



SAPIENZA
UNIVERSITÀ DI ROMA

Dipartimento Di Psicologia Dinamica E Clinica
SCUOLA DI SPECIALIZZAZIONE IN PSICOLOGIA CLINICA

ATTIVITA' SPECIFICHE PER 7-11 ANNI

Memory, o il Gioco dei Ricordi

Alleniamo insieme la nostra memoria! Prendendo dei cartoncini o dei semplici fogli di carta, ritagliamo 20 quadrati di dimensioni uguali che siano abbastanza grandi da disegnarci dentro. Infatti, dobbiamo creare 10 coppie di disegni uguali. Che cosa disegniamo? Possiamo scegliere se disegnare oggetti della vita quotidiana, come la frutta o degli oggetti che abbiamo a casa, oggetti inventati, o anche di disegnare alcune cose che ci fanno pensare ai nostri ricordi preferiti: la casa al mare, la nostra compagna di banco, l'amico del calcetto, il nostro gelato preferito, il parco dove andiamo sempre a passeggiare. Una volta pronte le coppie, mischiamo le tessere e le disponiamo su un tavolo con il disegno rivolto verso il basso, così che non lo possiamo vedere. A turno, cerchiamo di ricomporre le coppie girando due tessere alla volta. Vince chi ritrova più coppie! Una variazione può essere quella di disegnare oggetti che, una volta individuati, dovranno essere nominati in lingua straniera.

Questo gioco può aiutarci ad allenare la memoria, ad affinare le abilità motorie fini e a ricordarci le tante cose belle che ci attendono quando questo periodo di emergenza finirà.

Farina, acqua, sale e fantasia!

In questo momento non possiamo andare a comprare dei nuovi pupazzi, o delle perline con cui fare delle collane... possiamo però crearli a casa nostra! Prepariamo la pasta di sale con dei semplici ingredienti che possiamo trovare in cucina. Abbiamo bisogno di:

- 1 tazza di sale fino
- 2 tazze di farina
- 1 tazza di acqua tiepida

Mischiamo prima il sale e la farina e poi aggiungiamo l'acqua tiepida, mischiando accuratamente gli ingredienti. Se la pasta dovesse risultare troppo secca aggiungiamo un po' di acqua, se dovesse risultare troppo morbida aggiungiamo della farina. Adesso possiamo iniziare a modellare ciò che desideriamo: possiamo creare dei pupazzetti, degli utensili da usare con altri giochi, delle perline con cui fare delle collane, delle palline con cui giocare a biglie, dei fermacarte o degli svuotatasche per i nostri familiari adulti... le possibilità sono infinite! Una volta raggiunta la forma che desideriamo, possiamo cuocere la pasta in forno statico a 120° oppure riporla su un termosifone o in un luogo arieggiato per 24 ore. Una volta asciutti, possiamo colorarli con le tempere, gli acrilici o gli acquerelli. In alternativa, possiamo aggiungere dei coloranti all'impasto iniziale, come il caffè, la curcuma, i coloranti alimentari.

Questo gioco può aiutarci a tenere impegnati i bambini, ad affinare le abilità motorie fini, a stimolarli a essere creativi.

Storie dentro alle parole



Ci siamo stancati dei libri che abbiamo a casa, e non abbiamo voglia di leggerne uno da uno schermo... che fare? Possiamo inventare noi delle storie! Ecco un modo simpatico di trovare ispirazione per delle storie esilaranti.

Guardiamoci intorno e scegliamo uno qualsiasi degli oggetti che abbiamo intorno. Ad esempio: penna. Adesso usiamo ogni lettera della parola come prima lettera di un'altra parola che ci viene in mente, più o meno così:

- P - appagallo
- E - lefante
- N - ascondino
- N - ave
- A - quilone

Ecco che vengono fuori le storie: cosa succederebbe se un pappagallo e un elefante giocassero a nascondino su una nave? La nave forse si inclinerebbe dove si è nascosto l'elefante, è così pesante! E se invece a tirare la nave fosse un gigante aquilone, che ne penserebbe il capitano pappagallo? Se lo desideriamo, possiamo trascrivere le storie che abbiamo inventato, aggiungere dei disegni e creare il nostro libro.

Attraverso le storie i bambini possono esprimere le loro emozioni: i personaggi possono trovare le parole o le azioni che a loro mancano.

Giochi di scienza

attingendo anche dai numerosi [tutorial](#) su YouTube, i bambini possono trasformarsi in giovani scienziati e metter su il loro laboratorio, dove ricreare esperimenti scientifici. Si può tenere un diario con le ipotesi iniziali, i materiali utilizzati, le procedure e infine le osservazioni a esperimento compiuto.

Tale attività permette di distrarsi, di sentirsi parte attiva nella creazione di un qualcosa di nuovo. Affina le abilità motorie e stimola la curiosità

Costruiamo!

utilizzando materiale di riciclo presente in casa, quali scatole di cartone, tubi di carta igienica e altro, si costruiscono castelli, manieri, navi o astronavi. Se presenti in casa, tali costruzioni possono essere anche dipinte. È un gioco che prende del tempo, poiché ogni giorno - e a ogni confezione di cereali terminata - si aggiungono nuovi particolari.

Con questo gioco il bambino appronta un progetto di costruzione giorno per giorno, imparando a manipolare oggetti di uso comune per dare loro nuove finalità. Consentono inoltre di mantenere l'attenzione su un compito a lungo termine.

Riciclo creativo



Anche qui si può approfittare di [internet](#) per cercare tante idee innovative al fine di riutilizzare materiali di scarto e oggetti che non utilizziamo più. L'importante è scegliere attività idonee all'età e alla personalità del ragazzo e dividere il progetto in step ben definiti, partendo quindi da un'idea generale di quel che volete fare e giungendo al risultato finale, passando per i vari passaggi che permetteranno la creazione del nuovo oggetto. Un esempio è:

- scegliere di preparare dei piccoli porta oggetti da regalare una volta terminata l'emergenza ai vostri amici e compagni di classe;
- sicuramente abbiamo tutti delle bottiglie di plastica da gettare via! Prendetene una e con un pennarello disegnate circa metà bottiglia una linea di circonferenza con delle orecchie buffe;
- tagliate seguendo la linea e facendovi aiutare dai genitori;
- colorate con i vostri colori preferiti!
- Infine, aggiungete i particolari con un pennarello nero: ecco il vostro nuovo porta-tutto!
-

Il riciclo creativo permette la manipolazione mentale di forme e dimensioni differenti e tattile di consistenze diverse; stimola poi il pensiero creativo tramite il trovare una nuova utilità di un oggetto che altrimenti sarebbe da gettare via.

Qui alcune idee: <https://www.babygreen.it/2013/03/50-idee-semplici-di-riciclo-creativo/>

Giochi da tavolo e di società

I giochi da tavolo e di società consentono al bambino di sperimentare la sensazione di prendere parte a un gioco da "grandi". Esempi di tali giochi sono: Taboo (per apprendimento linguistico), Battaglia Navale (strategia), Puzzle (concentrazione), Twister (equilibrio e abilità motorie), Shanghai (coordinazione oculo-motoria), Memory (memoria). Molti di essi poi, se non presenti in casa, possono essere facilmente replicati. Per esempio, per replicare Shanghai, si prendono degli spiedini e si colorano le estremità con colori differenti - ogni colore corrisponderà a un punteggio diverso. Si lasciano poi cadere sul tavolo e vince chi riesce ad ottenere il punteggio più alto prendendo più bastoncini senza muovere quelli accanto! Un altro esempio è il gioco della dama: usando un cartone sul quale si colorerà la scacchiera e i tappi di due diversi colori saranno usati come pedine. Questo gioco richiede abilità di concentrazione, riflessione e autocontrollo. Inoltre, stimola la capacità decisionale, abitua al rispetto delle regole e incrementa la socialità e la relazionalità.

I giochi da tavolo e di società stimolano la logica, il ragionamento, la capacità di rispettare le regole, la tolleranza alle frustrazioni, il saper stare in competizione mantenendo buone relazioni interpersonali.



SAPIENZA
UNIVERSITÀ DI ROMA

Dipartimento Di Psicologia Dinamica E Clinica
SCUOLA DI SPECIALIZZAZIONE IN PSICOLOGIA CLINICA

Collezioni

L'idea di iniziare una collezione quando non si può uscire per reperire una rarità può sembrare strano... invece così non è! Puoi decidere di collezionare oggetti che hanno una forma particolare, o che nel nome contengono almeno tre vocali in ordine alfabetico. Le regole le scegli tu! puoi anche creare molteplici piccole collezioni e poi chiedere ai tuoi familiari di indovinare qual è il criterio per cui hai scelto tali oggetti!

Collezionare consente di sviluppare alcune competenze quali la conoscenza di precisi oggetti, il saperli classificare, fare confronti e quindi trovare analogie e differenze rispondendo al bisogno di ordinare il mondo in categorie. Inoltre, ciò stimola la concentrazione, portando ad un senso di calma e quindi alla capacità di gestire lo stress.

Disegno

È la più classica delle attività per bambini e ragazzi eppure ha così tante sfaccettature che non è mai uguale a sé stesso. I temi dei disegni sono molteplici: si può attingere dalle storie dei libri, di film di canzoni, da situazioni accadute veramente come una giornata al mare o una gita con gli amici, o infine inventarne di sana pianta. La fantasia però può coinvolgere anche i materiali utilizzati per disegnare. Non fermiamoci ai classici pastelli o colori ma pensiamo a tutto ciò che è disponibile in casa. Oggetti di diverse consistenze poi danno vita a sfumature e contorni diversi. Alcuni esempi possono essere: ovatta; cotton-fioc; patate; fiori e foglie; mani, piedi e dita; pasta; tessuti come il velluto con le costine in rilievo; sassi; stampini per fare i dolci; insomma, l'unica regola è creare!

Disegnare stimola la creatività in tutte le sue declinazioni.

Cruciverba

Questa attività può essere facilmente adattata ai diversi livelli di sviluppo del bambino nonché alle sue conoscenze. Basta scegliere degli argomenti, costruire insieme lo schema con le parole e poi trovare le definizioni adatte... e via a risolvere! I bambini possono o trovare le soluzioni o partecipare alla vera e propria costruzione dello schema, l'importante è, mi raccomando, non sbirciate su internet!

I cruciverba sono un'attività divertente e didatticamente valida che può risultare utile per rinforzare la didattica, migliorare la comprensione verbale e la capacità di scrittura e ampliare il vocabolario. Si possono creare su ogni argomento e di ogni difficoltà.

Fotoromanzo

Scegliere delle fotografie (meglio se particolari o divertenti), spargerle sul tavolo e creare una storia partendo dalle foto stesse (a compendio si potrebbero creare dei fumetti di dialogo utilizzando dei post-it).

Implementa la creatività entro un reciproco scambio di informazioni cognitive ed emotive.



SAPIENZA
UNIVERSITÀ DI ROMA

Dipartimento Di Psicologia Dinamica E Clinica
SCUOLA DI SPECIALIZZAZIONE IN PSICOLOGIA CLINICA

Percorso ad ostacoli

Organizzare una corsa ad ostacoli tramite nastro adesivo e oggetti di casa potrebbe essere adatto a bambini piccoli per sviluppare le prassie motorie.

Origami

Con la carta si possono costruire tantissime figure, addirittura una fattoria intera! Ecco un video per creare un ferocissimo T-rex: <https://www.youtube.com/watch?v=lKOVYw9R7oI>

Tale attività affina la motricità fine e la coordinazione oculo-manuale, aumenta la capacità di concentrazione, stimola l'impegno e la creatività. Inoltre, agevola la socializzazione.