

Sapete stimolare lo sviluppo di vostro figlio?



Il bambino fa le sue esperienze da solo...
In fin dei conti tutti prima o poi imparano a camminare e a parlare!

A volte giochiamo insieme. Ma non sempre funziona...

DEVE diventare un genio, così cerco di stimolarlo in mille modi.

Se avete barrato la prima casella, questo libro fa al caso vostro: leggetelo!
Dopo non sarete più gli stessi...

Se avete barrato la seconda casella, questo libro fa al caso vostro: leggetelo!

Se avete barrato l'ultima casella, questo libro fa al caso vostro: leggetelo!

INTRODUZIONE

In sintesi: vostro figlio non è ancora nato e già siete presi in un vortice di dubbi esistenziali che vi impedisce di chiudere occhio... Dovrete forse frequentare un master in attività della prima infanzia per dargli delle buone basi? Come stimolarlo con attività divertenti senza che diventi per voi una specie di corvée? Quali sono i giochi migliori da proporgli?

Questa guida piena di idee interessanti vi svela i principi fondamentali del metodo Montessori e vi spiega come applicarli a casa vostra, per rendere il vostro bambino protagonista della sua crescita e aiutarlo a fare progressi secondo i propri ritmi. Che nutriate curiosità o interesse per la pedagogia Montessori, oppure che siate prevenuti o non abbiate mai sentito parlare prima di questo metodo educativo, faremo di tutto per rispondere alle domande che vi ponete – e anche a quelle che non vi fate – e mostrarvi in che modo le attività Montessori potranno semplificarvi la vita. Sì, sì. Promesso.

Ma non temete: non per questo diventerete il prototipo del genitore perfetto. Lo sapete già, è deprimente essere perfetti, e richiede molto, troppo lavoro. E poi, il più delle volte è solo una pura illusione.

In questo libro vi illustreremo i principi fondamentali del metodo Montessori in grado di aiutarvi nella vita di tutti i giorni, conditi con un pizzico di umorismo (potrà servire quando sarete costretti a chiudervi in bagno per avere quattordici secondi scarsi di tranquillità) e qualche consiglio per farvi sentire meglio. Perché sperimentare fa parte della vita, soprattutto quando si diventa genitori.

A COSA SERVE

stimolare lo sviluppo del neonato?

Abbiamo posto questa domanda a diverse persone.
Ecco le loro risposte.

• **La risposta di zia Lucetta, 84 anni e più decrepita di Lucy:** "Assolutamente a niente. D'altra parte, a che serve un neonato nei primi mesi? Per caso è rimasta una fetta di torta alla crema?".

• **La risposta dei genitori prima del parto:** "A instaurare un rapporto speciale, un attaccamento particolare. E poi, a pagina 37 di *Sono un genitore perfetto* c'è scritto che è importante".

• **La risposta dei genitori dopo due mesi di nottate in bianco:** "Shhhhh! Non svegliatelo! Ah no, non era questa la domanda?".

• **La risposta del fratellino e della sorellina più grandi:** "Devo prestargli le mie macchinine? No? Meno male!" e "Posso prenderlo in braccio e vestirlo come una bambola? No? Uffa!!!" e "Ho il permesso di cantargli una canzoncina? Ahhhh, forte!!!".

• **La risposta di Maria Montessori:** il bambino si sviluppa molto prima della nascita, quando è ancora nel grembo materno. I rumori esterni, la voce della mamma, le carezze, i sapori, sono tutte occasioni di crescita. Fin dalla nascita, l'ambiente in cui vive gli permette di imparare, di costruire se stesso. La primissima infanzia, da 0 a 3 anni, rappresenta il momento più importante del suo sviluppo e della sua formazione in quanto essere umano.

Annotate qui la vostra risposta alla domanda: potrà essere divertente rivederla quando avrete finito di leggere questo libro!

.....
.....
.....

#SERATA DISCO NEL PANCIONE



LA CAMERETTA

Immaginate di guardare il mondo dalla prospettiva di un bambino di 2 anni. Che dobbiate alzare la testa per osservare un quadro appeso alla parete, che non possiate prendere nessuna delle cose che vi servono, sedervi in poltrona a leggere un libro, o ammirarvi a figura intera in uno specchio. Un problema, vero? Il metodo Montessori restituisce la cameretta al bambino. Perché sì, dopotutto è la sua stanza, e allora per quale motivo dovrebbe essere a misura di adulto? Questo spazio deve essere pensato in funzione del suo sguardo.

È necessario delimitarne gli spazi, ciascuno dotato di una propria funzione, in modo che il piccolo possa tenerli ben separati a seconda dei momenti: questo accorgimento è in sintonia con il periodo sensibile dell'ordine.

- **Un angolo nanna** (vedi la parte dedicata al lettino montessoriano, pag. 46).

- **Un "nido"**, cioè uno spazio riservato al gioco e alle attività di scoperta, dotato di un materassino o un morbido tappeto, e di un gancio fissato al soffitto (o analogo dispositivo che consenta di appendere una giostrina, una campanella, un anello di prensione), ripiani bassi su cui sistemare ordinatamente alcuni giocattoli adatti ai bisogni del momento, uno specchio che permetta al bimbo di osservarsi a figura intera e davanti una sbarra orizzontale a cui potrà aggrapparsi quando deciderà di stare in piedi. Quando il piccolo comincerà a camminare, il materassino per le attività dovrà

essere sostituito da un tavolino e una sedia su misura.

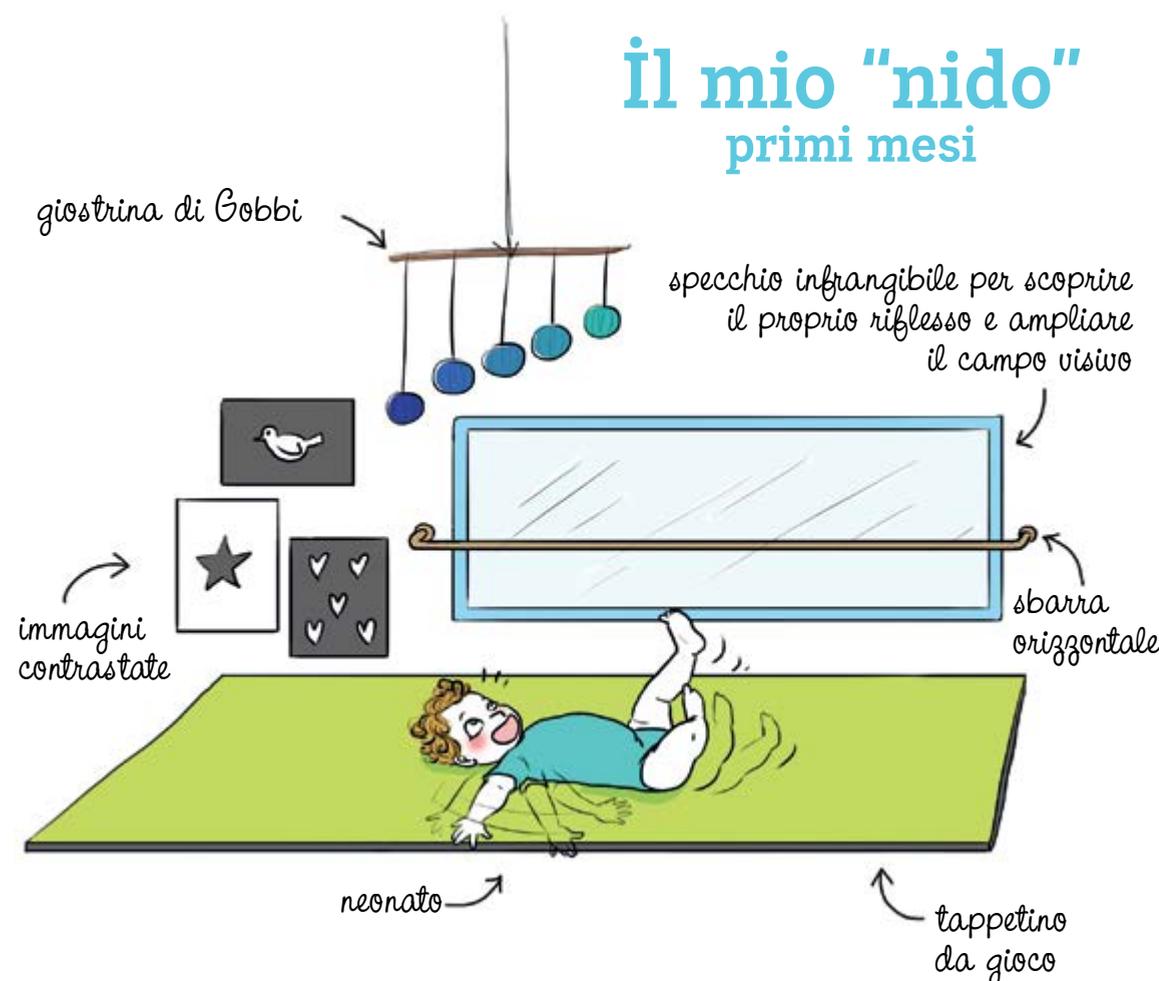
- Se lo spazio lo consente, un accogliente **angolo lettura** distinto da quello riservato alle attività: pouf, cuscino, poltroncina, una lampada e alcuni libri adatti all'età del bambino e sistemati frontalmente su un ripiano alla sua portata per stimolare il piacere della lettura.

- **Un angolo igiene** con i prodotti collocati su un ripiano alto, inaccessibile al bambino.

- **Un guardaroba ad altezza di bambino**, in cui sistemare i suoi abiti in modo ordinato, per aiutarlo a diventare sempre più autonomo.

In sintesi, la cameretta deve essere lo spazio riservato a vostro figlio, in cui potrà dormire, sognare, giocare, imparare, concentrarsi, scoprire le cose e se stesso.

Il mio "nido" primi mesi



E l'arredo?

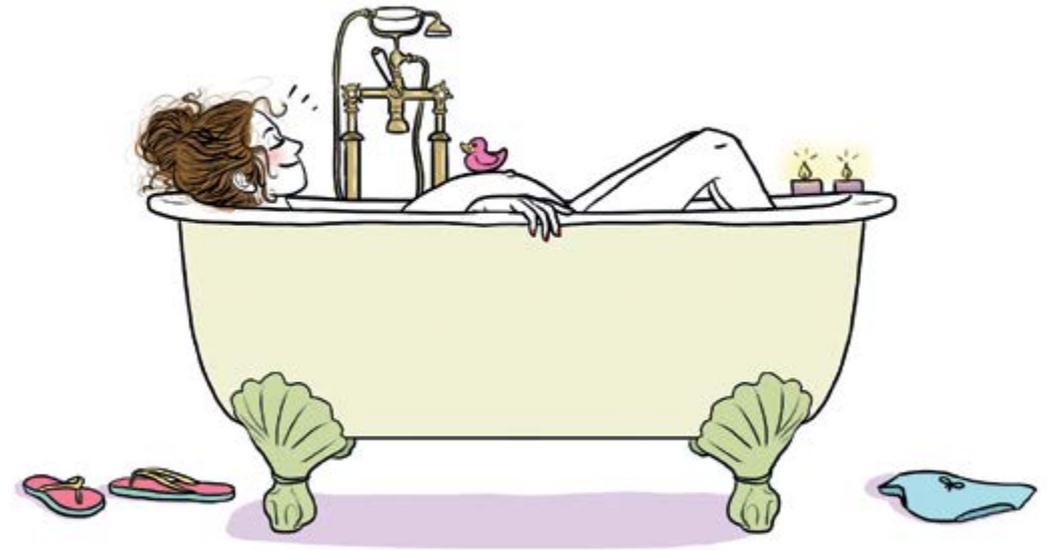
Per quanto riguarda l'arredo, se siete fan del death metal o avete sempre sognato di dipingere un enorme squalo su una delle pareti, dimenticatevelo (lo stesso dicasi per una riproduzione della Cappella Sistina sul soffitto; com'è risaputo, il troppo stroppia). Al limite ne potrete riparlarvi quando vostro figlio sarà adolescente (non preoccupatevi, capiterà

presto, mooolto presto). Pensate piuttosto a un arredo semplice, rilassante, senza fronzoli. È una cameretta, non un museo pop rock. Per i primi mesi optate per immagini in bianco e nero (il neonato non percepisce subito i colori, meglio scegliere qualcosa di più contrastato), aggiungendo poi qualche piccolo tocco di colore, pochi giochi... l'ideale per la concentrazione di vostro figlio.

— ATTIVITÀ RITUALI —

da svolgere durante la gravidanza

Già prima della nascita è possibile stimolare lo sviluppo del bambino. Il fatto di sentirlo muoversi non ha solo un effetto rassicurante per la futura mamma (sempre un po' stressata!), ma diventa a dir poco emozionante quando si riesce a farlo reagire (e non solo mangiando cioccolato, che potrebbe essere dannoso per il fegato e il peso!). Ecco alcuni suggerimenti per interagire con il proprio figlio già durante la gravidanza.



1 Parlare al bambino, in diversi momenti della giornata e a seconda delle situazioni: quando siete da sole e tranquillamente sdraiate sul divano, nel bus affollato (dove nessuno vi ha ceduto un posto a sedere), durante una riunione di famiglia (anche mentre lo zio Gustavo che si rifiuta di mettere l'apparecchio acustico urla per raccontare la sua vita)... In questo modo potrà riconoscere la vostra voce nonostante i rumori esterni.

2 Indossare una bola messicana per mamme in attesa. Si tratta di un ciondolo di forma sferica da portare all'altezza del ventre, e che, quando ci si muove, produce un suono dolce e rilassante (o fastidioso, dipende da chi lo ascolta!). Potrà essere utilizzato anche dopo la nascita, perché ha un effetto rassicurante sul neonato.

3 Accarezzarsi la pancia, facendo correre le dita sulla pelle, picchiettando delicatamente, premendo... in attesa di sentire il bimbo che scalcia (ahi!) (sì, ma in ogni caso fa bene).

4 Fargli ascoltare diversi tipi di suoni e di musica, anche quelli che non avete l'abitudine di ascoltare.

5 Chiedere al papà, a fratelli o sorelle più grandi o a chi preferite di parlare con il nascituro e di sfiorarvi la pancia (che bello sentire il tocco delle dita ciocciole dei bambini!). Non permetterlo invece a chi scambia il pancione per un portafortuna: "Non è un rimedio contro la malasorte. Potrebbe pure portarti iella, maleducato!".

6 Utilizzare i mezzi a disposizione, in base alle vostre preferenze: aptonomia, preparazione al parto in acqua, canto prenatale, yoga... Ciò che ci fa stare bene fa bene anche al bambino. Spetta a voi scegliere il metodo di rilassamento più indicato per prepararvi al parto nel migliore dei modi! (E per il vostro benessere, sempre più istituti propongono massaggi specifici per le future mamme: lasciatevi tentare!).

7 Bere una bevanda fresca e dolce: vedrete come reagirà il piccolo... Attenzione però a non esagerare: vi piacerebbe essere svegliate da una doccia gelata? Non proprio, vero? Ma con l'avanzare della gravidanza scoprirete che cosa è meglio per il vostro angioletto! (Non ricorrete a questa scusa per divorare una tavoletta di cioccolato dopo l'altra, o potreste pentirvene!).

8 Lasciatelo dormire! Quando siete stanche non vi piace essere svegliate. Allora non disturbate il suo riposo quando non ha voglia di muoversi. Così eviterete di stressarlo (vi restituirà il favore più tardi!).

9 Praticate qualche esercizio di respirazione: se vi sdraiate tranquillamente e rallentate il respiro, inspirando ed espirando con calma, siate certe che il piccolo lo apprezzerà e saprà come dimostrarvelo!

10 Concedetevi un bel bagno. Né troppo caldo né troppo freddo, facendo ciaf-ciaf nell'acqua e, soprattutto, cercando di rilassarvi... Farà bene a entrambi. Allora la parola d'ordine è: godetevi questo momento!

COMUNICARE CON I SEGNI

Per comunicare con un bambino che ancora non sa parlare, può essere utile adottare la lingua dei segni. Che cosa significa?

Si tratta di associare alle parole dei segni fatti con le mani mentre si parla al bimbo. Non rientra propriamente nell'approccio Montessori, ma è un metodo considerato molto efficace. Attenzione: come per gli altri metodi proposti nel libro, non c'è niente di obbligatorio!

Qual è l'obiettivo?

Per un bimbo piccolo può essere frustrante non riuscire a farsi capire. La lingua dei segni per bambini (derivata da quella dei non udenti ma semplificata e adattata ai più piccoli) può aiutarlo a comunicare più facilmente. Il principale obiettivo è favorire, attraverso la gestualità, la comprensione tra noi e nostro figlio, attirandone più agevolmente l'attenzione. Ma soprattutto, ricorrendo fin da subito a questo metodo, il neonato sarà in grado di utilizzarlo a sua volta già verso gli 8 mesi. Sarà perciò capace di esprimere precocemente bisogni e desideri, senza più la necessità di piangere o scatenare crisi di collera per manifestare il proprio disagio, quando ancora non è in grado di pronunciare tre parole di fila. Ciliegina sulla torta, sembra che l'uso della lingua dei segni favorisca la capacità di apprendimento, la coordinazione occhio-mano, la concentrazione e, ovviamente, un buon rapporto con i genitori. Secondo alcuni studi, anche l'autostima

ne uscirebbe rafforzata. Insomma, una scelta positiva per tutti!

Come fare?

Per iniziare, imparate ad associare ad alcune parole-chiave i segni corrispondenti. Ripeteteli sistematicamente davanti al bambino, in modo che possa vedervi bene. Utilizzatevi mentre state giocando, cantando, raccontando storie. Di solito, quando vostro figlio comincerà a dire "ciao" e "bravo" con i gesti, significa che è pronto a comunicare con voi attraverso la lingua dei segni.

È importante però lasciare al bambino la possibilità di seguire i propri ritmi, come per tutti gli altri tipi di apprendimento, ricordando sempre che non può imparare tutto allo stesso tempo.

Buono a sapersi

È stato dimostrato che il ricorso alla lingua dei segni non ritarda ma, al contrario, favorisce l'acquisizione del linguaggio verbale. È un'opportunità in più sia per vostro figlio sia, di conseguenza, per voi!

MANTENERSI IN FORMA

con il bambino

Durante il primo anno di vita di un figlio, la vera difficoltà sta nel trovare un po' di tempo per sé. L'idromassaggio lascia il posto al bagnetto del neonato, gli esercizi di squat alle sedute di "cucù" sul divano, il footing a qualche giro con il passeggino per farlo addormentare all'ora del riposino. Insomma, è la catastrofe più assoluta, anche per i nostri addominali.

E se unissimo l'utile al dilettevole? Se trovassimo il modo di svolgere attività stimolanti per il pargolo "lavorando" al contempo per avere glutei alla Jennifer Lopez o pettorali alla James Bond?

Lo yoga

Potete dedicarvi a questa disciplina con il vostro tesoro che vi osserva, sdraiato sul suo tappetino da gioco... beandosi del vostro atteggiamento zen. Potete praticarlo a casa oppure frequentare un corso nelle vicinanze.

La danza con marsupio

Esistono corsi di ballo per neomamme che danzano tenendo il piccolo in un marsupio o in una fascia portabebè. Noi facciamo attività fisica mentre lui si sveglia a ritmo di musica! E inoltre è un'occasione d'oro per incontrare altre mamme e andare a bere una cioccolata calda all'uscita dal corso... Non vorrete rinunciarvi, no?

La ginnastica con il passeggino

È anche possibile frequentare corsi, spesso tenuti all'aperto nelle giornate di bel tempo, che insegnano a (ri)scoprire i muscoli mentre il piccolo sonnecchia o borbotta chiedendosi come mai mamma o papà hanno la faccia rossa come un peperone... Divertente, no?

La corsa con un passeggino adatto

Si può iniziare con una camminata veloce aumentando progressivamente il ritmo, mentre il marmocchio ne approfitta per farsi un sonnellino o scoprire il mondo comodamente seduto nel suo passeggino... Impagabile!

Le flessioni

Mettete sdraiato il bebè ed eseguite le flessioni sopra di lui. Una volta tanto, non vi accaserete come un sacco vuoto, e potrete dargli un bacio a ogni piegamento... Ideale per rafforzare il legame con il bambino, anche perché lo troverà molto divertente!

— CREARE — un libro tattile

Un libro tattile, che cos'è? Morbido come un peluche, facile da afferrare e da mordicchiare, offre al bambino mille possibilità di sentire, toccare, sfiorare con le dita, e anche di mordere (non dimentichiamo che, appena può, il piccino si mette tutto in bocca).

Il libro tattile è un oggetto molto pratico perché racchiude in sé una moltitudine di divertenti scoperte per il nostro frugolletto. (Fa anche risparmiare spazio nella borsa del cambio, strapiena di indumenti, pannolini, biberon e quant'altro). In commercio se ne trovano di ogni genere, belli da vedere e molto colorati, anche sonori e con parti da sollevare, girare, accarezzare, tirare, osservare. E poi, abituare il bimbo all'oggetto libro fin dalla primissima infanzia è sicuramente un buon modo per farglielo amare. Di sicuro ne troverete qualcuno che vi piacerà, ma se preferite potete creare il "vostro" (o, meglio, il "suo", ma si sa, ogni genitore va sempre orgoglioso delle proprie creazioni!).

Come fare?

Date libero sfogo alla fantasia, ma prima dovrete procurarvi:

– del filo robusto e una perforatrice per unire le pagine tra loro, dopo averle incollate su un cartoncino rivestito con un tessuto che servirà da copertina;

– materiali diversi: feltro, velluto a coste, stoffa ruvida, spugna, sughero, tela cerata, tappi di bottiglia ecc.;

– oggetti che possano produrre un suono: campanelle, buste plastificate, velcro, cerniere ecc.;

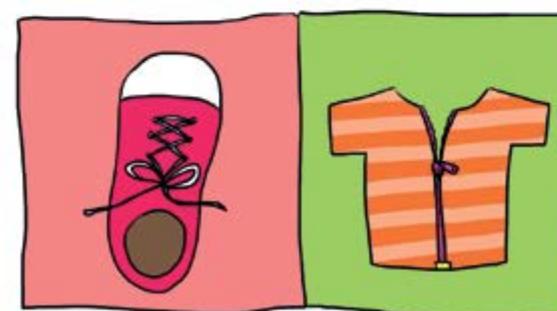
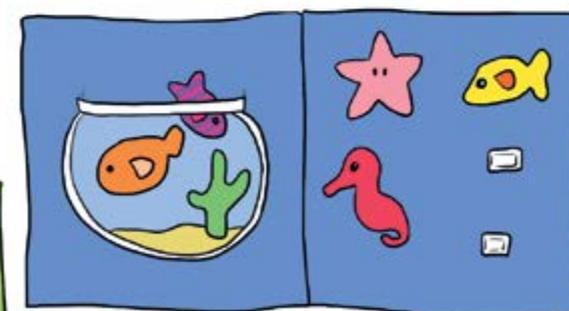
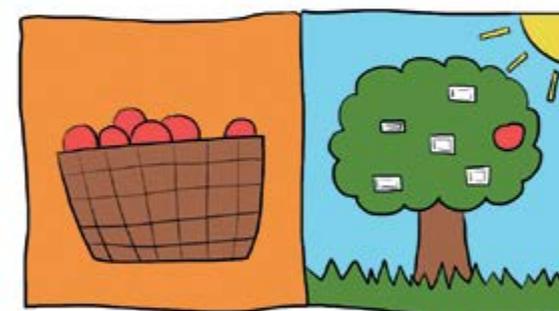
– un foglio a specchio per permettere al bambino di ammirarsi.

Se siete abili con ago e filo, potete anche creare qualche simpatico personaggio con tessuti diversi.

Se l'idea di realizzare questo libro tattile vi attrae, è molto probabile che ne creerete diversi in grado di soddisfare le esigenze di vostro figlio...

(E se avete letto questo testo dicendovi che non vi sognate neppure di provarci, potrebbe comunque essere una buona idea da inserire nella lista dei suoi regali di Natale: qualche nonna esperta in questo genere di lavori magari provvederà!).

Qualche idea per realizzare il vostro libro tattile



12 ATTIVITÀ MONTESSORI

da inserire nella shopping list

Spesso, per il compleanno o a Natale, i parenti vi chiedono che cosa farebbe piacere ricevere a vostro figlio. Vi ritrovate perciò in difficoltà se, nello spirito Montessori, i giocattoli di plastica non vi attraggono in modo particolare.

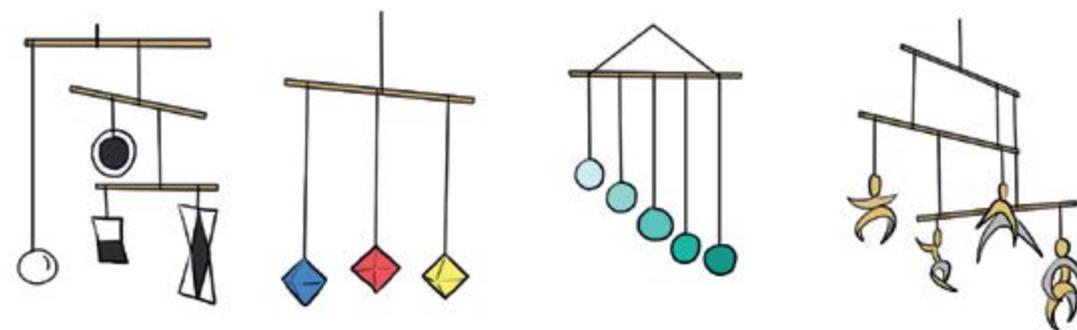
Non preoccupatevi. Ci sono tante belle attività Montessori da inserire nell'elenco dei regali destinati al bambino.

Secondo Maria Montessori, le attività da proporre al bambino devono essere esteticamente gradevoli, comportare una certa difficoltà ed essere anticipate, nella misura del possibile, da una presentazione. Con questa top 12 non potrete sbagliarvi!

- Una giostrina Montessori, alla nascita.
- Un sonaglio a doppio disco, alla nascita.
- Un sonaglio "a gabbietta" di legno, dai 3 mesi.
- Palle colorate per lo sviluppo sensoriale e la prensione, dai 3 mesi.
- Pioli verticali (e poi orizzontali) su cui infilare i dischetti, con una base prima mobile e poi fissa (dal più semplice al più complicato), dagli 8 mesi.
- Un banco per martellare, da 1 anno.

- Una scatola per imbucare (gioco di forme a incastro), da 1 anno.
- Puzzle semplice con una o con tre forme (cerchio, quadrato, triangolo).
- Un carrello da spingere, per sviluppare la motricità globale.
- Un piccolo abaco in legno, dai 2 anni.
- Figure realistiche come gli animali Schleich, per sviluppare il linguaggio e arricchire il cesto dei tesori (idem per gli strumenti musicali e gli oggetti di uso quotidiano).
- Il gioco dei chiodi, dai 3 anni circa.

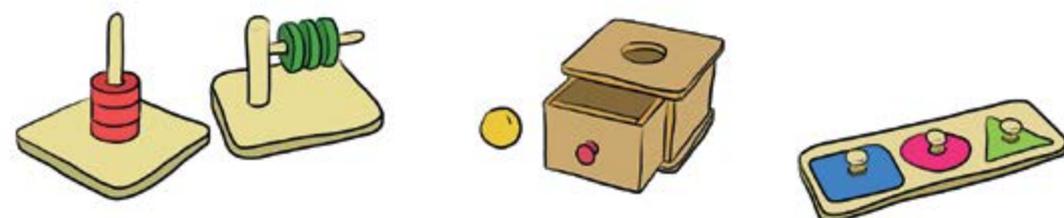
Per il momento si tratta di piccoli giochi poco costosi... Ma dopo i 3 anni alcuni comporteranno una maggiore spesa: non rifiutate i regali di vostra suocera o di zia Lucetta!



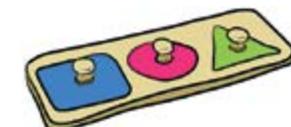
Giostrine Montessori: Munari, ottaedri, Gobbi e ballerini



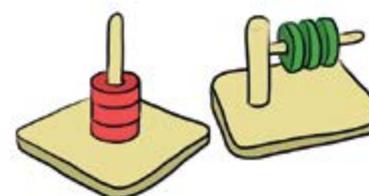
Palle sensoriali



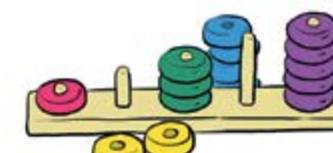
Scatola per imbucare



Puzzle semplice



Pioli per infilare i dischetti



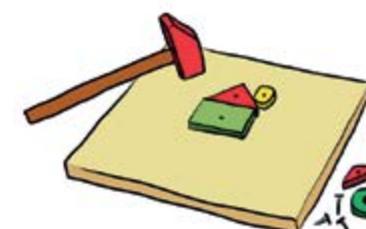
Abaco



Figure di animali



Carrello da spingere



Gioco dei chiodi