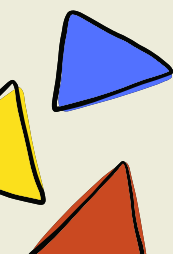


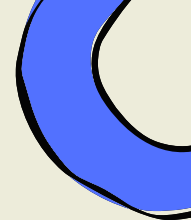
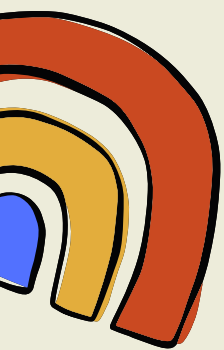
GIOCHIAMO CON LA MOTRICITÀ FINE... A CASA!

per bambini dai 3 ai 6 anni



Stage Ergoterapia School-based 2022

Studentesse: Arianna Foderaro e Giorgia Arrigoni
Docente Responsabile: Benedetta Ramani Croci



L'opuscolo è stato realizzato nell'ambito dello **Stage Ergoterapia School-based 2022, un progetto del CdL Ergoterapia SUPSI, DEASS** che mira a promuovere la **collaborazione** fra gli Ergoterapisti e le Scuole.

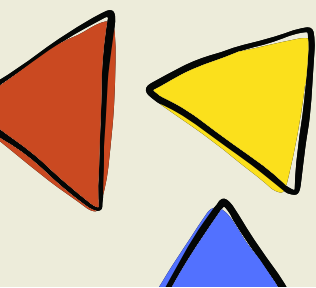
Il progetto si situa in una prospettiva di promozione della salute ed ha lo scopo di sostenere gli **apprendimenti degli allievi** in merito a tematiche specifiche, in questo caso la motricità fine.

In questo opuscolo troverai delle **proposte di attività di motricità fine** che puoi proporre al tuo bambino a casa utilizzando materiali di uso comune, coinvolgendolo in attività di vita quotidiana o proponendo situazioni ludiche.

Le **abilità di motricità fine** implicano movimenti precisi che si verificano a livello della muscolatura del **polso**, della **mano** e delle **dita**.

Questi muscoli generalmente sono coinvolti in azioni come afferrare e manipolare piccoli oggetti, tagliare con le forbici, giocare con i lego, allacciare i bottoni, e attività che implicano l'uso di matite e pennarelli.

Le abilità di motricità fine sono essenziali per lo svolgimento delle **attività di vita quotidiana ma anche per gli apprendimenti futuri, come la scrittura**.



CUCINIAMO INSIEME

Coinvolgi il tuo bambino mentre cucini: chiedigli di **tagliare** piccoli pezzi di alimenti morbidi come la mozzarella, la banana, il kiwi. Alcuni alimenti si prestano anche per essere **spezzettati** con le dita! Puoi preparare anche degli spiedini di frutta.

Mentre prepari la cena, chiedi al tuo bambino di **travasare alimenti usando il cucchiaino**, di apparecchiare e di servire il pasto.

Coinvolgilo anche nella spesa per esempio chiedendo di **disegnare gli ingredienti** di una ricetta!



UN BOTTONE A ME ... UN BOTTONE A TE!

Coinvolgi il tuo bambino nella **attività di vita quotidiana che lo riguardano**, proponigli di **chiudere i bottoni e le zip dei propri vestiti oppure i bottoni dei cuscini** sotto forma di sfida: chi vincerà?

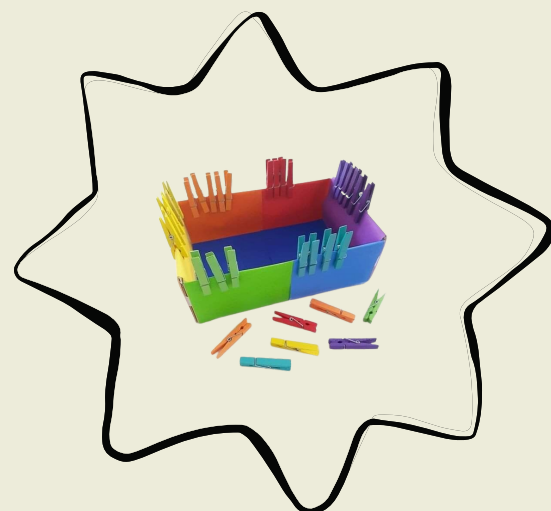
Se hai una manciata di bottoni, puoi anche sfidare il tuo bambino a **scoprire chi fa la torre più alta senza farla cadere**, oppure potete sfidarvi a chi ne tiene di più nel **palmò della mano** e poi **contarli** insieme!

Puoi anche **nascondere alcuni bottoni** in una piccola bacinella con del **riso** e chiedere al tuo bambino di cercarli ad occhi chiusi.



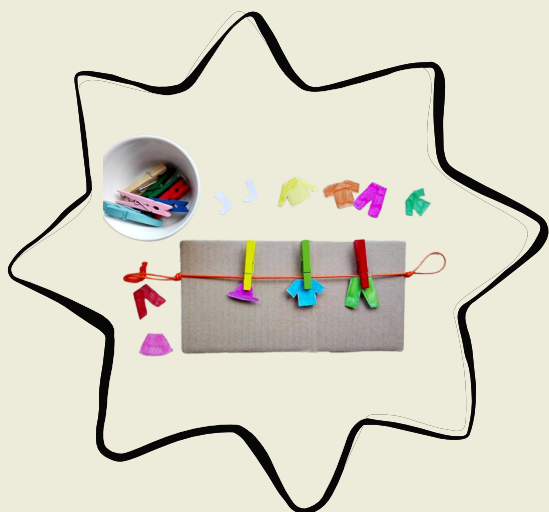
GIOCHIAMO CON LE MOLLETTE DEL BUCATO

Proponi al tuo bambino di aiutarti a **stendere i panni affrancandoli con le mollette**, oppure utilizza una scatola di carta colorata e chiedi al tuo bambino di **pinzare le mollette** in corrispondenza del colore corretto.



Vuoi aiutare il tuo bambino ad iniziare ad **essere gradualmente autonomo** in attività di vita quotidiana? Chiedigli di **disegnare** gli oggetti necessari per un'attività, per esempio la vestizione, e **pinzate** il necessario su uno stendino realizzato con un cartone e un filo!

Ciò permetterà al tuo bambino di avere un **supporto visivo** per essere guidato durante l'attività e dunque essere più autonomo. Puoi fare la stessa cosa per preparare il sacchetto da portare alla scuola dell'infanzia!



Decora con il tuo bambino delle **mollette** che nascondono una sorpresa. Basterà incollare due metà di gusci **d'uova di cartoncino colorato** sulla **molletta** e una volta pinzate le due estremità apparirà il pulcino.

Oppure ritaglia dei **disegni a piacimento** e fai pinzare al tuo bambino le **mollette colorate** attorno ad essi.



SUPSI



LA GARA DEL SALVADANAIO

Proponi al tuo bambino una sfida con l'uso di **bastoncini di legno** colorati da infilare in un **barattolo** in corrispondenza del **colore**, **chi le infilerà più velocemente?**

Prova a svolgere la stessa attività utilizzando delle **monete**, delle **biglie** oppure dei **fagioli**.

TUFFI DI PERLINE

Proponi al tuo bambino di creare uno **strumento musicale** infilando piccoli **oggetti** in una **bottiglia** di plastica, come **perline**, **ceci**, **fagioli**.

Puoi anche trasformarla in una **sfida**: chi sarà il più veloce a riempire tutte le bottiglie?



PESCIAMO!

Prendi una **scatola di plastica**, riempi con l'**acqua** e aggiungi degli oggetti piccoli. In commercio trovi le **formine per il ghiaccio riutilizzabili**. Una volta versate nella vasca, il tuo bambino può divertirsi a pescare con **mestoli**, **cucchiai** o **pinze da cucina**.

Puoi anche proporre di **categorizzare** gli oggetti pescati per tema o colore e... perché non fare una sfida?



IL TRATTO MAGICO



Procurati il **coperchio di una scatola di scarpe**, versa uno strato sottile di farina di mais o sabbia, la quantità deve essere sufficiente affinché ricopra tutta la superficie del coperchio.

Mettiti vicino al tuo bambino e disegnatte delle forme su un **foglio di carta**.

Lui dovrà ricopiarle con il dito strisciandolo sulla farina! Per lasciare la traccia, puoi proporgli di utilizzare anche il tappo di un **pennarello** o un **cucchiaino**.

TIMBRI DI ...LEGO!

Quanti **lego** ci sono nella tua casa? Prendine alcuni e proponi al tuo bambino di dipingere un quadro d'autore.

Intingete i lego nella **tempera** e stampate insieme su **fogli** o **cartoncini**.



FOSSILI...A COLORI!

Procurati un barattolo di **plastilina** e svariati oggetti. Puoi usare anche **conchiglie**, **pettini**, **animaletti** di plastica, oggetti di piccole dimensioni e molto altro ancora!

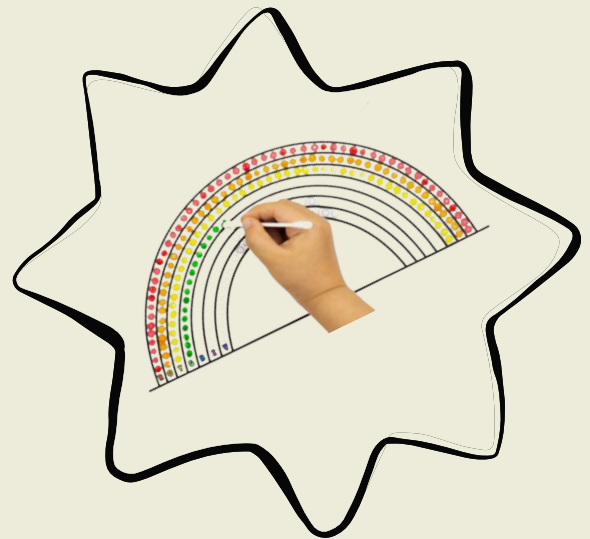
Fai stendere la plastilina al tuo bambino con il **palmone delle mani** o con un **mattarello** e divertitevi insieme a diventare degli archeologi provetti stampando gli oggetti sulla plastilina!





DISEGNARE... CON I COTTON FIOC

Metti a disposizione del tuo bambino **tempere colorate e cotton fioc**. Puoi utilizzare fogli bianchi o disegni già stampati da completare. Divertitevi insieme ad intingere i cotton fioc nella tempera e riempire i disegni con puntini, linee ma anche figure che il tuo bambino ama disegnare.



DISEGNARE...CON LA NATURA

Raccogliete alcuni **oggetti** nel **bosco**, disponeteli su un **foglio** e tracciate il **contorno** di ogni **figura**. Divertitevi poi ad abbinare l'oggetto alla sagoma corretta!

GOCCE DI ARCOBALENO

Proponi al tuo bambino di colorare della **carta assorbente** da cucina o dei **dischetti di ovatta** con dell'**acqua colorata** con qualche goccia di **tempera utilizzando delle pipette**. Il divertimento è assicurato!
Non hai delle **pipette**? Usate dei **cucchiaini da caffè** e chiedi al tuo bambino di lasciare **scivolare** piccole quantità di **acqua**.



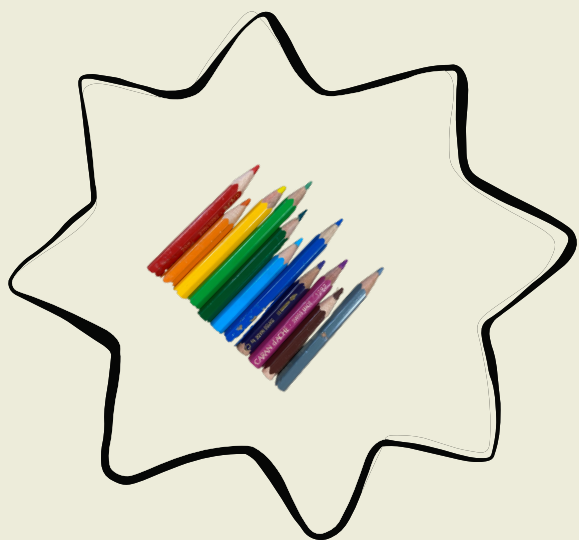
DISEGNI... DI GHIACCIO

Congela cubetti di **ghiaccio con colorante alimentare** e infila dei **bastoncini di legno** e proponi al tuo bambino di disegnare su **fogli o tela di carta**. Il divertimento è assicurato!



DISEGNI... DI BATUFFOLI

Prendi delle **mollette** per panni e pinza un **batuffolo di ovatta**. Il tuo bambino può intingerli nella **tempera** e realizzare il suo disegno preferito tamponando sul foglio!



DISEGNI... CON MATITE MIGNON

Matite e pastelli consumati?

Non buttarli e lascia al tuo bambino la possibilità di disegnare sperimentando una piccola presa con delle matite colorate corte.

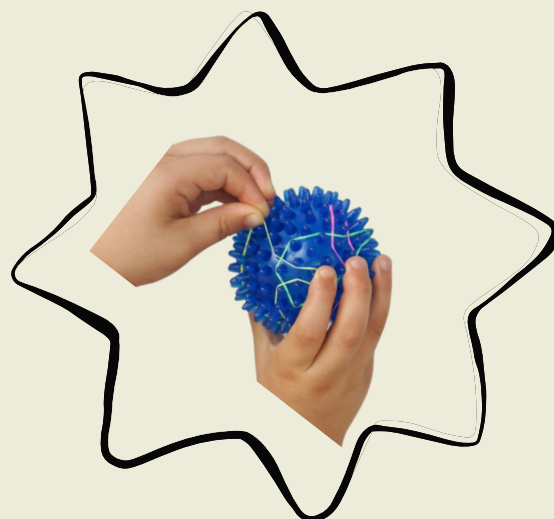


CREARE GIOIELLI

Tagliate delle **cannucce** di plastica o di carta in piccoli pezzi e create insieme collane e bracciali colorati, infilando le cannucce in un **filo** oppure **incollandole**. Chi creerà i gioielli più colorati?

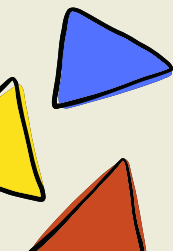
OGGETTI...IN TRAPPOLA!

Scegli un **oggetto** di plastica e proponi al tuo bambino di intrappolarlo coprendolo con **elastici colorati**: chi sarà più veloce? In seguito sfidatevi a chi toglie tutti gli elastici per primo!



MANI MAGICHE

Proponi al tuo bambino di **riconoscere** **oggetti** della vita quotidiana **nascosti** in una scatola o in una federa, ma **senza guardare!** Per esempio chiedi di riconoscere solo toccando con le mani un **pettine**, una **forchetta**, un **cucchiaino**, una **matita**, una **gomma**... chi avrà le mani più magiche del mondo? In seguito puoi chiedergli di disegnare l'oggetto che ha riconosciuto!



CERCHI UN GIOCO DI SOCIETÀ CHE STIMOLA LA MOTRICITÀ FINE? ECCO QUALCHE PROPOSTA



Salva le scimmie



Gloutons



Pinç-mi, Pinç-moi



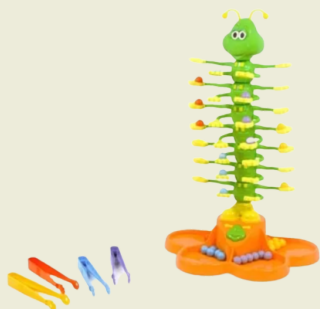
Happy Floppy



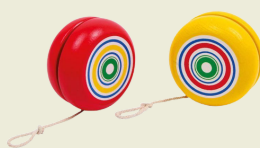
Mosaico



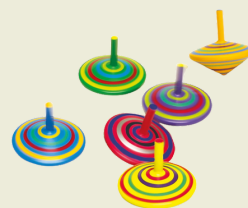
Plastilina



Bruco ballerino



Yo-Yo



Trottole

SI RENDE NOTO CHE LE AUTRICI DEL VOLANTINO NON SONO IN POSSESSO DI SPONSOR SUI GIOCHI PROPOSTI.



COS'È L'ERGOTERAPIA?



L'Ergoterapia è una **professione sociosanitaria** centrata sulla persona che si occupa di promuovere la salute e il benessere attraverso **l'occupazione e le attività**.

L'obiettivo primario è migliorare **l'autonomia, l'indipendenza e la partecipazione alle attività di vita quotidiana** lavorando con le persone e le comunità per sostenere la loro capacità di coinvolgersi nelle occupazioni che vogliono, devono o dovrebbero svolgere e/o modificando l'occupazione e/o l'ambiente per supportare al meglio la performance occupazionale
(World Federation of Occupational Therapists, 2012).



La **pratica ergoterapica school-based** è una branca dell'ergoterapia che attraverso un intervento per il **bambino** o per un **piccolo gruppo di bambini**, oppure attraverso **progetti** in collaborazione con le scuole, si occupa di massimizzare le possibilità di **partecipazione** alle attività quotidiane correlate alle occupazioni scolastiche dell'allievo
(American Occupational Therapy Association, 2016).





BIBLIOGRAFIA e SITOGRAFIA

American Occupational Therapy Association. (2016).

World Federation of Occupational Therapists. (2012). About Occupational Therapy.

<https://www.wfot.org/about/about-occupational-therapy>

immagini: www.pinterest.com



Stage Ergoterapia School-based 2022

Studentesse: Arianna Foderaro e Giorgia Arrigoni
Docente Responsabile: Benedetta Ramani Croci