



Facciamo le bolle di sapone!

Fare le bolle di sapone è una cosa seria! Guardare trasformare il proprio soffio in bolle di sapone costituisce un gesto liberatorio che permette di lasciare andare una parte di noi, di sentirci più leggeri. E in questo periodo storico abbiamo proprio bisogno di lasciare andare un po' di preoccupazioni e perché non lasciarli andare facendo semplicemente delle bolle di sapone? Facendo le bolle, nei bambini avviene lo stesso processo: si tratta di un gioco profondamente rilassante che stimola l'osservazione, l'attenzione, il contatto fisico con l'altro. Tecnicamente, facendo le bolle di sapone, esercitano la **respirazione**, imparando a coordinare i muscoli della bocca, a prolungare e controllare l'espirazione. Prendono coscienza del proprio respiro.

Questo gioco si può proporre ai bambini quando ne hanno più bisogno, cioè quando notate che sono più irritabili, agitati, cercando di anticipare una situazione di "crisi" in cui siano, poi, troppo turbati per prestare attenzione.

Cosa occorre per fare le bolle di sapone?

- 250 ml di acqua del rubinetto
- 50ml di detersivo per i piatti concentrato
- 1 cucchiaino di glicerina o glicerolo vegetale (si possono trovare in farmacia).

Fate riposare il composto per una notte.

Se non avete la glicerina vi suggerisco un'altra ricetta:

- 4 tazze(circa 250ml) di acqua tiepida
- Mezza tazza di zucchero
- Mezza tazza di detersivo liquido per i piatti

Mescolare lo zucchero con l'acqua tiepida finché non si sarà sciolto, aggiungere il detersivo per i piatti e mescolare ancora. Amalgamare bene.

L'attrezzatura per soffiare

Le **cannucce** possono essere divertenti da usare perché mettendo il sapone in un bicchiere, si può soffiarsi dentro con la cannuccia finché le bolle non fuoriescono.

Si può aggiungere uno step successivo (sempre usando le cannucce), che consiste nel dipingere con le bolle. Si mette della tempera insieme al sapone e si procede nello stesso modo di prima, non appena le bolle arrivano al bordo si possono poggiare dei fogli e lasciare traccia delle bolle colorate. Come nella figura sotto.



Per realizzare anelli home made con cui soffiare le bolle, potete usare **una corda** da legare ad un bastoncino di legno (va bene anche un vecchio mestolo da cucina) da immergere nel sapone oppure una bottiglietta tagliata a metà da immergere direttamente nel liquido dalla parte più larga, soffiando poi dall'altra parte.

Usate la fantasia: va bene qualsiasi oggetto di forma sferica, somigliante ad un anello. Per esempio, qualche tempo fa, ho usato una vecchia montatura di occhiali, senza lenti. Cercate in casa insieme ai vostri bambini un oggetto inusuale e provate a vedere se funziona! Buon divertimento!

Cosa fanno mamma e papà

Gli adulti, in questo gioco, possono partecipare attivamente!

Mettendovi all'altezza dei vostri bambini, giocate con loro, fate le bolle di sapone insieme. Cercate di rinforzare positivamente gli sforzi del bambino sia con lo sguardo che con le parole anche semplicemente descrivendo quello che fanno (ad es: ho visto che con i tuoi soffi sei riuscito a fare tante bolle!). Inoltre, con i bambini più grandi questo gioco può comporsi anche di una parte immaginativa dove l'adulto gioca un ruolo fondamentale nel guidare l'esperienza.

Potete provare a inventare storie e lasciare che anche vostro figlio dica la sua. Ascoltate cosa dice mentre gioca, rilevate le sue impressioni: anche una sola parola pronunciata relativa all'esperienza, può essere un buon punto di partenza per agganciare l'immaginario dei vostri bambini, stimolando così il loro pensiero narrativo. Si può cominciare rilevando aspetti concreti, ad esempio chiedendo cosa fanno le bolle, quali caratteristiche hanno (forma, grandezza, colore) e poi aggiungendo l'aspetto immaginativo per tracciare storie e narrazioni sulle bolle (ad esempio dove vanno le bolle che volano via, chi incontrano, ecc.) A voi il tocco magico!



*“Nella vita, sono molte le cose che passano. Si trasformano, se ne vanno. Il sonno finisce.
Una piccola ferita guarisce (quasi) senza lasciare traccia.*”

La musica scivola via, proprio come le bolle di sapone.”

Beatrice Alemagna, “Le cose passano”

