

III. SPORT E GIOCHI INFRASCHETTA

a cura delle Classi della Scuola Secondaria

III.I

GLI IMPIANTI SPORTIVI

I sobborghi della Fraschetta sono una piccola realtà, ma offrono alcuni servizi molto efficienti per i giovani e soprattutto gli sportivi di ogni età.

La Palestra Sport Club, di Massimo Gentile e Giorgia Gentile, è uno di questi. I due proprietari e, a loro volta anche istruttori, sono padre e figlia, si occupano da sempre di gestire il benessere delle persone. Massimo ha studiato presso l'ISEF e si è dedicato sin da bambino alle arti marziali come disciplina di vita; è campione di karate in varie manifestazioni nazionali e internazionali. Egli è anche maestro shiatsu, arte e disciplina del corpo e dell'anima che si rifà alle discipline



affini diffuse in Giappone sin dal VI secolo: si tratta di una pratica manuale e manipolatoria che stimola nel ricevente, "uke", un processo di autoguarigione. Il trattamento consiste in pressioni e manipolazioni con i polpastrelli, ma anche

con molte altre parti (mani, ginocchia, spalle e piedi). A piano terra vi è la stanza per lo shiatsu con materasso, candele, olii e lettino, tutto in una calda atmosfera rilassante.

Giorgia è istruttrice di arti marziali per i bambini più piccoli, gestisce corsi di danza, hip hop e twerk, nuova disciplina che ha preso piede tra le giovanissime e non solo.

La palestra è attrezzata con una sala pesi dove si trovano varie macchine per lo sviluppo di massa muscolare; ci sono macchine per gambe, attrezzi per spalle e

dorso, cyclette e tapis roulant. Vi è una zona dedicata unicamente ai pesi e ai bilancieri, con vari attrezzi specifici.

Nella sala a fianco si effettuano corsi di fitness e aerobica.

Tutti i servizi comuni sono privi di barriere architettoniche e attrezzati per i disabili. Massimo ha dedicato molto del suo percorso sportivo ed educativo anche alla riabilitazione, occupandosi di persone anziane che hanno subito incidenti o infortuni domestici. Riabilita anche sportivi e persone affette da malattie che necessitano di una ginnastica che possa riportare il proprio fisico a un equilibrio. La palestra è frequentata anche da portatori di handicap che negli anni hanno saputo, grazie alle capacità umane e sportive di Massimo e Giorgia, integrarsi in alcune discipline sino a renderle quotidiane.

Negli anni Cinquanta un gruppo di persone, che condivideva la passione per il calcio, ha deciso di fondare una società e di creare quello che ancora oggi è il **Centro Sportivo di Lobbi**. I loro nomi sono ben visibili sulla targa in marmo

appesa alla parete del bar.

Il centro si trova proprio dietro la vecchia chiesa di Lobbi.

All'interno di questo impianto si possono trovare diversi servizi: due campi da tennis, uno al

chiuso con riscaldamento per l'attività invernale e uno all'aperto per l'attività estiva, un campo da calcio molto curato che la società Alessandria Calcio ha



scelto per allenare le sue giovanili, un campetto per il calcio a cinque, detto anche calcetto, sul retro della struttura principale.

Un ampio bar offre servizio di bar e tavola calda e alcune stanze per svariate attività ricreative, come il gioco delle carte o la visione della TV.

Viene organizzata proprio in questo centro la nota sagra dei salamini d'asino, che si tiene i primi di settembre.

In fondo alla zona verde antistante il bar troviamo anche un bel tavolo da ping pong per i soci della struttura.

Il Bellavita è un centro benessere che si trova a Spinetta Marengo.

Nato nel 2004, è un complesso formato da varie attività quali: cinema, hotel,



piscine esterne, piscine interne, piscine termali, palestre e centro estetico, pizzeria.

Aperto tutta la settimana, con orari differenti, esso ospita vari settori, come la piscina tropicale indoor con acqua tiepida, riscaldata a circa 32/33°C, cascate e giochi d'acqua. Essa presenta dei mosaici Bisazza, è unica in Italia per le sue caratteristiche

insenature in roccia, le sue palme, le sedute per l'idromassaggio, i getti acquatici e l'onda river.

Il parco tropicale è composto altresì da una piscina per l'idromassaggio con acqua salata, la grotta stellata e il fungo water magic.

Per i più piccoli è presente una piccola piscina tropicale, di profondità 80 cm, con scivolo e giochi d'acqua.

Il FlowRider è un simulatore di onda che permette di vivere l'esperienza di surfare sull'oceano. Stand up tradizionale o boogie boarding, qualsiasi sia il proprio stile, il FlowRider lo supporta ed è perfetto per affinare lo stile degli snowboarders. I 130 mq di onda artificiale sono perfetti per i professionisti ma

anche per i principianti. La vasca da 25m è perfetta per la libera balneazione, i corsi di nuoto e fitness.

Il Thermarium in grotta offre un percorso completo di relax: Tiepidarium, Calidarium, Frigidarium attraverso biosauna, sauna finlandese, bagno turco, grotta del sale, getti d'acqua e docce emozionali, cromoterapia, aromaterapia, vasca in&out e sala relax. L'accesso al Thermarium e alla piscina tropicale interna completa ogni trattamento olistico.

In questa struttura sono presenti la sala attrezzi, lo spinning e i corsi fitness. C'è anche una piscina al di fuori della struttura, con scivoli e altri divertimenti vari.

La vasca sportiva interna è divisa in 5 corsie da 25 m per la libera balneazione e per i corsi di nuoto. Al parco Bellavista ci si può sottoporre anche a trattamenti estetici o a percorsi rituali e docce abbronzanti.

Il Centro Sportivo Quartieruzzi nasce nel 1980 a Spinetta Marengo in una

zona poco al di fuori del paese, ora

però popolato da nuove costruzioni.

Esso è formato da campi da calcio

con prato sintetico e da uno con erba

vera, e da un campo per la pallavolo,

con annessi spogliatoi e servizio bar.

Purtroppo questo impianto è chiuso

da diverso tempo e alcuni vandali lo

hanno rovinato e derubato di alcuni

oggetti che servivano appunto per le

attività sportive.

La Spinettese ha scelto il

Quartieruzzi come quartier generale,

cioè luogo dove si allenano e giocano le partite; per questo hanno deciso di

mettere a nuovo tutta la struttura che, fino a ottobre 2021, era un posto

abbandonato e rovinato dall'usura, dalle condizioni meteorologiche e dagli atti

vandalici.

La Spinettese, società calcistica locale, si prenderà cura dell'impianto con un

piano per la sua riqualificazione che prevede il ripristino della recinzione, la



messa in sicurezza della tensostruttura, l'installazione di nuovi serramenti in PVC, la revisione dell'impianto elettrico, l'isolamento termico a cappotto dei locali.

L'impianto sportivo è inserito nel Progetto Marengo Hub da Periferia a Comunità: Innovare luoghi pubblici da includere e connettere cittadini e bisogni.

Lo staff della spinettese ha già iniziato i lavori da ottobre, su diverse aree del centro sportivo a partire dal campo a 11.

Per valorizzare il luogo e nel rispetto dell'ambiente, oltre 1500 seggiolini sono stati sostituiti allo Stadio Moccagatta di Alessandria, e sono stati ricollocati negli impianti della Fraschetta.

L'impianto sportivo di Castelceriolo, piccola frazione di Alessandria, è gestito da un'associazione sportiva dilettantistica nata un paio di anni fa da un gruppo di



volontari del paese. Questo campo sportivo - raccontano i più anziani - è sempre stato il fiore della provincia, un terreno sempre ben curato e sempre verde, dove si allenavano le squadre giovanili dell'Alessandria calcio e dove i ragazzi del paese iniziavano la loro passione del calcio per poi andare in società

più attrezzate.

L'A.S.D. di Castelceriolo esiste dagli anni Sessanta; simbolo di questo impianto è stato per anni il signor Sergio Porcelli, noto in tutta la provincia come conoscitore di calcio e di talenti e mancato pochi anni fa. Gli è stata riconosciuta una targa per tutto l'amore e il lavoro fatto per questo impianto.

Oggi dispone di un'area bimbi, un campo a 11 e uno a 7 da calcio, un campo da bocce e uno da volley. Questi ultimi due sono illuminati per far sì di trascorrere serate estive a giovani e meno giovani.

Vanta enormi dimensioni e come attrezzatura non ci si può lamentare, pensando che solo pochi mesi fa era solo un brutto ricordo per il paese per come era visivamente trasandato. Spero che per il futuro questo impianto possa sempre migliorare e che i più piccoli si possano divertire.

III.II

COME CI SI DIVERTIVA

Giocare è una delle attività più sane e immortali della cultura umana e si adatta ai tempi e al luogo in cui ci si trova. Passano gli anni, ma certi giochi sono decisamente entrati nella tradizione e sono stati tramandati di generazione in generazione. Erano passatempi semplici e salutari che venivano praticati da grandi e piccini, erano basati sulla destrezza, sulla fantasia, sulla creatività, sull'abilità, sulla manualità, sulla velocità, sulla coordinazione e sulla forza fisica, ma la cosa più importante è che nessuno veniva escluso. Questi giochi privilegiavano la socializzazione e lo stare insieme, favorivano l'integrazione fra grandi e piccoli creando o rafforzando un solido legame tra generazioni.



Mi chiamo Mario Stella e sono il nonno paterno di Leonardo Stella. Sono nato negli anni Cinquanta. Quando ero piccolo mi piaceva giocare sia in casa che all'aperto. Mi trovavo all'oratorio con altri ragazzini e facevamo piccole squadre da 4/6 ragazzini ciascuna. Usavamo delle maglie per fare le

porte e, con un pallone improvvisato, disputavamo delle partitelle. All'interno dell'oratorio giocavamo anche alle figurine. Il gioco consisteva nel lanciare le figurine contro il muro: si vinceva la figurina che rimaneva in piedi.

Mi chiamo Livio Negrisolo e sono il nonno materno di Leonardo Stella. Sono nato negli anni Sessanta. Quando ero piccolo mi piaceva giocare molto



all'aperto, in strada (se il tempo lo permetteva) da solo o con i miei amici. Un gioco che facevo spesso era nascondino: un bambino contava fino a 10 girato di spalle e appoggiato al muro, mentre gli altri dovevano nascondersi. Il bambino che contava, una volta arrivato a 10, doveva andare a cercare gli altri, facendo però



attenzione che nessuno arrivasse a toccare il muro, per evitare che dicesse “Libera tutti!”. Un altro gioco che mi piaceva fare era la cerbottana. Si usava la carta dei giornalini “Topolino”; si facevano delle strisce di carta che si arrotolavano a forma di cono e venivano messe dentro dei tubi di plastica, chiamati “cerbottane”. Si doveva soffiare dentro per sparare piccoli coni. Lo scopo del gioco era “spararsi” l’uno con l’altro e divertirsi tutti insieme.



Mi chiamo Ilena Negrisolò e sono la mamma di Leonardo Stella. Sono nata negli anni Ottanta. Quando ero piccola mi piaceva giocare soprattutto all’aperto. Giocavo al salto della corda: eravamo in 3, 4 o 5 bambini, due tenevano le estremità di una corda lunga 2 metri e la facevano girare, mentre gli altri saltavano ogni volta che la corda si avvicinava.

Un altro gioco era 1, 2, 3 stella: il primo bambino dava le spalle agli altri e con gli occhi chiusi gridava “1, 2, 3 stella”. Mentre il bambino pronunciava la frase, gli altri correvano verso il muro. Terminata la frase, il bambino si girava e, se vedeva qualche bambino in



movimento, poteva farli tornare indietro. Vinceva il gioco chi riusciva ad arrivare a toccare quello che contava.

I miei nonni sono nati nel 1950 e nel 1957; mi hanno raccontato che giocavano tanto per strada e si divertivano con poco, passavano ore e ore senza rendersi conto, come me,

che li ho ascoltati incantata. Mi hanno detto che giocavano con le biglie: facevano un cerchio sulla strada con il gesso e lanciavano la biglia cercando di

toccare una di quelle all'interno del cerchio piccolo; chi la colpiva vinceva la biglia. La regola del gioco era che il giocatore poteva continuare a tirare fino a quando con ogni colpo toccava una biglia.

Giocavano a ruba-bandiera, che consiste nel dividere i bambini in due squadre e il porta bandiera al centro. Quando il porta bandiera chiamava il numero corrispondente alle due squadre, i bambini dovevano correre e prendere la bandiera, chi la prendeva per primo e correva veloce senza farsi toccare dall'avversario vinceva.

Il lancio della pietra era un gioco molto povero: i sassi li trovavano in natura. Si prendeva un sasso che stava in piedi e indicava il birillo, lo si metteva allineato agli altri a una certa distanza da ognuno. L'avversario doveva colpire e far cadere il sasso con quelli piccoli, e in questo gioco si verificavano grandi litigate, perché c'era chi barava perché avvicinava di più il bersaglio.

Per il gioco della campana mia nonna raccontava e rideva: mi ha detto che si divertiva molto, giocava nella piazza vicino a casa sua, si ritrovavano tutti i pomeriggi e questo era un rito, segnavano il percorso con un gesso facendo dei rettangoli, il giocatore che iniziava doveva centrare all'interno del riquadro senza toccarne la linea e non doveva uscire fuori. A questo punto il bambino doveva saltellare con un solo piede di casella in casella e fare tutto il percorso senza entrare nel riquadro dove c'era il suo sassolino e completare il percorso.

Questi sono alcuni dei giochi che facevano, oltre a nascondino, a pallone, alle le trottole o pari e dispari.

Mamma e papà sono nati negli anni 1975 e 1978 e, quando erano ragazzini, giocavano anche loro a questi giochi; a papà piacevano molto nascondino, mosca cieca, tiro alla fune e un due tre stella. C'è poi un gioco in cui si divertiva molto la mamma: dovevano giocare almeno in tre, due tenevano l'elastico teso alle caviglie e il terzo doveva saltare formando delle figure e man mano l'elastico doveva salire sempre più in alto. Vinceva chi non commetteva errori, anche se a volte, proprio per le risate che si facevano, perdevano perché non erano concentrati.

Sono tanti i giochi che tra nonni, mamma e papà facevano ed è sempre bello sentirli raccontare. Ci spiegano che ci perdiamo tante cose quando giochiamo con il computer o guardiamo la tv e forse hanno proprio ragione.

Ho svolto un'intervista a 5 membri della mia famiglia. Alla domanda "Quali erano i giochi popolari che facevi da bambina/o?", a tutti si sono illuminati gli occhi e i ricordi incominciavano a "parlare".

MAMMA - "Appena finivo di fare i compiti, correvo in cortile a giocare con i miei amici. Ci divertivamo molto, anche se a volte si bisticciava, ma facevamo subito la pace".

PAPA' - "Amavo stare all'aria aperta, giocare con i miei amici e smontare e rimontare qualsiasi oggetto soprattutto il mio motorino".

NONNA SILVANA (MATERNA) - "Appena potevo andavo a giocare fuori con le amiche, correavamo per i campi, ci arrampicavamo ovunque..."

NONNA CRISTINA (PATERNA) - "Finito di svolgere le faccende domestiche e di aiutare il tuo bisnonno nei campi, andavo a giocare con le poche amiche che avevo; ero una bambina che non socializzava facilmente".

BISNONNA ELDA (PATERNA) - "Mi sembra di parlare della preistoria! Il tempo era poco per giocare perché aiutavo in casa nelle varie faccende ma appena riuscivo a sgattaiolare fuori, andavo a giocare".



Ecco alcuni giochi della nostra zona.

CIRIMELA (O LA LIPPA) - Per giocare serviva un manico di scopa. Veniva tagliato in 2 parti; la parte più corta veniva intagliata alle estremità per renderle appuntite e poi posata a terra. Quest'ultima veniva poi colpita usando la parte più lunga. In questo modo essa volava in aria, per essere poi colpita un'altra volta. Vinceva chi la mandava più lontano.

I 4 CANTONI - In genere si gioca all'aperto o in una stanza abbastanza grande e i giocatori devono essere cinque. Occorre tracciare a terra un quadrato abbastanza grande, che permetta al suo interno di correre da un angolo all'altro o da un lato all'altro. Un giocatore, scelto a sorteggio, si posiziona in mezzo al quadrato, mentre gli altri si posizionano nei quattro angoli ("cantoni"). Idealmente, il "cantone" è uno spazio che protegge e rende sicuri, ma acquisisce tale valore solo nel momento in cui può essere lasciato per conquistare un altro "cantone", misurandosi con sé

stessi e con gli altri giocatori. Lo scopo del gioco è scambiarsi di posto occupando l'angolo libero senza farsi rubare il posto dal giocatore che sta al centro. Chi rimane senza angolo, sarà lui a posizionarsi al centro e a dover conquistare il suo "cantone", mentre gli altri giocatori si scambiano di posto. Come si vince: in questo gioco non c'è un vero e proprio vincitore, è un gioco in cui i bambini si misurano tra di loro, gareggiano per velocità, abilità nello scambiarsi segnali prima di muoversi.



L' O R O L O G I O D I
M I L A N O F A T I C T A C - Si
traccia una linea ad una
distanza di almeno 20
metri dal muro, dietro la
quale si allineeranno i
b a m b i n i . C h i f a
"l'orologio" si metterà
contro il muro con la
schiena rivolta ai
compagni e, il più

velocemente possibile, reciterà la frase: L'OROLOGIO DI MILANO FATI C TAC, al termine della quale si girerà verso i compagni, constatando la loro immobilità. I bambini dovranno cercare di arrivare a toccare il muro, mentre chi "sta sotto" è ancora alle prese con la recitazione della tiritera; ma se uno o più di loro verrà sorpreso in movimento dovrà retrocedere al punto di partenza. Il bambino che prima toccherà il muro nella mano successiva farà lui "l'orologio".

STREGA COMANDA COLORE - Possono partecipare da 4 giocatori in su, senza limiti di età. Le uniche capacità richieste sono quella di distinguere i colori e quella di correre. Non sono necessari strumenti di alcun tipo, serve solo uno spazio ampio dove muoversi e divertirsi. Le regole del gioco sono semplici. Risulta essere necessario trovare un luogo grande, sicuro e, possibilmente, con una vasta gamma di colori, i quali saranno poi utili per lo svolgimento del gioco. Per prima cosa viene fatto un sorteggio per decidere chi dovrà ricoprire il ruolo di strega. Il partecipante prescelto si collocherà di fronte a tutti gli altri partecipanti, i quali si posizioneranno in ordine sparso sul campo da gioco. Il gioco può avere inizio. La strega dirà la famosa frase Strega comanda colore:

tutti i componenti del gioco dovranno rispondere chiedendo Che colore La strega pronuncerà il colore prescelto, supponiamo il verde Tutti i giocatori dovranno trovare un qualsiasi oggetto di colore verde per trarsi in salvo. La strega dovrà inseguire i partecipanti prima che raggiungano l'oggetto di colore verde, che può essere qualsiasi cosa, anche il vestito di un altro giocatore. Se la strega riesce a toccare un giocatore prima che si tragga in salvo, questo diventerà la strega. Se invece tutti i partecipanti riescono a salvarsi la strega rimane la stessa e il tutto viene ripetuto. Il gioco finisce quando non si ha più voglia di giocare.

LE BELLE STATUINE - Le regole sono poche e semplici: un partecipante dovrà ricoprire il ruolo di venditore, tutti gli altri di statue. Il venditore è in cerca della migliore statua da acquistare, ovvero quella che, a qualsiasi tentativo di sollecitazione, rimanga impassibile. Ecco perché, ad un dato momento, il venditore poggia con le braccia e la testa verso il muro, dopo avere pronunciato la frase "Le belle statue d'oro e d'argento del Quattrocento, eccole qua! Son d'oro e d'argento, e valgono tanto, e un due tre la più bella sei tu" si volterà e dovrà scovare chi, tra tutti, non sia completamente immobile. In tale fase le statue verranno messe alla prova: si cercherà di farle muovere o ridere, ma solo quella capace di rimanere ferma verrà scelta e diventerà di diritto il nuovo venditore. Chi, invece, cederà alle "provocazioni" dovrà uscire dal gioco.

RUBA FAZZOLETTO - Le regole sono un po' complicate ma comprensibili, infatti, si traccia una linea dritta al centro del campo da gioco, e altre due linee (parallele alla linea centrale) per delimitare la "casa" delle due squadre. I giocatori delle due squadre si predispongono allineati lungo la linea della propria casa. Un numero viene assegnato a ogni giocatore (il primo giocatore sarà il numero 1, il giocatore di fianco a lui il numero 2 e così via). Il portabandiera sta in piedi, e tiene con la mano la bandiera a un estremo della linea centrale. La bandiera può essere un fazzoletto o qualcosa di simile. Il gioco si avvia con il porta-bandiera che chiama un numero qualsiasi. A questo punto i giocatori delle due squadre con lo stesso numero corrono verso il porta-bandiera per rubare la bandiera ma senza essere toccati dall'avversario. Fa punto chi porta a "casa" la bandiera (senza essere toccato) o toccando l'altro giocatore prima che la riporti nella sua squadra. Una volta assegnato il punto, si ricomincia daccapo e la

bandiera torna al porta-bandiera, che potrà chiamare un altro numero. La squadra che vince è quella che ha accumulato più punti.

PALLA AVVELENATA - Si inizia la partita dopo che, con una conta, si è deciso chi sarà il primo battitore. Tutti allora stanno attorno al battitore, e quando questo lancia la palla contro il muro e chiama uno dei partecipanti a caso, ad esempio chiamo Luca, allora tutti si mettono a correre allontanandosi il più possibile, mentre Luca cerca di raggiungere la palla. Appena la raggiunge, Luca grida: Fermi tutti; costringendo gli altri a diventare statue. A quel punto, Luca può compiere tre passi verso un giocatore immobile e tentare di colpirlo (in altre versioni del gioco, i passi sono vietati). Se la statua viene colpita, viene eliminata, ma se questa riesce a respingere la palla con le mani la palla può essere presa da un giocatore - statua più lesto degli altri. Questo diventa il nuovo battitore e può continuare il gioco in questo modo. Se invece la statua presa di mira riesce a bloccare al volo la palla, è il battitore ad essere eliminato, e si riprende da chi ha afferrato la palla. Vince chi rimane ultimo. In altre zone esiste un altro tipo Palla avvelenata. I giocatori, dopo aver deciso chi sarà il battitore (chiamato anche stregone) si dispongono con le spalle ad una determinata porzione di muro dalla quale non si può uscire. Il battitore, dopo essersi posizionato ad una determinata distanza, lancia la palla verso i partecipanti, cercando di colpirli. Ogni qualvolta che il battitore colpisce un partecipante, questo diventerà Ferito- Moribondo- Morto, dopodiché esce dal gioco. Colui che non muore vince e può diventare stregone nella partita successiva. In alcune zone, se un partecipante vuole ripassare la palla al battitore che ha mancato il bersaglio, deve urlare la parola Veleno (o Antidoto), in modo da essere immune appunto alla palla avvelenata; dallo stregone.

MOSCA CIECA - La mosca cieca è un tradizionale gioco da bambini diffuso in molti paesi del mondo. Lo si gioca all'aperto o in una stanza abbastanza grande vuota. Un giocatore scelto a sorte viene bendato (e diventa quindi la mosca cieca), e deve riuscire a toccare gli altri, che possono muoversi liberamente all'intorno. Nella variante più comune, se la mosca tocca un giocatore, quest'ultimo prende il suo posto. Alcune varianti prevedono che la mosca debba riconoscere il giocatore catturato (senza togliersi la benda) affinché la cattura abbia effetto. In un'altra variante è previsto che si giochi in una casa piena di ostacoli di vario

genere (sedie, divani, poltrone), la mosca quindi deve muoversi tra gli ostacoli nella ricerca del giocatore da catturare.

CE L'HAI - Ce l'hai è un gioco tradizionale. È noto con moltissimi altri nomi, inclusi acchiappino, acchiapparella, darsela, toc toc, lupi e via dicendo. Si gioca all'aperto; uno dei giocatori viene prescelto per stare sotto. Il giocatore che sta sotto ha lo scopo di riuscire a toccare uno degli altri giocatori; se ci riesce, il giocatore che è stato toccato prenderà il suo posto osservando la regola che chi è stato toccato non potrà ritoccare sul momento chi l'ha appena toccato.

IL GIOCO DELLE SEDIE - Bisogna procurarsi un dispositivo per riprodurre la musica e posizionare le sedie in cerchio, rivolte verso l'esterno. Si inizia il gioco facendo in modo che il numero di sedie corrisponda al numero totale di bambini, meno uno. Avviare la musica e chiedete ai bambini di girare intorno alle sedie, sempre nello stesso senso. Quando si mette in pausa la musica, i bambini dovranno trovare rapidamente una sedia su cui sedersi. Chi non trova la propria sedia è eliminato e un'altra sedia viene tolta dal gioco. Il gioco si conclude quando resta in gara solo un bambino.

PAROLE SULLA SCHIENA - Consiste che uno deve scrivere sulla schiena dell'altro una parola a caso. La persona su cui veniva scritta la parola doveva cercare di indovinare le lettere che scriveva l'altro per formare la parola.

GIOCO DEI TAPPI (RUT) - I bambini, con il palmo delle mani, formano con la terra una pista e dopo aver ognuno posizionato il suo tappo cercano di mandarlo il più lontano possibile pizzicandolo con le dita. Vince chi arriva per primo al traguardo. La posta in gioco sono tutti gli altri tappi rimasti indietro.

MAZZA E ZIP - Innanzitutto bisognava creare una porta con delle pietre e poi creare delle fasce di punteggio che poi, man mano che si allontanavano dalla porta, diminuiva. Da qui aveva inizio il gioco. Attraverso la conta si stabiliva chi iniziava a tirare il più lontano possibile dalla porta lo zippetto colpito con la pala. C'erano tre tiri a disposizione. A questo punto l'altro giocatore prendeva lo zippetto e cercava di lanciarlo il più possibile vicino alla porta per acquisire il maggior punteggio stabilito all'inizio dalle fasce.

UNO E LA LUNA - Uno si piegava su se stesso e gli altri dovevano saltarli su senza toccarlo e passare dall'altra parte, se lo toccavano perdevano e dovevano prendere il posto del bambino che stava piegato.

ASINO - I partecipanti si mettono in cerchio e si lanciano una palla. Ogni giocatore deve prendere al volo il pallone gridando una lettera in modo da formare la parola A-S-I-N-O. Chi lascia cadere il pallone una volta sarà A, la seconda volta S, la terza I...ecc...Quando l'avrà fatta cadere 5 volte ed avrà composto la parola asino, il giocatore sarà eliminato.

IL LUPO MANGIA FRUTTA - Un giocatore farà il lupo, mentre gli altri sceglieranno un frutto senza dirlo a nessuno. Il lupo dirà: «Toc-Toc» e gli altri: «Chi è?» e il lupo: «sono il lupo mangia frutta» e il gruppo: «Che frutto vuoi?». A quel punto il lupo grida un frutto, chi aveva scelto quel frutto inizia a correre fino a raggiungere un posto scelto prima di iniziare il gioco, cercando di non farsi prendere dal lupo. Chi viene preso diventa il lupo.

III.III

GLORIE SPORTIVE DELLA FRASCHETTA

(Ieri e oggi)



Mario Armano è nato ad Alessandria nel 1946 ed è un bobbista italiano. Il bob è una specie di slitta speciale usata nell'omonimo sport invernale: consiste fondamentalmente in un telaio su due coppie di pattini, di cui la posteriore fissa e l'anteriore mobile. Può essere a due o a quattro posti, con un capo equipaggio che guida la slitta con un volante, e un frenatore in coda che frena la slitta con un arpione. Armano è alto 180 cm e pesa 85 kg, ed è specializzato nel bob a due e nel bob a quattro. Ha vinto una medaglia d'oro alle Olimpiadi di Grenoble del 1968. Ha inoltre vinto ai campionati mondiali svariate medaglie.



Antonio De Santis è un atleta di Bettale, una frazione/quartiere di Spinetta Marengo. Nato nel 1972, ha gareggiato nella gara a quattro alle Olimpiadi Invernali del 2006, che si sono svolte a Torino, classificandosi undicesimo. Tesserato nella ASD Sci Club Sauze D'oulx, ha esordito nella Nazionale di bob nel 2003 con il ruolo di "pilota". Nella stagione 2005/2006 la Nazionale bob Italiana



ha raggiunto buoni risultati in Coppa del Mondo, gareggiando sui più prestigiosi campi, come Altenberg (Germania), St. Moritz (Svizzera), Lake Placid (USA), Calgary (Canada).

Prima del risultato olimpico, Antonio è stato campione di atletica leggera nella Nazionale Italiana e allenatore di Roberto La Barbera. E'

gestore del circolo Barberis (piscina di Alessandria) e nel 2021 ha iniziato a far parte dei Centurions di Alessandria (squadra di football americano).



Maddalena Grassano è nata nel 1949 ed è di Mandrogne, frazione di Alessandria. Nel 1971 ha preso parte agli Europei di Helsinki, arrivando 5^a nella staffetta 4x100. Nello stesso anno ha vinto la medaglia d'oro nella staffetta 4x100 m ai Giochi del Mediterraneo di Smirne. È stata campionessa italiana nei 200 m piani nel 1971, con il tempo di 24"7, e nella staffetta 4x200 m nel 1975, con la FIAT Torino.

A 23 anni ha partecipato ai Giochi Olimpici di Monaco di Baviera 1972, nella staffetta 4x100 m, arrivando 5^a in semifinale con il tempo di 44"62.

Roberto La Barbera, detto il "Barbaro", è stato per qualche tempo un ballerino



professionista ma, in giovane età, ha dovuto lasciare il ballo per un incidente in moto, a causa del quale gli hanno dovuto amputare un arto. All'età di circa trent'anni ha però iniziato una nuova avventura in un'altra disciplina sportiva, l'atletica leggera. Roberto La Barbera è nato il 25 febbraio 1967 ad Alessandria da una famiglia di Mandrogne: il padre era un bravo ballerino e quindi, sulle sue orme, in giovanissima età ha cominciato a ballare con la sorella; la coppia ha vinto molti titoli, italiani e internazionali. Nel 1985 la sua vita è però cambiata, perché ha subito un brutto

incidente: si trovava fermo ad uno stop quando una macchina, a grande velocità, lo ha investito. Dopo una lunga degenza in ospedale e un periodo in terapia intensiva, al suo risveglio ha visto i suoi genitori, che definisce "i vecchietti", che erano distrutti per il dolore.

Per un periodo si è ritirato da qualsiasi sport, ha terminato gli studi, cercando di ricominciare a vivere nella maniera più normale possibile, ha trovato un lavoro, si è fatto una famiglia e poi, come dice lui stesso, per dare sfogo al non poter più fare quello che facevo prima, mi sono buttato a capofitto nella palestra, con tantissimi allenamenti, perché lo sport è sempre stata una costante nella sua vita.

All'età di circa trent'anni, dopo avere seguito in televisione le Paralimpiadi, ha preso una decisione coraggiosa, iniziare a praticare l'atletica leggera. Il primo ostacolo è stata la sua età, poiché tutti gli dicevano che era molto bravo ma anche troppo "vecchio" per cominciare quel percorso. A Roberto, però, non importavano queste parole e così ha cominciato ad allenarsi e a gareggiare,



prima nelle gare a livello nazionale, fino ad arrivare alle Paralimpia di con la sua specialità, il salto in lungo. Roberto La Barbera fa oggi parte delle Fiamme Azzurre.

Il Barbaro ha quindi gareggiato con la maglia degli Azzurri ed è per la Fraschetta un grande onore. È uno degli atleti più rappresentativi della

Nazionale Italiana ed è campione tricolore in diverse specialità della categoria T44 (ossia il criterio che è previsto per l'amputazione di una sola gamba al di sotto del ginocchio con capacità di deambulazione parzialmente ridotta), essendosi cimentato, da subito con risultati eccellenti a livello nazionale ed internazionale, nello sprint, nei concorsi e nel pentathlon.



Roberto La Barbera ha ottenuto la medaglia paralimpica nel salto in lungo alle Olimpiadi di Atene del 2004, tre medaglie d'argento e cinque di bronzo in altri Mondiali, quattro medaglie d'oro, quattro medaglie d'argento e due di bronzo ai campionati Europei. Roberto

ama dire che non si sente disabile, perché può fare tutto come prima; spiega che, per esempio, quando noi andiamo a letto ci togliamo le scarpe, mentre lui si toglie una scarpa e una gamba.

Nel 2013 egli ha voluto raccontare la sua coraggiosa storia attraverso un libro ispirato alla sua vita e scritto da Rolando Reposi, "Storia di un ragazzo in gamba". La cosa che lo rende ancora più orgoglioso è il fatto di essere stato il



primo a vincere un titolo mondiale per normodotati: egli ha infatti vinto un oro ai Mondiali Master 50 di salto in lungo di Malaga (Spagna) nel 2018; ciò ha dimostrato che è stato davvero deciso nell'inseguire il proprio sogno e che la sua menomazione non lo ha fermato. In quella occasione ha detto in una intervista: Il nostro è un esempio positivo per tutti ma non per forza un ragazzo disabile per rivalersi nella vita deve fare atletica o ambire a vincere un titolo mondiale. La mia vittoria è la dimostrazione che, malgrado un incidente più o meno serio, si può

tornare come prima o addirittura meglio di prima [...] In ognuno, nella disabilità, scatta un meccanismo di rivalsa.

Oggi Roberto La Barbera ha 54 anni, è diventato nonno e continua ad allenarsi. Non ha potuto partecipare alle Olimpiadi di Tokyo del 2021 a causa di un problema al tendine, ma non si è perso d'animo: proverà a rimettersi in forma per i Mondiali del 2022 e per la sua quinta Paralimpiade, a Parigi, nel 2024.



Giovanni Riccardi (1911 – 1980), conosciuto da tutti come Giuanèn, era il figlio di Alfredo e Maddalena Brezzi, sorella del famoso centravanti della Nazionale degli anni Venti, Guglielmo Brezzi.

In famiglia avevano nel DNA le doti per emergere nello sport del pallone. Suo fratello Guglielmo, prima di ritirarsi per la sua malattia, diede sfoggio della sua bravura. Era una promessa del calcio locale e dell'Alessandria: giocatore estroso dotato di mezzi fisici e di destrezza non comuni. Era capace di dribblare i giocatori di mezza squadra avversaria, imbastendo con i compagni fantasiose giocate. Una leggenda racconta di quando lui, dopo aver dribblato tutti i difensori, dribblò anche il portiere, ma invece di tirare in porta si fermò, prese il pallone in mano e lo porse al portiere dicendogli: “uàrda ch’l’è chì”.

Molto più fortunata fu invece la carriera di Giovanni Riccardi, abile centrocampista che esordì nell'Alessandria nel 1930, derby contro il Casale. Nella prima squadra dei grigi giocò 103 partite totalizzando 28 reti e il 5 aprile del 1936 giocò in Nazionale B battendo la Svizzera 2 a 0. Nello stesso anno Giovanni fu ceduto per una cifra ritenuta per quei tempi colossale (400 000 lire) alla Lazio, dove disputò tre campionati, con 63 presenze e 6 goal. Nel 1939 al Liguria allenata dal grande Adolfo Baloncieri, dopo in un solo campionato, collezionò 18 presenze e 2 reti; l'anno successivo passò al Savona nel campionato di serie B del 1940 – 41, anno in cui la squadra grazie a lui sfiorò la promozione in serie A. Disputò ancora un campionato, quello del 1941 – 42, con i colori del Verona, prima di chiudere la carriera anche a causa della guerra. Chi l'ha visto giocare ricorda che era un uomo di poche parole ma di sicuro rendimento con il suo modo di giostrare a centrocampo, sempre con tecnica calcistica raffinata, frutto della scuola alessandrina.



Guglielmo Brezzi (1898 – 1926), era figlio di Lorenzo e di Clotilde Moncalvo. Parlare di G. Brezzi vuol dire parlare degli albori del calcio professionistico, quello dei palloni con la cucitura da una parte, per introdurre la camera d'aria, con i nodi che facevano male se colpiti di testa e per questo motivo i giocatori si fasciavano la fronte con una benda di tela spessa. Nel 1920 – 21 l'Alessandria acquistò Brezzi, centroavanti del Genoa e della Nazionale italiana, costituendo il formidabile trio d'attacco Baloncieri – Brezzi –

Papa. In tre campionati indossò 59 volte la maglia da titolare, Nella Nazionale fece parte a tre incontri (Francia, Olanda e Svizzera) mettendo a segno 5 reti, di cui 3 nella partita contro la Francia. Nell'ultimo anno di permanenza nei Grigi, cambiò di ruolo giocando con successo da mediano di manovra. Purtroppo quello del 1923 fu l'ultimo suo campionato nella nazionale italiana perché morì a causa di una polmonite non curata, procuratasi probabilmente uscendo dallo spogliatoio senza asciugarsi. Così il destino si portò via un campione che quando entrava in area di rigore incuteva paura agli avversari anche con l'aiuto della sua voce. Coloro che lo hanno conosciuto e che

a distanza di anni hanno visto giocare il famoso centravanti del Milan, Nordhal, hanno detto che si assomigliavano nel gioco.



Adolfo Baloncieri (1897 – 1986) figlio di Modesto Baloncieri e Riccardi Giuseppina, pertanto cugino di Riccardi Giovanni.

Con Baloncieri il calcio alessandrino raggiunse il vertice assoluto. Gianni Brera lo considerava il più forte di tutti i tempi. Mezzala offensiva dotato di uno spiccato senso del goal, sapeva muoversi con rapidità facendo circolare la palla con passaggi precisi. Crebbe nelle giovanili dell'Alessandria sotto lo sguardo del grande allenatore

Smith, ma i primi calci al pallone li diede in Argentina. Per il suo modo di giocare moderno e per la sua tecnica venne subito soprannominato l'“Americano”. A partire dal 1919 nell'Alessandria, in prima squadra, disputò 123 partite segnando 72 goal; nel 1925 fu ceduto al Torino dove in 192 partite fece 97 goal vincendo due scudetti di campione d' Italia. Tuttavia diede il meglio di sé in Nazionale, dove dal 1920 al 1930 collezionò 47 presenze con 25 reti, portando per una trentina di volte la fascia da capitano.

Nelle Olimpiadi di Amsterdam, 1928, l'Italia vinse la medaglia di bronzo: in 5 gare Baloncieri segnò 6 reti.

Fu un mito per tutti gli sportivi. Terminata la carriera di giocatore seguì il settore giovanile del Torino, che in suo onore prese il nome di “Balon-Boys”. Successivamente allenò un buon numero di squadre fra cui Milan, Novara, Napoli, Sampdoria, Roma e Palermo. Divenuto allenatore, Baloncieri si era posto il problema «di ridare alle ali la funzione offensiva; tatticamente conservare la bellezza stilistica spettacolare del gioco ed impedire che questo precipiti o degeneri in un balbettante linguaggio di dissolvimento tecnico».

Il gioco del Liguria 1938-1939, da lui allenato, osservato durante la partita del 1° gennaio 1939 contro il Torino, fu così descritto da Vittorio Pozzo: «Tutto penetrazione, tutto spirito pratico questo giuoco, che ha per base il tenere la palla il meno possibile e lo sfruttare l'opera delle ali il più possibile».

Nel 2006 il comune di Alessandria si ricordò di lui intestandogli in Castelceriolo la piazza delle scuole “Adolfo Baloncieri”.



Gino Armano nacque nel 1927 a Litta Parodi, dove morì nel 2003. Egli fu un calciatore e allenatore di calcio italiano, di ruolo attaccante; iniziò la sua carriera nell'Alessandria, dove cominciò a guadagnare prestigio, sempre più prestigio, intorno agli anni Quaranta.

Nel 1948 venne acquistato dall'Inter e divenne in pochissimo tempo uno dei più grandi attaccanti di questa squadra, formando un reparto offensivo di un livello veramente molto alto insieme a Benito Lorenzi,

Lennard Skoglund e István Nyers: con la maglia nerazzurra collezionò 73 reti in Campionato e 255 presenze. Nel suo soggiorno nel Milan, invece, Armano passò alla storia sia per la sua abilità di saper difendere efficacemente, ma anche per essere in grado di attaccare splendidamente. Pur non avendo avuto la possibilità di giocare in Coppa Italia e nelle coppe europee, si aggiudicò due Scudetti consecutivi nelle stagioni del 1952-1953 e del 1953-1954. Nell'estate del 1956, invece, fu ingaggiato dal Torino, squadra in cui rimase per tre stagioni; si ritirò dal calcio nel 1961, giocando le due ultime stagioni a Tortona, nel Derthona. In seguito ricoprì la carica di direttore tecnico e di allenatore dell'Alessandria. Benché avesse vantato più di 400 partite ed oltre 100 goal in Serie A, non ebbe mai l'occasione di vestire la maglia della Nazionale Italiana.