



È L'ORA DI LAVARSI

ABILITA' COINVOLTE:

- attenzione
- memoria
- percezione
- prassie coordinazione
- linguaggio
- funzioni esecutive (sequenzialità, controllo, pianificazione, automonitoraggio)
- ragionamento, problem solving, decision making
- conoscenze matematiche, letto-scrittura
- autonomia
- affettività
- orientamento spazio-temporale



LAVARSI LE MANI Affinare questa apparentemente semplice e frequente azione quotidiana (soprattutto di questi giorni!) è un work-in-progress per i bambini! Muovere indipendentemente le varie parti della stessa mano, coordinare le due mani tra loro, concatenare una serie di passaggi, sono acquisizioni graduali nello sviluppo, e lavare le mani è una di quelle attività che le sollecita. ■ ■

Se si osserva un bambino in varie fasi della sua crescita si noterà la grossolanità che caratterizza i gesti nella prima infanzia (che si fatica a distinguere dalla velocità con cui il bambino liquida il rito!), e come via via essi diventino più “morbidi”. Quando è possibile svolgete anche voi insieme a lui/lei il lavaggio delle mani, compiendo le azioni con gesti calmi e chiari, i quali potranno pian piano essere memorizzati e interiorizzati, permettendo così un ulteriore passo verso l’indipendenza e nel contempo allenando le capacità di memorizzare e pianificare un’azione complessa. ■ ■

Per aiutare il bambino ad orientarsi in questa procedura in modo autonomo, possiamo appendere accanto al lavandino delle immagini che rappresentano in sequenza le diverse azioni da compiere, anche quelle che ci sembrano più ovvie, come ad esempio “aprire il rubinetto” per iniziare (vedi in fondo alla scheda “*Lavarsi le mani – sequenza visiva*” e scaricala dal nostro sito [News - Centro Terapeutico Montessori](http://www.centroterapeuticomontessori.it/news)). ■

Diamo importanza all’igiene delle mani, senza diventare ossessivi, abituiamoli fin da piccoli a questa prassi, invitandoli a lavarsele con cura. Un aiuto può essere quello di soffermarsi sulle diverse parti che compongono la mano, magari menzionandone il nome e accrescendo quindi anche la conoscenza delle parti del corpo e della loro posizione. ■

Il lavaggio delle mani è anche un’esperienza sensoriale che i bambini scoprono spontaneamente. Far scivolare una mano sull’altra, intrecciare le dita, sentire il sapone e l’acqua tra di loro, variare la temperatura dell’acqua (calda, fredda, tiepida), la sua pressione e quantità (“ne facciamo uscire poca”, “ne facciamo uscire tanta”), la sensazione di morbidezza del sapone e del suo profumo, sono tutte esperienze ed esperimenti su cui avrete sicuramente osservato i bambini dilungarsi più di una volta. ■ La consapevolezza corporea e la cura autonoma di sé stanno germogliando in quel gesto, fin da piccini. ■

Per rendere al bambino più facile l’attività di lavaggio in completa autonomia ci si può avvalere di uno sgabellino che servirà per arrivare all’altezza del lavandino, ricordandosi, inoltre, di sistemare il sapone alla sua portata, così come l’asciugamano (magari appendendolo ad un gancetto a ventosa basso) in modo tale che possa prenderlo e riporlo a posto da solo. Impugnare la linguetta dell’asciugamano e sistemarla nel gancio è un importante allenamento fine motorio. Anche salire e scendere dallo sgabello rappresenta un esercizio complesso, soprattutto per i più piccoli, permette infatti di sperimentare le proprie forze, mantenere l’equilibrio, esercitare la coordinazione e il problem solving (come ci arrivo?). ■ Cambiargli il posto ogni tanto, come ad altri elementi, può stimolare il bambino a cercarlo, a non abituarsi ad avere tutto pronto, o ad arrendersi davanti alla sua assenza. ■

A questo proposito è rilevante mantenere di routine un certo ordine, che agevoli l'organizzazione autonoma del bambino e solo talvolta modificare alcuni aspetti per stimolarlo. Se invece il disordine è routinario il bambino sarà meno invogliato a cercare quello che gli serve.



LAVARSI I DENTI I movimenti richiesti per lavarsi i denti sono un lavoro di coordinazione complesso. La mano deve muovere uno strumento, che dovrà andare a toccare parti del corpo per lo più precluse alla vista durante l'operazione, in direzioni diverse in uno spazio ristretto. ■ Per imparare questa sequenza di schemi motori che verrà poi svolta in automatico, il bambino si basa sull'integrazione di rimandi sensoriali tattili (le mucose della bocca sentono lo spazzolino), propriocettivi (dai vari muscoli del volto: bocca aperta, bocca chiusa, lingua su... e di mano e braccio), visivi (allo specchio, che inizialmente può fuorviarlo ma è importante fornirgli comunque questa ulteriore "fonte di informazione"). ■

Oltre a questi, è fondamentale quello che il bambino può imparare guardando svolgere questa gestualità raffinata dall'adulto o dai fratelli (N.B. il discorso è generalizzabile a qualsiasi altro apprendimento motorio), perché solo così ha modo di osservarne la scorrevolezza, e farla propria verosimilmente attraverso popolazioni di neuroni che permetterebbero l'apprendimento per imitazione (oltre ad altre funzioni), creando un vero e proprio "calco" dell'azione osservata fare da altri e traducendola in movimenti propri. Invitiamo quindi il bambino a farlo insieme a noi, mentre svolgiamo i movimenti in modo chiaro e sequenziale, perché lui/lei possa vedere.

Il lavaggio dei denti richiede anche altri importanti movimenti di coordinazione oculo-manuale e motricità fine. Svitare e riavvitare il tappo del dentifricio, cercare di far combaciare il tappo al contenitore per la sua chiusura, è affinamento motorio. Stiamo sviluppando la muscolatura del polso e la capacità di impugnare uno strumento (lo spazzolino, il dentifricio con una mano, e con l'altra il piccolo tappo). ■ Allo stesso modo che per le mani, anche il lavaggio dei denti può essere accompagnato da una scheda visiva che ne rappresenti le sequenze in ordine temporale per sostenere la possibilità del bambino di seguire la sequenza (vedi in fondo alla scheda "Lavarsi i denti – sequenza visiva" e scaricala dal nostro sito [News - Centro Terapeutico Montessori](http://www.centroterapeuticomontessori.it/it/news.html)).

Allo stesso scopo è importante accompagnare, ogni volta possibile, lo svolgimento dell'operazione con la verbalizzazione dei passaggi in modo che il bambino abbia una guida in più da memorizzare. Questo può agevolare l'apprendimento per alcuni motivi: si può avere facilità a memorizzare informazioni più per via visiva o più per via verbale, a seconda dello "stile cognitivo" personale, ma soprattutto, è dall'integrazione delle due "guide" che abbiamo il massimo rendimento in ogni caso (N.B. questo principio è generalizzabile all'apprendimento di qualsiasi azione complessa o sequenza). ■ ■ ■
L'utilizzo di una clessidra per un'accurata igiene dentale, consente, inoltre, di accorgersi del tempo già trascorso e di quello ancora rimasto, aumentando la capacità di percezione del tempo e di attesa. ■ ■ ■



RIEMPIRE LA VASCA O PREPARARE LA DOCCIA Scegliere la temperatura dell'acqua prima di farsi il bagno consente al bambino di fare esperienza tattile, di concertarsi sulle sensazioni termiche date dalla temperatura dell'acqua (percezione del caldo e del freddo). ■

Coinvolgerlo nella preparazione del bagno, passando in rassegna tutti gli accorgimenti necessari a farsi il bagno (mettere un tappetino ai piedi della doccia, preparare l'accappatoio sul calorifero in modo che sia bello caldo, mettere a portata di mano la crema e le spazzole che si useranno dopo...) allena le capacità di organizzazione e pianificazione oltre ad arricchire il vocabolario. ■ ■ ■

Si può chiedere al bambino di occuparsi di riempire la vasca fino al limite delimitato o da un segno specifico (una linea colorata) oppure tenendo come punto di riferimento limite una parte della vasca, facendo esperienza diretta di concetti come quantità e volume. ■ ■ Il bambino dovrà mettere in gioco la concentrazione, la capacità di controllo e di attesa. ■ ■



INSAPONARSI Può diventare esercizio di percezione del proprio corpo, di scoperta e presa di coscienza delle diverse parti che lo compongono, aumentando così l'acquisizione dello "schema corporeo", quindi della capacità di usare il proprio corpo come punto di riferimento nello spazio. ■

Nominare ogni singola parte del corpo e chiedere al bambino di muoverla e di insaponarla consente, inoltre, di ampliare il lessico, di creare un collegamento tra mente e corpo, il nome viene elaborato collegando il pensiero all'azione, aumentando le probabilità che venga memorizzato. ■ La progressione può essere quella di fare conoscere al bambino i nomi e la distinzione delle principali parti del corpo per poi passare man mano a quelle più specifiche.



SVESTIRSI Regolare questa attività seguendo precise sequenze temporali permette sia di semplificare il procedimento, discriminando i diversi gesti da compiere (*prima* ci togliamo le scarpe, *dopo* pantaloni, *poi* la maglietta...e così via), sia l'acquisizione di importanti concetti temporali, come quello del "prima" e del "dopo". ■ ■ ■ ■ ■

Togliersi da solo i pantaloni o la maglietta richiede equilibrio, coordinazione e concentrazione ■ nonché inventiva. ■

Per favorire l'autonomia nel riordino, può essere utile lasciare a disposizione una piccola cesta, facilmente accessibile, dove poter inserire da solo i panni sporchi, se vogliamo possiamo applicarvi un'etichetta con disegnato una maglietta e dei pantaloni macchiati, accompagnati dalla scritta "cesta dei panni sporchi".



ASCIUGARSI Percepire al tatto le parti del corpo bagnate o ancora umide che necessitano di essere asciugate, soffermarsi sul profumo della pelle pulita e spalmarsi la crema, sono per il bambino ottime occasioni di stimolazione sensoriale. ■

Usare un piccolo asciugacapelli (ad esempio quello da viaggio), può permettere di provare ad asciugarsi i capelli in autonomia, magari coordinando entrambe le mani: quella che impugna il phon e l'altra che tiene la spazzola. ■



GIOCARE CON L'ACQUA Immersi nella vasca da bagno possiamo conoscere l'acqua in modo personale e attivo mettendo in campo i propri sensi: il tatto (sensazioni termiche, tattili, gli oggetti diventano più scivolosi quando sono bagnati!..), la vista (il colore dell'acqua, la dimensione degli oggetti che viene alterata quando li immergiamo!..), l'olfatto (i profumi, il vapore...), l'udito (il rumore dell'acqua, l'eco del suono...). ■ Bagnare e strizzare la spugna, riempire e svuotare un dispenser, travasare l'acqua da una ciottolina all'altra, sono tutte attività di manipolazione e di allenamento della concentrazione. ■ ■

Come dei piccoli scienziati si può osservare e sperimentare le diverse proprietà fisiche dell'acqua, come ad esempio il galleggiamento, e collegato a questo principio allenare il senso barico (la capacità di riconoscere il peso dell'oggetto) constatando se lo stesso affonda o galleggia. ■



ASCIUGARE L'ACQUA DAL PAVIMENTO Organizzare insieme ciò che è necessario per riportare il bagno alla condizione di essere riutilizzato può richiedere importanti capacità di problem solving, di organizzazione e pianificazione. ■ ■ ■

- Cosa ci serve? passiamo in rassegna tutti gli strumenti che potrebbero esserci utili (uno straccio, un panno... etc.)
- Quando? Definiamo una sequenza temporale delle azioni da compiere (prima asciugo le ante della doccia, poi passo lo straccio...)
- Divisione dei compiti (io mi occupo di questo, tu di questo... coordiniamoci!) ■

Asciugare le ante della doccia o il lavabo con movimenti lenti e circolari, passare lo straccio impugnando il bastone (se possibile procurarsene uno più piccolo di modo che sia più agevole) sono attività di allenamento della coordinazione, della motricità fine e grosso motoria. ■ ■

Ognuno può scegliere e fare come può, dando il suo piccolo contributo nel mantenimento e nella cura del proprio ambiente.

“E’ l’ora di lavarsi” fa parte della Collana #IORESTOACASA E CRESCO CON IL METODO MONTESSORI ESPERIENZE DI VITA PRATICA.

(tutti gli altri fascicoli sono scaricabili dal nostro sito al link [News - Centro Terapeutico Montessori](http://www.centroterapeuticomontessori.it/it/news.html))

Tutte le sequenze visive sono scaricabili dal nostro sito alla sezione news:
[News - Centro Terapeutico Montessori](#)

lavarsi le mani - sequenza visiva - corsivo

Lavarsi le mani



apro il rubinetto



prendo la saponetta



mi lavo le mani



risciacquo le mani



chiudo il rubinetto



mi asciugo le mani

Grafica realizzata da Antonella Bertorello per Centro Terapeutico Montessori

Progetto ideato e curato da Hilary Napoli, Francesca Donato, Doriana Allegri

<http://www.centroterapeuticomontessori.it>

lavarsi i denti - sequenza visiva - corsivo

Lavarsi i denti



bagno lo spazzolino



apro il dentifricio



metto il dentifricio
sulla spazzolino



spazzolo a lungo i denti



risciacqua la bocca



speto l'acqua
nel lavandino



asciugo la faccia



risciacqua lo spazzolino

Grafica realizzata da Antonella Bertorello per Centro Terapeutico Montessori

Progetto ideato e curato da Hilary Napoli, Francesca Donato, Doriana Allegri

<http://www.centroterapeuticomontessori.it>