



DOTT.SSA LOREDANA LEMBO
Email: loredanalembo@autismservice.org
loredanalembo@yahoo.com
www.autismservice.org

Linee guida per attività ludiche, sensoriali e di stimolazione cognitiva da svolgere in casa con materiali di uso quotidiano

a cura della dott.ssa Loredana Lembo

Le attività proposte sono adatte per:

- bambini neurotipici dai 18 mesi ai 5 anni (per questi ultimi molte attività possono essere trasformate in esercizi di pre-grafismo inserendo lettere e numeri , abbinamento quantità al numero, schede didattiche di collegamento)
- bambini neurotipici di scuola primaria come attività sensoriali e di rilassamento o di possibile condivisione con fratelli/sorelle più piccoli
- bambini/adolescenti con difficoltà di apprendimento e di comunicazione (se vi è assenza di linguaggio, le risposte vocali richieste dalle attività possono essere supportate da una selezione di immagini/simboli o lingua dei segni) dove l'età cronologica non coincide con lo sviluppo neurotipico
- bambini con disprassia
- bambini con disturbi di elaborazione sensoriale

Stimolare e incoraggiare i bambini a creare il materiale stesso con cui poi giocherete è importante e funzionale, spesso troveranno divertente più la preparazione che il gioco in sé.

ATTIVITA' 1: MANINE BALLERINE

Obiettivo: sviluppare e incrementare la coordinazione oculo-manuale, la motricità fine e la concentrazione facendo utilizzare entrambi le mani.

Per incrementare la difficoltà delle attività, lavorando così sull' **incremento del linguaggio** sia ricettivo (comprensione) sia espressivo (etichettamento, denominazione) e su **abilità logico- matematiche**, si può invitare il bambino, accompagnato da fratelli/sorelle maggiori o dai propri genitori a:

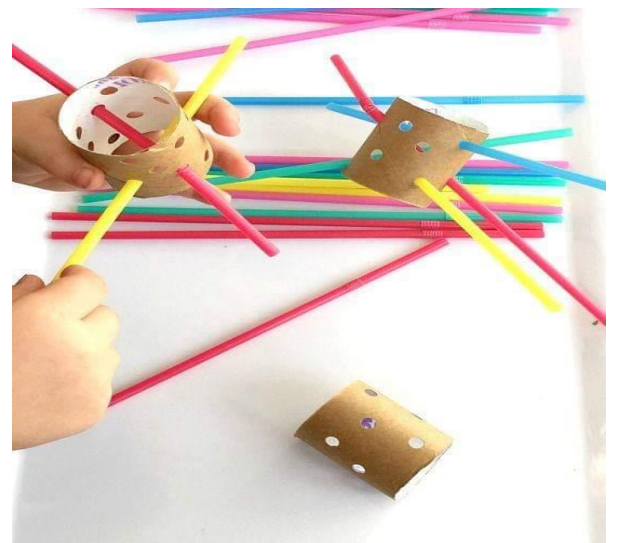
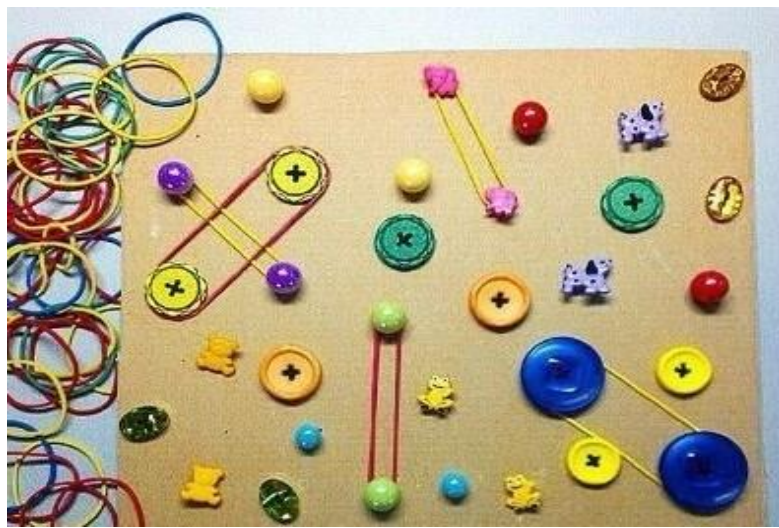
- abbinare colore con colore (appendo i vestitini blu con le mollette blu; coloro il contorno dei fori su un tubo e si deve infilare il chiodino del medesimo colore; dipingo la frutta secca o la pasta, un colore per ogni forma, e uso ciotole colorate o foderò con carta colorata gli incavi di una teglia da muffin e metto la noce gialla nella ciotola gialla, etc.)
- contare con corrispondenza (l'adulto conta lentamente e il bambino ripete con lui ogni volta che sposta, stacca o infila un oggetto)
- discriminazione di colore (appendi i vestiti gialli, infila le perle rosse)
- discriminazione di dimensione (infila i chiodi grandi, i chiodi piccoli, i chiodi medi)
- discriminazione di quantità (togli 3 elastici, infila 5 cerchi)
- doppia discriminazione (togli 4 elastici rossi, togli 2 chiodi grandi)
- per i travasi dalle mani passate ad incoraggiare i bambini ad utilizzare strumenti sempre più piccoli (caraffe, bicchieri, mestoli, cucchiaini, imbuti, pinze).

Materiale necessario :

- scolapasta, cannucce, stecchini da spiedino, spago, scatole riciclate dai prodotti alimentari acquistati (scatole di cereali, della pasta, delle uova, etc.), tubi di cartone (da rotoli di scottex e carta igienica), piatti e bicchieri di carta o di plastica colorati (se si hanno bianchi possono essere colorati, dipinti o decorati con stickers, nastri, carte da regalo o altro materiale che si ha in casa dai bambini stessi), elastici, bottoni di diversa grandezza e colore (si possono anche scucire da vecchi abiti che non si utilizzano più), cotton fioc, nastri colorati, chiodini, fogli di carta colorati o bianchi, mollette per i panni, teglie per muffin o ciotole di diversa dimensione, mestoli e cucchiaini di varia dimensione, imbuti, pasta di diversa dimensione e forma, frutta secca con guscio (noci, nocciole, mandorle, etc.), tappi di plastica e la corrispondente

apertura dei cartoni di latte o di succo, pinze da ghiaccio, colla, scotch, forbici, pennelli, tempere, pennarelli.







ATTIVITA' 2: RIMBOCCHIAMOCI LE MANICHE

Obiettivo: incrementare abilità di motricità fine e coordinazione oculo-manuale applicate alle autonomie personali in contesto naturale legate alle abitudini della famiglia.

Materiale necessario :

- cibo (iniziate con cibi morbidi e piuttosto grandi da manipolare come uova sode, banane, kiwi, etc.), vecchi vestiti dei bambini che non utilizzate (potete tagliarli e incollarli su tavole di compensato o del cartone), spremiagrumi, schacciapatate (da usare creando delle focaccine magari colorate con colori alimentari, dei mini gateau di patate, etc.), piatti, scodelle, bicchieri, fogli cartonati, forbici, colla.





ATTIVITA' 3: DOVE VA?

Obiettivo: incrementare e sviluppare l'abilità di abbinare oggetti a sagome, oggetti a oggetti identici (una mela rossa con una mela rossa), oggetti con oggetti simili (una mela rossa con una mela gialla) , oggetti a foto (una mela con la foto della medesima), foto con oggetti.

Per incrementare la difficoltà delle attività, si possono proporre giochi di raggruppamento per **categoria** (animali, veicoli, cibo), per **caratteristica** (tutte le cose gialle, rosse, blu; gli animali con le piume e gli animali con le squame), per **funzione** (animali che volano, animali che nuotano; ciò che si mangia o si beve), per **ambiente** (animali della giungla, animali della fattoria). Presentare al massimo 3 oggetti/foto/stimoli per volta.

Materiale necessario:

- giocattoli disponibili a casa come animali, peluche, cibo in plastica, veicoli, pennarelli, cannucce colorate, piattini, bicchieri, ciotole o scatole colorate o da colorare, fogli colorati, pennarelli, forbici, colla, tombole visive, memory. Nel caso disponiate di una stampante e cartucce a colori, potete anche stampare immagini reali da Google Immagini

-





ATTIVITA' 4: UN VIAGGIO TRA LE SCATOLE

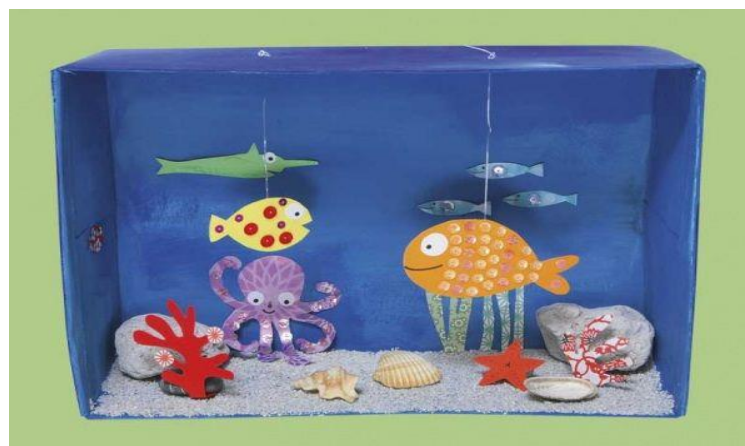
Obiettivo: incrementare la memoria di lavoro, i tempi di concentrazione, l'organizzazione spaziale, l'abilità di associazione logica e categorizzazione .

Si chiede al bambino di cercare per casa tanti oggetti di un determinato colore per creare un arcobaleno di scatole (ogni scatola raggrupperà oggetti di vario genere di un colore specifico) oppure si chiede di cercare oggetti associati ad un ambiente specifico, per creare la scatola della fattoria, della giungla, del Polo Nord, del mare, dell'orto, della festa del proprio compleanno, del Carnevale, etc.

Per incrementare la difficoltà, si può richiedere di creare una scatola delle proprie **emozioni** affinché il bambino selezioni foto oppure oggetti legati a persone, eventi, cibo, giochi, luoghi, testi canzoni che gli suscitano gioia, tristezza, paura, sorpresa e rabbia. E' fondamentale che in questa attività vi sia una completa autonomia del bambino nella scelta degli stimoli e che vi facciate spiegare la motivazione della scelta (ad esempio può succedere che il bambino scelga la confezione o la foto di un gelato per metterla nella scatola della tristezza o della rabbia, nonostante abbia sempre adorato mangiare il gelato. Il bambino potrebbe spiegarvi che si sente triste o arrabbiato perché le gelaterie sono chiuse da due mesi).

Materiale necessario:

- scatole di diversa dimensione di cartone o di plastica, vassoi di alluminio con bordi alti da forno, giocattoli di vario genere, stoffe, foto, carte da regalo, legumi, sabbia, farina di polenta, volantini pubblicitari, riviste, foto, carta stagnola, fogli di carta colorata, carta velina colorata, ovatta, carta stagnola, brillantini, spago, tempere, pennelli, colla, forbici.



ATTIVITA' 5: ABRACADABRA

Obiettivo: esplorazione di caratteristiche fisiche di una varietà di oggetti (dimensione, consistenza, pesantezza) volta alla desensibilizzazione al tatto di determinate sostanze e alla creazione di un'immagine concettuale dello stimolo senza l'uso della vista.

L'elaborazione sensoriale è il modo con il quale il sistema nervoso gestisce le informazioni sensoriali in arrivo (sensi esterni: vista, tatto, udito, gusto, olfatto, vista / sensi interni: i ricettori propriocettivi garantiscono il controllo motorio e la postura; mentre i ricettori vestibolari sono fondamentali per l'equilibrio e la coordinazione).

Per desensibilizzazione si intende un processo attraverso il quale si stimola un incremento o un decremento della manipolazione di determinate sostanze davanti ad uno stimolo che coinvolga uno dei nostri cinque sensi.

Infatti alcuni bambini sono sensory avoiders e possono mostrare una ipersensibilità (reazione eccessiva agli stimoli esterni che può far emergere comportamenti di rifiuto e fuga fino a manifestare anche autolesionismo o etero-aggressività); mentre altri bambini sono sensory seekers e possono mostrare una iposensibilità (reazione minima, eccessivamente bassa che può far emergere una ricerca continua di stimolazioni, comportamenti iperattivi, assenza di inibizione e senso del pericolo).

5 a. Si crea una scatola come mostrata nella foto. All' interno della scatola mettete dai 3 ai 6 oggetti (dipende dalla grandezza della vostra scatola). Cominciate anche solo con un oggetto se il bambino ha difficoltà. Inizialmente scegliete oggetti molto diversi tra loro in forma, dimensione e materiale per cominciare (un cucchiaino di ferro, un bicchiere di plastica, una saponetta scartata) e poi andate ad incrementare la similarità tra gli oggetti concentrandovi su una caratteristica come la forma, la grandezza o il materiale (una macchinina, una moto giocattolo, un rotolo piccolo di scotch- la forma tonda di una ruota viene ripetuta). Potreste creare un gioco di magia dove voi mostrate la foto o un oggetto simile a quello contenuto nella scatola e chiedete al bambino di farvelo apparire. Se utilizzate un solo oggetto nella scatola, prenderete il turno ad indovinare cosa possa essere l'oggetto nascosto.

Materiale necessario:

- una scatola di scarpe che potete dipingere e decorare come desiderate e su cui farete due fori grandi abbastanza per far entrare le braccia del bambino. Per i bambini più sensibili, potete incollare intorno ai fori le maniche di una vecchia camicia in modo da evitare lo strofinamento della pelle sul cartone.



5b. Continuando con l'idea di creare della magia, utilizzate del preparato per gelatina (Jell-O oppure Tortagel della PaneAngeli). Se acquistate il preparato trasparente sarà più divertente farla colorare dal bambino versando del colorante naturale per dolci. Riponete il preparato in teglie e mettete in frigo. Poi divertitevi a creare forme diverse, gemme preziose, a mescolare colori e a ritrovare piccoli oggetti, indovinando cosa si nasconde sotto la gelatina multicolore. Con i bambini più grandi, potete usare anche le seguenti foto come esempio di task analysis visiva da seguire.

Materiale necessario:

- preparato per gelatina
- colorante alimentare
- vassoi di alluminio a bordo alto
- acqua
- caraffe

1.



2.



3.



4.



5.



6.



ATTIVITA' 6: ARTE DA LECCARSI I BAFFI

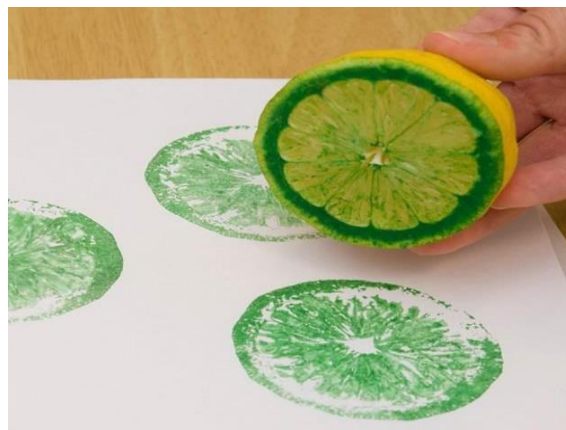
Obiettivo: sviluppare interesse e tolleranza al sapore, odore, forma, colore, consistenza di nuovi cibi.

Materiale necessario:

- Omogenizzati, frutta frullata, salsa tonnata, di pomodoro, di verdure varie, maionese, patè di olive, humus di ceci, guacamole con avocado, frutta e verdura piuttosto grandi facile alla prensione tagliata a metà o incisa con le formine da biscotto (mele, pere,

limoni, peperoni, carote, patate, sedano, pannocchia, etc.), yogurt bianco che potreste colorare con coloranti naturali, tempere, pennelli, carta, stoffa presa da canovacci o lenzuola vecchi.





ATTIVITA' 7: BATTI 5!

Obiettivo: sviluppare abilità di motricità fine, coordinazione oculo-manuale e tolleranza a materiali diversi.

Materiale necessario: tempere, pennelli, fogli di carta bianchi e colorati, colla, forchette, macchinine, scotch, pennarelli









ATTIVITA' 8: SALTELLANDO TRA 4 MURA

Obiettivo: sviluppare lo schema corporeo e abilità di combinazione e accoppiamento dei movimenti, capacità di orientamento spaziale, di differenziazione cinestetica (= economia e precisione dei movimenti), di equilibrio, di reazione, di ritmizzazione, di trasformazione dei movimenti.

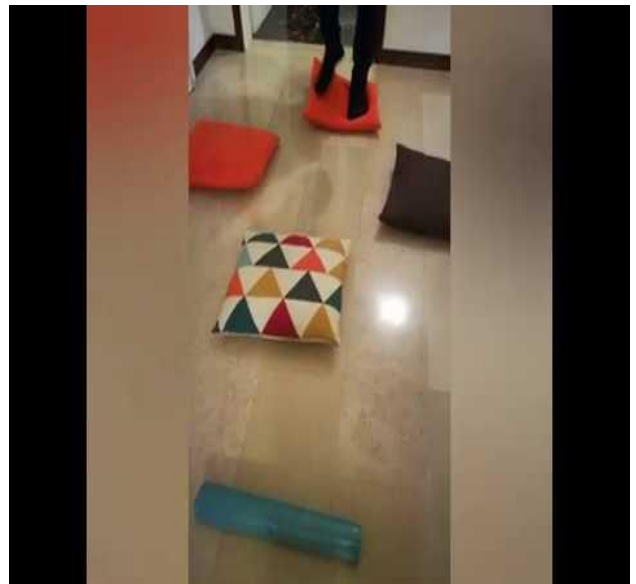
Acquisizione dello schema corporeo:

- tappa del corpo vissuto (0-3 anni)
- tappa del corpo percepito (4-6 anni)
- tappa del corpo rappresentato (7-12 anni)

Organizzare piccoli percorsi incrementando progressivamente la durata e la complessità degli esercizi in base agli spazi a disposizione, riproducendoli anche in giardino o su un balcone grande (se disponibile). Gli esercizi possono essere eseguiti in piedi, seduti, saltellando o strisciando in terra. Si possono utilizzare corde per saltare, fili di lana, mobili di arredamento comune (tavoli, sedie, panche), nastri adesivi colorati (tipo quelli da elettricista) o scotch di carta che può essere colorato, cuscini o tappetini di varie dimensioni e forme o sacchetti per congelare riempiti con materiali diversi come elastici, ovatta, legumi (per creare percorsi anche a piedini nudi), bacinelle, cestini, mollette per i panni (potrebbero essere utilizzate all' inizio del percorso per poi metterle in un cestino alla fine del percorso) , lattine di pomodoro o legumi vari (che possono essere utilizzati come coni per creare corsette a

ostacoli o a slalom), birilli da spiaggia, palloncini, palle di spugna, lenzuola o tovaglie (per creare attività di rilassamento a fine dell'attività).









RICETTE VELOCI PER MATERIALE MANIPOLATIVO

PASTA DI SALE: per creare animaletti oppure lo stampo del piedino o della manina del vostro bimbo.

Ingredienti:

- 1 bicchiere di sale
- 1 bicchiere di farina
- 1 bicchiere di acqua tiepida

Aggiungete acqua quanto basta e mescolate il composto fino a creare una pasta malleabile. Potete aggiungere del colorante naturale per avere pasta di colori diversi o essenze per aggiungere del profumo. Le dosi non sono da intendersi in modo rigido: sperimenta, cominciando con piccole quantità, fino a raggiungere la consistenza che preferisci.

DIDO': ricetta adatta anche per i bambini più piccoli e per chi soffre di intolleranze al glutine.

Ingredienti:

- 1 tazza di crema di riso
- 1 tazza di amido di mais
- 1/2 tazza di acqua
- 40 ml di olio
- Colorante alimentare a piacere



SABBIA CINETICA: per sviluppare la manualità e divertirvi con i vostri bambini.

Ingredienti:

500 gr di amido di mais

500 gr di semolino

200ml di olio Johnson e olio di mandorla

Versare per ultimo l' olio e mescolare fino ad arrivare ad una morbida consistenza. Utilizzare del colorante alimentare per ottenere della sabbia di diversi colori



SALE COLORATO

Ingredienti:

- sale fino
- sale grosso
- gessetti colorati
- pennarelli
- tempere
- colorante naturale

CON IL GESSETTO:

- versare una manciata di sale fino in un piatto
- sfregare un gessetto colorato nel sale, mescolando di tanto in tanto con il gessetto, fino a raggiungere un colore uniforme
- ripetere l'operazione per tutti i colori che si desiderano creare
-



CON IL PENNARELLO:

- versare la quantità di sale fino desiderata all'interno di un bicchiere di plastica
- stappare il pennarello scelto e immergerlo con la punta rivolta verso il basso nel sale
- mescolare il sale, effettuando movimenti circolari con il pennarello finché il sale non cambierà completamente la sua cromia
- lasciar asciugare per qualche minuto

CON LE TEMPERE:

- versare in una ciotolina un po' di tempera del colore desiderato e diluirla, aggiungendo un po' di acqua
- quando la miscela non troppo densa è pronta, aggiungere i cristalli di sale grosso.
- mescolare fino a quando il sale avrà assorbito il colore
- lasciare asciugare il sale colorato per circa un'oretta



CON COLORANTE ALIMENTARE: per mantenere il sale un ingrediente commestibile

- riporre in una ciotola il sale, che può essere grosso o fino in base alle preferenze e alle esigenze di utilizzo
- versare sopra mezzo bicchiere di succo di limone da distribuire accuratamente, mescolando bene
- diluire in un po' di acqua il colorante alimentare e versarlo sul sale
- mescolare fino a che la colorazione non diventerà uniforme
- asciugare il sale in forno a bassa temperatura per un paio d'ore

