



Dipartimento di Salute Mentale
UOC TSMREE
Distretto 1 "La Scarpetta"
Piazza Castellani n° 23
tel: 06.77306002

In questa fase complessa, di emergenza e disagio per tutti, l'Equipe per i Disturbi dello Spettro Autistico del TSMREE-1° Distretto della ASL Roma 1, ha pensato di dare un contributo con alcuni consigli, suggerimenti e proposte di attività, sperando di continuare ad essere di supporto e aiuto alle famiglie dei nostri bambini.



In questo primo documento abbiamo pensato di rivolgerci alla fascia di bambini più piccoli (fino ai sei-sette anni). Tutte le famiglie potranno utilizzare questo materiale come riferimento, fermo restando che il contatto diretto con gli psicologi e i terapisti della Linea Autismo che conoscono i vostri bambini, permetterà di personalizzare le attività e le strategie di gestione della vostra quotidianità, e soprattutto di monitorare, ed eventualmente modificare attraverso il vostro feed-back, le proposte, adattandole ulteriormente.

Sappiamo che non sarà sempre facile gestire il grande cambiamento che ci troviamo a vivere, ma conosciamo anche le importanti risorse che come famiglie riuscite a mettere in campo, e ci auguriamo, in questo modo, di potervi dare una mano.

Un caro saluto

*Susanna Barca, Angela Castellano, Ambra Consolino, Adele De Nardo, Maria Fattorini, Margherita Ferraro
Valentina Grassi, Federica Rossi, Bruna Scalese, Elisa Tabacchiera*

*tsmree1@aslroma1.it
angela.castellano@aslroma1.it
bruna.scalese@aslroma1.it*

GUIDA OPERATIVA PER GENITORI DI BAMBINI IN ETÀ PRESCOLARE



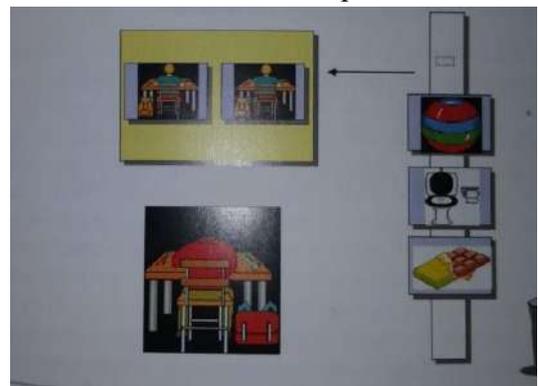
In questo momento in cui sono sospese le attività scolastiche, riabilitative e/o assistenziali è importante continuare a **mantenere le routine**, permettendo così al nostro bambino di orientarsi meglio a livello temporale, avendo una maggiore comprensione degli eventi. Molti comportamenti problematici possono essere la conseguenza di una non comprensione della sequenza degli eventi, di cambiamenti rispetto a quanto previsto dal bambino, di modifiche anche minime nella sua routine, tali da destabilizzarlo a livello emotivo-comportamentale. Per tale

ragione avere una programmazione della giornata e comunicarla al nostro bambino in un modo per lui significativo, può costituire una strategia preventiva di eccellenza. A tal riguardo dunque possiamo utilizzare un'**agenda visiva**: individuiamo cioè i vari momenti della giornata mostrandoli al bambino. L'agenda può essere costruita in tantissimi modi, non esiste un modo perfetto per tutti, in quanto va individualizzata rispetto alle caratteristiche della persona cui è destinata. Dobbiamo tuttavia decidere tre parametri dello schema: Forma, Durata e Uso. Rispetto alla Forma dobbiamo decidere quale formato del segnalatore sia più comprensibile e saliente per la persona, se l'oggetto, la fotografia, l'immagine stilizzata o la scritta. In questo momento in cui può risultare difficile stampare delle foto o delle immagini vanno comunque bene degli oggetti per chiarire al bambino cosa dovrà fare. Tali oggetti/immagini possono essere collocati su una base, libreria o scaffale, e collocati dall'alto al basso o da sinistra a destra, in un punto accessibile e di transizione per il bambino, ad esempio il corridoio. Per comunicare al bambino cosa lo aspetta lo si guiderà verso lo schema, gli si mostrerà l'oggetto da prendere e lo si dirigerà verso l'ambiente in cui svolgere l'attività (cucina se deve andare a mangiare). Quanti momenti visualizzare? Parliamo della durata dello schema. In realtà non c'è una risposta che vale per tutti i bambini, dipende dal funzionamento di ciascuno. Per bambini che non hanno ancora la comprensione di una sequenza a due step sarà indicato un momento alla volta: ad esempio gli si mostrerà un cucchiaio per comunicargli che è il tempo di mangiare. Per i bambini che comprendono una sequenza minima a due step (prima, dopo) si possono mostrare due oggetti per volta: ad esempio prima il cucchiaio e poi lo spazzolino. Lo schema può essere giornaliero (indicando i principali momenti della



giornata) o settimanale (illustrando quindi la programmazione di tutta la settimana). In questo momento in cui tante routine sono saltate l'utilizzo dello schema può permettere al bambino di sapere quando potrà svolgere ciò che più desidera e gli si offrirà una scansione della giornata/settimana, oltre che previsione e continuità rispetto alle routine solitamente sperimentate. Rispetto all'Uso bisogna decidere come utilizzare gli oggetti o le immagini collocati sullo schema. L'oggetto può essere preso dallo schema e poi utilizzato: ad esempio il cucchiaino posto sullo schema sarà lo stesso che poi il bambino utilizzerà per mangiare. L'oggetto può essere anche appaiato nell'ambiente: ad esempio il cucchiaino sarà collocato in una scatola dove c'è un cucchiaino uguale (*check in*). L'oggetto può essere preso e collocato in una scatola posta in fondo allo schema. Anche per l'immagine vale la stessa indicazione: si può decidere di prendere l'immagine e appaiarla nel contesto, o di prendere l'immagine e collocarla in una tasca posta in fondo allo schema. Lo schema visivo è un'ottima strategia in quanto fornisce al bambino delle informazioni, lo aiuta rispetto all'orientamento temporale, lo prepara a ciò che accadrà o a ciò che non accadrà, riduce l'ansia soprattutto con le novità e imprevisti, aiuta a comprendere che qualcosa è finito, supporta la comunicazione e la conversazione, fornisce la struttura per facilitare la partecipazione, favorisce l'autonomia, aumenta la motivazione, compensa le difficoltà di linguaggio ricettivo e riduce i problemi causati dai deficit di memoria e attenzione.

Per suggerimenti sulla realizzazione dell'agenda contattare i clinici di riferimento o prendere spunto dai seguenti esempi:



<https://www.youtube.com/watch?v=SPWdmMkxMRE>

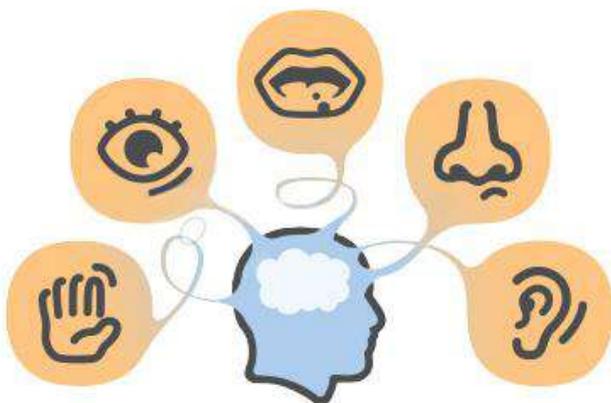
Agenda giornaliera



Agenda settimanale



USCITE, DISPOSITIVI E PROBLEMI SENSORIALI



Molti dei nostri bambini possono avere delle abitudini consolidate rispetto alle uscite e in questo momento possono far fatica a rispettare le attuali disposizioni. Cerchiamo di offrire delle **alternative all'uscita** per strada: fare delle camminate sul balcone, sul terrazzo, in giardino. Laddove l'uscita rappresenti un bisogno essenziale per il nostro bambino allora dovremo prepararlo ai cambiamenti che purtroppo troverà

all'esterno. Se per noi è destabilizzante vedere le strade deserte, pensiamo a quanto questo possa risultare difficile per i nostri bambini. Troveranno negozi, bar, edicole, parchi chiusi e quindi tante delle routine che avevano precedentemente per forza di cosa non saranno fattibili. Pertanto dobbiamo scegliere cosa sia meglio per loro, a seconda del funzionamento che ciascuno ha: se offrire la nuova alternativa dentro casa (balcone, terrazza, corridoio) o se uscire per strada. L'uscita inoltre prevede che si debba indossare la mascherina e per i nostri bambini questo può risultare sensorialmente fastidioso. Come possiamo fare? Innanzitutto la mascherina va indossata già dentro **casa**, così da abituare il nostro bambino gradualmente a tale routine. Possiamo utilizzare un *timer* (sonoro o visivo) per stabilire quanto tempo va indossata e gradualmente aumentare i tempi. In tal modo abituiamo il nostro bambino alla nuova routine, esponendolo gradualmente all'esperienza nuova. Inoltre avere gli elastici della mascherina dietro le orecchie o i lacci attorno alla testa può risultare eccessivamente fastidioso, pertanto dobbiamo pensare delle alternative. Possiamo insegnare al nostro bambino a tenere la mascherina attorno al collo (non indossata sul viso) e a sollevarla quando vede delle persone. Si possono organizzare dei percorsi dentro casa così da far capire a quale distanza interpersonale la mascherina debba essere sollevata e posizionata sul viso. Se anche in questo modo il bambino non tollera l'esperienza allora possiamo eliminare i lacci e insegnare a tenere in mano la mascherina e poggiarla sul viso nel momento di bisogno. Anche in questo caso organizzare delle passeggiate dentro casa può rappresentare un'occasione di apprendimento.

RITMO SONNO-VEGLIA

E' importante garantire rispetto al sonno una costanza sia negli orari di addormentamento e risveglio



che nel numero di ore di sonno. I bambini hanno bisogno di mantenere abitudini stabili nei cicli sonno/veglia e irregolarità in questi cicli potrebbero influire negativamente a livello comportamentale (stanchezza, eccessiva irritabilità e disregolazione emotiva). Si suggerisce quindi di monitorare il tempo e la qualità del sonno, favorendo una certa **igiene del sonno**: ad esempio dedicando un ambiente specifico al sonno e privandolo di troppi stimoli. È preferibile mantenere gli stessi

orari (ad esempio sveglia tutti i giorni alle 8.00 e addormentamento alle 21.00), così come continuare a utilizzare aiuti contestuali per chiarire questi momenti (pigiamino per dormire e vestiti puliti durante la giornata). Ricordiamo di non proporre attività attivanti prima di andare a dormire (solletico, tablet, corsa) bensì attività routinarie rilassanti, le così dette *pre-bed routine* (sequenze di eventi che si verificano ogni sera in modo routinario, come ad esempio: lettura di storie, coccole, ninna nanna, massaggi) potenziando così il *link* associativo: prima routine, dopo sonno. Tali routine, se effettuate con coerenza, favoriscono la diminuzione dell'attivazione, una maggiore rilassatezza e propensione al sonno ed anche una maggiore prevedibilità della sequenza degli eventi.

ALIMENTAZIONE



Anche per l'alimentazione vale la stessa regola. In questo particolare momento siamo tutti portati a modificare le nostre abitudini quotidiane con cambiamenti correlati negli orari dei principali pasti. È importante continuare a **distinguere i vari pasti della giornata** (colazione, merenda, pranzo, merenda, cena), regolando sia le dosi di cibo ingerite, sia gli orari.

Ricordiamo che, forse in questo momento più che mai, le routine dall'esterno ci aiutano a regolare il "nostro interno", dandoci delle regole a cui ci ancoriamo per non essere sovrastati dall'ansia. Ricordiamo che la sera è preferibile mangiare e bere almeno un'ora prima di andare a letto, per non avere problemi nel sonno e nel controllo sfinterico.

AUTONOMIE PERSONALI

Avendo più tempo libero a disposizione possiamo approfittarne per lavorare su quelle abilità che vedono nell'ambito domestico il contesto privilegiato di intervento. Mantenerci attivi nel pensare come sfruttare al meglio il tempo a disposizione con il nostro bambino potrà tranquillizzarci e restituirci efficacia e competenza personale, oltre che contribuire allo sviluppo di quelle abilità che solitamente non abbiamo il tempo di sollecitare. Le abilità di autonomia sono costituite da una sequenza di passi comportamentali ciascuno correlato all'altro. Come fare per promuoverle? Partiamo dalla tecnica della **Task Analysis** o **Analisi del Compito**: "un insieme di metodi che consente di scomporre in sotto-obiettivi più semplici e accessibili un compito-obiettivo inizialmente troppo complesso per essere proposto nella sua totalità" (Ianes, 2006).

Fare la doccia

- Prepararsi
- Aprire l'acqua calda
- Lavarsi sotto la doccia
- Lavarsi i capelli
- Asciugarsi
- Vestirsi
- OTTIMO!

Fare il bagno

- Prepararsi
- Riempire di acqua la vasca
- Lavarsi nella vasca
- Lavarsi i capelli
- Asciugarsi
- Vestirsi
- OTTIMO!

Lavarsi i denti

- Prepararsi
- Mettere il dentifricio
- Spazzolare
- Risciacquarsi
- Asciugarsi
- Avere un bel sorriso
- OTTIMO!

Ogni compito complesso dunque viene scomposto nei suoi principali step e si aiuta la persona a eseguire tutta la sequenza, utilizzando varie strategie di aiuto: concatenamento anterogrado (si insegna il primo step e si offre guida fisica per completare la sequenza; quando il bambino avrà acquisito maggiore competenza nello svolgimento del primo step gli si insegnerà il secondo, e così via) o retrogrado (l'adulto aiuta fisicamente il bambino nello svolgimento della sequenza e gli insegna

l'ultimo step; quando quest'ultimo step verrà padroneggiato allora l'adulto procederà con l'insegnamento del penultimo step, e così via). La scelta della tecnica di aiuto viene effettuata in base a come funziona il bambino: solitamente nelle autonomie personali il concatenamento retrogrado risulta maggiormente rinforzante per il bambino, perché si impegna nello svolgimento dello step che è immediatamente seguito dal completamento della sequenza e dal rinforzo (ad esempio dopo che l'adulto gli ha messo la maglia e i pantaloni il bambino è più motivato a indossare le scarpe, così dopo andrà a giocare). Non ci sono sequenze che vanno bene per tutti, ma bisogna individualizzarle rispetto alle caratteristiche cognitive e ai bisogni della persona a cui la sequenza è destinata. Ricordiamoci che specie nelle autonomie di base offrire anche il suggerimento verbale (cosa che ognuno di noi può fare in modo naturale e inconsapevole) può costituire un limite in quanto può creare dipendenza dalla persona (che quindi non impara a fare da sola bensì a dipendere dall'aiuto verbale fornito). Laddove sia presente una difficoltà rispetto alla programmazione, pianificazione e mantenimento dell'attenzione da parte del bambino allora lo schema dovrebbe essere il più chiaro e sintetico possibile, in quanto aiuta la persona a prevedere i tempi, e ad aver un maggiore controllo sugli eventi, riducendo l'ansia e la probabilità di comportamenti problema.

Quando invece la persona incontra delle difficoltà di attuazione di ogni singolo step si dovrebbe scendere maggiormente nello specifico per capire quale operazione è compromessa e noi operatori dovremmo darci una procedura, uguale per tutti, per insegnare la competenza. Ad es.: "spazzolare i denti" potrebbe non essere sufficiente, anzi dovremmo specificare:

- portare lo spazzolino all'interno della guancia sinistra
- spazzolare i denti dall'alto al basso per 4 volte
- spostare lo spazzolino all'altezza degli incisivi superiori
- spazzolare i denti dall'alto al basso per 4 volte
- spostare lo spazzolino all'interno della guancia destra
- spazzolare i denti dall'alto al basso per 4 volte.

In questo caso tutti questi passaggi non vanno detti al bambino ma sono per noi operatore, affinché tutte le volte che aiutiamo la persona ad eseguire la sequenza (con guida fisica), possiamo offrire la stessa modalità di aiuto.

1. METTI IL DENTIFRICO
SULLO SPAZZOLINO



2. APRI IL RUBINETTO



3. BAGNA LO SPAZZOLINO
E CHIUDI IL RUBINETTO



4. SFREGA BENE I DENTI
CON LO SPAZZOLINO



5. APRI IL RUBINETTO E
SCIACQUA LA BOCCA E LO
SPAZZOLINO



6. CHIUDI IL RUBINETTO



Si può insegnare al bambino ad apparecchiare la tavola, i **supporti visivi** ci possono aiutare



permettendo al bambino di capire meglio cosa fare e come fare, ad esempio sagomare una tovaglietta può aiutare il bambino a capire quali posate prendere e dove collocarle. Anche strutturare meglio lo spazio e **l'etichettamento degli ambienti** può permettere al nostro bambino di avere una maggiore chiarezza rispetto a cosa fare: ad esempio collocare delle etichette nei vari cassetti può orientare meglio il comportamento del bambino che quindi saprà dove si trovano le posate, i bicchieri e i tovaglioli, e quindi saprà meglio dove prenderli e dove ricollocarli. Così come porre delle etichette sulle scatole dei giochi favorirà il riordino dei suoi materiali.



Nel momento in cui alcune operazioni sono completamente da acquisire allora la costruzione di scatole in cui si isola l'obiettivo su cui si vuole lavorare può essere una buona strategia di intervento: il bambino quindi si eserciterà su un obiettivo soltanto, sganciato da tutti gli elementi contestuali che

potrebbero risultare interferenti rispetto all'apprendimento. Ad esempio chiudere la cerniera della giacca una volta indossata può risultare un obiettivo troppo difficile per il nostro bambino che dovrà



eeguire tale operazione dal basso verso l'alto, su un capo di vestiario con tessiture spesso sensorialmente aversive. Pertanto isolare l'obiettivo permettendo al bambino di potersi esercitare in assenza di interferenze può permettergli di imparare con più facilità e immediatezza. Una volta appreso l'obiettivo, si procederà con la sua generalizzazione. Possiamo farci aiutare anche rispetto alla preparazione di alcuni cibi, potremmo partire da pietanze semplici e gradite al bambino, così da favorire una maggiore motivazione e collaborazione. Certamente potremo aver bisogno di illustrazioni dei vari step, ma ricordiamolo..anche se in questo momento non ci è possibile stampare non è un problema!



La visualizzazione è mediata anche dagli oggetti! Basta chiarire ogni step nel modo più comprensibile per il nostro bambino!

Di seguito alcune abilità di autonomia su cui potersi dedicare in questo momento:

Cura di sé

- Lavarsi le mani
- Lavare la faccia e i denti
- Vestirsi
- Mettersi/togliersi/appendere la giacca
- Tirare su la cerniera
- Abbottonarsi
- Fare il bagno/la doccia

Abilità domestiche

- Smistare posate
- Pulire giocattoli
- Mettere a posto i giocattoli
- Annaffiare le piante
- Preparare la merenda
- Apparecchiare la tavola
- Lavare i piatti/caricare la lavastoviglie
- Smistare e mettere via la spesa
- Smistare i panni sporchi per colore
- Stendere i panni
- Piegare i panni
- Mettere a posto i vestiti
- Passare la scopa

ATTIVITA' DI GIOCO

In questo periodo, si possono continuare a svolgere **attività insieme** ai nostri bambini, proponendo una sequenza variegata rispetto ai contenuti proposti: ad esempio: attività con i numeri, attività con le lettere, gioco con la palla, attività manuali, colorare, percorsi, merenda, sonnellino, televisione, lettura di storie. In questo l'agenda ci può aiutare sia per permettere al bambino di comprendere meglio la durata della giornata sia per spronarlo a svolgere attività che possono risultare poco motivanti per lui. In tal caso **l'alternanza tra lavori meno motivanti e lavori più motivanti può migliorare la collaborazione e la motivazione da parte del nostro bambino.**



Di seguito vi proponiamo una serie di attività che possono essere svolte in questo periodo

Buon Divertimento!

AREA COGNITIVA

ATTIVITA'

DESCRIZIONE

MATERIALI

LABIRINTI



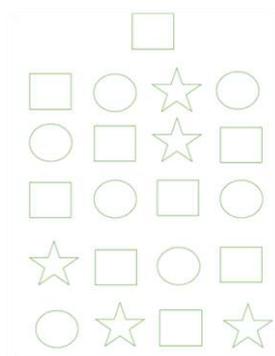
Realizzare labirinti in cui sono chiaramente visualizzati la partenza e la fine, il b.no deve trovare la via di uscita.

Aiutare il bambino ad arrivare alla fine, aiutandolo con **guida fisica**, o utilizzando **solo il dito** o un **oggetto**

(pennarello/pennello/matita colorata/colori a cera).

- Fogli Bianchi

TROVA



Individuare un target tra una serie di distrattori

Disegnare su un foglio una serie di simboli/numeri/ lettere e chiedere al bambino di barrarne soltanto uno. Gradualmente si possono aumentare sia i target da cercare che il numero dei distrattori, così come la loro collocazione spaziale (prima ordinati e successivamente disposti casualmente).

- Fogli Bianchi

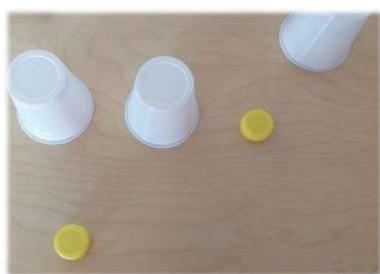


ATTIVITA'

DESCRIZIONE

MATERIALI

MEMORY



Chiedere al bambino di trovare le coppie di oggetti uguali

In assenza di carte da memory, si possono utilizzare degli oggetti presenti in casa per poter migliorare l'abilità di memoria visiva.

ASSOCIAZIONI



Utilizzare oggetti comuni semanticamente collegati (dentifricio e spazzolino, forchetta e cucchiaio, matita e gomma, macchina e ruota, aereo e nuvola, mucca e cane); disporre un oggetto della coppia identificata in un contenitore e aiutare il bambino a collocare l'oggetto associato nel contenitore corrispondente. Gradualmente si può modificare la complessità dell'attività, aumentando il numero degli oggetti da collegare, o disegnando i vari oggetti.

Oggetti comuni:

- Dentifricio e spazzolino,
- Forchetta e cucchiaio,
- Matita e gomma,
- Macchina e ruota,
- Aereo e nuvola,
- Mucca e cane.

ATTIVITA'

DESCRIZIONE

MATERIALI

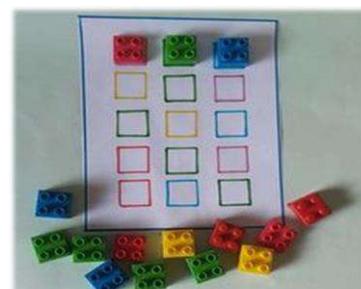
SMISTAMENTO



Chiedere al bambino di smistare i materiali scelti in contenitori diversi



Materiali presenti nel contesto domestico (posate, mollette, bottoni, pennarelli/matite, tappi colorati)



AREA GROSSO-MOTORIA

ATTIVITA'

DESCRIZIONE

MATERIALI

PERCORSI



Per l'ideazione ed esecuzione del percorso, i bimbi più piccoli avranno bisogno dell'aiuto di mamma e papà.

I bambini più grandi, dopo aver stabilito i materiali disponibili e lo spazio di gioco, possono disegnare una mappa, poi costruirla ed infine eseguirla. Il tutto si può rendere più

complesso e divertente trasportando vari oggetti (es. palla in mano, pallina in equilibrio sopra un imbuto/ cilindro/ cucchiaino, un pentolino pieno d'acqua)

Se i bimbi in casa sono in due o più, potranno effettuare il percorso uno per volta, rispettando l'attesa ed il turno o effettuare il percorso insieme, cercando di cooperare (es. porre un palloncino in equilibrio su un cartoncino o tenendolo a contatto con una parte del corpo la palla...)

Scegliete l'ambiente della casa che maggiormente vi permetterà di ricavare più spazio: spostando qualche mobile potrete trasformare gli oggetti a vostra disposizione in ostacoli di varia difficoltà.

Potete utilizzare tutto ciò che avete a disposizione: tavolo, sedie, cuscini, corde (foulard, cinta accappatoio etc.), filo di lana, palloncini, bottiglie d'acqua, cilindri di cartone, cestino, nastro adesivo, scatole, scotch.....chi più ne ha più ne metta!

Esempi di attività da inserire all'interno del percorso:

- Passare sotto le sedie strisciando come vermetti;
- Camminare sopra i cuscini come se fossero un ponte traballante;
- Scavalcare strisce di scotch posizionate a diverse altezze,

- Passare sopra o sotto le corde senza toccarle; attraversare una ragnatela di fili
- Saltare strisce di scotch a terra;
- Gattinare dentro un labirinto con le scatole;
- Fare gli equilibristi camminando tacco

- punta sopra il nastro adesivo;
- Fare canestro all'interno del cestino;
- Spostare oggetti da una parte all'altra del percorso;
- Rotololare su un tappeto

ATTIVITA'

DESCRIZIONE

MATERIALI

GIOCO DELL'ALLIGATORE



Spargere sul pavimento “isole” o “barche” e far saltare il bambino da un oggetto all'altro con lo scopo di non cadere in acqua rischiando di essere mangiato dal cocodrillo affamato

Per fare le isole o le barche, utilizzare cuscini, libri, peluche, tappi delle scatole di scarpe ecc..

BALLO DEL CUSCINO

(gatto dorme-gatto sveglio)



Posizionare cuscini a terra, mettere musica ritmata e iniziare a ballare; quando la musica viene fermata, i giocatori devono tornare seduti sui cuscini.

La base a cui tornare nel momento in cui cessa la musica, può essere rappresentata da cuscini o costruita a terra con del nastro adesivo.

Suggerimento: se giocate a gatto dorme gatto sveglio, invitate il bambino a flettersi e/o a rannicchiarsi quando il gatto dorme e a estendersi e a stiracchiarsi quando è sveglio. Fatelo insieme a lui, è un'attività che aiuta a regolare il tono muscolare.

Una variante del gioco senza musica può essere il gioco del “Gatto dorme-Gatto è sveglio!”

GIOCO DEL PALLONCINO



Vola palloncino: gonfiare un palloncino colorato, i giocatori dovranno colpire il palloncino lanciandolo in aria senza farlo cadere al suolo.

- Palloncino

Raggiungi palloncino: appendere un palloncino con la corda in un punto in alto della porta e cercare di toccare il palloncino con la mano.

Soffia il palloncino: Gonfiate un palloncino e senza annodarlo lanciatelo in aria lasciandolo volare e atterrare in un punto della stanza, lasciate che il bambino lo cerchi o cercatelo insieme.

Suggerimento: Portiamo la nostra e l'attenzione del bambino ad integrare lo sguardo, con l'oggetto, con il gesto della mano.

BOWLING



Disponete le bottiglie a formare una piramide (per fare la base ne occorrono almeno 6), segnate a terra con un pezzo di scotch o di stoffa il punto da non oltrepassare al momento del lancio.

Sarà divertente creare un cartellone con i nomi dei giocatori e lasciare segnare al vostro bambino i punti utilizzando, dei timbri o degli adesivi

Ricreare una pista da bowling in casa è semplicissimo, occorreranno bottiglie di plastica e una pallina!

AREA MOTORIO-PRASSICA

ATTIVITA'

DESCRIZIONE

MATERIALI

GIOCO DELLA TORRE E DELLA COLLANA



Preparate una base di appoggio di pongo su cui infilare tre bacchette nelle quali i bimbi infileranno le loro perle.

I bastoncini utilizzati possono essere gli stecchini da spiedini, le bacchette da supporto per palloncini ecc..



Per i bimbi più grandi, si potrà richiedere di smistare le perle nei bastoncini per colore o per forma.

Il materiale da infilare può essere di varia natura e grandezza: rotoli di carta igienica tagliati a metà per i più piccoli, vari formati di pasta corta (che potrete precedentemente colorare), perle, cereali (Cheerios) ecc...

Acquisito lo schema dell'inserimento in verticale, si potrà proporre ai bimbi di realizzare una collana con lo stesso o altro materiale.

INCASTRI



Con del cartone di recupero, si può creare la base di supporto per la tavoletta dell'incastro, su cui rappresentare le sagome degli oggetti che vorremo inserire.

Gli incastri da inserire possono essere dei sassi, delle formine del pongo ecc...

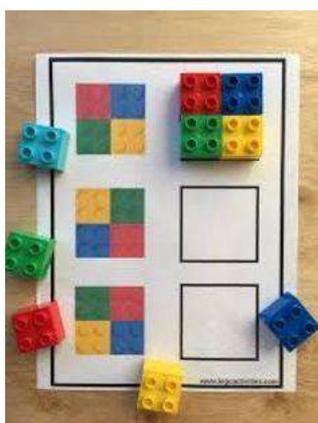


ATTIVITA'

DESCRIZIONE

MATERIALI

GIOCO DEL BRUCO



Seguire un modello visivo per ricostruire un'immagine

Possiamo usare vecchi bottoni e tappi di bottiglia

Su delle strisce di carta, realizzare i modelli che i bambini dovranno riproporre.

Nel caso del gioco del bruco, disegniamo un piccolo bruco (3 cerchi di diverso colore, il primo dotato di occhi e bocca); chiediamo ai bambini di riprodurre quello stesso bruco con dei tappi di diversi colori.

Sempre partendo da modello, si possono usare mattoncini lego duplo richiedendo di costruire una torre degli stessi colori del disegno ecc...

TRAVASI



Travasare il riso da una ciotola grande in contenitori più piccoli.

Il materiale che può essere utilizzato può essere riso, sabbia, sale ecc...

Per i bimbi più grandi, si potrà realizzare del sale/riso colorato e posto in ciotoline differenti, si può chiedere di smistarlo per colore in contenitori più piccoli.

Gli strumenti che proponiamo per lo smistamento sono cucchiaini di diversa grandezza, misurini, imbuto ecc..

ATTIVITA'

DESCRIZIONE

MATERIALI

PONPON



Spostare ponpon colorati da un grande contenitore a uno più piccolo.

Si può chiedere di effettuare lo smistamento per colore, posizionando dei cartoncini colorati alla base del contenitore in cui il ponpon verrà posizionato; i bimbi più piccoli utilizzeranno l'opposizione del pollice all'indice, ma per i più grandi possiamo introdurre l'uso delle mollette o delle pinze per effettuare lo spostamento.

In alternativa ai ponpon se non li avete in casa potreste tagliare pezzi di spugne

PASTA DI SALE



Dopo un'iniziale fase di manipolazione, possiamo usare le formine, creare una piccola torta, una pizza, dei piccoli oggetti.

Il manufatto ottenuto potrà essere lasciato asciugare in forno a bassa temperatura o all'aria aperta. Completata l'essiccazione, si può procedere con la pittura servendosi delle tempere.

Per creare la pasta di sale occorrono:

- 1 tazza di farina
- 1 tazza di acqua
- 1 tazza di sale grosso

Aggiustare l'impasto aggiungendo gli ingredienti in base alla consistenza che si preferisce ottenere.

COLORIAGE



Realizzate delle sagome da colorare, richiediamo ai bimbi di colorare all'interno di esse.

Per facilitare la coloritura, si possono inspessire i contorni creando dei bordi con del pongo

ATTIVITA'

DESCRIZIONE

MATERIALI

FRUTTINI CHE PASSIONE!



Con la pasta di sale realizziamo questi piccoli frutti già divisi in due parti e una volta essiccati si potranno dipingere.

A tempera asciutta, si potrà applicare il velcro adesivo ai due estremi del fruttino tagliato e sarà così pronto per essere attaccato e tagliato tutte le volte che i bimbi vorranno.

- Pasta di Sale

LA MANICURE



Realizzare due sagome di mano di cartone\cartoncino, con anche rappresentate le unghie.

Ricorrendo agli smalti colorati, si può chiedere ai bimbi di colorare le unghie delle nostre mani!

Suggerimento: Possiamo completare l'attività provando ad aggiungere anche un massaggio alle mani del bambino, se è disponibile e utilizzando una crema, se gradisce.

SPUGNATURE



Ritagliate di diverse forme le spugne di uso domestico, i bimbi potranno intingerle nella tempera e dare vita a divertenti timbri.

Per favorire la sperimentazione del piacere grafico, si possono proporre differenti strumenti quali la pittura con i cottonfioc, con dei piccoli palloncini gonfiati e inzuppati nella tempera ecc..

AREA FINE-MOTORIA

ATTIVITA'

DESCRIZIONE

MATERIALI

PESCA IN VASCA



Per realizzare questo gioco basterà procurarsi una scatola di plastica nella quale verseremo dell'acqua fino a riempirne poco meno della metà. Anche riempire la vasca puo' diventare un gioco: procuriamoci vari contenitori (bicchieri, bottiglie, tazze) e invitiamo il nostro bambino a rovesciarli nel recipiente. Ora tocca a mamma, e adesso tocca a te: proviamo a fare a turno!

- Scatola di plastica
- Bicchieri
- Bottiglie
- Tazze
- Utensili da cucina

Adesso che la vasca è piena cominciamo a riempirla di giochi e oggetti di varie dimensioni e consistenze. E' il momento di pescare! Recuperiamo qualche utensile dalla cucina: mestoli, pinze, cucchiari.

L'ALBERO DI TAPPI



Disegnate su un cartoncino la forma di un albero. Prima di buttare le bottiglie di plastica ritagliatene il collo e conservatelo insieme al tappo. Quando ne avrete un numero sufficiente vi basterà attaccare i colli di bottiglia alla chioma che avete disegnato. Il gioco è quello di avvitare i tappi(frutti) all'albero. Se avete tappi di colori differenti potete estrarre un cartoncino colorato alla volta e chiedere al bambino di prendere solo i tappi del colore corrispondente.

- Cartoncino
- Bottiglie di plastica
- Tappi

LAVA I DENTI A COCCO

Disegnate insieme su un cartoncino la bocca aperta di un coccodrillo. Procuratevi dei fagioli bianchi e incollateli come fossero i denti del coccodrillo. Poi colorate i denti con un pennarello lavabile o con più pennarelli di colori diversi. Il bambino si diventerà a sfregare i denti con un vecchio spazzolino fino a pulirli tutti. Si può scegliere

Inoltre di procedere colore per colore: “Puliamo prima tutti i rossi!”, “Adesso solo i blu!”...

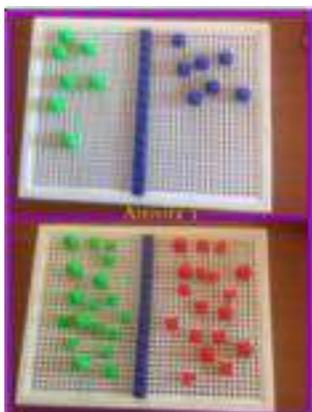
- Cartoncino
- Fagioli Bianchi
- Spazzolino

COSA HO NASCOSTO?

Per questa attività sarà necessario uno scatolone nel quale praticare lateralmente due buchi come indicato nella foto. Scegliete insieme al vostro bambino massimo 4/5 oggetti che il bambino gradisce e conosce. Sarà divertente provare a riconoscere l'oggetto pescato solo attraverso il tatto! Potete inoltre creare un piccolo cartellone dove disegnerete gli oggetti scelti, aiutando il bambino a marcare via via con un pennarello o un timbro ogni oggetto trovato!

- Scatolone
- Oggetti

CHIODINI



Attività 1: metto la lavagnetta in orizzontale e la divido a metà con una fila di chiodini blu, per ogni lato metto dei chiodini colorati (un colore per lato), poi consegno al bambino alcuni chiodini dello stesso colore, la consegna è quella di associare i chiodini nel lato corrispondente.

- Chiodini



Attività 2: sempre con la lavagnetta in orizzontale, la divido sempre in due, ma non in parti uguali; conto circa 10 forellini dal bordo sinistro e sistemo la mia fila di chiodini per separare. Nello spazio che si è venuto a creare a sinistra, e che non è molto ampio, metto un chiodino in alto, poi consegno altri chiodini dello

stesso colore al bambino, che dovrà riempire quel lato dove ho messo il chiodino in alto. Mano a mano posso aumentare la difficoltà, restringendo lo spazio a sinistra, in modo che il bambino sperimenti nuove organizzazioni spaziali.



Attività 3: faccio tanti quadratini ognuno con un colore diverso evuoti al centro, il bambino dovrà inserire all'interno il chiodino del colore corrispondente.

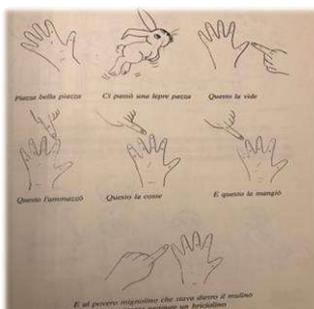
AREA SENSORIALE

ATTIVITA'

DESCRIZIONE

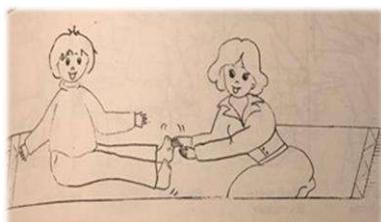
MATERIALI

CANZONCINE E FILASTROCCHIE



Utilizza tutte le canzoncine che conosci usa i gesti mentre le canti o canzoni in cui si nominano le dita delle mani e/o le parti del corpo.

CHE SOLLETICO! ...e giochi con le mani e piedi



Che solletico! è il nome che potreste dare al gioco per far sperimentare al bambino vari materiali (piume, etc..) utilizzandoli per fare il solletico alle mani o ai piedi

Materiali:

- piume
- spugne morbide
- spugne più dure,
- stoffa
- Striscioline di carta

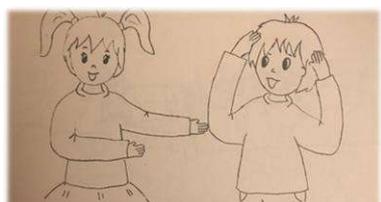


Possiamo utilizzare materiale vario per stimolare il bambino semplicemente e a "sentire e a riconoscere se è possibile i vari stimoli tattili con i piedi o mani.

Materiali:

- Fagioli,
- Sassolini,
- Farina

Suggerimento: Provate a farlo anche voi, e se il bambino gradisce provateci anche a occhi bendati



Invitiamo il bambino a toccare, su imitazione le varie parti del volto e del corpo e, se è possibile a denominarle.

ATTIVITA'

DESCRIZIONE

MATERIALI

IMPRONTE!



Ritagliamo impronte dei piedi sulle quali il bambino a piedi scalzi può camminare seguendole lungo un percorso.

I piedi sulle impronte può essere un gioco a conclusione delle precedenti attività.

Lo stesso gioco può essere fatto anche con le mani

Le impronte aiutano il bambino ad orientarsi nello spazio e a percepire bene l'appoggio dei piedi e la stabilità

QUANTE COSE POSSO FARE!



Invitiamo il nostro bambino ad eseguire azioni con le varie parti del volto

MI VESTO!



Abbiamo a disposizione materiale di vario abbigliamento e invitiamo il bambino ad indossarlo.

- Abbigliamento

Suggerimento: provate a farlo tutti insieme, proviamo a chiedergli di distribuire i vestiti di mamma a mamma e quelli del papà al papà... fingete di sbagliare ad indossare gli abiti, se possibile.

Questo è un gioco che può sostenere il bambino ad acquisire maggiore tolleranza ai cambiamenti.

ATTIVITA'

DESCRIZIONE

MATERIALI

MI GUARDO ALLO SPECCHIO!

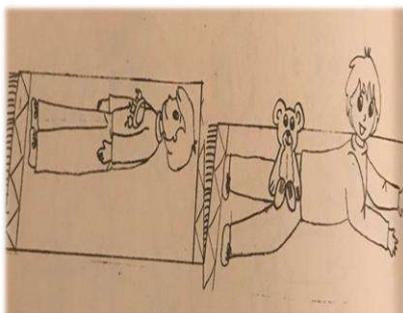


Possiamo invitare il bambino ad osservarsi allo specchio e a toccare le varie parti del corpo su richiesta.

- Specchio

Alternate il turno.

SPOSTO GLI OGGETTI con il corpo e imito posizioni



Trovate un momento in cui siete disponibili a muovervi con il vostro bambino e individuate un ambiente dove è possibile muoversi con più agio.

Divertitevi a strisciare, sulla pancia e sulla schiena, per raggiungere oggetti o per inseguirvi a vicenda. Rotolare e gattonare.

Rendete il gioco sicuro e ben comprensibile al bambino.

Usate le mani, le braccia i piedi e le gambe per spingervi e invitate il bambino a fare come voi, oppure aspettate che sia lui a mostrarvi cosa fare.

Fate delle pause se necessario.

BAGNETTO CERCA L'ANIMALE (o qualsiasi altro oggetto)



Con schiuma da barba o schiuma fatta in casa, puoi riempire una bacinella o una scatola di plastica trasparente e immergerci degli oggetti che il bambino dovrà andare a cercare. Per diversificare il gioco si può aumentare e diminuire il numero e il tipo di oggetti, si può aggiungere dell'acqua a trasformarlo in un bagnetto!

- Schiuma da Barba
- Bacinella
- Scatola di Plastica
- Animali

AREA MOTORIA: PRASSIE ORO-BUCCO-FACCIALI

Una buona maturazione delle abilità prassiche oro-bucco-facciali nel bambino è fondamentale per lo sviluppo corretto di altre abilità correlate alla bocca e alla lingua: masticazione, deglutizione e articolazione. Esercitarsi con le prassie oro-bucco-facciali è utile per stimolare e per migliorare la motilità volontaria e il tono muscolare delle labbra e della lingua e per potenziare le abilità fino-motorie degli organi fonarticolatori così da facilitare successivamente la produzione verbale

ATTIVITA'

DESCRIZIONE

MATERIALI

Esercizi di Soffio



Soffiare sulla fiamma della candela cercando di non spengerla per poi aumentare la forza del soffio spostando la candela più lontano e spengerla con un soffio energico

- Festa di compleanno con i pupazzi
- Preparare una torta



Suonare in fischietti, trombette
Si possono personalizzare le trombette per rendere l'esercizio più divertente

- Trombette fai da te
- <https://www.youtube.com/watch?v=pICym-tWJVg>



Inspirare dal naso poi soffiare su leggere palline o birilli di plastica (o direttamente o soffiando con una cannuccia)

- Labirinto
- Percorsi con pongo



Far muovere con il soffio bandierine leggere, batuffoli di cotone appesi ad un filo, piccole girandole, listerelle leggere di carta etc.

- Girandole fai da te
- <https://www.wikihow.it/Costruire-una-Girandola>

ATTIVITA'

DESCRIZIONE

MATERIALI



GONFIARE PALLONCINI

Si può personalizzare il palloncino disegnando occhi, naso e bocca

- Palloncini



FARE BOLLE DI SAPONE

Si possono utilizzare diversi strumenti: cannuce, pasta rigatoni, rotolo di cartone.

- Vedi bolle di sapone fai da te.



SOFFIARE SULL'ACQUA

Si può disegnare il volto di una persona e disegnare i capelli o il vestito con il soffio.

Si possono creare delle barchette di carta o delle ranocchie che i bambini devono far muovere con il soffio sull'acqua



SOFFIARE CON UNA CANNUCCIA

(facendo disegni su carta) su di un liquido colorato (es. inchiostro per disegni)

- Fogli Bianchi
- Cannuccia



ATTIVITA'

DESCRIZIONE

ESERCIZI DI MOVIMENTO PER LE LABBRA

Aprire e chiudere

Aprire e chiudere strettamente la bocca varie volte di seguito

Fare la bocca del leone

Si può mimare il movimento della bocca con un guanto da cucina

Far trattenere una cannuccia o una matita, sempre più sottile, fra il labbro superiore e il naso



Trattenere tra le labbra un bastoncino



Eeguire esercizi di vibrazione

Fare il rumore della macchina “bruumm” pernacchie “prrrr”

Dare baci

Atteggiare le labbra in avanti e poi stenderle più volte

ESERCIZI DI MOVIMENTO PER LA LINGUA

Cercare di far arrivare la punta della lingua alla punta del naso, al mento

Si può attaccare un adesivo sul naso o mento per cercare di stimolare la lingua ad allungarsi verso l'alto

Fare esercizio di schiocco

Fare il verso del cavallo mentre si gioca con animali di plastica

Spostare la punta della lingua da un angolo all'altro delle labbra

Si può mettere marmellata o cioccolato sulle labbra per stimolare il movimento della lingua

Far ruotare la lingua esternamente alle labbra

Si può mettere marmellata o cioccolato sulle labbra per stimolare il movimento della lingua

ATTIVITA' SIMBOLICA

ATTIVITA'

DESCRIZIONE

MATERIALI

LA ROUTINE DEL BAGNETTO



Proviamo a preparare uno schema simile a quello nell'immagine, ecco un esempio delle 10 azioni che possiamo inserire:

- Svesto la bambola
- Metto l'acqua nella vasca
- Metto il sapone sulla spugna
- Lavo la testa, braccia..
- Lavo le braccia e le mani
- Lavo il pancino
- Lavo le gambe
- Asciugo la bambola con l'asciugamano
- Metto il pigiama alla bambola

- Cartoncino
- Pennarelli
- Scatola di plastica
- Bambola
- Sapone

Invitiamo il nostro bambino a "spuntare" ogni attività che compie mettendo un adesivo, o semplicemente lasciando un segno nell'apposito quadrato sottostante.

GIOCO SIMBOLICO CON IL PONGO



Prepariamo insieme al nostro bambino una torta utilizzando il **pongo**. E' il momento della **festa di compleanno!** Raduniamo qualche pupazzo e scegliamo il festeggiato. Poi invitiamo il bambino a disporre le candeline sulla torta. Possiamo utilizzare stuzzicadenti, matite o candeline vere e proprie. Adesso apparecchiamo la tavola! Ad

ogni pupazzo il suo piattino, bicchiere e cucchiaio. Cantiamo tutti insieme "**Tanti auguri a te!**" e poi soffiamo. Infine distribuiamo un pezzetto di torta ad ogni pupazzo.

Possiamo creare una breve agenda visiva che ci aiuti ad anticipare e a comprendere l'inizio e la fine di ciascuna sequenza

ALCUNE RICETTE

Le modalità con cui poter costruire in casa materiali che in questo momento non abbiamo e che non si possono nemmeno comprare:

SABBIA CINETICA

La sabbia cinetica fatta in casa non è uguale alla sabbia cinetica in vendita ma sarà comunque uno spunto per far divertire i vostri bambini.

Grazie alla sua meravigliosa consistenza, calma e coinvolge i bambini; risulta un'attività utile per allenare la motricità fine, la coordinazione bimanuale e l'apprendimento, inoltre aiuta ad aumentare la consapevolezza sensoriale e la creatività. Ottima per i bambini con problemi sensoriali, perché riduce lo stress e aiuta a mantenere l'attenzione.



Ingredienti

300 gr di farina 00 o integrale

300 gr di amido di mais

60 ml di olio da cucina a scelta.

Procedimento

Impastare insieme gli ingredienti e modellare. Lasciare riposare il composto per una mezz'ora prima di iniziare a giocare. È bene che la sabbia risulti malleabile e non troppo bagnata.

Il composto ottenuto potete posizionarlo all'interno di una ciotola o bacinella dove i vostri bambini potranno divertirsi ad impastare e modellare.

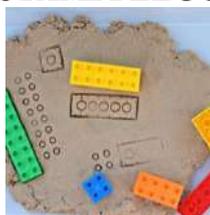
Potete provare ad aggiungere qualche goccia di colorante alimentare o succo di barbabietola o altri coloranti naturali a vostra scelta.

Ecco alcuni spunti per le vostre attività:

DA PUNTO A PUNTO



USARE CON STAMPI LEGO



COMPORRE LETTERE E NUMERI



PRASSIE



FORMINE



BOLLE DI SAPONE

Le bolle di sapone sono ottime per attivare l'attenzione dei bambini e per instaurare con loro un'interazione positiva attraverso il divertimento. È uno gioco utile che aiuta a promuovere in generale lo sviluppo della motricità fine e favorire l'attenzione e la concentrazione mentre nello specifico spinge il bambino ad osservare le bolle e l'adulto che le crea, infatti i bambini seguiranno con gli occhi il breve volo fino alla magica scomparsa e parteciperanno attivamente a questa esperienza che coinvolge la vista, l'olfatto, il tatto, inoltre favorisce la motivazione nell'afferrarle o inseguirle, crea divertimento condiviso durante l'attività, e perché no, risultano utile per imparare a soffiare



Ingredienti

- 1 bicchiere di detersivo liquido per piatti
- 3 bicchieri di acqua
- 2 bicchieri di glicerina

Procedimento

Mescolare il detersivo liquido con gli altri ingredienti

PASTA MODELLABILE TIPO DIDO'

La pasta modellabile è adatta ai bambini sia per lo sviluppo della loro creatività, sia per il miglioramento della manualità grazie alla sua facile manipolazione.



Ingredienti

- 1 tazza di crema di riso
- 1 tazza di maizena
- 1/2 tazza di acqua
- 40 ml di olio

OUBLECK

E' un fluido (e non un liquido) che varia la sua densità in base alla forza che gli viene applicata.



Ingredienti

250 gr di amido di mais (oppure fecola di patate)

2 bicchieri di acqua tiepida

Una bacinella grande

Cucchiaino

Procedimento

Versare l'amido nella ciotola, e lentamente aggiungete l'acqua e mescolate continuamente fino a quando otterrete un impasto simile alla melma.

Per testare la correttezza del composto basta a provare a premere sul liquido: se spruzza c'è troppa acqua (quindi aggiungete amido o fecola), se invece si solidifica e lascia le mani pulite, allora potete iniziare a giocare.

Se volete potete aggiungere un goccio di colorante alimentare per rendere il gioco più divertente.

liquido con gli altri ingredienti



TEMPERE

Si possono realizzare le tempere con coloranti alimentari, di seguito un sito su cui ottenere informazioni a riguardo.



Ingredienti

<https://www.nonsprecare.it/come-fare-colori-dita-ricetta>

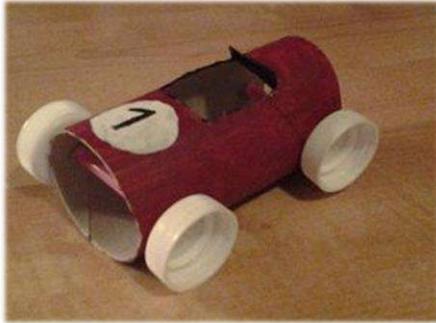
PENNELLI



MEZZI DI TRASPORTO... E NON SOLO!

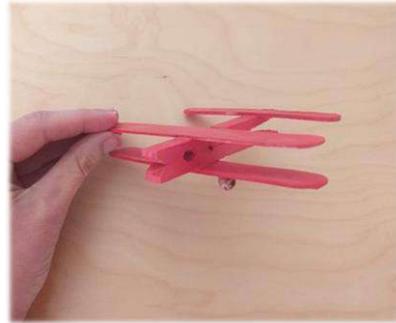
MACCHINE

(con rotoli di carta igienica)



AEREI

(con mollette)



BINOCOLO

(con rotoli di carta igienica)



BARCHE

(con scatole del latte)



PISTA



BURATTINI



STRUMENTI MUSICALI



<https://pianetabambini.it/strumenti-musicali-costruire-bambini/>



Una volta creato lo strumento o gli strumenti si fanno suonare al bambino dando uno schema ritmo aumentando via via la difficoltà.

ALTRE ATTIVITÀ DIVERTENTI





PIANTARE LENTICCHIE O FAGIOLI

<http://www.naturalmentefarma.com/piantare-i-semi-nel-cotone-idrofilo-ecco-come-fare/>



LETTURA DI LIBRI EBOOK

<https://www.mondadoristore.it/100-fiabe-bambini-avventurosi-AAVV-Artisti-Vari/eai978885116143/estratto>

<https://www.mondadoristore.it/Il-grande-libro-delle-fiabe-AAVV-Artisti-Vari-Tea-Orsi/eai978885115283/estratto>

ALTRI LNK UTILI

<http://culturautismo.it>

<http://uovonero.it>

<https://www.fareleggeretutti.it/>

<https://symwriter.auxilia.it>

<http://symwriter.auxilia.it/index.php/2-non-categorizzato/34-favole-e-racconti>