

ATTIVITA' DI PSICOMOTRICITA'

Qui di seguito trovate alcune attività psicomotorie da fare con materiali di riciclo o facilmente reperibili a casa, che vi possono accompagnare in questo particolare periodo.

BUON DIVERTIMENTO!

Dott.ssa TNPEE Angela Miduri

S.C. di Neuropsichiatria Infantile

Dipartimento Salute Mentale Asl 5 Liguria

1. **Scatola dei tesori:** per allenare la motricità fine delle mani e imparare la funzione degli oggetti; ampliandolo può aiutare a iniziare il gioco di finzione e del far finta.

Scegliere una grande scatola o un sacchetto, all'interno mettere vari contenitori con diverse chiusure come zip, bottone, lacci, scatole da svitare, scatole da tirare; porre all'interno di ogni contenitore un oggetto con una funzione come cucchiaio per mangiare, pettine per pettinarsi, qualcosa per far finta di mangiare, palla che rimbalza



2. **Gioco del cucire:** per allenare la motricità fine. Prendere un cartoncino a forma di cerchio o di cuore, forarlo nel contorno e poi con un laccio delle scarpe infilare il contorno ma anche l'interno



3. **Attività di riconoscimento:** per allenare le competenze di attenzione selettiva e il senso del tatto.

Prendere una scatola di scarpe se possibile fare due buchi sul davanti oppure fare come in foto (ovvero mettere la scatola in verticale), in alternativa si può usare anche un sacchetto. Inserire vari oggetti conosciuti che il bambino dovrà riconoscere solo usando le mani e una volta nominato potrà tirarlo fuori. Alcuni oggetti che si possono inserire sono: macchinina, colore o penna, tazzina o bicchiere, cucchiaio o forchetta, pallina o cerchietto, bracciale

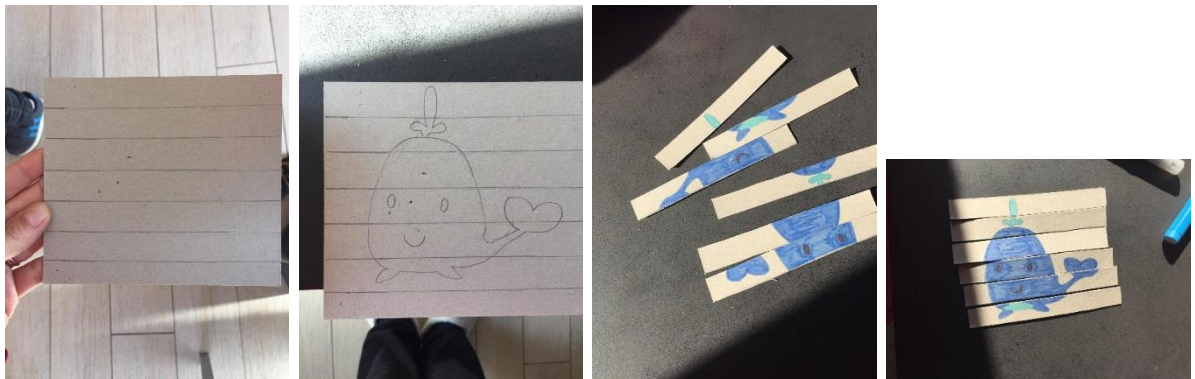


4. **Creare puzzle:** per allenare le competenze di attenzione e le capacità costruttive.

Prendere un cartoncino e incollare un'immagine per poi dividerla in due o più pezzi



Oppure dividere il cartoncino in sei righe , fare un disegno semplice e poi tagliare le righe, si può fare sia in orizzontale che in verticale



5. **Attività con colori e forme:** per allenare i primi concetti di classificazione.

Costruire forme con il cartoncino (tondo, quadrato e triangolo), farli colorare al bimbo e poi classificarli per forma e per colore



6. **Attività di motricità fine svitare/avvitare.**

Prendere delle bottiglie, tagliarle e incollarle su un cartone.

Mettendosi di fronte al bimbo, chiedere l'alternanza delle chiusure con scambio di sguardo e rispetto turno



7. **Barattolo di sale colorato:** per iniziare a impugnare correttamente il pennarello e allenare la modalità dei travasi.

Prendere un po' di sale grosso, metterlo in un bicchierino e con un pennarello girare finché il sale diventa colorato, travasare con un imbuto in un barattolo grande; ripetere in base ai colori e al barattolo e poi chiudere



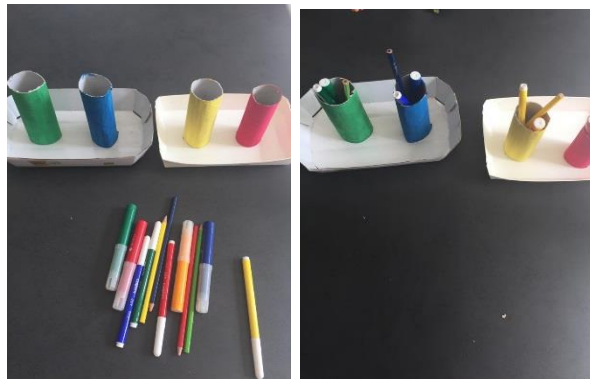
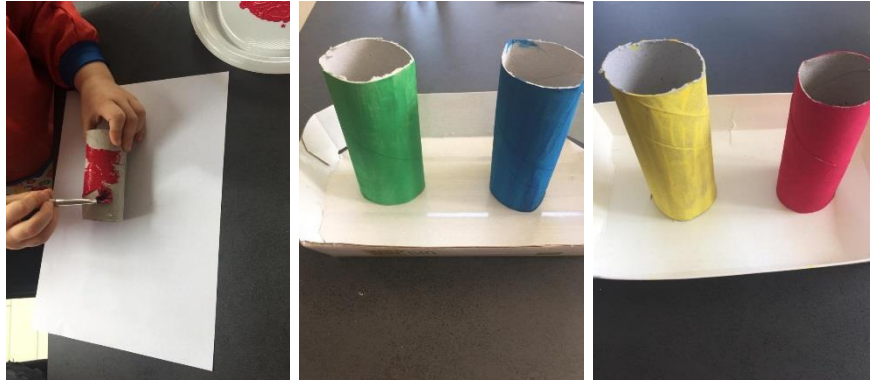
8. **Attività per un'iniziale stimolazione dell'integrazione oculo-manuale.**

Prendere una bustina trasparente, mettere dentro del sapone dei piatti e eventualmente un po' di colore a tempera sigillare con del vinil la bustina, tracciate insieme al bimbo righe, cerchi. Si può condividere quello che disegniamo, chiedere al bimbo di imitare linee verticali, orizzontale o cerchi



9. **Attività grafica e associazione per colore:** per sostenere lo sviluppo del disegno e la classificazione di colori.

Pitturare con pennello dei rotoli di carta igienica, incollarli in un contenitore meglio due per due in modo da iniziare prima con due colori e poi passare a quattro, successivamente inserire all'interno oggetti dello stesso colore



10. **Oggetti musicali: per stimolare l'attenzione uditiva**

Prendere l'interno delle uova di Pasqua, riempirle con riso, pasta, palline o tappi di plastica. Sigillarle con scotch colorato ed eventualmente ricoprirle tutte come nelle foto. Così si ottengono tipo delle maracas con le quali possiamo sia suonare a turno con il bimbo, ricercando il suo sguardo oppure farli associare in base al rumore che sente così si allenerà l'attenzione uditiva



11. **Percorso motorio sensoriale:** si può eseguire bendati o piedi nudi se il bambino lo accetta.

Prendere la parte superiore delle scatole di scarpe e mettere dei materiali alternando ruvido/morbido, come: cotone, palline morbide, costruzioni di plastica dura ma resistente, carta ruvida, adesivi che si mettono sotto le sedie, carta ruvida a pezzi, tassellini di legno, spugne

