

In questo articolo vediamo quali sono i giochi utili a stimolare lo sviluppo del bambino in casa e quali prediligere per formare la mente del bambino.

La maggior parte del tempo dei bambini, spesso viene trascorso in casa, soprattutto quando non hanno ancora l'età idonea per praticare sport (3 - 4 anni). Se a questo si aggiunge la mancanza di spazi attrezzati per bambini in molte città, in pratica possiamo dire che, dopo la scuola, per un intero pomeriggio i bimbi stanno in casa.

Per riempire il loro tempo, visto che in casa c'è tanto da fare, i genitori si avvalgono dell'aiuto di Tv, videogiochi, smartphone, tablet. Bene... in quest'articolo non intendo fare la solita "demonizzazione" di tali strumenti ma piuttosto vorrei semplicemente indurre il lettore a ridurre l'utilizzo di tali strumenti a non più di un'ora al giorno dando spazio a ben altro. Riflettere sul fatto che in casa ci sono tantissime attività in cui possiamo cimentare i nostri cuccioli andando ad agire positivamente stimolando il loro sviluppo e l'intelletto.

Purtroppo spesso il tempo gioca a nostro sfavore: dovendo stare per lavoro fuori casa, quando rientriamo le faccende domestiche da sbrigare sono tante...ed allora proviamo a coinvolgere, laddove è possibile, i nostri piccoli. La cosa meravigliosa è che non c'è bisogno di chissà quale materiale straordinario per far divertire ed allo stesso tempo maturare i nostri bambini.

Anzi, spesso è proprio nelle cose più semplici nelle quali, appena un ventennio fa in epoca pre-tablet, i nostri genitori sapevano coinvolgerci, che si possono fare grandi cose dal punto di vista psicomotorio.

Stimoliamo la coordinazione delle mani e la presa a pinza

- Giochi col bucato... se siamo impegnati con il bucato, ad esempio, possiamo piegare insieme, dividere gli indumenti e quindi separare quelli della mamma da quelli del papà, raggruppare i propri indumenti. Certo, impiegheremo molto più tempo per riordinare, ma permetteremo al nostro bambino di lavorare sulla coordinazione delle mani, delle dita, oltre che di lavorare sul concetto di "insiemi".

- Giochi con le mollette... sotto vigile sguardo, facciamoli giocare con le mollette! Possiamo dargli pezzi di stoffa su cui poterle applicare, o ancora costruire qualcosa con le mollette. Con questo tipo di attività favoriamo la presa a pinza, estremamente utile per l'impugnatura di penne e matite essenziale prerequisito per apprendere il processo di scrittura e gli permettiamo poi di mettere in moto la fantasia e la rappresentazione mentale (*Attenzione! nel fare questo gioco è necessario non perdere mai di vista il bambino per la possibilità che si stacchi il pezzo metallico della molletta col rischio di ingestione o inalazione*)

Favoriamo l'autonomia del bambino e l'aggiustamento allo spazio

- Giochi a tavola... altro momento molto interessante dove poterli coinvolgere è a tavola! Pensiamo alla preparazione: mettere posate, tovaglioli, bicchieri, per i bambini è divertente e gratificante perché possono aiutare mamma e papà. Ecco, un'attività del genere ci permette di lavorare sicuramente sull'autonomia ma anche su un aspetto molto utile dal punto di vista psicomotorio che è l'aggiustamento allo spazio: collocare gli oggetti sullo spazio tavola, dando loro una direzionalità. L'aggiustamento allo spazio è uno dei prerequisiti fondamentali su cui lavorare per facilitare i futuri apprendimenti scolastici come ad esempio lettura e scrittura.

Favoriamo le esperienze sensoriali

- Giochi con acqua e sapone... altra cosa divertente, soprattutto se siamo nella calda stagione, potrebbe essere giocare con l'acqua! Bacinella piena d'acqua, bicchieri per fare travasi e saponetta. Un'attività del genere oltre ad essere divertente per il bambino è anche tanto utile perché permettiamo al bambino di lavorare su coordinazione delle dita e delle mani giocando con i bicchieri, facendo travasi con acqua e utilizzando una saponetta in modo da garantire al bambino anche di percepirne la consistenza e sentirlo scivolare tra le mani e le dita. (*Attenzione! nel fare questo gioco è necessario non perdere mai di vista il bambino per il rischio che morda e ingerisca oppure inali pezzi di saponetta!*).

Favoriamo la coordinazione occhio-mano

- Giochi con panna montata... un bel telo di plastica con sopra panna montata per poter immergere le mani, per provare a scrivere e disegnare con le dita. In questo modo aiutiamo i bambini a lavorare sulla dissociazione delle mani e delle dita, sulla coordinazione oculo-manuale, sulla dissociazione dei movimenti e magari possiamo aiutarli a sentire qual è l'arto dominante e quindi capire se sono mancini o destrorsi.

Favoriamo spirito d'iniziativa e creatività

- **Gioco libero!** Da non sottovalutare l'importanza di creare momenti in cui possono giocare da soli. Strutturiamo uno spazio in cui possono muoversi in totale autonomia, liberamente, dove oggetti sicuri siano alla loro portata. I bambini non hanno sempre bisogno di un adulto che strutturi la loro attività, ma devono poter giocare con la loro fantasia e imparare a creare un gioco anche da soli. Un'idea potrebbe essere quella di mettere in un scatolone oggetti di diverso tipo, magari anche oggetti di uso quotidiano, oggetti che nemmeno conoscono e lasciarli liberi di scoprire. Lasciamoli fare, lasciamoli provare e sperimentare, in questo modo gli garantiamo un sereno percorso di crescita.

Scritto da: Dott.ssa Annalisa Rende - Psicomotricista Funzionale



CERCHI UN **PEDIATRA A CASA?**



SCARICA L'APP



Download on the
App Store



DISPONIBILE SU
Google Play