

**SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA**
Azienda Unità Sanitaria Locale di Imola
DSM-DP UOC NPIA
Programma Autismo – Centro Autismo

Attività motorie

Con il termine abilità motorie si definiscono le azioni che vengono eseguite con il corpo intero (abilità grosso-motorie) o con le mani (abilità fino-motorie). Attraverso la ripetizione del gesto possono essere apprese e consolidate e ricorrono in modo automatizzato in seguito ad un processo di apprendimento.

Alcune caratteristiche delle abilità motorie sono:

- Si sviluppano a seguito delle esperienze effettuate e al progressivo affinamento della precisione e della coordinazione dei movimenti.
- Tanto maggiore è il numero delle esperienze motorie già vissute, tanto maggiore sarà la capacità di costruirne delle nuove e più evolute.
- L'apprendimento motorio si realizza tramite la ripetizione di movimenti sempre uguali (ripetere 500 volte il palleggio a terra) o in condizioni di "plasticità" (sperimentare diverse modalità di palleggio, in condizioni continuamente variate per tipo di palla, finalità del gesto, spazio, interazione con altri soggetti...). Quest'ultimo tipo di apprendimento consente una vasta gamma di utilizzi delle abilità acquisite e rappresenta la base indispensabile per successivi apprendimenti.
- Il processo di apprendimento motorio si realizza, come per l'apprendimento cognitivo, in relazione alla capacità di percezione, elaborazione e interpretazione degli stimoli, all'influenza dei fattori motivazionali, alle caratteristiche del feedback.

Generalmente nell'ambito dell'insegnamento è utile suddividerle in attività fino-motorie e in attività grosso-motorie.

Attività fino-motorie

Aiutano i bambini ad allenare e a sviluppare la coordinazione oculo-manuale, cioè la capacità di far funzionare insieme, in modo coordinato, la percezione visiva e l'azione delle mani per eseguire compiti di diversa complessità.

Per sviluppare questa capacità occorre eseguire esercizi e compiti che le allenino, partendo dalle forme più semplici e grossolane per via via accrescere la precisione e la complessità dell'esecuzione.

Di seguito alcuni esempi di attività da eseguire **stando a casa**:



Prendere un cartone rigido (per es. una parte di uno scatolone) e ritagliare delle semplici forme che poi il bambino dovrà reinserire come se fosse un incastro.



Fare piccole palline con il didò (o con un impasto di acqua e farina) e premere con il dito per creare un buco al suo interno.



Prendere un barattolo con coperchio di plastica sul quale effettuare un buco rettangolare dal quale il bimbo deve far passare dei tappi.



Prendere un barattolo con coperchio di plastica sul quale effettuare due tagli per formare una X dal quale il bimbo, facendo pressione, deve far passare le palline.



Prendere un barattolo con coperchio di plastica sul quale effettuare diversi buchi dai quali il bimbo deve far passare dei pezzettini di cannucchia.



Sul coperchio di una scatola effettuare buchi di forme diverse per inserire gli oggetti nella forma corrispondente.



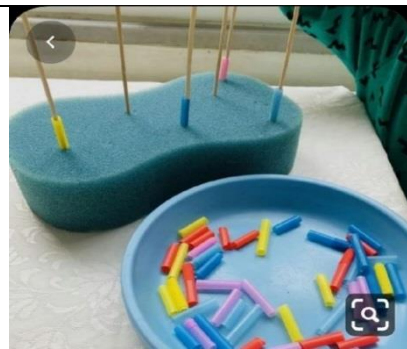
Prima colorare la pasta con le tempere e poi infilarla nello spago per formare collane o braccialetti.



Far passare un laccio da scarpe attraverso i maccheroni (o un qualsiasi formato di pasta con i buchi) incollati su un cartoncino.



In una superficie morbida come il didò inserire delle cannucce (o spaghetti) nelle quali infilare i maccheroni.



Inserire in una spugna degli spaghetti nei quali infilare dei pezzettini di cannucce colorati.



Con l' utilizzo di una pinza di plastica spostare delle palline morbide (o altri piccoli oggetti) da un contenitore ad un altro.



Tagliare in pezzettini delle cannucce colorate e poi infilarle in uno spago per formare collane o braccialetti colorati.

Attività grosso-motorie

Sono tutte quelle attività che stimolano la coordinazione, l'equilibrio e che riguardano le abilità richieste per controllare i muscoli più grandi delle braccia, delle gambe e del tronco.

Ad esempio le palle di media grandezza da lanciare e afferrare; giocare a campana o camminare lungo una linea per migliorare l'equilibrio dei bambini. Le stuoie e i tappetini sono utili per esercitarsi a fare capriole in sicurezza, mentre la coordinazione migliora con l'uso di corde per saltare o trasportando oggetti mentre si cammina su una linea.

Di seguito alcuni esempi di attività da eseguire **stando a casa**:



Prendere un lenzuolo e disegnate con la tempera vari percorsi di diverso colore.



Attaccare sul pavimento righe di scotch carta di diverso colore per creare differenti percorsi.



Riempire le bottiglie di acqua, chiuderle bene e lanciare dei cerchi per centrarle.



Con del cartone creare dei cerchi da lanciare per centrare il tubo avanzato della carta cucina.



Riutilizzare il coperchio di una scatola facendogli un buco e con dentro una pallina. Camminare senza farla cadere nel buco.



In un coperchio di una scatola creare un percorso attaccando dei legnetti (es. gli stecchi dei gelati) e facendo dei buchi lungo il percorso. Si deve far arrivare la pallina fino alla fine senza farla cadere.



Creare dei buchi abbastanza grandi su dei bottiglioni vuoti (es. quelli dell'acqua distillata) e lanciare le palline per fare canestro (le palline si possono creare arrotolando della carta stagnola).