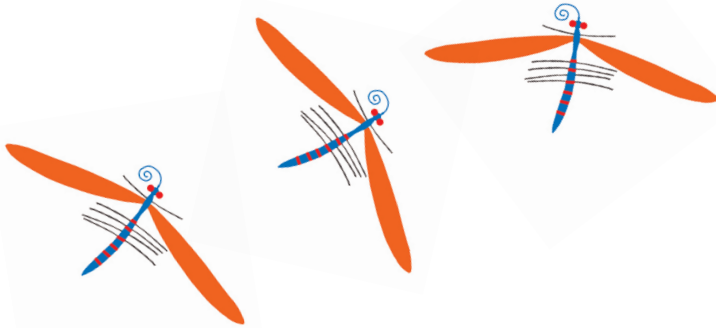
Anche in estate si è un po' allegri e
un po' malinconici, si ha voglia di
stare con gli altri o di stare con se
stessi. Insomma, si cresce... persino
quando si è già molto grandi!
Perché quella dei punti di domanda
è una caccia al tesoro.
A volte il tesoro si trova, a volte no.
Ma la speranza di trovarlo c'è
sempre.
La speranza di pace
è più forte di tutti
i momenti di guerra,
di tutte le litigate,
di tutte le fatiche.



Cammini con noi?

È pacifico chi fa una passeggiata in montagna in mezzo alla tranquillità.

- Nel silenzio si può sentire il rumore dei passi e inventare una musica su quel ritmo.
- Si possono sentire fruscii: forse una lucertola? Una biscia? Un topolino? Uno scoiattolo? Un uccello? Riesci a vederli?
- Si possono inventare storie nuove, immaginando che cosa accadrebbe se... tu fossi un orso o una farfalla, o una ranocchia fatata...



- Puoi riempire le tasche di piccoli tesori e poi fare una mostra.
- Puoi raccogliere bastoni e sassi e poi dipingerli a casa con le tempere.
- Se sei la persona più lenta del gruppo, puoi chiedere agli altri di aspettarti. Se sei la più veloce, puoi aspettare con pazienza.

È pacifico chi si sdraia su un prato e dà un nome alle nuvole.

● Si vorrebbe sempre il sole, ma le nuvole sono molto interessanti e raccontano tante storie, se impari a "leggerle". Ecco un topolino e un gatto. Che succederà ora che si sono incontrati?

● Fai collezione di nuvole: disegna su un quaderno. Poi fai una mostra!



● Le nuvole hanno nomi scientifici. Ma così come diciamo che il cielo è a pecorelle quando ci sono le nuvole *altocumoli*, puoi inventare altri nomi divertenti: per esempio le nuvole *gattose*.

● Per disegnarle più facilmente puoi mettere uno specchio per terra e disegna le nuvole che cattura. Oppure guardale riflesse in una pozzanghera.

● Se c'è vento, fatti una cornice di cartoncino, sdraiati a pancia in su e guarda come passano velocemente le nuvole nel tuo quadro vivo.

● Che tempo farà? Osserva le nuvole, il vento e gli animali. Ogni sera annota come era il cielo e fai le tue previsioni. Le indovini spesso?

... Certe volte sono bianche
e corrono
e prendono la forma dell'airone
o della pecora
o di qualche altra bestia
ma questo lo vedono meglio
i bambini
che giocano a corrergli dietro
per tanti metri.
Certe volte ti avvisano con rumore
prima di arrivare
e la terra si trema
e gli animali si stanno zitti
certe volte ti avvisano con rumore.

Vengono, vanno, ritornano
e magari si fermano tanti giorni
che non vedi più il sole e le stelle
e ti sembra di non conoscere più
il posto dove stai.

Vanno, vengono
per una vera mille sono finte
e si mettono lì tra noi e il cielo
per lasciarci soltanto una voglia
di pioggia.



Le nuvole, canzone poesia
di Fabrizio De André

E' pacifico chi, quando scopre una pozzanghera, si ferma ad osservarla.

- Puoi costruire una barchetta e appoggiarla sulla superficie perché navighi nell'oceano più piccolo del mondo.
- Gira attorno per scoprire i bordi, la circonferenza e la sua forma.
- Puoi giocare a lanciarci dentro un sasso, osservare le onde circolari che si formano e ascoltare il suono che fa cadendo.
- Se è su un sentiero di terra, puoi impastare il fango con un bastone o con le mani.
- Puoi imitarle il suo potere riflettente e giocare alla gibigianna con un piccolo specchio, riflettendo la luce del sole e proiettandola dove vuoi tu. Su un muro? Su una faccia?



E' pacifico chi prepara la colazione per i suoi cari.

- Sarebbe una bellissima sorpresa una colazione non annunciata ma preparata a puntino: il giorno prima osserva bene le preferenze di ogni persona della tua famiglia. Controlla che nel frigorifero o in dispensa non manchi nulla di quello che ti serve. Svegliati prima di tutti.



- Pulisci il tavolo e sistema le tazze e i bicchieri (se qualcuno preferisce la spremuta).

- Ricordati zucchero, miele, biscotti, burro e altri cibi preferiti dai tuoi.

- Non dimenticare la frutta che al mattino fa molto bene.

- I tovaglioli ci sono? E i cucchiaini? I coltelli possono servire?

- Dai valore alla tua sorpresa preparando il giorno prima dei biglietti con un disegno e un pensiero dedicato a ciascuno.

- Quando tutto è pronto, vai a svegliare gentilmente tutti quanti, annunciando una sorpresa, senza dire quale.



E' pacifico chi unisce pezzi diversi per fare qualcosa di bello.



● Raccogli bacche, foglie, piume...
Appendile a dei bastoncini in modo
che tutto stia in equilibrio e crei una
scultura mobile.

● Metti un sasso che ti piace, in un
sottovaso pieno d'acqua e immagina
che sia un'isola. Prova a fotografarlo
da vicino. Chi ci abiterà?

● Con qualche bastoncino che trovi
lungo i sentieri, o dei sassi o dei legni
di mare, un po' di colla forte e colori
a tempera, puoi creare animali,
figure fantastiche e omini pacifici.

● Cerca delle galle
delle querce.
Con le galle più
rotonde, usate al
posto delle bilie,
organizza una gara,
disegnando per terra
una pista.

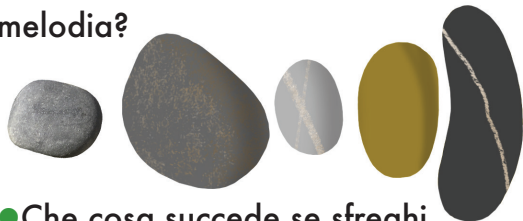
● Alcune ghiande
sono super trottole.
Quale girerà più a
lungo?



E' pacifico chi è contento che sulla Terra esista la musica.

- Sulla Terra esisterebbe la musica anche se nessuno la suonasse! Musicista è proprio chi ha imparato ad ascoltare e a suonare la musica della pioggia, del vento, dei sassi. Vai a caccia anche tu di elementi naturali che possono fare musica.

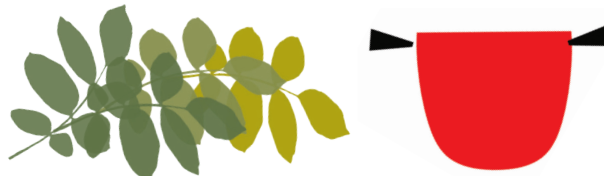
- Trova dei sassi di misure diverse e mettili davanti a te. Prendi in mano un bel ciottolo rotondo e prova a percuoterli. Suonano tutti allo stesso modo? Puoi creare un ritmo o una melodia?



- Che cosa succede se sfreghi un bastoncino su una pigna? Che suono fa? E se batte sul guscio vuoto di una chiocciola?

- Prova a muovere con le mani tante conchiglie o sassolini piccoli dentro una scatola o una tazza. Che suono fanno?

- Le fronde degli alberi cantano sempre allo stesso modo quando c'è vento? Puoi imitare la loro musica?



- Puoi andare a caccia di rumori con il papà o la mamma, registrando con il cellulare quelli che scoprite.

- Se piove, metti fuori dalla porta o dalla finestra un pentolino o un coperchio di metallo e ascolta come cambia la musica della pioggia se diluvia o se cade leggera.

E' pacifico chi risolve i contrasti con le parole.

È difficile non litigare mai.
Ma forse ci si può allenare a esprimere il proprio pensiero e i propri bisogni senza disperarsi se non si viene ascoltati.

● Insieme, grandi e piccoli, si decide una parola, la si scrive e la si mette al centro del tavolo. A turno ognuno dice il significato di quella parola. Se si è d'accordo, si passa a un'altra parola, altrimenti si fa un secondo giro per spiegarsi meglio.

● Quando provi rabbia per un litigio, trasforma la rabbia in gioco. Scrivi su un foglio quale era il tuo desiderio. Per esempio: "Volevo provare io un tiro con la palla". Chiudi il biglietto. Sopra scrivi: "Cosa mi proponi per andare d'accordo?" Chi risponde deve scrivere il suo desiderio su un altro biglietto, poi lo chiude e sopra scrive: "Cosa mi proponi per andare d'accordo?" Adesso tocca di nuovo a te...



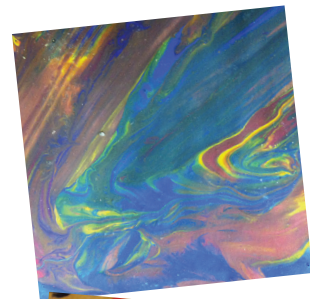
E' pacifico chi va a visitare una mostra di pittura.



● La mostra puoi prepararla tu! Strappa tanti pezzetti di carte colorate. Appoggiali su un foglio. Spostali come piace a te. Taglia quattro striscie di cartoncino nero e incollale in modo da fare una cornice. Spostala sul tuo foglio con i pezzetti colorati, fino a quando il quadro non ti piacerà. Incolla tutto e appendi il quadro.



● Invece della carta puoi usare le tempere, mescolate con poca acqua fino a farle sembrare yogurt colorati! Un colore diverso per ogni tazza. Stendi sul tavolo metà foglio di carta da pacco. Fissalo con il nastro adesivo. Poi prendi con le mani il colore e distribuiscilo sui fogli. Spandi, picchietta, striscia, prova a segnarlo con dei bastoncini, prova a farlo colare... Fai l'artista pazzo! Poi inquadra con la tua cornice la parte che ti piace di più.



E' pacifico chi ama la lumaca perché è lenta.

- Vince chi arriva ultimo. Organizza una gara di lentezza: ogni giocatore dovrà camminare così lentamente da arrivare ultimo... senza perdere l'equilibrio.

- Metti due secchi, uno pieno di acqua e uno vuoto a due passi tra loro. Con un cucchiaino cercate di portare l'acqua da un secchio all'altro, senza farla cadere. I più piccoli possono usare un mestolo.

- Piano piano, un sassolino al giorno, prova a costruire una minuscola montagna intorno a un bastone. Quando la vedi abbastanza alta, fissa al bastone una bandierina azzurra. È l'usanza degli abitanti della Mongolia per ringraziare la Terra. È il rito dei montanari per ringraziare i sentieri.

- Per fortuna le vacanze non mettono fretta! Quando fai una passeggiata, non pensare che ci sia una partenza e un arrivo ma porta attenzione a tutto quello che vedi o senti durante il percorso. Rumori, animali, piante, panorama... Fotografa con gli occhi i punti più belli. Abbraccia gli alberi.



E' pacifico chi è contento di quello che ha.

*Nelle tasche dei bambini
certamente c'è di tutto:
figurine, temperini,
tappi e noccioli di frutto;
c'è la fionda, c'è il fischiotto,
c'è un elastico spezzato
qualche volta il fazzoletto
e un biscotto rosicchiato.
I pastelli a pezzettini
la matita a due colori...
Questi sono i gran tesori
delle tasche dei bambini.
Poesia di G. Gabrielli
da www.colorideibambini.eu*



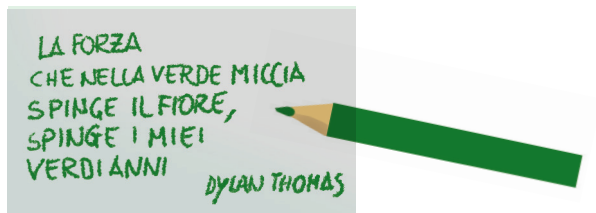
*C'è un'ape che si posa
su un bottone di rosa:
lo succhia e se ne va...
Tutto sommato, la felicità
è una piccola cosa.
Trilussa*

E' pacifico chi scrive poesie e pensieri nel suo diario.

- Costruisci una cerbottana poetica!
Prendi il tubo di cartone intorno al quale è avvolta la carta d'argento, quella da forno o la pellicola.
Oppure cerca un tubo da elettricisti lungo 35/40 cm.

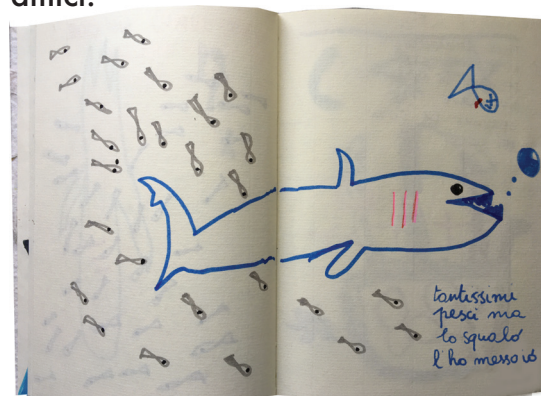


Decoralo con le tempere o con i nastri adesivi colorati.
Scrivi delle poesie su mezzo foglio di carta da quadernone o da stampante.
Una poesia per ogni foglio.



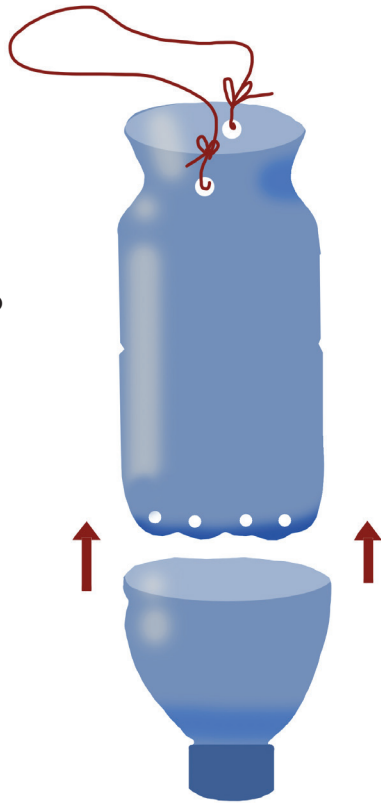
Arrotola le poesie e fissale a cono, stretto abbastanza da passare con facilità nel tubo che hai scelto.
Soffia forte nel tubo dalla parte dove vedi il foro del cono. Il "proiettile" poetico partirà velocissimo a portare allegria e pensieri di pace.

- Tieni un diario dell'estate: riempilo di pensieri e di disegni, di piccole cose raccolte e di indirizzi di nuovi amici.

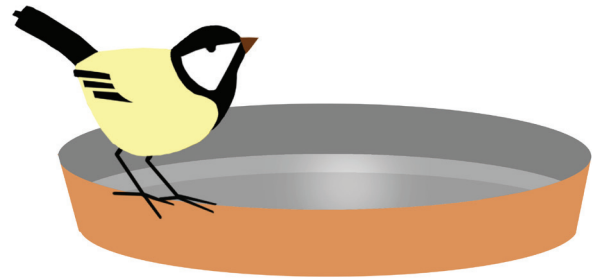


E' pacifico chi scava gallerie e lascia in pace i lombrichi.

● Scegli le borracce di alluminio, invece delle bottigliette di plastica. Ma se ne hai, ricicla trasformandole in contenitori per le piante. Taglia la bottiglietta come nella figura. Pratica dei fori sul fondo e 2 fori a mezzo cm dal taglio. Incastra la parte con il tappo sul fondo. Quando innaffierai, l'acqua si depositerà lì e basterà svitare il tappo sul lavandino per far uscire l'eccesso. Riempi di terra e metti un piccolo bulbo di crocus o di ciclamino. Oppure una cipolla o uno scalogno.



● Se hai un angolo di giardino, e c'è caldo, ricordati della sete dei piccoli animali. Prepara un pentolino basso o una vecchia teglia. Appoggiala ben stabile tra i rami di un cespuglio o su un muretto all'ombra. Versa 2 o 3 cm di acqua e rabboccala tutte le volte che il sole o la sete degli uccelli la prosciugherà. Attenzione: anche le vespe hanno sete. Non mettere l'acqua dove il sole picchia forte.



E' pacifico chi accetta le ombre e le luci. Anche nell'amicizia.

● L'ombra sembra sempre ferma. Ma è proprio vero? Prova a disegnare con un gesso il contorno dell'ombra di un albero o di un palo o di una casa. Sarà un'esperienza buffa!

● La meridiana è un orologio che funziona con l'ombra. Cerca un posto assolato durante tutto il giorno. Conficca un bastone nella terra o nella sabbia e usa dei sassolini per indicare il tempo che passa. Metti un sassolino dove finisce l'ombra gettata dal bastone quando ti alzi, uno quando è pronto il pranzo. Uno quando fai merenda. Il giorno dopo non avrai bisogno di guardare l'orologio.

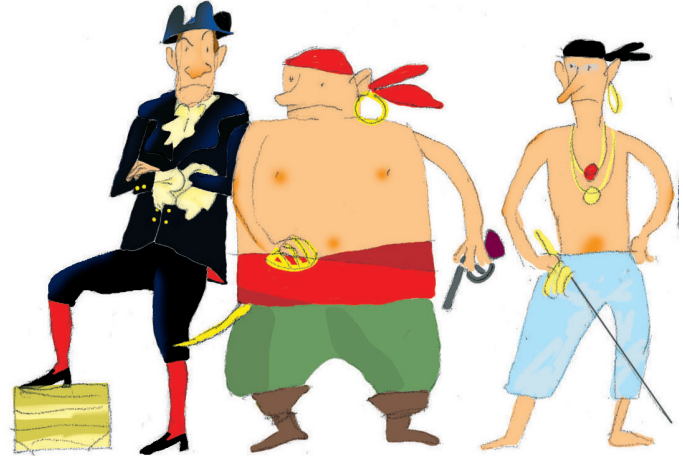
● Appoggia su un tavolo al sole dei piccoli oggetti e disegna le ombre che fanno.



● A volte anche le amicizie hanno le loro ombre. Che cosa puoi fare per accettare il carattere degli altri? Porta un po' di luce: per esempio chiedi all'amico o all'amica di mettersi in modo che l'ombra della testa di profilo si proietti su una parete al sole. Fissa alla parete un foglio di carta e prova a disegnare il profilo. Non è facile, perché è difficile stare fermi!

E' pacifico chi si mette nei panni degli altri per capire e aiutare.

- Fai finta di essere un elefante e di doverti infilare la maglietta di una formica. Non facile vero? Prova a imitarlo.
- Senti le lamentele della mamma. È proprio stanca! Fai l'elenco delle cose che ha fatto da quando si è alzata. Che ne pensi? Cosa puoi fare per darle una mano?
- Scambia i vestiti con tuo fratello o con tua sorella (sì, anche se sei maschio!) Adesso ognuno interpreta l'altro e l'altro deve osservare senza arrabbiarsi. È un gioco!
- Che cosa fa un cane o un gatto per farsi capire? Ci riesce? Senza avvertire, prova a usare il suo linguaggio per chiedere le coccole! È facile? Riesci a farti capire?



- Ogni giocatore immagina di essere un pirata. Se vuole può anche usare qualche trucco per caratterizzarsi. Poi a turno deve spiegare agli altri perché ha voluto fare il pirata.
- Disegnati come immagini che sarai da grande e sul ritratto scrivi come immagini il tuo futuro carattere. Metti il disegno in cornice.

E' pacifico chi è amico del fiume e su una spiaggia ascolta il mare.



- Se sei vicino a un fiume, un lago o un torrente, hai la possibilità di mimetizzarti tra cespugli e canne e osservare gli uccelli d'acqua. Come si chiameranno? Che abitudini avranno? Ricorda forma e colore e chiedi in paese agli anziani o cerca su internet.

- Com'è l'acqua? Sporca o pulita? Ci sono pesciolini? E insetti? Fai finta di essere una guardia ecologica.

- Lascia sul greto una scultura di sassi per chi passerà dopo di te.

- Se sei al mare o in campagna cerca un punto dove tu possa nascondere una scatoletta di latta con un piccolo tesoro. Disegna una mappa contando il numero dei passi che bisogna fare e segnando bene i punti di riferimento: un sasso strano... un albero... un muretto... Poi regala la mappa a qualcuno e stai a vedere se scopre il tesoro!



- Proponi ai tuoi genitori di passare una sera, fino a tardi, per guardare le stelle. Inventate a turno delle storie di fantascienza.

E' pacifico chi rispetta i diritti naturali di bambini e bambine.

Gianfranco Zavalloni

1 IL DIRITTO ALL'OZIO: a vivere momenti non programmati dagli adulti.

2 IL DIRITTO A SPORCARSÌ: a giocare con la sabbia, la terra, l'erba, le foglie, l'acqua, i sassi, i rametti.

3 IL DIRITTO AGLI ODORI: a percepire il gusto degli odori, riconoscere i profumi offerti dalla natura.

4 IL DIRITTO AL DIALOGO: ad ascoltare e poter prendere la parola, dialogare, interloquire.

5 IL DIRITTO ALL'USO DELLE MANI: a piantare chiodi, segare e raspare legni, scartavetrare, incollare, plasmare la creta, legare corde, accendere un fuoco.

6 IL DIRITTO AD UN BUON INIZIO: a mangiare cibi sani fin dalla nascita, bere acqua pulita e respirare aria pura.

7 IL DIRITTO ALLA STRADA: a giocare in piazza liberamente, a camminare per le strade.

8 IL DIRITTO AL SELVAGGIO: a costruire un rifugio-gioco nei boschetti, ad avere canneti in cui nascondersi, alberi su cui arrampicarsi.

9 IL DIRITTO AL SILENZIO: ad ascoltare il soffio del vento, il canto degli uccelli, il gorgogliare dell'acqua.

10 IL DIRITTO ALLE SFUMATURE: a vedere il sorgere del sole e il suo tramonto, ad ammirare, nella notte, la luna e le stelle.

BUONA ESTATE!

