

Allora, vi chiedo vi chiedo, come si sente il vostro corpo quando siete nell'acqua del mare o della piscina? Quindi, beh, adesso l'estate ci sembra un lontano ricordo, eh, però provate a ricordare i bagni nel mare per chi è stato al mare, i bagni al lago per chi è andato al lago, il bagno in piscina per chi è stato in piscina, chi magari non ha vissuto l'acqua durante quest'estate può riprendere dalla memoria quando abbiamo fatto il corso di piscina insieme perché..

Moussa: Maestra io c'ero?

C'eravamo tutti, quindi io ho la sicurezza che tutti siete entrati con il vostro corpo nell'acqua. Allora, dai, raccontatemi un po' come si sente il vostro corpo quando è nel l'acqua del mare, del lago della piscina. Gaia..

Gaia: allora cioè io mi sentivo bagnata, però eh anche rilassata, perché nel mare c'era una zona che era c'era l'acqua che mi arrivava le caviglie e quindi io con il salvagente piccolo mi sedevo sopra e muovevo piedi e era rilassante. *E cosa ti permetteva di fare il salvagente?*

Gaia: Di restare a galla.

Di restare a galla. Ok, quindi questa sensazione ti dava relax. Sentiamo qualcun altro. Cesare...

Cesare: io ho comprato la piscina senza l'autorizzazione della mamma perché il papà la voleva.

Ah, quindi ha scelto il papà.

Cesare: li ho fatto un sacco di bagni. Quindi mio corpo quando entro in piscina è rilassato.

Pensate anche ad altre sensazioni, eh, come come se lo sentite proprio nell'acqua, se cambia qualcosa, Vale

Valentina: io vado a nuoto da nuoto da poco e in queste poche volte che ho iniziato quando entravo cioè sembrava tipo che entrassi non so perché era tipo qualcosa di morbido. Poi basta però perché comunque ho iniziato a nuotare. È bello dentro, cioè vado a nuoto non tanto, però abbastanza rilassata e rinfrescante. Poi sono andata anche al lago. Ehm, è stato bello, però l'acqua non era bellissima, abbiamo fatto il bagno poco. Ehm, e al mare è stato bello. Infatti mi toglievo subito i vestiti

E il tuo corpo come si sentiva quando era nell'acqua? Oltre che abbiamo detto che hai rilassato,

Vale: leggero.

Leggero lo sentivi. Così troviamo anche altre parole, rispetto a bello, rilassante, quindi Vale ha aggiunto che lei sentiva il corpo leggero. Moussa,

Moussa: io sono a piscina.

Sì

Moussa: un piscina piccola.

Sì.

Moussa: tuffato.

Ti sei tuffato? E com'era? Com'era l'acqua?

Bella.

Bella.

Anche pulita.

Eh beh, quella della piscina. Sì. Pietro Ratti.

Pietro R: Allora, io sono andato sia in piscina sia al mare perché ho la piscina e poi sono andato al mare dato che miei c'hanno giù la casa. In piscina era bello perché avevamo anche tipo potevo fare un po' quello che volevo perché avevamo anche dentro i gonfiabili e le pistole d'acqua, quindi cioè mi sentivo un po' libero di fare quello che volevo. Ma anche leggero perché in piscina non sei pesante perché tipo mia sorella riusciva a prendere in spalla
Rispetto a fuori dall'acqua tua sorella riusciva a prenderti con facilità.

Pietro R: Io riuscivo.

Tu riuscivi a prendere tua sorella?

Sì, non facilissimo, però riuscivo tipo 10 secondi riuscivo.

La sentivi più leggera?

Sì. E poi? Al mare anche lì le stesse le stesse sensazioni, anche se avevo meno cose da fare.

Ok, però se ci concentriamo sul corpo

Pietro R: al mare, perché al mare c'erano anche le onde e cioè potevo tipo usare i palloni, giocare con i palloni.

Ok. Pietro ha aggiunto anche tutto quello che poteva fare e non fare. Ora ci concentriamo sui vostri interventi su quello che sentivate proprio col corpo.

Questa è la cosa importante. Marina

Marina: io ho sentito tipo che quando avevo fatica che non riuscivo a fare qualcosa, quando entravo nell'acqua mi spariva tutto.

Ti sentivi più.. Era più facile. Facevi senza fatica, cioè facevi i movimenti senza fatica.

Camilla..

Camilla: che io quando entro nell'acqua, anche se è fredda, entro per un minuto, per esempio, ho un po' di brividi perché è fredda, dopo nell'acqua ci abitui stare in quella temperatura e dopo è normale stare per te nell'acqua

Ok, quindi a livello di temperatura. Tu dici magari senti che cambia la temperatura, ma poi ti abitui. Eh, Micol

Micol: allora io quando al mare mi sentivo leggera perché comunque anche a prendere fuori dall'acqua in cioè in spaletta Maila, non riuscivo tanto, invece in acqua riesco a prenderla e poi riesco a prenderla anche sul collo. E io riuscivo e mi sentivo leggera e anche tranquilla

Leggera. Anche le altre persone ci sembravano più leggere, perché se prendevi Maila vuol dire che la sentivi più leggera. Mia,

Mia: allora io sono andata al mare. Allora, sono nata, cioè di quello dell'Egitto
E come ti sentivi tu il tuo corpo? Come lo senti?

Io mi sentivo rilassata perché poi mi piaceva perché mi piace stare nell'acqua a nuotare, andare sotto fare magari le capriole. A Rimini ho portato anche il gonfiabile e stavo sopra lì ed era bello, rilassante perché c'erano le onde alte quindi andavamo apposta in acqua ed era bellissimo perché cioè andavo con gonfiabile e ti permetteva di stare tranquilla.

E dove stavi col gonfiabile rispetto all'acqua del mare?

Mia: Un po' in fondo, ma tanto c'era la mamma a riva avevamo preso una corda lunga che l'avevamo legato, se magari eravamo troppo lontano, cioè mi tirava

C'era rischio di andare in fondo?

Allora...

col gonfiabile c'era il rischio di andare a fondo?

Mia: No, perché galleggiavo

Galleggiavi. Adam

Adam: No, stavo dicendo Veronica che in verità si può anche affondare con i gonfiabili perché se uno pesa troppo può anche sprofondare col gonfiabile.

Mia: Vabbè, Adam è tre volte grande me quel quell'unicorno.

Adam: Beh, se è grande. Ok,

Se è grande. Ok. Beh, ci dovremmo ragionare su queste cose, eh. Teniamo in mente tutte le idee che vi stanno venendo, tutte le sensazioni e pensieri che vi vengono, poi li riprenderemo. Edo..

Edo: Allora, secondo me ehm è bellissimo andare in acqua perché mi sento leggero. Alcune volte quando vado... E secondo me sul gonfiabile si galleggia. Almeno che facciamo questo è il gonfiabile, tu stai qui, ti ribalti. Se devi stare al centro così.

Quindi Edo dice si galleggia, ma è importante stare al centro del gonfiabile.

Altrimenti si rischia di..

Mia: concordo. Mi è successo

ti è capitato. Quindi abbiamo anche l'esperienza che ci conferma. Adam, continua che ti avevo interrotto...

Adam: ma se tipo c'è un peso sul gonfiabile in mezzo, ma se c'è un peso in mezzo gonfiabile e io mi metto a destra, secondo te potrebbe riuscire a calcolarlo, anche se a sinistra non c'è?

Quindi tu dici..

Adam: c'è un peso in mezzo e poi vado io a destra. Secondo te cade o magari rimane un po' sbilanciato, però non cade? Dipende da quanto sei grande magari

Mia: dipende perché se c'era mia mamma sul gonfiabile e pesa più di me mia mamma. Vabbè e poi sono salita io e ci siamo ribaltate

quindi Adam dice se metto un peso in mezzo e io mi metto tutto a destra a lato, mi ribalto?

Adam: se io sono piccolino, se io peso come mia cioè rimane un po' sbilanciato. Ma può essere che rimane. E se invece sale mio papà o mia mamma è ovvio che cade perché loro sono più grandi, nel senso che sono grandi, quindi fanno più peso, quindi si ribalta

Quindi dobbiamo capire quindi anche lì quanto peso serve per rimanere a galla sul gonfiabile

Adam: adesso rispondo alla tua domanda, che io quando vado tipo in piscina, lo dico corto, quando vado tipo in piscina mi sento un po' più leggero. Però se invece ho paura di sprofondare, no,

Vai a fondo.

Adam: Sì.

Ah, ok.

Adam: Perché ho scoperto questa cosa da solo che se hai paura sprofondi e tipo in qualche modo non ritorni a galla perché sei tutto agitato, ti muovi e non ritorni su; invece se sei calma e vai sott'acqua, ti riporta su, quindi non devo avere paura. Sì. E comunque quando vado in piscina mi sento un po' libero, cioè libero, tipo un sacco che quando sono fuori dall'acqua sono pieno, invece quando guardo sott'acqua sono vuoto. Sono un sacco vuoto.

Un sacco vuoto. Ok, quella sensazione di..

Invece in piscina mi sento un po' più diverso.

Cioè al mare

Adam: Sì, quando vado in acqua, cioè non mi sento né pesante, ma neanche vuoto. Eh, è come se tipo un mezzo, sto tipo bene, non è né né troppo né troppo poco, capito?

Nè troppo né troppo poco.

Adam: È normale come è normale, cioè stare sott'acqua perché c'è il sale e tipo mia mamma dice che stai anche più sicuro, è davvero, però

E perché stai più sicuro col sale?

Adam: Eh, perché... nel senso che ti porta più facilmente a galla, diciamo.

Ti porta più facilmente a galla con il sale.

Mia: io non l'ho mai sentita questa cosa scusa.

Beh io sto ascoltando tutte le vostre idee, io le ascolto tutte, poi dovremmo verificare tutte queste cose. Jihad..

Jihad: Eh, allora io preferisco l'acqua, preferisco l'acqua che il sole, quindi anche quando vado in piscina, al lago, al mare, eh mi sento più leggera, nel senso che tutte le cose brutte cose che mi capitano io le tolgo. E praticamente io una volta quest'anno sono andata in piscina, mi alzo, le mie gambe non si facevano più a camminare perché credo che sono stata non so quanto. Le mie gambe non riescono più a camminare perché hanno preso cioè la sensazione di stare in acqua. Comunque quando c'è la pioggia mi sento più, cioè non mi piace prendere l'ombrello perché come oggi anche se ce l'avevo, perché non mi piace cioè è bello piace stare sotto l'acqua.

cioè è bello stare nel sole, cioè però preferisco più la pioggia.

Ti piace avere la il contatto con l'acqua. Oliver..

Oliver: invece io sono andato da mia amica, che ha la piscina. Vabbè, facevamo tuffi dal trampolino e una volta mi sono tuffati, sono andato talmente giù che ho guardato con gli occhialini e vedevo tutto, cioè vedevo come se fossi un pesce che può andare

E il tuo corpo quando si è tuffato poi è rimasto giù?

Oliver: No, risalivo.

Ah, sei risalito. Ricky.

Richy: Allora, io quando vado nell'acqua mi tolgo tutti i dolori. Cioè quando Ok, io vado tipo sono andato ieri, devo andare domani, faccio un giorno sì, un giorno no, un giorno sì, un giorno no. Sabato vado..

Eh, però raccontaci cosa senti, cosa sente il tuo corpo

Richy: quando io entro in acqua, quando io entro in acqua e faccio un tuffo, come aveva detto Camilla, eh prima sento freddo e poi mi abituo. E poi quando... io ho fatto anche delle gare dove la piscina sotto andava giù tantissimo e andava fino giù a 6, no, 3 m, sì, 3 metri e mezzo. E poi..e quindi mi sembrava di cadere, però, cioè, nuotare veloce mentre parti sotto io non ci pensavo, però mi veniva da andare sotto perché io quando vedo un po' sotto vado sempre sotto e quindi dovevo stare a galla. Quindi per me l'acqua, cioè, è una cosa bella, però secondo me l'acqua, la pioggia è l'acqua, però la pioggia non mi piace perché la pioggia...

Ok. Preferisci l'acqua della piscina? Pietro Inglesi...

Allora io nella piscina mi sento leggero e soltanto che mi sento ancora un po' pesante. Invece nell'acqua del mare proprio mi sento leggero. Se io faccio un salto fuori dall'acqua, cioè atterro subito, invece se lo faccio tipo in acqua atterro dopo un po'.

Ok. Tipo con tipo quando si salta le onde, c'è tipo una sensazione...tipo.. non so spiegarlo, come se non c'è la gravità.

Interessante, molto interessante. Dovremmo capire perché sentiamo queste sensazioni di leggerezza. Ire

Irene: eh io quando vado in acqua e o sono un po' stanca oppure sono un po' arrabbiata così quando entro in acqua... mi rilasso

Richy: perché sfoghi tutta la rabbia.

Ok. E il tuo corpo come si sente? Quindi la tua testa si rilassa. E il tuo corpo che sensazioni ha?

Irene: Si sente rilassato e leggero.

Filippo...

Filippo: Allora, io di solito quando vado in piscina allora ci sono i momenti che sono indietro, devo accelerare un po', però ad esempio della rana io sto al passo e sto calmo e tipo il mio corpo si sente avvolto da qualcosa di leggero, morbido. Io subito nel primo tuffo noi entriamo a candela e quindi

A candela vuol dire dritti così?

Richy: Sì, a candela vuol dire così, a testa vuol dire così. Semplice.

Filippo: Praticamente mi sento che non sono nell'acqua, mi sento come se sono ancora fuori. E poi un'altra cosa, proprio stranissima che a me non mi è mai successa questa cosa che non mi è venuta questa esperienza. Perché una volta ero a scalare alla fine di una scalata ci ci buttavano dentro al fiume. Ma il fiume il problema che era inverno, quindi il problema è che a zero.

Abbiamo pure ci siamo portati il termometro, abbiamo misurato zero l'acqua era zero

0° e noi eravamo obbligati a buttarci. Quindi lo scopo... c'era una piccola isoletta dall'altra parte, quindi lo scopo era buttarti di testa e iniziare come un matto a nuotare, stavi sotto stavi 5 secondi, ti si ghiacciava il corpo.

Matia: io quando entro in acqua mi sento leggero e rilassato

Leggero e rilassato. Giacomo

Giacomo: allora quando entro in acqua nel mare inizio avere freddo e esco subito, però poi quando entro ed esco, entro ed esco, dopo mi sento un po' mi sento bene

E il tuo corpo come si sente?

Il mio corpo quando la prima volta che entra, ti fa vibrare perché ha freddo.

Giacomo: Ecco, poi quando mi tuffo dal trampolino, dato che è la prima volta che mi sono tuffato da un trampolino in Puglia in piscina. Ho fatto i salti e ho provato anche dietro, ma quando sono entrato il mio corpo ha iniziato a piacere per l'acqua

E cosa succedeva quando ti tuffavi? Cosa cosa faceva il tuo corpo?

Il mio corpo quando eh facevo il tuffo bomba candela e andavo giù come una pera

E poi rimanevi giù?

No, poi mi davano una spinta e dopo tornavo su a fare un'altra giro.

Ok. Quindi ti tuffavi, il corpo andava giù e poi tornava su

Giacomo: Con la spenta dai piedi, con un po' di spinta che ho preso quando ho toccato. Poi nel lago di Garda c'ho fatto il bagno e mi tuffavo dal pontile. E l'amico di mio papà si è fatto male su una roccia.

Ok, aspetta che Fermo, senò divaghiamo. Eh, allora, qualcuno ha raccontato che il corpo lo sente leggero, che sente leggero il corpo anche di altre persone perché magari ha provato a prenderle in spaletta o a sollevarle in braccio, quindi ci accomuna un po' questa sensazione di leggerezza. Qualcuno ha raccontato cosa gli accade quando fa il tuffo e quindi nei vari racconti c'è questa cosa che ci si truffa, si va a fondo e poi si risale.

Ma il corpo dove sta quando è in acqua?

Richy: Sta su.

Sta su. E come fa a stare su?

Richy: Galleggia. C'è la forza perché non c'ha la forza di cioè non ce l'ha la forza di gravità, quindi può stare su.

La forza di gravità. E cos'è la forza di gravità?

Richy: Quella che ci tiene attaccati, senò questo banco lo volerebbe. Quindi nell'acqua non c'è la forza di gravità. Anche l'acqua è come lo spazio perché non c'è l'aria. Eh, non c'è la gravità e quindi è come lo spazio.

Pietro R: No, in realtà non è che nello spazio è perché non c'è la gravità non è che vola tutto nello spazio. Se non c'è la gravità è perché salti di più

Richy: no ma, ma anche ...

Vediamo altre idee. Quindi perché stiamo su nell'acqua? Come facciamo a stare su nell'acqua?

Mia: perché galleggi

Eh, ma perché, Gaia?

Gaia: Perché Magari ti tuffi, vai veloce, tu vai subito giù, però dopo ritorni su perché eh nel nostro corpo eh c'è c'è c'è qualcosa che ci fa stare a galla.

Ah, allora Gaia dice quando ti tuffi, ok, vai giù, ma poi ritorni su perché c'è qualcosa nel corpo che ci fa stare a galla.

Gaia: Perché quando io voglio andare a toccare il pavimento perché la giù per andare sotto. Cioè, se io vado sotto non riesco a andare io faccio così.

Devi sforzarti per andare sotto.

Io faccio così e vado più giù e riesco a stare giù facendo così

Facendo questo movimento che ti porta verso il basso. Vale,

Vale: Perché noi col gonfiabile... perché noi dentro abbiamo anche l'aria e quindi cioè proviamo stare a galla

Quindi stessa idea del gonfiabile.

Vale: Sì, però non non c'è così tanto, cioè non viene l'aria, cioè non c'è solo l'aria dentro di noi,

però comunque un po' ce l'abbiamo. Però anche se facciamo tuffo non stiamo subito a galla

Quindi va dice, se facciamo un tuffo non stiamo direttamente a galla. Se io lancio un salvagente?

Richy: sta a galla. È pieno d'aria

Belle idee, eh? Stanno uscendo delle belle idee. Giacomo

Giacomo: quando ero in cucina e poi mi ha fatto fare un allenamento dove l'aria..perché così galleggiavo con l'aria e se io continuavo ad agitarmi l'aria mi spariva così dopo andavo giù.

Sì, perché perché me l'ha fatto imparare papà e adesso quando hai detto questa cosa ho...

Ti è venuto in mente.

Giacomo: L'aria ti fa tenere a galla

Ok.. Jihad

Jihad: Allora, ci sentiamo leggeri. L'acqua un video, non so se è giusto, ha detto che l'acqua è più pesante quando noi siamo dentro e noi diventiamo più leggeri.

Come nel senso quando tu hai ingonfiabile tu fai un buco e si sgonfia, quindi va giù. Quindi quando noi entriamo in acqua l'acqua diventa più pesante di noi, quindi riesce a portarci più in su perché noi anche noi siamo più pesanti. Quindi se noi siamo più pesanti... perché il gonfiabile è gonfio. Perché nel senso non siamo grossi, siamo gonfi quando eh riusciamo a salire.

Ok...

Jihad: Cioè capito? Però non so come spiegarlo bene.

Beh, teniamo lì queste idee

Richy: Jihad pensa alle navi quanto sono grosse..

Vittoria: Quando gonfi un palloncino con l'elio e poi con l'elio volano. E poi quando lo scoppi, diciamo, non vola più

Ok. E con l'acqua questa cosa c'entra? Cosa ci dice questa cosa del palloncino?

Cosa come si collega la storia dell'acqua?

Vittoria non risponde

Prova a pensarci. Allora, Adam,

Adam: volevo solo dire una cosa velocissima che è sul fatto che se lanciamo un galleggiante (intende un gonfiabile) nel mare con un mattone sopra, però sprofonda

Quindi se noi prendiamo un galleggiante che da solo sta a galla e gli leghiamo un mattone, sprofonda.

Però se io metto qualcosa di abbastanza leggero, tipo questo astuccio che è sia un po' pesante sia un po' leggero, potrebbe affondare? Cioè se lo lancio sì, però se lo verso piano..

Richy: maestra. Posso dire una cosa a Adam?

Vale: se tu stai sopra il gonfiabile, quindi l'astuccio...

Adam: No, metto il gonfiabile sull'acqua. Metto sopra l'astuccio. Io no. Io no.

Se è in mezzo galleggia. Ma se io lo metto tipo al lato

Eh ma immaginiamo solo che lo metti al centro perché al lato

Pietro R: Eh, ma pesi di più te. Quindi..

Eh allora, Vale ti stava dicendo. Prova a ripetere quello che stavi dicendo. Vale,

Vale: tu pesi più dell'astuccio. Quindi tu ti metti sopra e non affonda. Quindi anche l'astuccio non affonda.

Vediamo altre idee sul perché siamo su nell'acqua. Filippo

Filippo: allora per me due spiegazioni. Allora, la prima una teoria sul mare, non sulla piscina.. quando ci sono i pesci fanno con le bolle, dopo se ti metti sopra si accumulano e diciamo che ti dà un attimo un po'di supporto per non affondare, però per la piscina non ci sono i pesci

eh..

Filippo: E quindi

Quindi questa teoria?

Filippo: Sì. E poi piscina ci sono alcune piscine che al posto del cloro, tipo io quest'anno non ho più messo il cloro, ma metto tipo il sale.

Eh quindi?

Filippo: e quindi mi fa galleggiare un po' di più.

Mh.

Filippo: Non so perché il sale ti fa galleggiare.

Ma se tu vai nella piscina normale, anche in quella, il tuo corpo sta su o sta giù?

Sta su.

Eh, perché? Non c'è il sale.

Filippo: Polmoni fanno da galleggiante.

I tuoi polmoni fanno da galleggiante.

Quando te respiri in quel polmone si gonfiano. Te vai sotto può essere che si comprimano, però rimangono sempre pieni d'aria e

Richy: troppi pieni d'aria

Filippo: fanno da galleggiante

Edo

Edo: Allora, visto che dentro il gonfiabile c'è dentro dell'aria, se noi prendiamo aria dell'ossigeno, tipo e poi andiamo sotto, rimaniamo sotto, ma se sempre lo stesso allo stesso livello dell'acqua, non sprofondiamo

Rimaniamo a un livello, quindi non si sprofonda per il principio del salvagente, del gonfiabile. Oliver

Invece io volevo dire che a volte quando uno si tuffa nel mare ma non prende respiro può andare sotto senza galleggiare. Se invece prende un bel respiro.

C'è dentro l'aria che quindi ti fa galleggiare e non riesci bene ad andare sotto

Allora, sono uscite tante idee, tante sensazioni, tante idee, tante teorie sul perché stiamo su o sul perché andiamo giù nell'acqua. Dovremo capire cosa funziona e cosa non funziona