

Vittorie, sconfitte e calzini spaiati



VITTORIE, SCONFITTE E CALZINI SPAIATI

di
DANIELA SIMONETTI

Illustrazioni
MARCO ROVELLI

Grafica
DAVIDE GUIETTI

Consulenza
Mirna Zambelli

*A Maria, Lulu'
e alle amiche dei trenta anni*

*"...Tutto il giorno sto con una scimmietta
e un cavallo bianco
con un topo che tutto il mio formaggio mi vuol mangiar
Forse non lo sai ma io qualche volta divento magica
quello che tu vuoi dillo a me che forse te lo darò
Pippi Pippi Pippi che nome fa un po' ridere
ma voi riderete per quello che farò..."*

(Astrid Lindgren, Pippi Calzelunghe)

INDICE

Un'amica di piuma, un cane arruffato e un cavallo permaloso	Pag 10
Primo di nome ma non di fatto	Pag 16
Gloria dai capelli rosa	Pag 22
Olimpia fra l'acqua e il cielo	Pag 28
Gloria in panchina ma non è la fine del mondo	Pag 36
Primo, Martina e il binomio perfetto	Pag 42
Olimpia e un tuffo inaspettato	Pag 48

Il sogno di Primo, una torta fra le stelle	Pag 56
Olimpia, le lasagne e l'acquolina al becco	Pag 62
Gloria goleador e una maglietta per Rufus	Pag 68
Olimpia, l'amicizia e una lacrima fra le piume	Pag 76
Primo e una stellina di nome Martina	Pag 82
Gloria, un pallone nel cielo e capelli tutti verdi	Pag 88
Due calzini spaati per riderci su	Pag 96
Quiz per piccoli sportivi	Pag 100

QUESTO LIBRO

Questo libro è dedicato a tutti i piccoli sportivi alle prese con la loro crescita fra scuola, compiti, allenamenti. Gloria, Olimpia e Primo e i loro amici animali sono i protagonisti di un viaggio attraverso esperienze, sentimenti ed emozioni.

I tre protagonisti ci aiutano a ricordare che l'obiettivo dello sport è aiutare i bambini a crescere e a divertirsi, senza la preoccupazione di diventare campioni ad ogni costo.

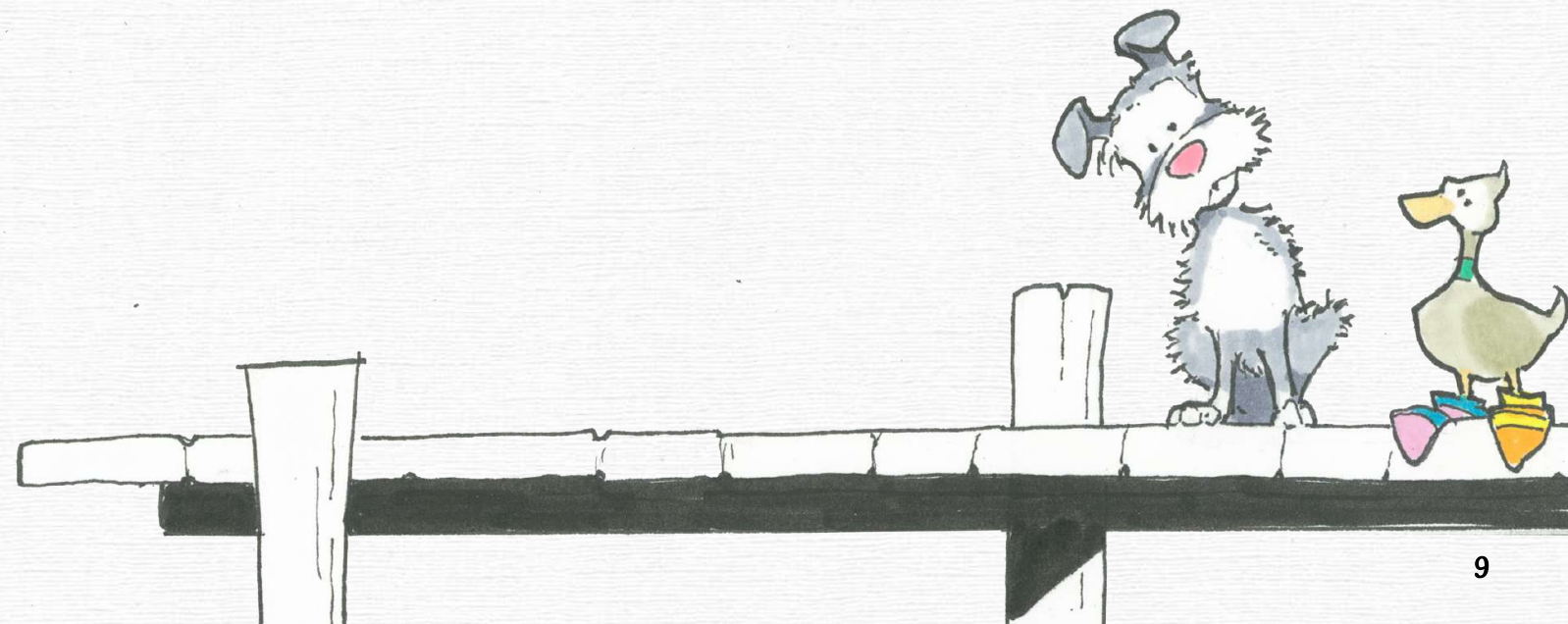
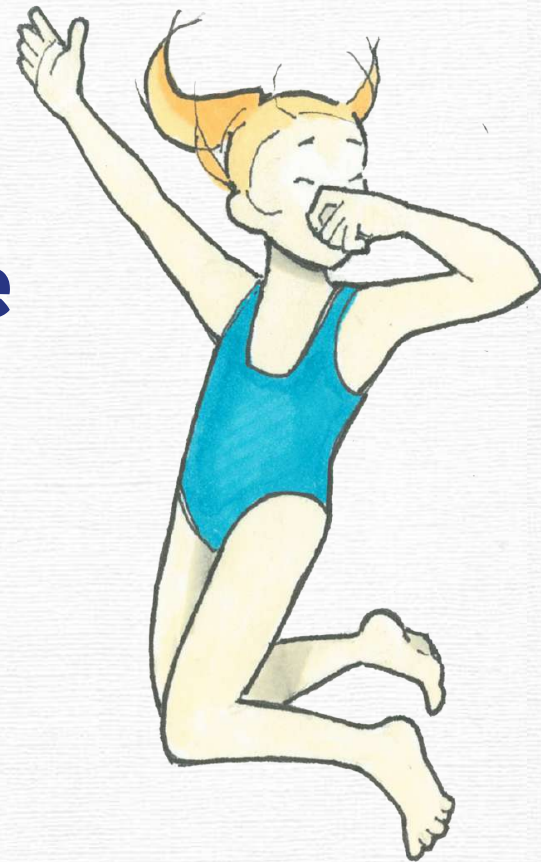
I genitori di Gloria, Olimpia e Primo ne sono consapevoli, così come i loro allenatori che rispettano i bambini e mostrano sensibilità verso il mondo complesso e delicato dell'infanzia e della fase preadolescenziale. Le avventure dei tre bambini sono ispirate dall'amicizia, dall'inclusione, lontane da giudizi e stereotipi. Gli adulti rivestono un ruolo prezioso, quello di

comprendere e rafforzare l'identità dei bambini, a garanzia della loro serenità e sicurezza. Gli animali, una papera, un cagnolino e un cavallo, sono un tenero alter ego di Primo, Olimpia e Gloria, pronti ad aiutarli a sbrogliare il filo dei pensieri e ad incoraggiarli a fidarsi senza timori e paure.

Lo sport è un formidabile e straordinario veicolo di valori ed esperienze se mette al centro il benessere dei bambini e non solo vittorie e medaglie, risultati e classifiche.

Seguiamo i tre protagonisti nelle loro vicende quotidiane con la consapevolezza da parte del mondo dei "grandi" che gli errori, i tonfi, le cadute sono la via verso l'emancipazione e la libertà.

Vittorie, sconfitte e calzini spaiati



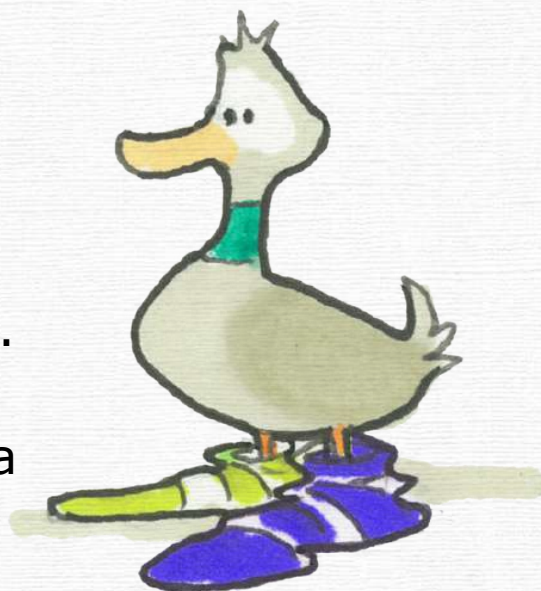
Un'amica di piuma, un cane arruffato e un cavallo permaloso

Gli amici sono importanti e questa è una storia di amici e di sport.

Ti parleremo di vittorie che non sono vittorie e di sconfitte che non sono sconfitte, di alti e bassi, di lacrime e risate, di amicizia e sentimenti.

Siamo tre bambini, i nostri nomi sono Gloria, Olimpia e Primo e, anche se non abbiamo la stessa età, abbiamo capito di avere tanto in comune o comunque di starci simpatici e su tante cose di pensarla allo stesso modo.

Primo è il più piccolo di noi, non riusciva ad appaiare i suoi calzini e così, per



solidarietà verso di lui, ora indossiamo sempre o quasi calzini spaiati.

Ci aiutiamo sempre, discutiamo e ogni tanto litighiamo. Ci raccontiamo dei nostri successi e dei nostri insuccessi, dei giorni belli e dei giorni brutti, a casa, a scuola o in campo.

Condividiamo giornate intere, a volte anche il sonno. Capita di stare semplicemente insieme, giusto per la gioia di ritrovarci.

Nella nostra vita sono entrati un



cagnolino, una papera e un cavallo.

Il cagnolino si chiama Rufus ed è molto sensibile, la papera si chiama Clarissa e ha una buffa andatura, il cavallo Bernardino, un tipo saggio e profondo, magari un po' troppo permaloso.

Poi, è accaduta una magia, potevamo sentirli, ascoltare i loro consigli, accettare persino qualche benevolo rimprovero, capire il loro amore e ricambiarlo, crescendo insieme.

Molti pensano che gli animali non sappiano parlare.

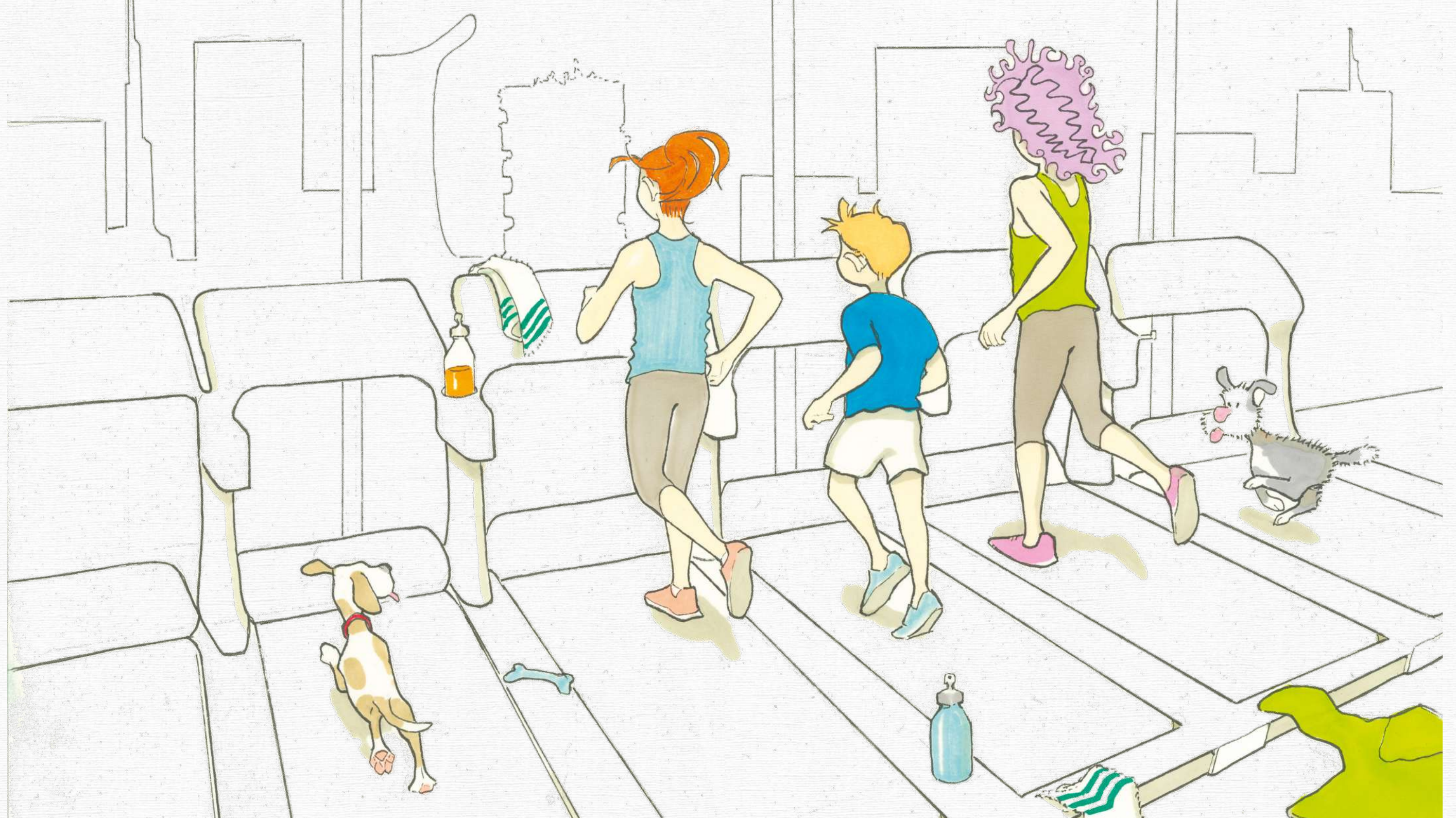


È una cavolata, sono i nostri amici, certamente particolari, di sicuro originali.

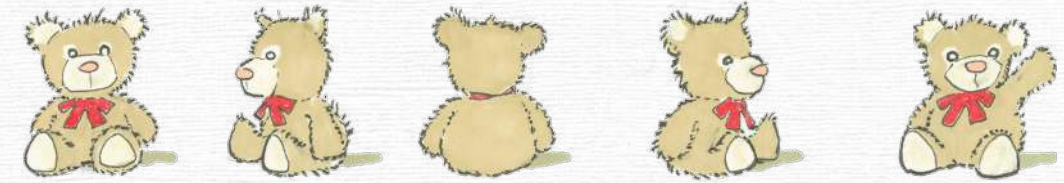
A loro possiamo raccontare di noi. È bello avere qualcuno di cui ti fidi al quale aprire il cuore.

Confidarsi è una cosa bella. Adesso, se vuoi conoscere tutta la storia, dovresti indossare un paio di calzini spaiati...colorati, a righe o di ogni tipo e non fa niente se hanno un buchino in fondo, proprio in corrispondenza del pollice... andranno benissimo lo stesso!



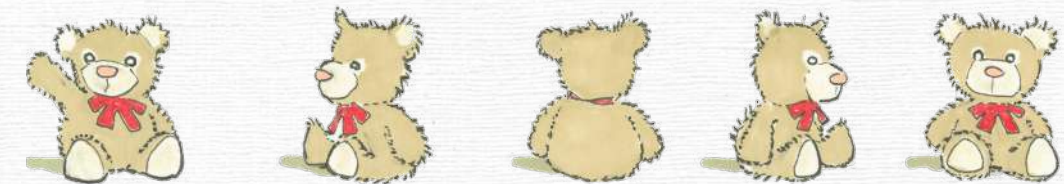


Primo di nome ma non di fatto



Io sono Primo, di nome ma non di fatto. Sono sempre l'ultimo ad essere pronto. Non riesco mai a infilarmi bene i calzini e non ne trovo mai due uguali e così porto i calzini spaiati! La mamma fa sempre finta di non accorgersene. Da quando ero alto poco più di una spanna sono rimasto abbagliato dai cavalli e ho scoperto l'equitazione, o meglio il salto ostacoli: in un campo sono sparpagliati tanti ostacoli e tu, insieme al tuo cavallo, un salto dopo l'altro, li devi superare senza toccarli.

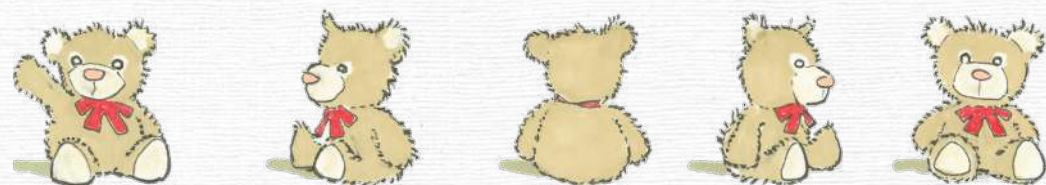
Un giorno sono andato in scuderia e qualcuno che mi vuole molto bene mi ha fatto la più incredibile delle sorprese: di fronte a me c'era Bernardino, un cavallo grande grande, sembrava un re, al collo un gigantesco fiocco rosso. Era il regalo di mamma e papà per i miei otto anni. Ho sempre sognato di essere coraggioso come re

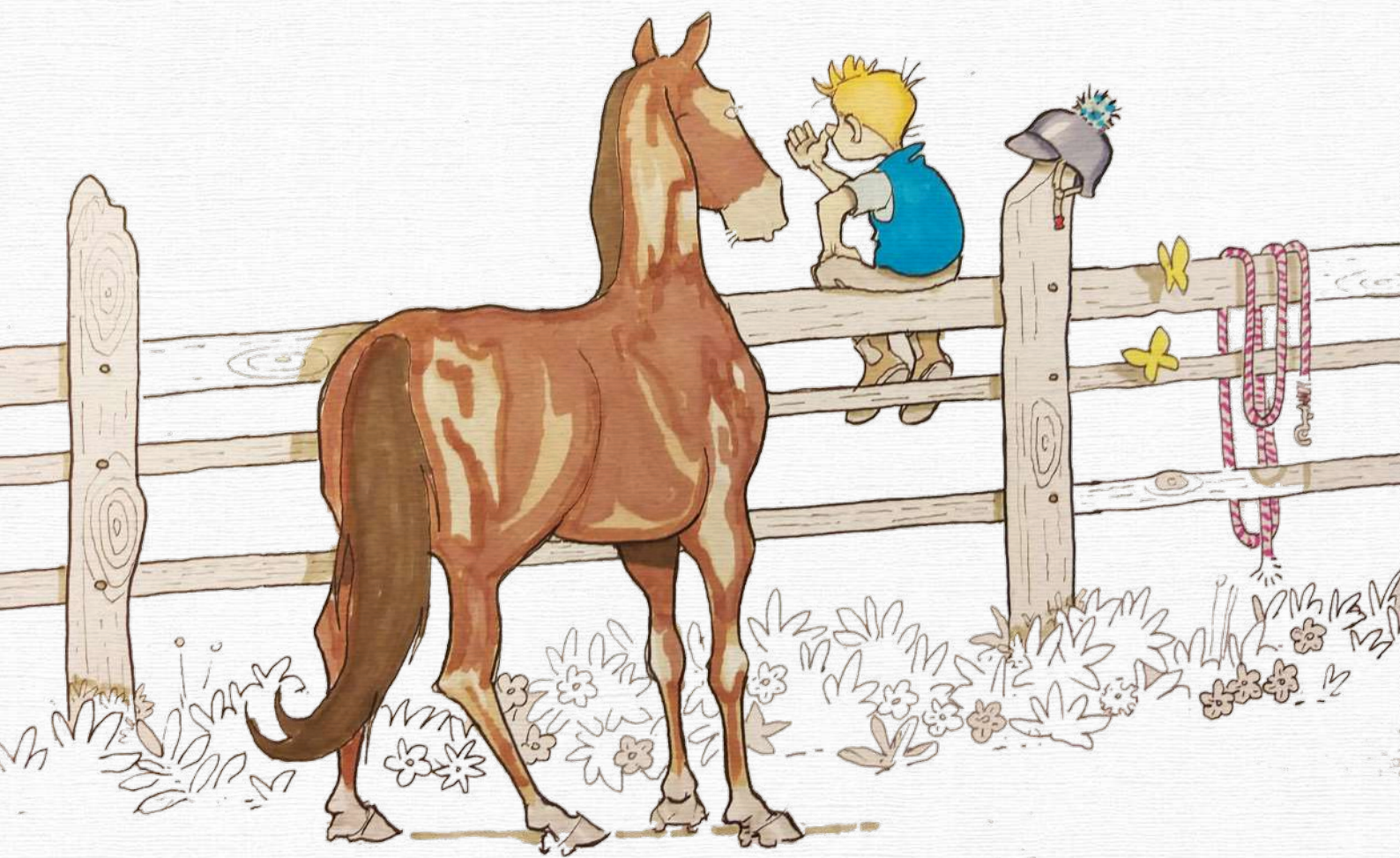




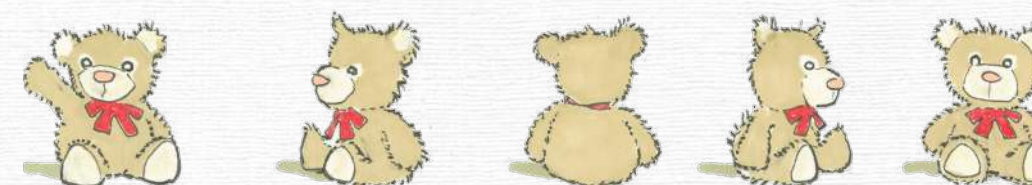
Artù o valoroso come un moschettiere... Ma, al momento, non sono né l'uno, né l'altro. Bernardino è un cavallo di grande esperienza e di età avanzata. Non riesco a definirlo mio perché in realtà è uno spirito libero e ha un'indole indipendente e originale.

Anche se perplesso, nei fine settimana mi accompagna in gara, cioè io sono il suo cavaliere. Ieri, per esempio, è stato bellissimo, finalmente sono arrivato quasi... primo, mi sono sentito un vero campione, mi vedevo già proiettato alle Olimpiadi, attorniato da fotografi, in mezzo ai flash! Bernardino invece non faceva salti di gioia ma delle buffe smorfie. In mezzo alla gente si sente a disagio. Ho l'impressione che in gara non vada più tanto volentieri, quando gli metto la sella diventa ombroso. Forse ha qualche acciaccio, magari un fastidioso mal di

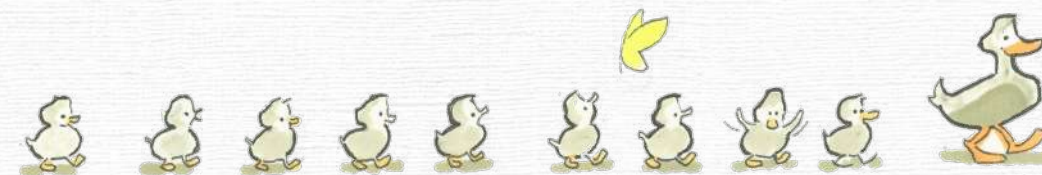




schiena, e potrebbe mancargli qualche diottria. È contento quando sta al sole, in un prato pieno di erba fresca da mangiare e di alberi carichi di frutti maturi da gustare. Non si schioda da lì, cerco di portarlo via, in campo, per allenarci insieme. Ma che impresa! Ma Bernardino... cosa fai? L'occhiolino? Ho capito, vuoi fare una passeggiata nel bosco fra tassi e marmotte, istrici e volpi. Però non è una cattiva idea, sono pronto e al ritmo dei tuoi zoccoli che picchiano sulla terra come un tamburo, ci faremo una lunga chiacchierata e mi racconterai di te, della tua mamma dal mantello grigio e del tuo austero papà. Anche tu sei andato a scuola? Stai ridendo? E fai bene, come potrebbe esserci una classe con tanti cavalli, banchi giganti, quaderni grandi come giornali spiegati e penne lunghe come bandiere?



Gloria dai capelli rosa

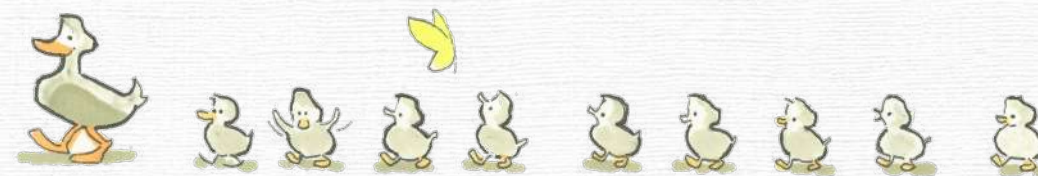


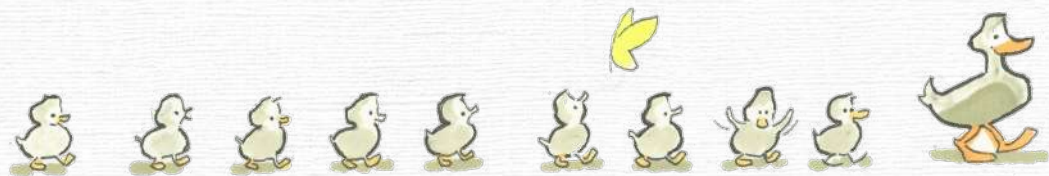
Il mio nome è Gloria e gioco a calcio. Ho convinto mia mamma a lasciarmi tingere i capelli di rosa, come quelli di una rockstar.

Amo giocare con il pallone, inseguirlo, correre per il campo, cadere nel fango, allenarmi sotto una pioggia battente. Ogni tanto però mi capita di sentirmi sola o triste, penso sia normale. La mamma dice che accade perché sto diventando grande.

Per fortuna c'è Rufus, il mio cagnolino. Un tipo simpatico e arruffato con un debole per Clarissa, la papera di Olimpia con la quale ama conversare.

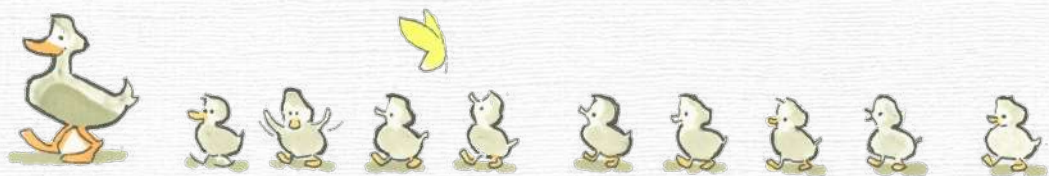
A Rufus racconto di me, dei miei sentimenti e delle mie gioie, delle mie preoccupazioni e delle mie ansie.

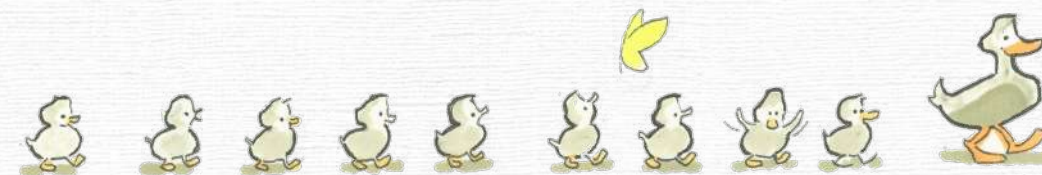




E ne capisce anche di calcio. Quando ero più piccola, giocavamo insieme e ci divertivamo un sacco. Rufus sembra sempre interessato a tutto, a volte pensieroso e corrucciato. Gli faccio mille domande!

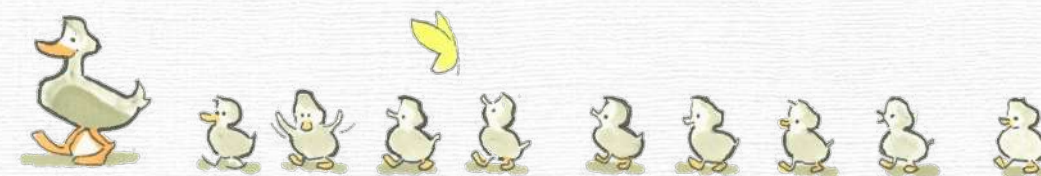
Quando non trova le risposte giuste o proprio non le sa, Rufus mi porta dal mio papà che sembra invece avere tutte le risposte. Lui ripiega il giornale e si siede vicino a me, mi cinge le spalle con il braccio. E così gli parlo del campo, del mister, delle compagne di squadra... dei miei sogni, di notti insonni prima di una partita, del cuore che batte forte forte, del fischio dell'arbitro... del calcio di inizio e delle imprevedibili e magiche traiettorie del pallone.



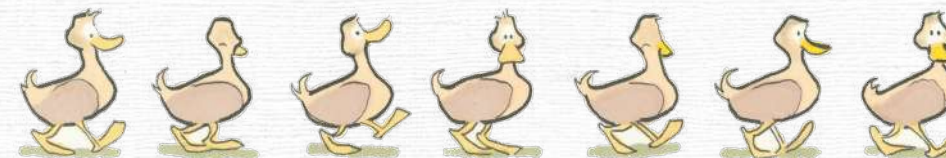


Adesso che sto diventando grande cerco di resistere al desiderio di farmi coccolare come una bambina piccola ma Rufus agitando la coda mi fa capire di non approvare del tutto. E allora, prima di dormire, prende il mio vecchio orsacchiotto, balza sul letto e lo lascia cadere dolcemente sul cuscino.

Dalla finestra, guardo la luna che illumina il cielo, tonda e paffuta come un pallone. Rufus già ronfa sereno, abbraccio assonnata l'orsacchiotto e penso che per me il tempo delle favole non sia ancora finito...

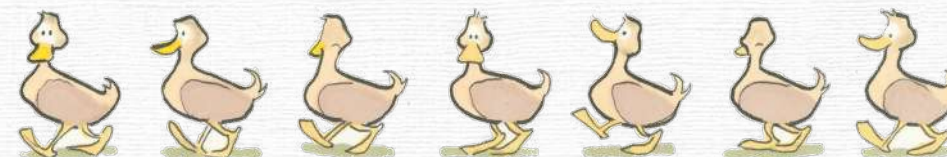


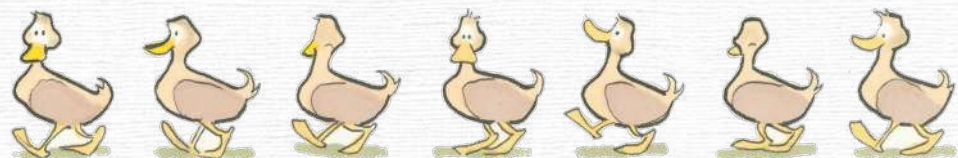
Olimpia fra l'acqua e il cielo



Io sono Olimpia, amo l'acqua, il silenzio, il cinguettio degli uccellini e la presenza tranquilla e discreta di Clarissa, la mia papera intelligente, avida di semi, bacche e... libri! Lei e Rufus mentre sono al largo chiacchierano amabilmente... di cosa francamente non lo so, meglio non indagare.

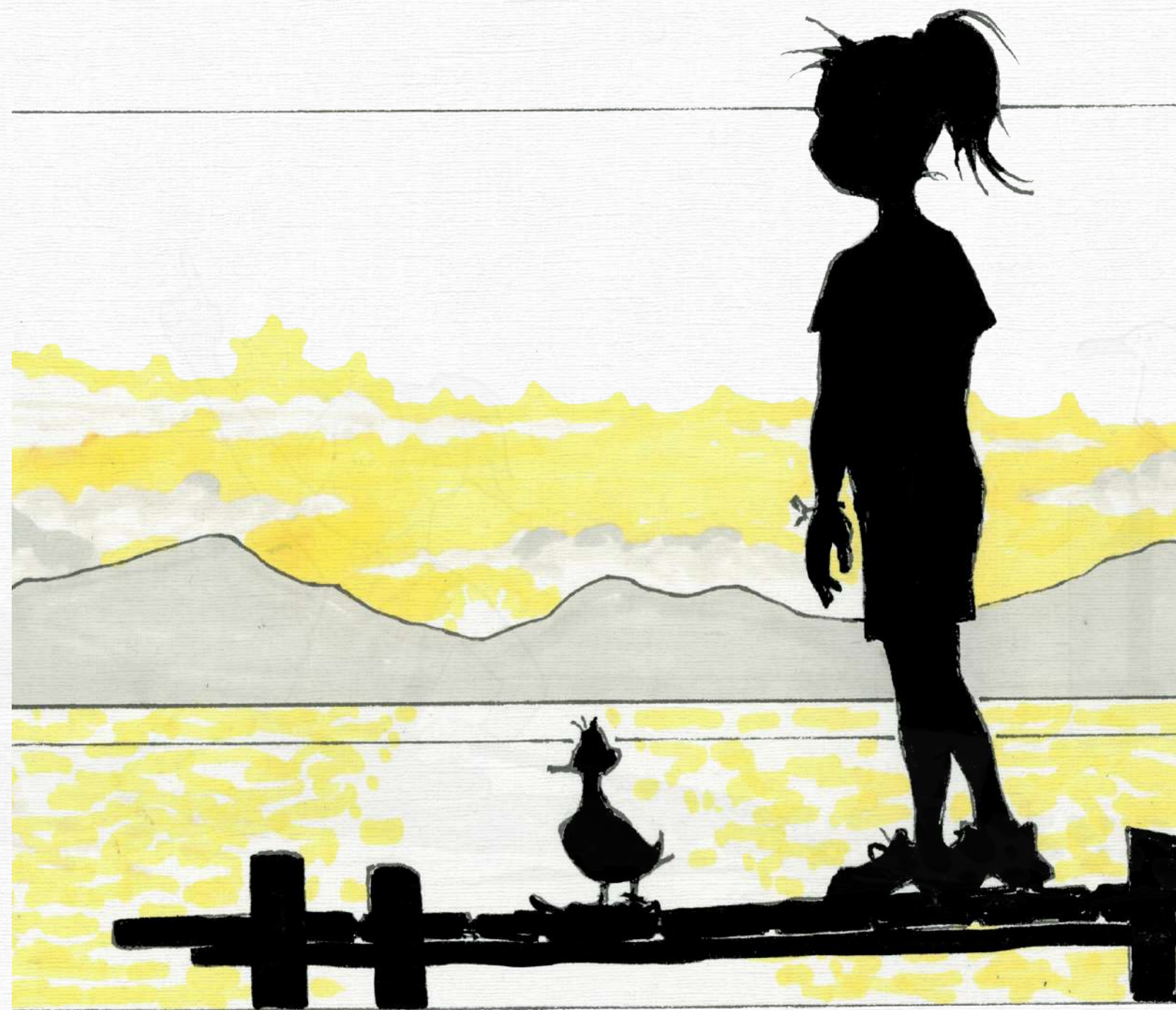
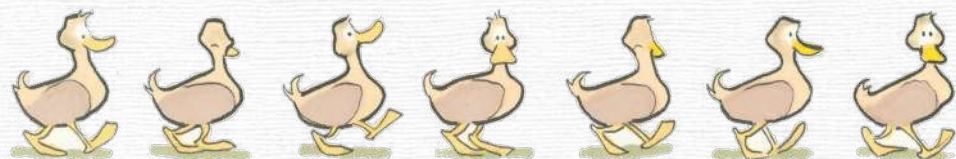
Da due anni faccio canoa con un gruppo di bambini e bambine della mia età, quando scivolo silenziosa sull'acqua mi sento in equilibrio e in pace. Non è sempre tutto perfetto. Mi preoccupa tanto quando Thomas e Camilla sembrano non capire Noha, un timido ragazzino pieno di riccioli ribelli e dagli occhi scuri e tristi arrivato da molto lontano, che parla una lingua strana e indecifrabile. Con la pagaia è veloce e sicuro, agile e attento.

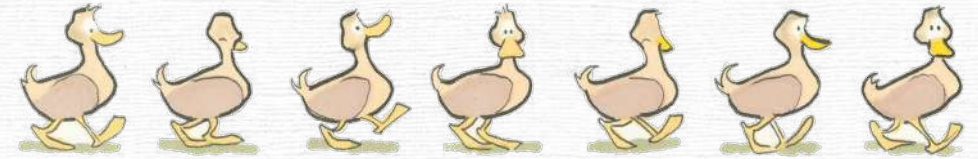
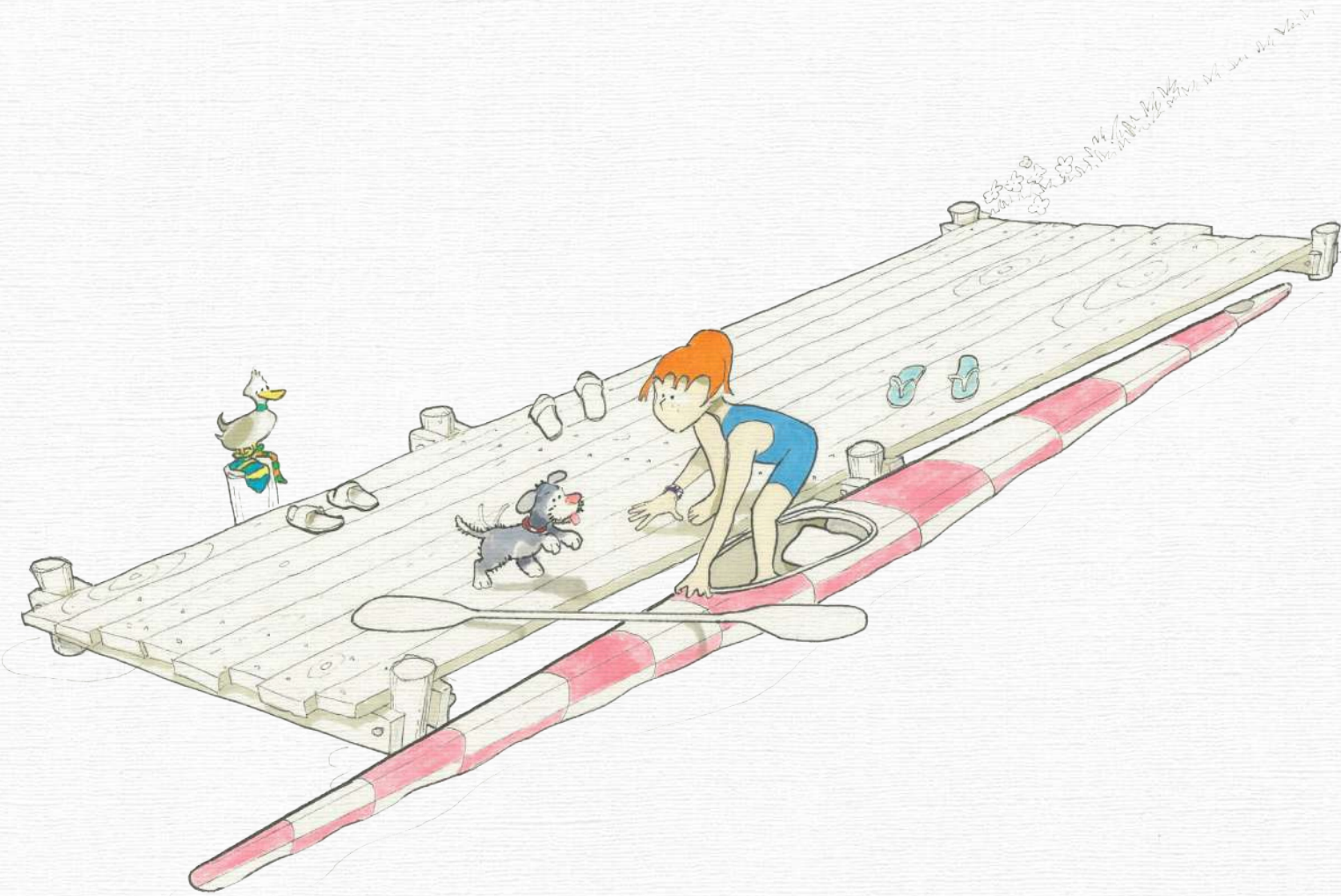




Sulla terraferma è diverso, alle domande risponde a malapena, è difficile strappargli un sorriso. Probabilmente perché ha lasciato la sua vecchia casa e gli mancano i suoi amici. E per farsene di nuovi serve tempo.

Riccardo, l'allenatore di Thomas, lascia correre. Forse è troppo distratto? Forse non se ne è accorto? O forse aspetta semplicemente che Thomas e Noha facciano amicizia spontaneamente? A volte, c'è bisogno solo di pazienza. Thomas è il più grande del gruppo, anche il più alto e il più spavaldo. Spesso ci fa ridere, fa sempre un sacco di scherzi, non sempre del tutto riusciti. Certo, se io imitassi Thomas, diventerei sua amica. Ma ancora non ho veramente deciso se mi è simpatico o decisamente



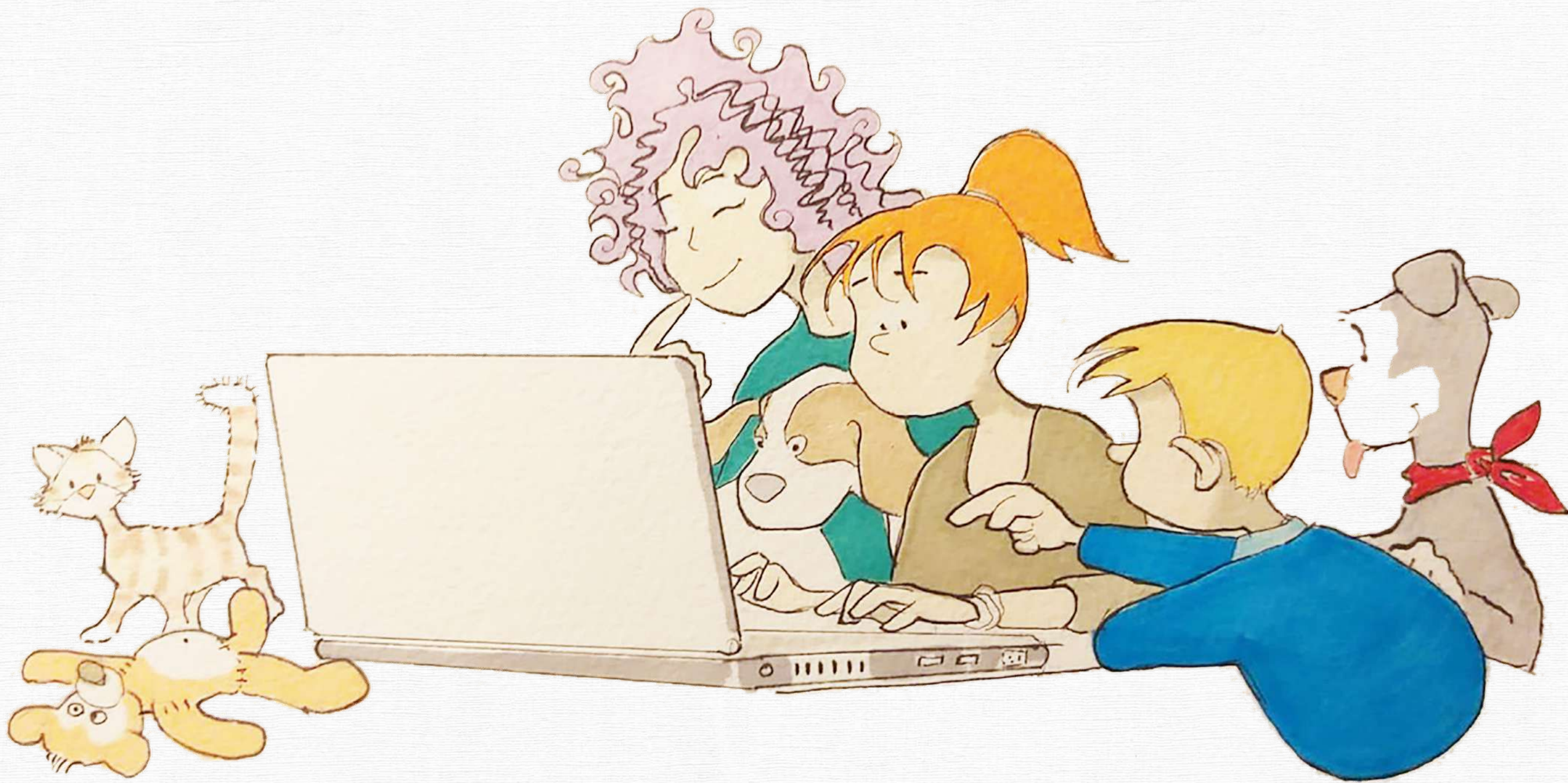


antipatico.

Il mio allenatore Marco ogni giorno ripete quanto sia importante volersi bene e aiutarsi reciprocamente. Certo, ogni tanto si può litigare ma poi bisogna essere bravi a fare subito la pace. Marco mi dice sempre questo. E di non fidarmi delle apparenze perché Thomas è un bravo bambino anche se un po' rompiscatole. Clarissa annuisce divertita prima di planare sull'acqua.

Mi consiglia di essere me stessa, senza imitare gli altri, che siano amici oppure no. Certo, seguire il gruppo è più facile. Anche lei, quando era piccola, si sentiva sicura solo quando nuotava nella scia delle altre papere ma poi, col tempo, ha imparato a nuotare da sola...





Gloria in panchina ma non è la fine del mondo

Il giorno della partita mi sveglio sempre prestissimo dopo una nottataccia. Io gioco in attacco. Cosa significa? Che dovrei segnare tanti gol, anzi le mie compagne mi devono passare il pallone e boom lo metto in rete....

Applausi e complimenti, pubblico in visibilio. Peccato che non sempre accada. Intanto, devi giocare titolare se sei fortunata... e la maglietta te la devi conquistare. L'alternativa è finire in panchina a mangiarti nervosamente le unghie mentre le tue compagne giocano, corrono e sudano.

Devo confessarlo, non è un periodo facile. Gli allenamenti mi stancano un pochino, ho un sacco di compiti, interrogazioni, verifiche, prove su prove.... Mentre studio, ogni tanto cedo di schianto, le palpebre si fanno pesanti, la testa pure e finisce che mi addormento sul quaderno.



Rufus addenta un lembo di maglietta e mi sveglia, poi va a cercare la matita, la trova e la depone vicino a me. Mi guarda fisso e abbaia.

"Studia", mi intima Rufus alzando sempre di più il volume della 'voce' e cercando di assumere un tono severo.

Ma ha sempre un'aria buffa e divertente. Ripiombo fra i libri ma poi penso alla partita, guardo fuori dalla finestra, mi perdo fra i pensieri contemplando le nuvole in movimento... immagino di segnare in acrobazia, una di quelle rovesciate che lasciano tutti a bocca aperta.

Rufus abbaia ancora, adesso l'esercizio di algebra...

Mi sento un po' nervosa e mi è anche spuntato un orribile brufolo sul naso. C'è l'allenamento ma non sono riuscita a finire tutti quei compiti, va bene finisco dopo.

Ho una gran confusione in testa, palloni, numeri, date, schemi, geografia, il campo mi sembra enorme e la marcatura a zona un enigma.

Non ricordo più nulla e tutto si confonde.



Trafelata, arrivo in campo per l'allenamento, o meglio la rifinitura. Mi accorgo che ho i calzettoni spaiati.... Il mister Vincenzo mi guarda e soprattutto guarda i calzettoni con aria sorpresa, mi fa cenno di avvicinarmi.

"Chi, io?" gli chiedo. Lui annuisce e mi parla con calma. "Ciao Gloria, come stai? Mi sembri un pochino in affanno tra il calcio e la scuola... non ti sei allenata al meglio e ti ho visto sbagliare passaggi facili, ti vedo molto agitata e ansiosa. Che dici di una pausa, non sarebbe meglio domani partire dalla panchina?", mi comunica Vincenzo. Lo ammetto, ha ragione, troppa ansia e batticuore.

E così gli confido degli esercizi di algebra lasciati a metà, della scuola, dell'interrogazione e del compito in classe. Lui sorride.



A un tratto sento un groppo alla gola. Rufus si mette a dormire crogiolandosi al sole.

Arriva una macchina.

È il mio papà, gli corro incontro, e chiedo a lui:



“E’ grave?”.

“No, non è grave”,
risponde. “Dai, Gloria, torniamo a casa”.

“Va bene ma a una condizione. Mi aiuti a ripassare
la storia? E pure la geografia? Promesso? E domani vieni
lo stesso, anche se resterò in panchina?”.

Arriva di corsa Rufus, la scarpa con i tacchetti in bocca.
Ci poggia il muso, ascolta attento, le orecchie alzate come
fossero un radar. Capta umori e informazioni.
La geografia gli è sempre piaciuta, la storia meno, il calcio
tantissimo.

Primo, Martina e il binomio perfetto

Ho appena sentito Gloria al telefono. Ho cercato di tirarle su il morale, per via della panchina.

Mi ha raccontato dei calzettoni spaiati, della reazione del mister Vincenzo. E siamo scoppiati a ridere.

In realtà l'avevo chiamata io perché oggi in gara è stato un disastro, un flop, un fallimento. Lacrime represses e disperazione, voglia di sfogarsi e di avere una spalla solida alla quale appoggiarsi. Ancora una volta, ho perso e mi sono arrabbiato. Non una reazione di cui andare fieri. Un po' mi vergogno.

Ci sono dei momenti in cui vedo tutto nero, non ho troppa voglia di parlare, vorrei scappare via e nascondermi sotto il letto.

Ha vinto ancora Martina, una bambina tutta bionda su una cavalla di nome Elettra! Io sono arrivato non primo ma quasi ultimo. Nell'equitazione, basta un solo errore per



precipitare in fondo alla classifica. Eppure, stamattina ero euforico e pensavo: oggi è il mio giorno.

Giacca rossa, bottoni dorati, pantaloni immacolati, stivaletti tirati a lucido. Bernardino strigliato, i finimenti ingrassati, il sottosella fresco di bucato. Sembrava tutto perfetto ma ho commesso un errore sull'ultimo salto, la barriera dell'ostacolo ha iniziato a oscillare, il cuore quasi si è fermato, poi dopo qualche secondo la barriera è caduta. Un tonfo sordo.

Cavolo, che sfortuna. Non è giusto.

Non ho vinto.

Una volta sceso a terra, mi sono tolto il cap e l'ho addirittura preso a calci, non ho dato la mano a Martina. Perché?

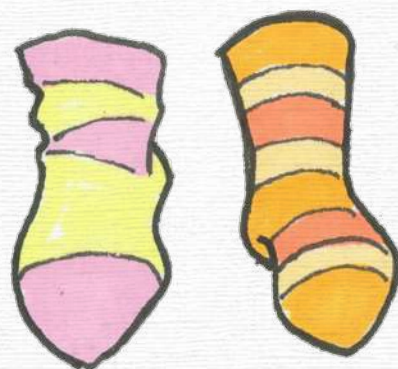
Non sarò mica diventato invidioso?

Bernardino ha assistito alla scena.

Ha fatto dietrofront e si è allontanato silenzioso.

So di aver sbagliato.

In tanti dicono che non è così importante vincere o perdere ma che ne sanno di come ci si sente quanto si viene sconfitti... E non importa se da una ragazzina o da un ragazzino, in realtà è la stessa cosa, brucia e fa male.



Me lo hanno spiegato Gloria e Olimpia.

Ho guardato Martina durante il giro d'onore, quello riservato ai vincitori. È veramente brava, davvero insieme con la sua cavalla, sembrano una cosa sola....

Si chiama binomio, un binomio perfetto.

Ho sbagliato, lo so. Osservo Martina, ne ammiro l'eleganza ma soprattutto la gioia che sprigiona quando è in sella.

Quando è scesa dalla sua cavalla, si è avvicinata a me.

Tenevo gli occhi bassi. Mi ha detto di non prendermela, che non è la fine del mondo, che tutto si aggiusta, passa e cambia. Mi ha regalato la sua coccarda.

Le ho stretto vigorosamente la mano e ora mi sento sereno e quasi contento.

Da lontano, il mio istruttore Giovanni seguiva l'evoluzione di questa strana giornata. Mi fa il segno del pollice in alto e mi rivolge un sorriso a trentadue denti. Che bella sensazione, i bottoni dorati della giacca brillano al sole, ripulisco il cap dalla terra e me lo rimetto fieramente in testa.





Vorrei chiedere a Martina se possiamo allenarci insieme. Ha una faccia simpatica, le lentiggini sul naso, è davvero carina, spiritosa e intelligente. Mi piacerebbe passare un giorno insieme a lei. Ma, andiamo piano, un calzino alla volta...

Bernardino mi aspetta, incastro la coccarda alla sua testiera. Adesso è il momento di galoppare felici. Dimentichiamo tutto, vittorie e sconfitte, compiti e grammatica, papà indaffarati e mamme a dieta, bambine bionde, carine e bravissime.

Bernardino, siamo solo io e te, fra i campi, le spighe mosse dal vento, i papaveri che spuntano allegri nel campo assolato, un cielo azzurro sopra la testa, liberi, spettinati e meravigliosamente spaiati.

Olimpia e un tuffo inaspettato

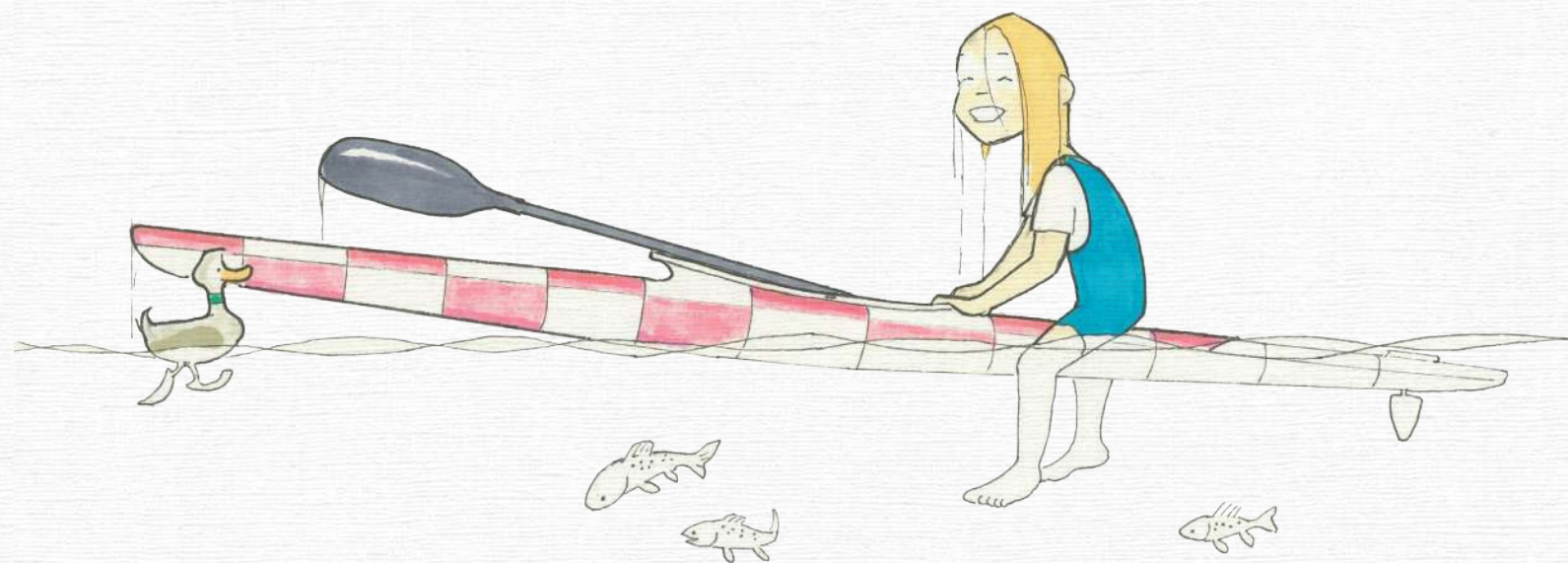
Devo vedere Primo e Gloria al più presto per raccontare loro che mi sono ribaltata con la canoa per l'ennesima volta! Non che sia un grande avvenimento ma ho voglia di parlargliene.

È normale ribaltarsi, l'acqua era fredda ma piacevole, una leggera brezza spirava da terra.

Amo questa sensazione di acqua e vento sulla faccia. Guardo i colori, il riverbero del sole, le goccioline sembrano diamanti... è come vedere il mondo attraverso un caleidoscopio. Il mio allenatore Marco mi incoraggia sempre e mi mostra le meraviglie nascoste dell'acqua.

D'estate capita di uscire in mare, troviamo una caletta, una striscia di sabbia lambita da acque scintillanti, l'orizzonte lontano si fonde con il cielo.

Nessuno riesce a stare fermo e Marco cerca di attirare



l'attenzione per aiutarci a capire la natura, solleticando la nostra curiosità. Nello zaino ho la merenda e la borraccia con l'acqua. Andare in canoa mi affascina sempre e se avanza tempo faccio anche un tuffo con la maschera. Almeno quando c'è Marco. A volte, se Marco non può, arriva Riccardo per la lezione. È bravo e simpatico, soprattutto divertente. Ha una barba lunga e nera, la pipa sempre in bocca, il berretto da marinaio calato sugli occhi.

Oggi c'era Riccardo e quando mi sono ribaltata, ha cercato di fare un po' troppo lo spiritoso. Di certo aveva buone intenzioni. Ma gli altri bambini hanno iniziato a ridere e così si sono distratti, finendo tutti in acqua. Qualcuno ha perso la pagaia, altri cercavano di risalire, altri ancora sono tornati a terra. Attorno a me c'era una grande confusione di spruzzi, acqua e risate. E Noha, il bimbo che viene da lontano, sorrideva soddisfatto. Lui e Thomas si sono scambiati le borracce. Camilla gli ha regalato un disegno fatto da lei. Mi sembra che qualcosa sia cambiato.



Mi alleno sempre con costanza e passione ma a volte ci sono giornate a zig zag, travolgenti e disordinate. Io amo il silenzio per ascoltare il rumore del mare, per sentirne la carezza tenera.

Clarissa mi incita sempre a lasciarmi andare, a giocare con i miei compagni, a pagaiare con allegria. E mi ha consigliato di tenere un diario dove riordinare i miei pensieri sparpagliati per poterli rileggere e prendere le mie decisioni con un pizzico di sicurezza in più. Ogni sera prima di dormire riempio almeno due o tre pagine.

E anche oggi avrò qualcosa da scrivere: Riccardo con la pancia che ballonzolava al ritmo della sua risata contagiosa, io che mi ero un pochino offesa, Clarissa che svolazzava da una parte all'altra per non perdermi di vista, Noha alle prese con i suoi nuovi amici.

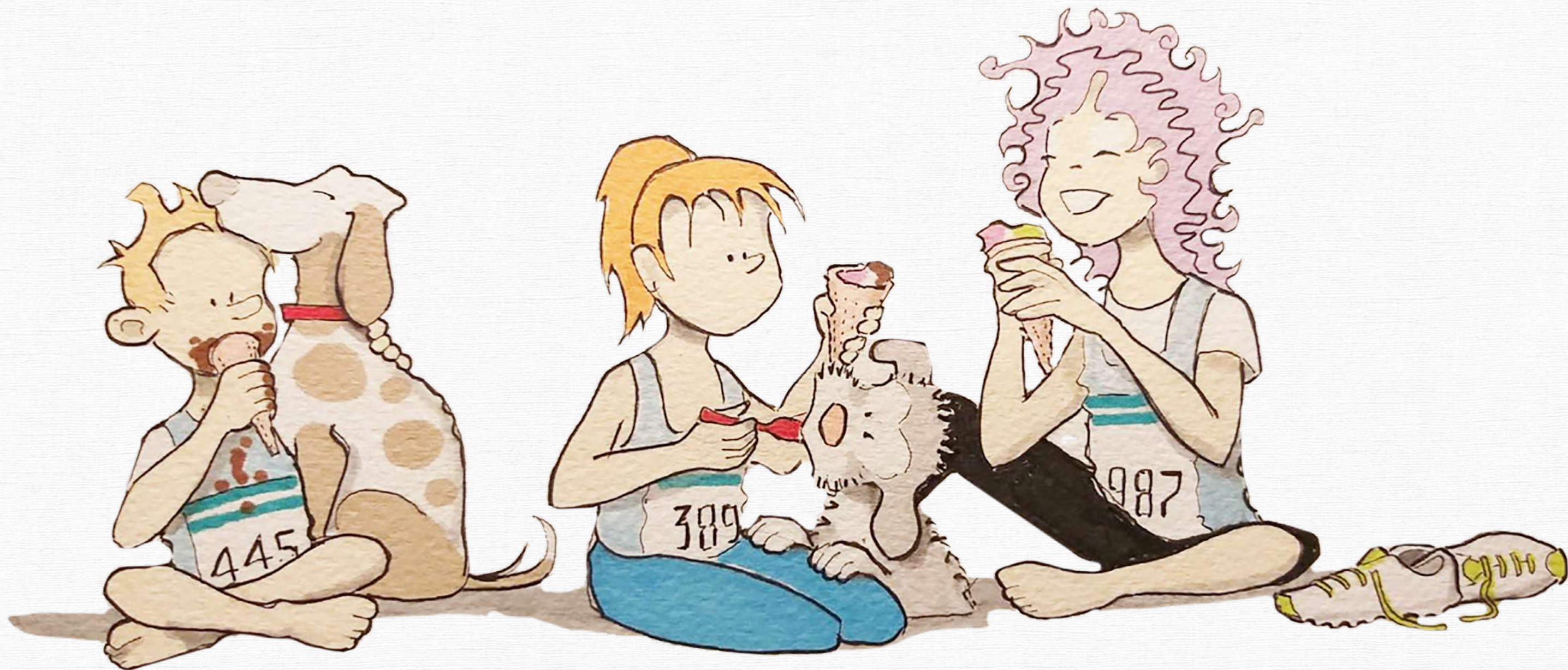
Alla fine della lezione, Riccardo mi ha chiesto di battere il cinque. Cadere va bene, ma rialzarsi è più importante, mi ha detto.





Il pomeriggio avanza, è già tempo di rientrare.
Ho indossato i miei calzini spaiati e mi sono ricordata di
Primo e Gloria e di un appuntamento speciale.
Devo correre a casa, prepararmi, sistemare i capelli
scompigliati dal vento, trovare una maglietta pulita,
riordinare la testa e le idee e soprattutto fare in fretta.

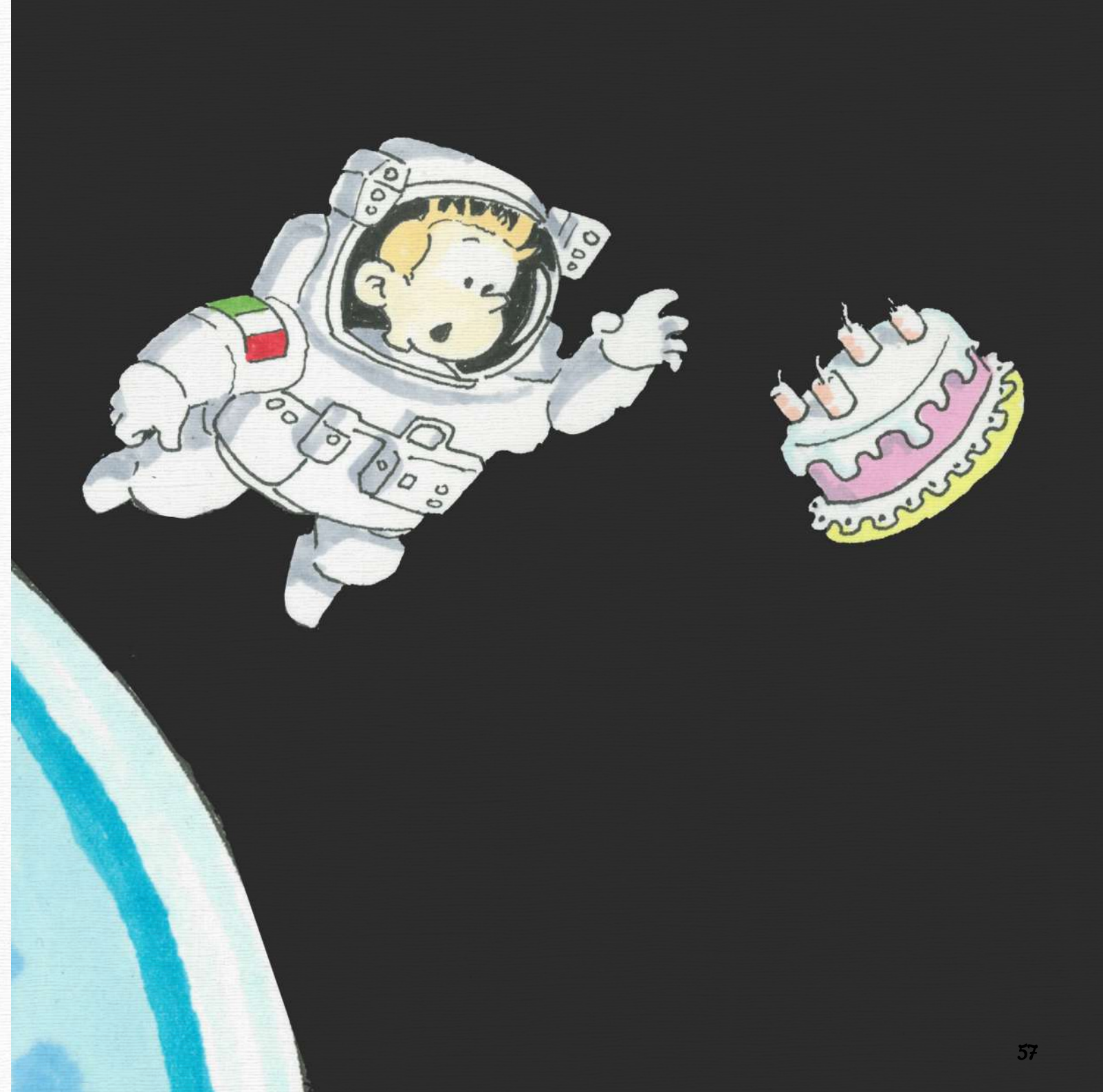
Gloria era un po' triste anche per quel brufolo
comparso dal nulla proprio sul naso.
Primo non sa se chiedere a Martina di allenarsi con lui,
vorrebbe ma ancora non ne ha il coraggio.
Vabbè, ne possiamo parlare magari davanti a un gelato?



Il sogno di Primo, una torta fra le stelle

Ho fatto un sogno: avevo una tuta da astronauta ed ero in orbita nello spazio, inseguendo una torta. Sconfiggevo la forza di gravità, facevo lo slalom fra le stelle, vedevo i pianeti tutti in fila, anche Saturno e il suo anello. Fluttuavo leggero e a un tratto ho avvistato la terra piccola piccola, un puntino lontano... perso nell'universo. All'improvviso mi sono svegliato.

Dove sono? Sono ancora nello spazio, ad anni luce di distanza da mamma e papà, da Bernardino?
E ora chi mi rimboccherà le coperte? E il bacino della buonanotte? E il mio orsacchiotto? Eccolo qui il mio orsacchiotto, non sono nello spazio, sono nel mio letto, sotto una calda e confortevole trapunta. Mamma e papà dormono in una stanza vicino... Che sollievo.
Tra poco suonerà la sveglia. Prima la scuola, poi in scuderia dove mi aspetta Bernardino.



Preparo un cestino di carote dal ciuffo verde, aggiungo due mele lucide e rosse e un bel cespo di verdura fresca. Bernardino sarà contento. A volte non ho tanta voglia di parlare, mi piace solo starlo a guardare. Ha degli occhi grandi con lunghe ciglia da cerbiatto, occhi profondi, le orecchie appuntite e un po' ricurve come quelle di un diavoletto. Il mantello è morbido e setoso. Un ciuffo di crini castani ricade capriccioso e indomito sugli occhi intelligenti e vivi.

Il papà di Bernardino era un cavallo famoso di nome Bernardo, un fuoriclasse potente ed elegante. Con il suo cavaliere vinceva sempre o quasi. Bernardo sperava che Bernardino fosse un campione come lui, ma la realtà è stata tutta diversa. Non che non sia bravo ma a Bernardino piace la quiete della campagna e agli ostacoli preferisce un sentiero fiorito dove passeggiare pigramente. Alle trasferte preferisce un caldo ricovero, alle coppe le carezze di un bambino, precisamente io. Gli anni passano, dice.



Riesco a vedere i primi fili bianchi nella sua folta e selvaggia criniera.

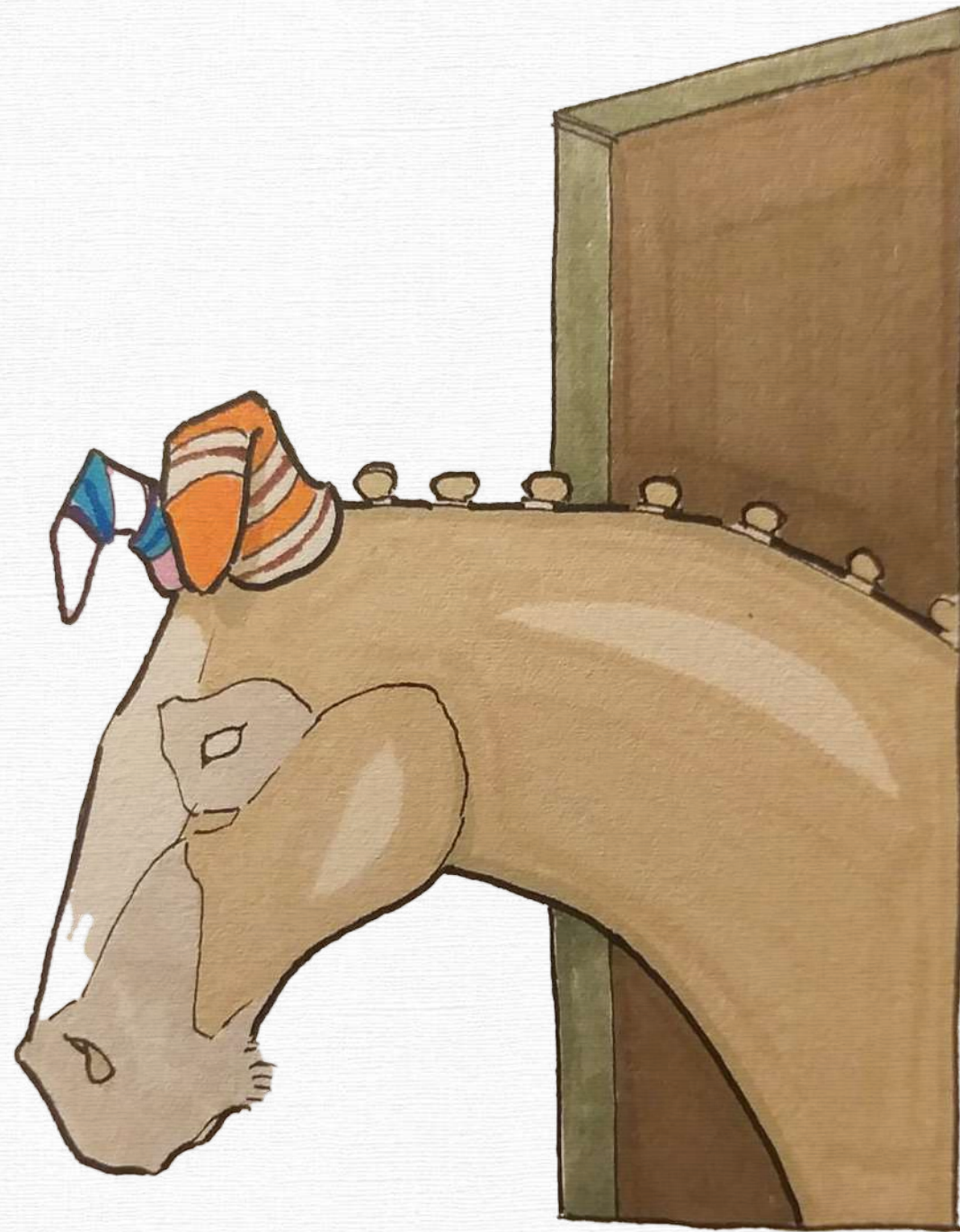
Domenica ci sarà il concorso e in scuderia già c'è già un gran fermento, traffico di selle e finimenti, elettricità nell'aria.

Non so, ma il mio compagno di scuola Mario festeggia il suo compleanno proprio domenica e avrei voglia di partecipare alla festa.

Intanto perché Mario è un mio amico e poi perché ci saranno patatine e cioccolata, la torta con le candeline, i dolci e la musica. Insomma, la gara o la torta? Ne parlavo con Bernardino quando mi sono accorto che c'era il mio istruttore Giovanni. Stava lì proprio alle mie spalle. Aveva ascoltato tutto.

"Insomma, Primo, me la porterai una fetta di torta o te la mangerai tutta tu?", mi dice. Non credevo alle mie orecchie. Giovanni si è allontanato, poi è tornato indietro e ha aggiunto: "Anche Martina va a una festa, sarà la stessa? Un tuffo al cuore! Potrebbe darsi perché ora che mi ricordo Martina va in classe con il fratello di





Mario, Alfredo. Bernardino, dammi un consiglio.
"Intanto non mettere il profumo di papà, non stare impalato di fronte a Martina come uno stoccafisso, mostra interesse per quello che dice.

Magari le piacciono le stelle e i pianeti, chissà se parla con la sua cavalla, o se le piace la cioccolata al latte o quella fondente. Quante cose da scoprire e da sapere.

Va bene, ora che il consiglio te l'ho dato, una fetta di torta la porterai anche a me? Ma non piccola, grande, molto grande.

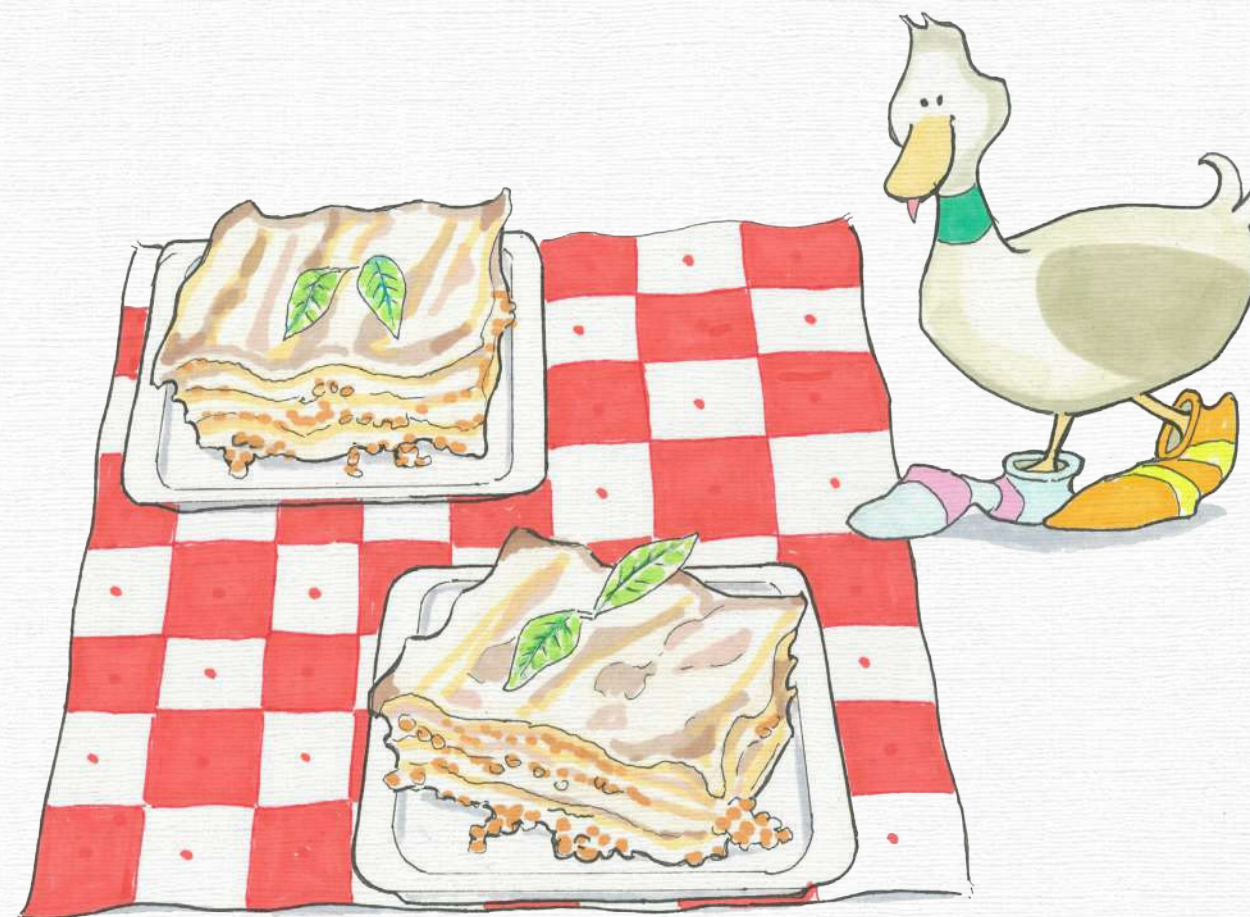
Ricordati che sono un cavallo, non un cane e neanche un gatto. Un cavallo grande e soprattutto molto affamato!"

Olimpia, le lasagne e l'acquolina al becco

Avete presente l'impasto della pizza? Quando ero piccola piccola, mi divertivo a impastare insieme alla mamma. Ricordo con una certa preoccupazione le mani nell'impasto appiccicoso che inspiegabilmente finiva ovunque anche nei capelli, sulla faccia, persino nelle orecchie.

Una nuvola di farina mi avvolgeva, mentre il forno si preparava ad accogliere quell'impasto irregolare e sgarrupato nella speranza che durante la cottura si trasformasse in qualcosa di vagamente commestibile. Per me comunque una fatica, un capolavoro e una indicibile soddisfazione.

Stasera arrivano Primo e Gloria e ho davvero voglia di preparare una cenetta con i fiocchi. Chiederò alla mamma di farmi da aiuto cuoco e voglio cucinare lasagne e crostata. Clarissa ha già l'acquolina al becco e anche io avverto un certo languorino. Gloria deve partire per una trasferta e così abbiamo deciso di organizzare una serata



tutta per noi. Ho tirato fuori una tovaglia a scacchi bianchi e rossi, papà mi ha portato un piccolo mazzo di margherite che ho messo in un vaso al centro della tavola, la mamma ha acceso delle candeline. Sapete, l'atmosfera è importante. È davvero tutto perfetto.

Primo e Gloria sono stati puntuali, ci siamo seduti tra chiacchiere e risate. Le lasagne sono arrivate in tavola, fumanti e profumate.

Primo era affamato, Gloria invece giocherellava con la forchetta e tormentava la mozzarella filante. L'ho guardata, i riccioli rosa le incorniciavano il volto leggermente abbronzato e mi sembrava più alta del solito, strano.

Così ho sbirciato sotto il tavolo per controllare che tipo di scarpe indossasse ma erano delle semplici scarpe da ginnastica. L'ho guardata ancora meglio, era decisamente più affusolata.

"Gloria non hai fame?"

"Olimpia, queste lasagne hanno un aspetto fantastico ma mi sembra di avere lo stomaco chiuso, anzi come attorcigliato... non so cosa ho. Il viaggio, la partita,



il distacco da Rufus. Ho perso l'appetito.

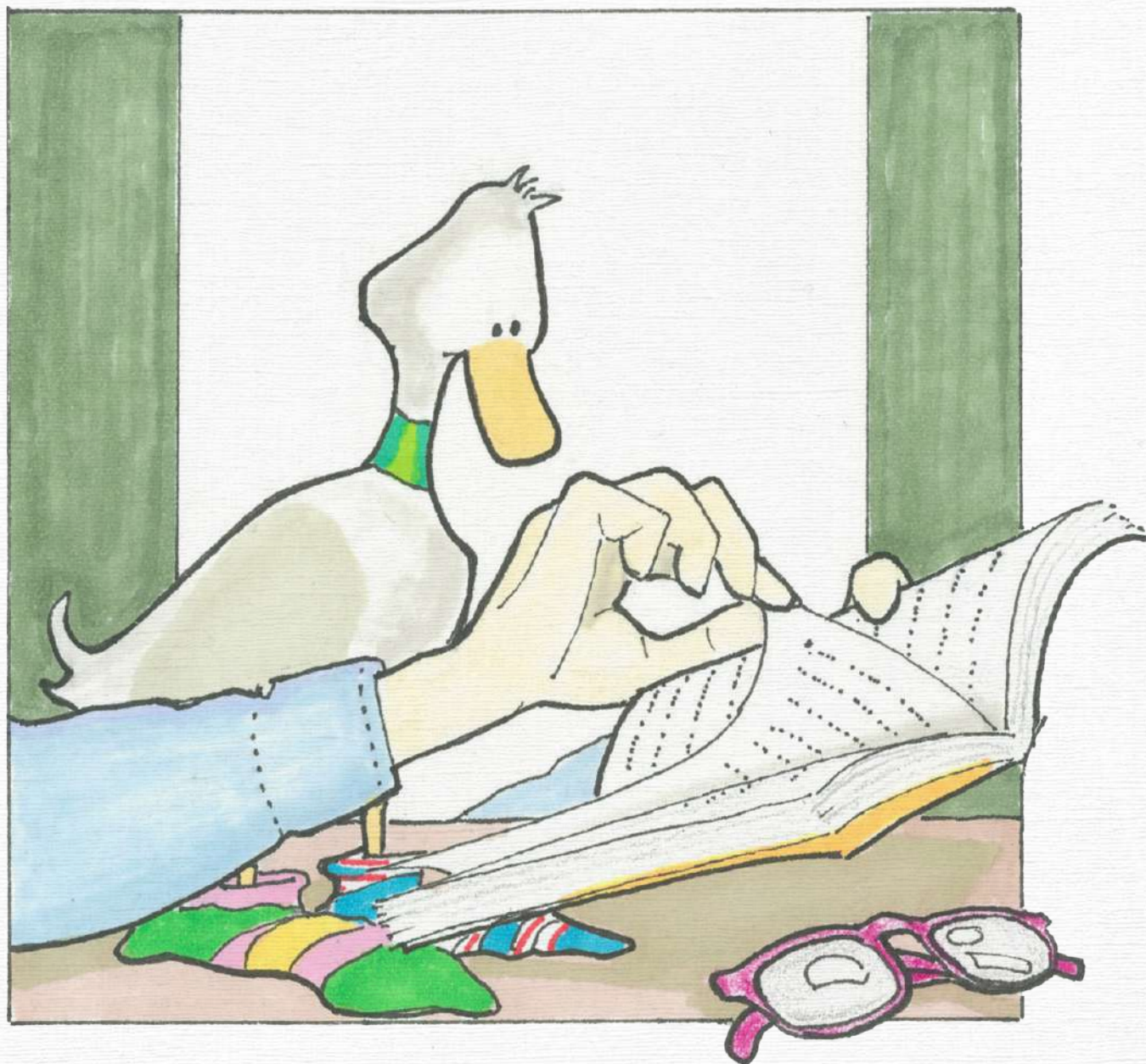
Dai, non dispiacerti..."

Chi l'appetito non lo perde mai è Primo che era già al 'tris', la bocca piena e il sugo fin sul naso.

Io ho mangiato tutto, la lasagna è un piatto al buon sapore dei ricordi, quello delle domeniche con i nonni o dei giorni di festa, del Natale in famiglia e dei compleanni. La assaporo e subito arriva un'ondata di sensazioni e ritorna quell'emozione così particolare che solo i giorni felici sanno portare.

Anche oggi è un giorno felice, mamma e papà scherzano attorno a noi e ci osservano compiaciuti, poi 'puff' spariscono e ci lasciano chiacchierare in pace. Clarissa finge di leggere un libro appollaiata in un angolino per non dare nell'occhio, in realtà non vuole perdersi neanche una parola... Ne abbiamo di cose da dirci, Primo è deciso a invitare Martina a casa sua, dice che da grande vuole diventare un astronauta, per Natale ha chiesto un telescopio ma se dovesse arrivare in anticipo sarebbe più che contento, Gloria non sa cosa mettere in valigia,





vorrebbe almeno sei magliette nuove, due paia di scarpe, tre paia di jeans, anche se sarà via solo due giorni. Come sarà la sistemazione? Con chi dividerà la stanza? E la partita? E se giocherà male? Quante domande, quanti 'se'. Ecco la crostata, ancora tiepida. Sa di buono, la marmellata di more è un ottimo antidoto a tutte le ansie. Gloria, dopo la raffica di dubbi e interrogativi, sembra aver ritrovato l'appetito e divora una bella fetta di torta. Mannaggia, quanto ho mangiato, mi sento lievitare come la pizza della mamma! Guarda Gloria, ho una cosa per te, un braccialetto tutto di perline colorate, l'ho fatto io. Mettilo il giorno della partita, ti porterà fortuna... E comunque io sarò con te, lontano ma sempre vicino...

Gloria goleador e una maglietta per Rufus

Sono le sette spaccate.

È una bella mattina di primavera ed è il giorno che aspetto da tanto tempo, quello della partenza, il primo giorno di un mondo tutto nuovo per me. Lo zaino è già davanti all'uscio, pieno zeppo, gonfio e cicciottello.

Le zip delle tasche si chiudono a fatica e mi chiedo che cosa avrò dimenticato. Mamma e papà sono già svegli e già sono preoccupati. Mi hanno consegnato un telefonino nuovo di zecca.

Appena arriva, chiama.

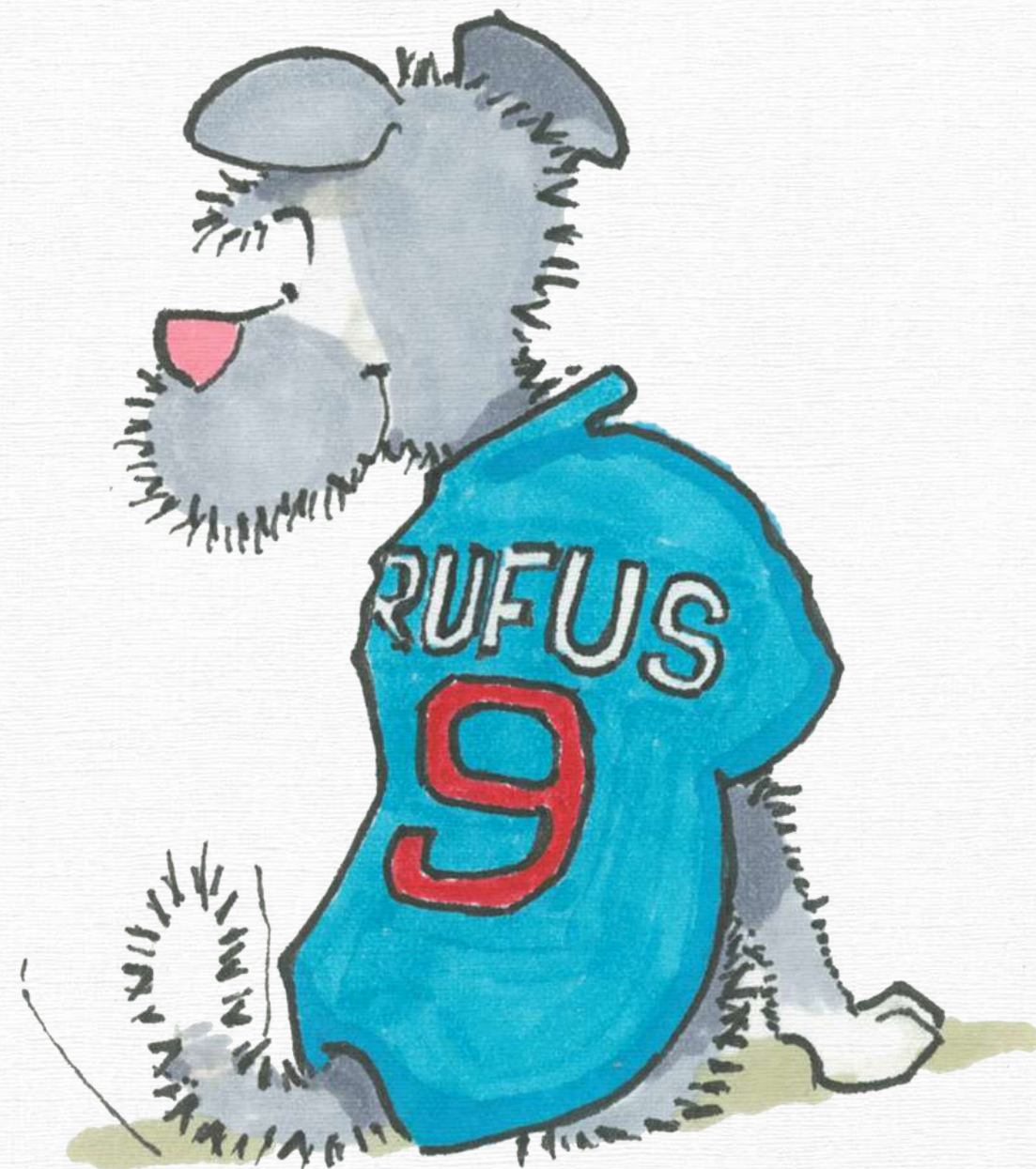
Se hai un problema, chiama.

Prima di dormire, chiama.

Rufus ha capito che questa volta non potrà venire con me.

Si aggira silenzioso per la casa, seguendo attento i vari preparativi. Sembra confuso e spaesato.

Rufus, non essere triste, potrai accompagnarmi all'autobus. Vedrai le mie compagne di squadra, ci sarà



Vincenzo che dovrà assicurare un nugolo di mamme e papà reduci da una notte agitata e con la prospettiva di due giorni di ansia e preoccupazioni. Rufus, ti porterò una bellissima maglietta con il numero nove, il numero dei grandi bomber! Promesso.

È ora di andare, il tempo di una colazione particolare fra il profumo dei cornetti appena sfornati e delle torte all'aroma di cannella. La folla dei genitori e delle ragazze si vede già da lontano e mentre mi avvicino, il cuore prende a battere come un forsennato. Rufus trotterella al mio fianco. Mamma e papà restano indietro, un po' in disparte, come per dire: Vai, corri. Non preoccuparti per noi. Saremo qui ad aspettarti.

Abbracci e qualche lacrima, il clacson roboante dell'autobus ci scuote dagli addii. Siamo pronte, adesso il motore si scalda, dai finestrini agiti le mani.

Il primo metro è andato, il secondo anche... le mamme e i papà restano fin quando non scompaiono dalla visuale, sottraendoci ai loro sguardi apprensivi.

Attraversiamo un pezzo d'Italia, alberi e paesaggi nuovi,



città sconosciute, vecchi borghi e case dai tetti rossi e dai comignoli che sbuffano nuvolette di fumo grigio.

Al fianco ho una mia compagna, Chiara, un terzino, davanti Giorgia, il nostro mediano. Vincenzo è in piedi, pronto a parlare della partita che ci attende, i fogli con gli schemi da provare, probabilmente schiererà tre calciatrici in difesa, cinque a centrocampo e due in attacco, io e Lulù.

Nel pomeriggio, dopo esserci sistemate, scenderemo in campo per allenarci, poi cena e di filato a letto per recuperare energie ed essere pronte e in forma.

Siamo quasi arrivate, indosso il braccialetto di Olimpia e inizio a sentire la mancanza di Rufus.

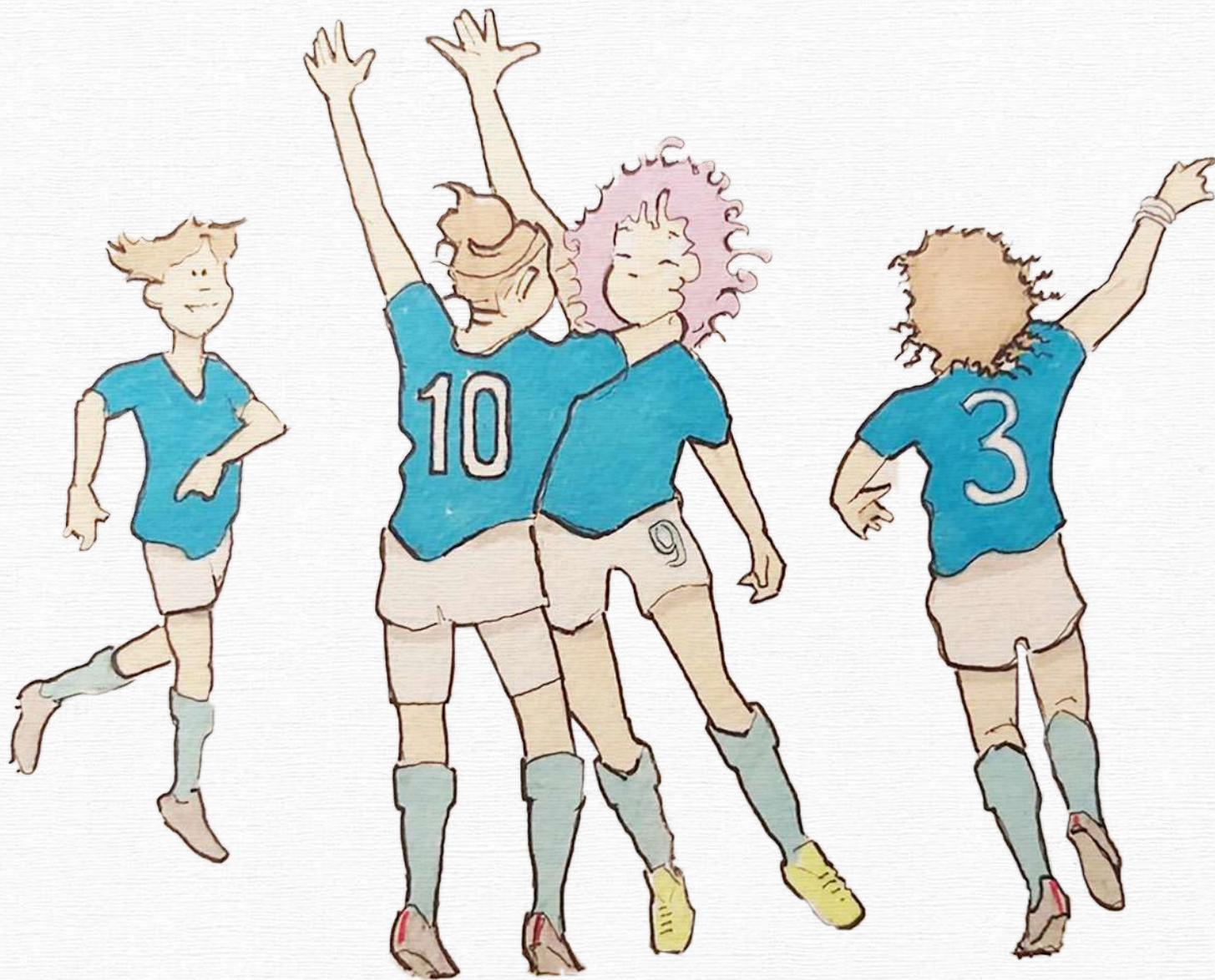
Dopo l'ultima panchina, ho energie da vendere.

Lontano dai libri ritrovo quella concentrazione che era decisamente mancata.

Abbiamo raggiunto la nostra meta, il gruppo è rumoroso ma disciplinato, chiamo la mamma e via agli allenamenti. Contiamo i secondi che mancano alla partita che arriva in un battibaleno.

Attraversiamo il tunnel, siamo in campo.





Ci schieriamo, fischio di inizio. Combattiamo pallone su pallone, Vincenzo dalla panchina si sbraccia e grida fino a quando... fino a quando arriva un cross, vedo il pallone arrivare verso di me, stop di petto e tiro a volo. Gol! Le mie compagne mi travolgono, Vincenzo serra i pugni. Si riparte dalla linea di centrocampo, bisogna chiudere la partita. Lancio lungo, perfetto, pennellato per i miei piedi, dribblo due avversarie, poi il portiere, appoggio delicatamente la palla in rete, ecco il raddoppio...

Sono felice, al polso il braccialetto delle magie.
Un gol per Olimpia, l'altro per Primo.
Rufus, stai tranquillo, non l'ho dimenticata la maglietta per te!



Olimpia, l'amicizia e una lacrima fra le piume

Canoa e pagaia, strumenti del mestiere!

Oggi ho lavorato di gomito e ho tirato a lucido la mia canoa, lavato il giubbotto salvagente e il paraspruzzi, poi li ho stesi ad asciugare... un lavoro di fino.

Pensavo a Gloria, sono felice per lei. A volte si può anche avere paura di vincere.

Ma non è il mio caso, penso neanche il suo. Per me la gara è solo un momento, parte di tanti altri momenti e tutti importanti. Giorni di sole e giorni di pioggia, sempre quella passione che ti fa mettere forza nelle braccia e nel cuore, che ti sospinge come un vento potente e ti fa andare lontano, un motore acceso che ti porta a esserci ancora una volta, ancora lì, con la tua pagaia per misurarti non con gli atri, ma con te stessa.

Vorrei raccontarvi di un'emozione che non finisce mai, navigando sull'acqua e sui pensieri a volte gravi, a volte



lievi. Pagaiano senza sosta, accompagnata da una canzoncina di cui conosco le parole a memoria o fischiettando un motivetto di cui invece le parole non le ricordo più.

Poi, sorpresa! Gloria è arrivata all'improvviso, ha svuotato i bagagli ma ha riempito il cuore e la testa di nuove parole, di nuove facce e di nuovi nomi, Alessandra, Giovanna, Renata... avversarie e amiche con cui dividere la stanza e un tratto di strada, forse un pezzo di futuro. Sotto un sole di un maggio più caldo del normale, brillano le perline del braccialetto stretto al suo polso sottile. Un lungo abbraccio, la gioia che passa come un flusso di energia vitale da lei a me e da me a lei. Le sue vittorie sono anche le mie, così le sconfitte. Anche se il mio papà dice che le sconfitte, come la paura, sono fatte di niente.

Marco era lì, come sempre o quasi, saggio e paziente, a darci quel senso di sicurezza e protezione che mi avvolge come una coperta. È arrivato anche Primo che noi consideriamo il cucciolo di una



nidiata di sportivi per gioco e vocazione, emotivo e tenero.

Rufus insegue Clarissa che si agita senza controllo lasciando dietro di sé una scia di piume e allegria. Marco mi dice qualcosa nell'orecchio.

Sì! Possiamo fare festa, insomma un po' di sana baldoria, lasciando andare quell'euforia che precede l'estate e le vacanze.

Marco chiede prima qualche attimo di silenzio e racconta a tutti gli allievi radunati i successi di Gloria, spiegando che dietro un gol ci sono lavoro, sudore, passione. E anche quei momenti che ci fanno soffrire, quei momenti no, quelle sconfitte che, saranno anche fatte di niente, ma comunque ci addolorano. Primo ascolta assorto.



Gloria arrossisce un po', io mi sento fiera dei miei amici! Ci sediamo sul pontile con i piedi a bagno, gli schizzi arrivano in faccia e l'acqua diventa come panna montata. Primo si tira su e si tuffa, allora decido di raggiungerlo, poi è il turno di Gloria. A ruota anche gli altri bambini. Arriva anche Marco per partecipare alla baldoria



improvvisata.

Clarissa e Rufus ci guardano esterrefatti, neanche fossimo dei marziani. E a fare il bagno non ci pensano proprio. Ci asciughiamo e ci vestiamo.

Gloria ha portato un piccolo dono per me e Primo dalla sua trionfale trasferta. Due cappellini con la visiera, uno rosso per me e uno blu per Primo.

Torno a casa felice, prendo il diario e inizio a scrivere di Gloria e Primo... vorrei che la nostra amicizia durasse un sacco ma un sacco di tempo, più di trenta anni... almeno cento...mi scende una lacrimuccia, cade lenta fra le piume di Clarissa, mi rannicchio sul divano.

Chissà come saremo quando diventeremo grandi...

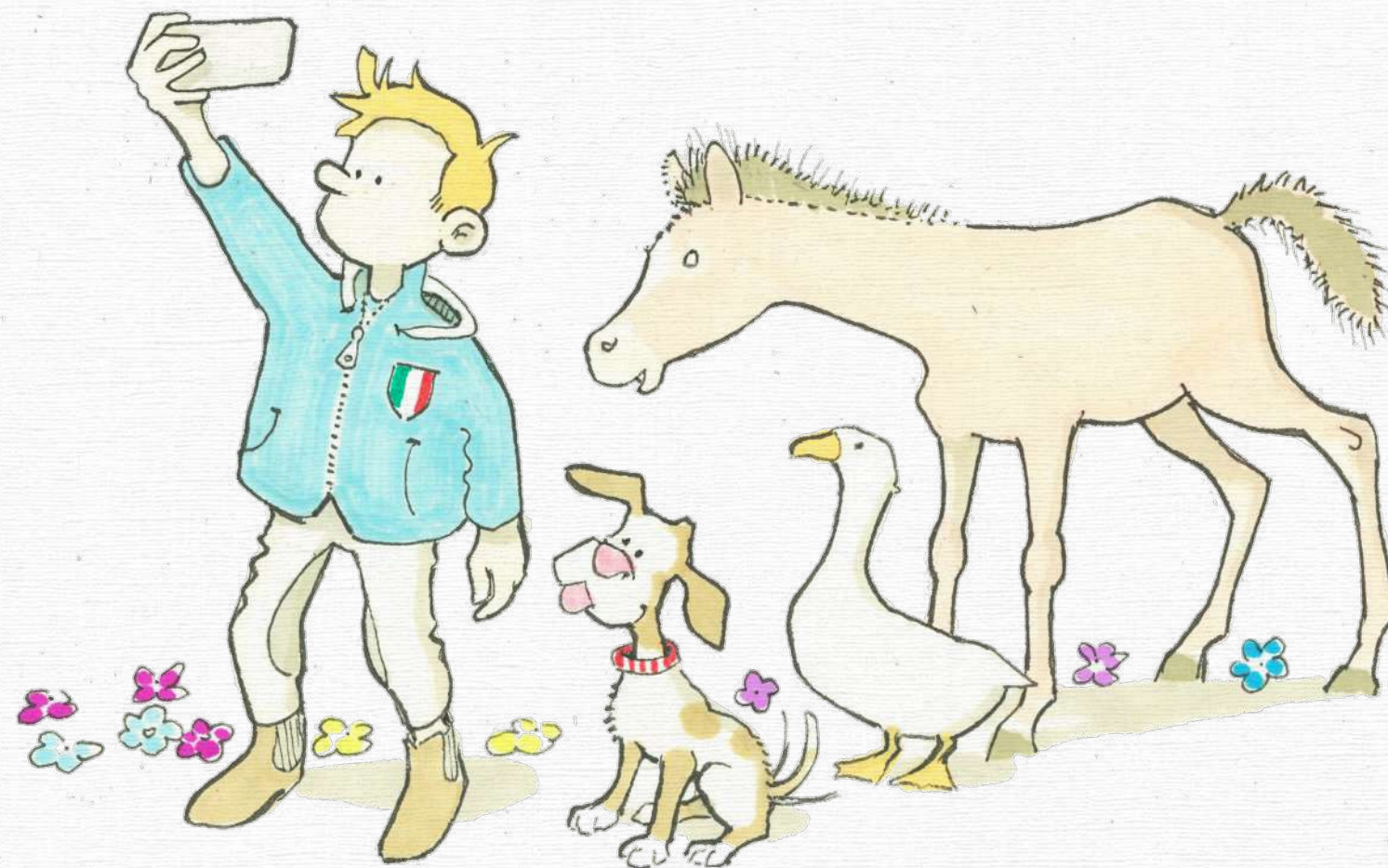
Primo e una stellina di nome Martina

Un'eternità: il tempo non passa mai.

Sto seduto con in testa il cappello di Gloria a pensare in uno di quegli interminabili e afosi pomeriggi di giugno. Ho ricevuto in dono il telescopio. Non me lo ha portato babbo Natale ma il mio papà. Lo abbiamo montato, orientato verso le stelle e la sera attraverso il mirino osservo pianeti e galassie. Sono lontani anni luce ma dalla lente del telescopio sembrano così vicini da poterli toccare. Vorrei passare una notte intera a guardare in su, verso questo mondo misterioso e magico, nero ma trapuntato di luci e stelle, lontano e fantastico.

Ho scoperto Venere e la Via Lattea, l'Orsa Maggiore e quella Minore. A Bernardino racconto le mie scoperte e il mio stupore e che tante cose sono cambiate.

Da un po' non vado in gara, invece tutti i giorni o quasi sono in scuderia, mi prendo cura di Bernardino, andiamo molto d'accordo. Una mattina sono arrivato e ho trovato



un puledrino, così mi sono fatto un selfie per non scordarlo mai più. Mi è venuta un'ispirazione. Ho deciso di dare a Bernardino una nuova vita, di lasciargli godere quei prati che tanto ama, all'aria e al sole, in mezzo ai fiori, dove invecchierà felice, con me sempre vicino. E forse chissà diventerà un magnifico papà e insieme allevremo un puledrino birbante.

Non è stata una decisione facile ma ci ho pensato tanto. Alle gare in fondo in fondo non mi diverto veramente. Ma restano l'amore e l'amicizia per un cavallo assennato e e perspicace. La scuderia sarà sempre la mia casa, la sella non va in soffitta.

Insieme a Bernardino vorrei passeggiare tranquillamente nella quiete della campagna, tra viottoli e sentieri.

Scopriremo l'arcobaleno dopo la pioggia, ci fermeremo all'ombra di una quercia, forse uno scoiattolo ci attraverserà il cammino. Magari un giorno cambierò idea e sentirò nuovamente il richiamo delle gare ma adesso ho altri sogni e la testa... fra le nuvole e le stelle.

Tutti hanno capito, la mamma, il papà e il mio istruttore Giovanni.



Non sono servite troppe parole. Martina l'ho incontrata alla festa di Mario ed è scattata la scintilla, quella dell'amicizia. Abbiamo parlato fitto fitto come se ci conoscessimo da sempre. Da grande vuole vivere in una grande fattoria in mezzo ai cavalli e anche ad altri animali e avere dei maialini, un'aia ampia e assoluta con galli e galline, pecore e capre per fare latte e formaggi. Ma prima desidera girare il mondo con uno zaino e scoprire terre lontane.



Dice che basta un sacco a pelo per guardare le stelle. Così le ho parlato di cose che ancora non sa, che Venere di notte brilla quasi quanto la Luna e che forse esistono gli extraterrestri. Non era tanto convinta.

Abbiamo continuato a parlare in scuderia nei giorni seguenti e abbiamo fatto una passeggiata con i nostri cavalli. Lungo il sentiero, mi ha mostrato le piante officinali, la borragine e la salvia, il rosmarino e la lavanda. Con il rosmarino si può fare il pollo al forno, con la salvia ravioli e tortellini, con la borragine la frittata e con la lavanda si profumano i calzini. Ho imparato tante cose e pure Martina anche se confonde astrologia e



astronomia... E tra botanica e stelle, a un tratto le ho chiesto: Martina, domani vuoi venire da me? Lei ha sorriso, ma certo che vengo. E questa volta mi sono confidato con la mia mamma. È bello confidarsi con la mamma. Mi ha consigliato di appaiare i calzini per l'occasione, abbiamo comprato un paio di mocassini con le nappine e una camicia celeste con i bottoncini sotto il colletto, proprio come quelle dei grandi. Poi la mamma ha preparato una bellissima torta con la crema e le amarene. Din-don. È arrivata Martina con un vestitino a fiori e le scarpe colorate. Con il sole, tantissime lentiggini hanno invaso la sua faccia, sembra Pippi Calzelunghe. Ha gradito la torta e pure io. Poi le ho fatto vedere il telescopio, con il naso in su ho visto brillare una stella e l'ho chiamata Martina.

Gloria, un pallone nel cielo e capelli tutti verdi

Un oggetto volante ha attraversato il cielo ma non era una stella. Era un pallone, quello che ho calciato con tutta la forza del mio destro non in porta ma in alto, molto in alto, scagliandolo verso il cielo. Doveva essere un calcio di rigore fischiato dall'arbitro per un fallo di mano in area. Vincenzo mi ha chiesto di batterlo, un grande respiro e poi ho afferrato il pallone, l'ho appoggiato sul dischetto. La tensione si tagliava con un coltello, lo stadio era ammutolito. Ho guardato la porta, la mia avversaria tra i pali mi fissava, immobile. Dove si butterà, a destra o a sinistra? Allora, mi sono detta, calcio a mezza altezza, un bolide imprevedibile. Una breve rincorsa... ma che ho fatto, come ho potuto? Non ho preso lo specchio della porta, il pallone è volato altissimo sulla traversa. Eravamo al novantaduesimo, in pieno recupero. Non c'è più tempo, abbiamo perso. Uno a zero. È finita. Sono rimasta impietrita a fissare il vuoto e ho sentito il



vuoto anche nel cuore. Non arrivava nessun rumore, né la folla sugli spalti, né le voci in campo. Niente, buio, zero. Poi un dolore mi ha trafitto il cuore, speravo che la terra mi inghiottisse. Non riuscivo a piangere, né a muovermi. Mi sono inginocchiata sull'erba, come se non riuscissi a sopportare quel momento di cupa disperazione. Poi qualcuna mi ha teso una mano, l'ho afferrata e mi sono rialzata. Non ero sola, attorno tutte le mie compagne, una calda consolazione di gruppo, c'era chi mi abbracciava, un'altra compagna mi sorrideva, tutte vicino, tutte strette a me.

Finalmente un pianto liberatorio ed ecco Vincenzo, ancora una volta sorridente, ancora una volta comprensivo.

Il calcio di rigore, sempre una cabala, una lotteria.

E comunque richiede preparazione, bisogna avere sangue freddo, concentrazione.

Insomma, allenamento. Proverò di nuovo, tante e tante volte. Chiederò a Rufus di fare da portiere posizionato alla fine del corridoio di casa con due pile di libri a



fungere da pali della porta. Per non far danni userò una morbida pallina di gommapiuma di quei colori che si illuminano al buio. Come si dice? Fosfo... e qualcosa... ah sì, fosforescenti... E mi eserciterò anche in campo.

Poi bisogna mettere a posto quelle emozioni traditrici, e poi chissà...

Questa giornata, questa partita non le dimenticherò mai e se una mia compagna sbaglierà un rigore, adesso so cosa bisogna fare.

Dare conforto, consolare, incoraggiare.

E questo va oltre la sconfitta e un pallone finito nel cielo e ripiombato giù come una stella cadente.

È stata una lunga stagione, piena di fatti da ricordare, sono più alta, mi sento cresciuta. Ma non ho avuto molto tempo per me stessa e ho un lungo elenco di cose da fare. Vorrei vedere un film al cinema e progetto un viaggio, mi piacerebbe fare un giro per guardare le vetrine colorate dei negozi, avrei voglia di avere una bicicletta nuova fiammante. Ho tanti sogni e desideri: suonare la batteria, mangiare hamburger e patatine con Olimpia e Primo e non solo. Liberare la mente, divertirmi, godermi



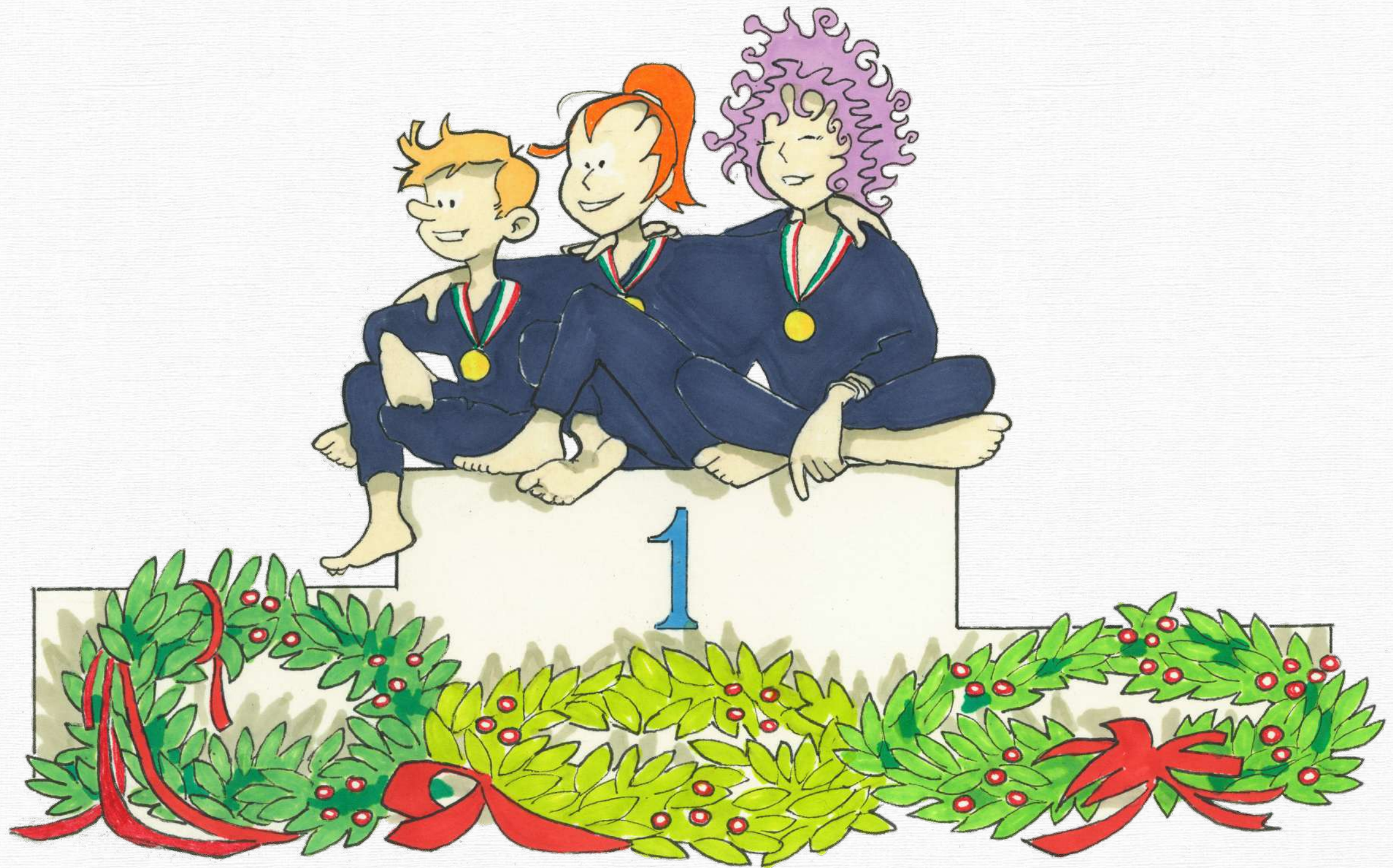


l'estate e andare al mare. Ho davvero un sacco di cose da fare. E poi tornerò a giocare, ad allenarmi, a correre e sudare ma con il cuore libero, senza ipotecare il futuro, vivendo giorno dopo giorno. Bisogna allentare la pressione e smorzare le aspettative. Campioni si nasce o si diventa? Francamente non lo so e forse neanche mi interessa saperlo. Sono io, sono Gloria, il calcio mi piace, adesso ma domani non so.

Volevo diventare una rockstar fino a un anno fa, ora qualcosa è cambiato.

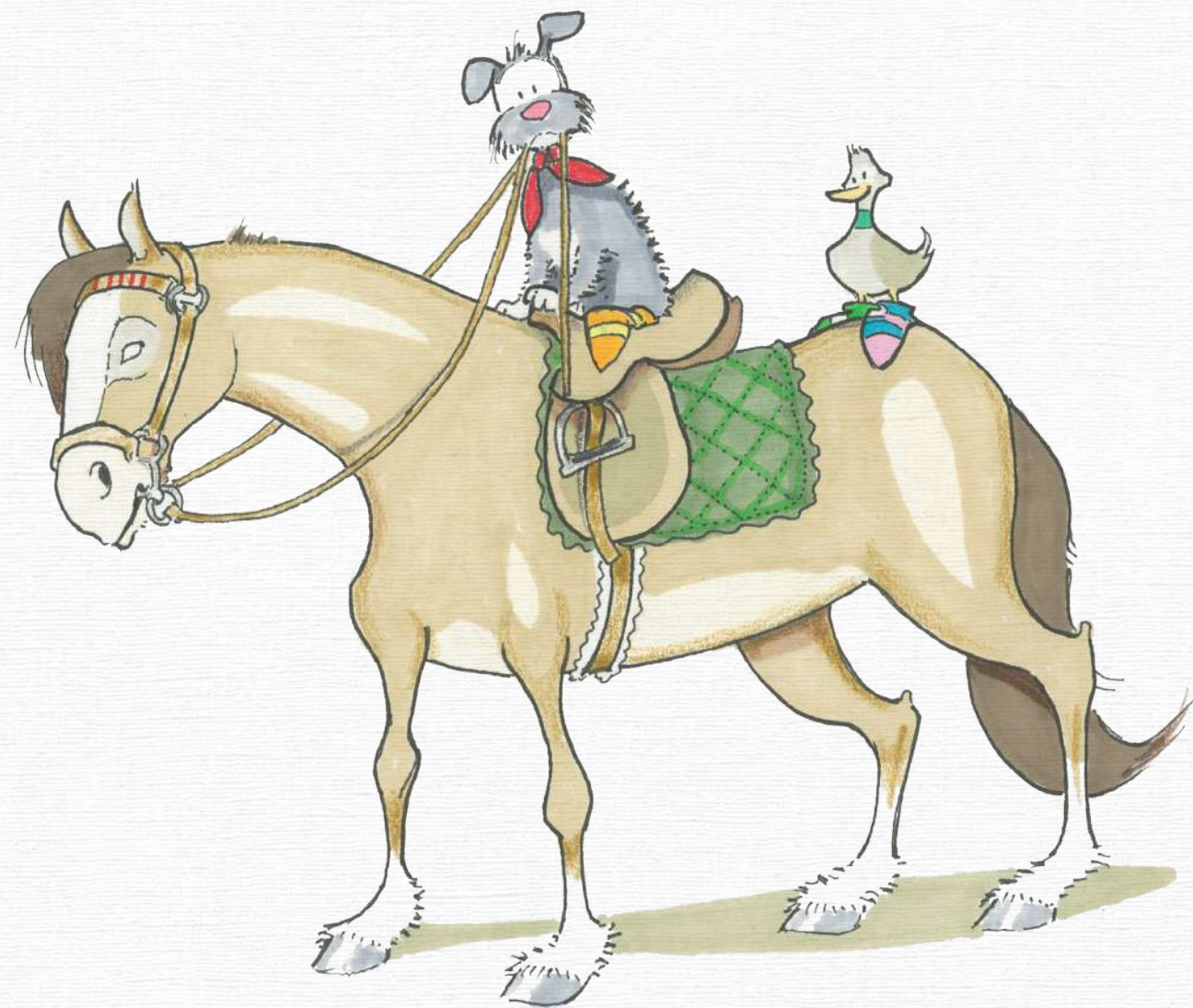
Mi piacerebbe proteggere il pianeta dalla plastica e dall'inquinamento, impegnarmi con altri ragazzi, ripulire le spiagge la domenica e osservare la natura, andare in cerca di delfini... e a volte non fare niente...mi è venuta una grande, immensa idea.

E se mi dipingessi i capelli tutti verdi?



Due calzini spaiati per riderci su

Eccoci qui, siamo Bernardino, Clarissa e Rufus.
Non stai sognando, ti stiamo davvero parlando.
Puoi sentirci? Siamo certi di sì.
Il nostro viaggio è quasi finito, siamo ai saluti ed è sempre triste. Ma attenzione, se sei stato finora con noi, allora sei pronto per un consiglio finale: continua a mettere i calzini spaiati fino a quando crescerai e anche quando sarai grande. Perché? Per ricordare a te stesso di ridere, giocare e divertirti... che vincere o perdere non conta. Fatti un sacco di amici, gioca con un quadrupede, bipede o con chi vuoi tu, assalta una torta e non preoccuparti di cosa pensano gli altri. Senti tanta musica, leggi bei libri, prenditi del tempo... Fai sport ma fallo sempre con gioia e partecipazione, non è tutta la tua vita e la vita non è una gara... Nessuno deve essere un campione a tutti i costi ma tutti i bambini hanno diritto a essere felici.





Guardati attorno, lasciati ispirare da un tramonto e fatti sempre sorprendere dai suoi colori... ascolta il delicato frusciare delle ruote della bici sull'asfalto bagnato, tuffati fra le onde di un mare cristallino, vai a caccia di more selvatiche, e gioca tanto, comunque e sempre... E da grande racconta di noi ai tuoi bambini e regala loro un cagnolino o una papera o chissà magari un gatto o un cavallo... un coniglio o una gallina...

Vedrai che anche i tuoi bambini sapranno ascoltarne i consigli sinceri, impareranno a fantasticare, a sognare e a non rinunciare mai alla fantasia.

Sei pronto?

Forza con questi calzini, saranno la tua astronave verso i sogni.

Quiz per piccoli sportivi dai calzini spaiati:

Se fossi Rufus, cosa diresti a Gloria quando il mister Vincenzo decide di farla rimanere in panchina perché non si è allenata abbastanza?

Di arrabbiarsi, battere i piedi per terra, piangere e strepitare per convincere il mister Vincenzo a farla giocare titolare. 

Di accettare serenamente la decisione. Il mister ha ragione, non si è allenata bene e una panchina non è niente di grave. Ci saranno molte altre partite e tante opportunità nel futuro. 

Di lamentarsi con il papà. Sistemierà tutto lui, parlerà con il mister e alla fine Gloria giocherà da titolare. 

Quando Primo decide di andare alla festa del suo compagno di scuola e non alla gara, l'istruttore Giovanni dovrebbe:

Fare una ramanzina a Primo e costringerlo ad andare in gara, rinunciando alla festa. 

Mostrare delusione per una decisione che non condivide e ignorare Primo in segno di disappunto. 

Incoraggiare Primo ad andare alla festa, ci saranno altre occasioni ed è giusto che Primo si diverta insieme ai suoi amici e amiche. 



Se fossi Bernardino, cosa consiglieresti a Primo quando viene sconfitto da Martina?

Di non rivolgere mai più la parola a Martina. 🏆

Di essere sportivo, complimentarsi con Martina, di accettare le regole della competizione.

Andrà meglio la prossima volta.

Lo sport è un gioco e bisogna divertirsi. 🧦

Di non accettare la coccarda che gli dona Martina.

Meglio buttarla via per dimenticare la sconfitta. 🌍



Se fossi Clarissa, cosa consiglieresti a Olimpia quando si ribalta con la canoa per l'ennesima volta?

Di lasciar perdere e cambiare sport. 🧢

Di protestare con l'allenatore Marco, è colpa sua se Olimpia non fa grandi progressi. 🌍

Di farsi una risata, cadere è normale ma rialzarsi fondamentale. 🧦



Marco, Giovanni, Vincenzo e Riccardo sono allenatori e istruttori:

Pessimi, non vogliono che i loro allievi vincano. 

Troppo buoni. Dovrebbero sgridare di più i loro allievi. Quando Gloria ha sbagliato il rigore, bisognava arrabbiarsi e farle saltare la partita successiva per punizione. 

Sono allenatori veramente in gamba! Incoraggiano e rispettano i piccoli sportivi. Sono consapevoli che incoraggiare è meglio che sgridare e che i bambini hanno il diritto di giocare e divertirsi.



Gloria ha sbagliato un rigore in una partita importante. Se fossi stata una sua compagna di squadra:

Ti saresti arrabbiata con lei. 

Avresti proposto al mister di non far calciare mai più un calcio di rigore a Gloria. 

Avresti sostenuto e aiutato Gloria, capita di sbagliare ma l'amicizia e la solidarietà sono più importanti di un errore o di una sconfitta. Potrebbe capitare anche a te e in quel caso di certo vorresti sentire l'affetto della tua squadra. 



Se hai totalizzato tanti calzini, significa che puoi entrare nel magico club dei calzini spaiati.

Perfetto!





www.changethegame.it