

ANDRÒ ALLA SCUOLA PRIMARIA ... COME MI PREPARO?

**Le competenze da mettere nello zaino
Mamma, papà, mi aiutate?**



A cura di: Scuole dell'Infanzia paritarie e statali del Comune di San Vito al Tagliamento
Istituto Comprensivo "Margherita Hack" e Centro di Ascolto e Orientamento – UTI Tagliamento

Quali sono le competenze migliori per “andare bene” anche alla scuola primaria? Abbiamo pensato a questo libretto sperando possa aiutare voi genitori dei bambini “grandi” a valorizzare tutto quel che di buono state già facendo e magari ad individuare altri piccoli e grandi obiettivi da raggiungere, uno alla volta, giorno per giorno, insieme ai vostri bambini, per aiutarvi a stare meglio e proseguire la strada insieme.

Buona lettura! Le insegnanti delle Scuole dell’Infanzia di San Vito al Tagliamento

- “Don Antonio D’Andrea” Prodlone
- Fondazione Falcon Vial “A. e G. Fabrici”
- Fondazione Falcon Vial “G.P. e F. Morassutti”
- “Gianni Rodari” Ligugnana
- Paritaria Integrata Specializzata *la Nostra Famiglia*
- “Sacro Cuore di Gesù” Savorgnano
- “Santa Teresina del bambin Gesù” Gleris



in collaborazione con

le insegnanti della scuola primaria dell’Istituto Comprensivo “Margherita Hack”

e il Centro di Ascolto e Orientamento – AMBITO SOCIO ASSISTENZIALE TAGLIAMENTO



**SONO
CAPACE
DI FARE
DA SOLO**



Mi vesto (scelgo cosa mettere, quando possibile), mi svesto da solo (vestiti e scarpe) e so dove riporre le cose, vado in bagno e mi tengo pulito, mi lavo le mani, i denti, la faccia, mi lavo sotto la doccia, mi soffio il naso (e mi procuro il fazzoletto), mangio composto a tavola, mi passo il pettine, la spazzola tra i capelli ...

Sono capace di organizzarmi e giocare da solo per qualche tempo

Tengo in ordine le mie cose, le ripongo correttamente, mi rifaccio il letto

Riesco a gestire lo spazio in cui gioco o faccio dei lavoretti rispettando i limiti stabiliti da mamma e papà

I bambini per sentirsi capaci ed avere una buona **autostima** hanno bisogno di **imparare a fare** sempre di più **da soli**. Dedichiamo del tempo a mostrare loro come si fanno le cose, lasciamoli sperimentare e anche sbagliare fino a quando ci riescono. È importante che, quando li aiutiamo, li coinvolgiamo e ci accertiamo che stiano attenti, in modo che possano imparare e ripetere le azioni da soli nel modo corretto. Così agendo, gradualmente ci possiamo fare da parte e permetteremo loro di cavarsela anche in nostra assenza..

Diamogli tempo e aspettiamo se sono in difficoltà: incoraggiamoli a riprovare e interveniamo quando effettivamente necessario/ci viene richiesto. In questo modo gli dimostriamo che abbiamo fiducia in loro.

Sbagliare è il modo più potente **per imparare** (che significa provare e riprovare, nonostante i fallimenti, non perdere la fiducia in se stessi, dosare gli sforzi, tenere presenti i progressi). Bravi non si nasce, si diventa. Sbagliare permette di assumersi le proprie responsabilità e riparare. Nessuno è perfetto. Se puntiamo ad essere perfetti e non sbagliare, ci paralizziamo e non ci proviamo neanche.

Se sbagliano, cerchiamo di valorizzare quello che andava comunque bene. Spieghiamo chiaramente quello che ci aspettiamo e i limiti della loro libertà. Comandano sempre mamma e papà. Se ci sono dei pericoli diamo loro indicazioni concrete su come riconoscerli e come comportarsi (fai attenzione a....). Se i pericoli sono troppo grandi per loro, diamo veri e propri divieti (Questo non puoi farlo!).

Anche quando non vanno a scuola organizziamo la giornata coinvolgendoli (finita la colazione, ci si veste, poi aiuti a preparare la tavola,.... la tv si vede solo a quell'ora...), se opportuno anche con dei disegni, dando così loro il modo di organizzarsi anche in autonomia nel passaggio da un momento all'altro e di rispettare le necessità di tutti i membri della famiglia.

Per riflettere:

- ✓ È autonomo?
- ✓ Cosa è capace di fare da solo?
- ✓ Su cosa posso aiutarlo a migliorare?
- ✓ Lo lascio provare?
- ✓ Gli do il tempo di farlo?
- ✓ Accetto che possa sbagliare o fare in modo diverso dal mio?
- ✓ Stabilisco e faccio rispettare i limiti alla sua autonomia in modo chiaro?
- ✓ Sullo sviluppo, il potenziamento di quali autonomie concentrerò la mia attenzione in questo periodo?



SO ASCOLTARE, SO ASPETTARE



Mi fermo, ascolto e comprendo quello che dicono mamma e papà guardandoli negli occhi

Sono capace di ripetere quello che mi è stato detto

Seguo con attenzione e rifletto sulle letture, le conversazioni e i racconti che ascolto (almeno 15 minuti)

Esprimo a parole le mie idee, le mie opinioni, i miei desideri

Attendo il mio turno, accetto senza drammi di dover aspettare per fare una cosa che mi piace

Per comprendere e vivere serenamente le situazioni, i bambini hanno bisogno di **imparare a fermarsi** e a prestare attenzione agli stimoli che ricevono. Una competenza che dobbiamo coltivare insieme a loro.

I bambini imparano ad ascoltare se vengono ascoltati. Un ascolto globale (quello che dicono con le parole, con l'atteggiamento, i silenzi), necessario per capire il loro punto di vista e i loro sentimenti, senza giudizi o pretese di "saperne più" e di decidere noi che cosa devono pensare o provare. "Quello che dici, quello che pensi, quello che senti, quello che desideri... mi interessa!" Diamo loro il tempo di esprimersi, senza interrompere o "mettere in bocca" le parole. Cerchiamo insieme a loro le parole più "giuste" per nominare sentimenti, emozioni, desideri confusi...

È importante **trovare il tempo per ascoltarli.** Non necessariamente subito, nel momento in cui ci viene richiesto se per noi non è possibile, ma in un tempo ragionevole per loro sì. Fermiamoci, rimaniamo concentrati, con lo sguardo rivolto su di loro. Insegniamo a rispettare anche i nostri tempi, a rispettarci. E ad aspettare, facendo posto agli altri. Se si intromettono costantemente nei discorsi altrui, perché sentono di non controllare l'urgenza di comunicare la propria idea o le proprie necessità, dobbiamo essere fermi e insegnare loro via via a tollerare attese sempre più lunghe. L'autocontrollo sarà fondamentale nella vita.

Cultiviamo il **dialogo** con i bambini. Hanno bisogno di sapere cosa accade e li riguarda e di poter dire quello che pensano. Insegniamo loro ogni giorno nuove parole, per dargli maggiori possibilità di descrivere quello che sentono e quello che pensano. In presenza di situazioni nuove o difficili è importante spiegare ai bambini cosa sta accadendo, con parole semplici, chiare, adeguate all'età, senza drammatizzare. Frasi brevi, che potranno essere ampliate se e quando richiesto dai bambini. Hanno bisogno di sentire la nostra sincerità (niente bugie!) e la disponibilità a ripeterci, se necessario, ad incoraggiarli senza pressioni ad esprimersi, ad accogliere le loro osservazioni e le domande (anche difficili!). Rispettiamo i loro silenzi e i loro tempi.

Per riflettere:

- ✓ Trovo il tempo per ascoltarlo e rispondere alle sue domande? Lo ritengo sufficiente?
- ✓ Quali delle sue domande mi mettono più in difficoltà? Cosa rispondo?
- ✓ Mi interesso, gli faccio delle domande per capire meglio quello che pensa e desidera?
- ✓ Gli chiedo di raccontare quello che è successo, quello che ha fatto, aiutandolo ad andare oltre alle risposte "SI" o "NO"?
- ✓ Rispetto i suoi silenzi e i suoi tempi nelle domande e nelle risposte?
- ✓ Mi assicuro di avere la sua attenzione prima di fargli delle richieste/comunicazioni importanti? Come?
- ✓ Faccio promesse/accordi che poi rispetto?
- ✓ Mi sforzo per trovare i momenti, le parole e i modi più adatti per rispondere alle sue domande?
- ✓ Riesco a fare in modo che impari ad aspettare il proprio turno?
- ✓ *Come gli ho spiegato la situazione in cui stiamo vivendo (mascherine, distanziamento ...)? Come ha reagito? Come ho risposto alle sue domande in merito? Come penso la stia vivendo?*

SONO CAPACE DI SUPERARE LE DIFFICOLTÀ, SOPPORTO LA FATICA

Rispetto le regole di mamma e papà

Accetto senza drammi quando non posso fare quello che voglio (anche se non mi piace)

Se una cosa non mi riesce o perdo ad un gioco, ci riprovo e non mi arrendo subito

Non mi arrendo e cerco possibili soluzioni ai problemi

Mi impegno, cerco di fare le cose con cura, al mio meglio



I bambini diventano autonomi se hanno fatto esperienza di una guida sicura. Attraverso **limiti e regole**, insegniamo loro ad organizzare le proprie energie, a superare la confusione, a portare a termine le attività, a sopportare la fatica e le frustrazioni. Se facciamo da guida crescono sereni e sicuri di sé (anche se alcune volte sono molto contrariati!!) perché sentono che c'è chi si occupa e si preoccupa per loro... si sentono importanti e al sicuro. I bambini fanno esperienza di sicurezza, possono affidarsi a qualcuno più grande e forte ed essere dipendenti, in una fase della vita di grande fragilità, per diventare pienamente indipendenti in futuro.

Un bambino senza regole si sente disorientato, senza ordine... in pericolo. Se **diciamo dei NO** e li facciamo rispettare, dimostriamo loro che possono sopportarlo, che sono forti e ce la faranno; possono così imparare a superare le difficoltà e a fare fatica, impegnandosi per raggiungere un obiettivo.

Dicendo chiaramente dei NO **aiutiamo i bambini a capire i confini** tra ciò che si può e ciò che non si può fare; li spingiamo alla ricerca di soluzioni alternative – quelle non vietate – (**sviluppo della creatività**) e li portiamo ad iniziare a ragionare sulle conseguenze delle proprie azioni (**sviluppo del pensiero critico e del senso di responsabilità**). Quando i bambini ricevono dei NO entrano in contatto con la propria tristezza e con la propria rabbia che, accompagnati, potranno imparare a superare, per arrivare ad accettare “il limite”.

Di fronte alle loro reazioni emotive cerchiamo di rimanere fermi e calmi, di non farci trascinare. Accogliamo tutte le emozioni che stanno vivendo (sono legittime), ma non modifichiamo la nostra posizione, solo per non farli piangere o per farli smettere di urlare. Non li aiuteremo a crescere.

Se sapremo farlo, li attrezzeremo per le difficoltà della vita.

Una regola deve essere “possibile” per i bambini, adeguata all'età, importante, significativa per noi (dobbiamo crederci per primi) condivisa tra mamma e papà e con chi si prende cura di loro, chiara e motivata con parole semplici e frasi brevi.

Se trasgredita, deve comportare una conseguenza. Le regole governano le ROUTINE quotidiane e rispondono ai bisogni dei bambini (sonno, cibo, gioco ...). È opportuno avvisarli per tempo dei limiti che stanno valicando, di quello che può succedere e far loro affrontare le conseguenze del proprio comportamento (necessario per imparare ad assumersi delle responsabilità ed ad acquisire i comportamenti corretti). Es. giocando con il bicchiere (nonostante il divieto) rovescia l'acqua: lo invito a pulire ed asciugare il tavolo.

Sarebbe bene inoltre non "punire a distanza" (es. a Natale niente regali!) ma rimanere nel presente (i bambini a quest'età non hanno ancora così chiaro il senso dello scorrere del tempo).

Tra genitori è opportuno **fare squadra** (riconoscersi il potere reciprocamente), non svalutarsi, non delegare, non discutere su questo in presenza dei bambini (se non siamo d'accordo ne parliamo in privato).

Così come quando accettano le nostre regole e i NO, anche quando non riescono a fare qualcosa, o ad esempio perdono ad un gioco, i bambini vivono un momento di grande fatica. Un momento in cui è facile per loro rinunciare o gridare ed arrabbiarsi nel tentativo che gli altri, la situazione, cambino in loro favore "per farli stare meglio". Se **manteniamo la calma**, se non ci sostituiamo a loro o gliela diamo vinta, potremo aiutarli a crescere e a diventare più forti. È importante insegnare loro a fare fatica. A riprovare quando non riescono immediatamente a fare qualcosa. Aiutandoli a superare la rabbia, la delusione, la tristezza... e a ripartire più motivati di prima. Insegniamo ad accettare la sconfitta e a provare a riuscirci ogni volta un pochino di più. Ad accettare che non sempre otteniamo subito quello che vogliamo e a godere dei risultati raggiunti dopo i tanti sforzi fatti.

Se necessario aiutiamoli a farcela affrontando un problema alla volta, per riuscire a correggere gli errori che stavano facendo. Stimoliamoli a cercare possibilità alternative. Coltiviamo il desiderio di raggiungere l'obiettivo (pensa che bello sarà quando ... se non ci riprovi non vivrai quella esperienza ...) ed esortiamoli a non abbandonare. Non possiamo fare questi passaggi al posto

loro. Talvolta diamo loro tempo prima di riprovarci ... ma **esortiamoli a non mollare**. Valorizziamo i risultati che raggiungono e tutti gli sforzi che hanno saputo fare (batti il cinque!! Sei stato davvero bravissimo!) Aiutiamoli se necessario via via a curare i dettagli, a fare un passetto di più per arricchire i propri risultati, rispettando e accogliendo le loro caratteristiche, i loro tempi proposte e desideri. La cura che dedichiamo alle cose che facciamo è un riflesso della cura che abbiamo di noi stessi, della capacità di ascoltarci, delle risorse che riconosciamo di avere.

Per riflettere:

- ✓ **Stabilisco ed esprimo con chiarezza regole e limiti, accertandomi che li comprenda?**
- ✓ **C'è sintonia sulle regole tra mamma e papà?**
- ✓ **Come reagisco io quando le cose non vanno come voglio o la situazione è difficile?**
- ✓ *Riesco a vivere questo momento difficile in modo sufficientemente sereno? Che cosa mi aiuta in questo? Quali soluzioni ho trovato?*
- ✓ *Riesco ad accettare e rispettare le limitazioni che ci sono imposte?*
- ✓ **Quali sono le situazioni in cui penso che lui sperimenti una "sana" fatica?**
- ✓ **Mi chiede aiuto quando è in difficoltà?**
- ✓ **Quando è in difficoltà lo lascio vincere, lo aiuto, lo distraigo per evitargli la sofferenza o penso che debba imparare a superarla "senza trucchi"?**
- ✓ **Riesco a rimanere abbastanza calma/o e ad aiutarlo a superare il momento di difficoltà?**
- ✓ **Cosa faccio per incoraggiarlo a riprovarci o a non arrendersi?**

SONO CAPACE DI GESTIRE LE MIE EMOZIONI



Nomino le mie emozioni, le so riconoscere (sono arrabbiato, sono triste....)

Riesco a collegare i fatti alle emozioni (sono arrabbiato perché....)

Sono capace di esprimere le emozioni senza esagerare e trovo delle soluzioni per superarle o accetto di essere aiutato a fare questi passaggi

Sono capace di riconoscere le emozioni degli altri

Le emozioni sono **informazioni** profonde ed **importanti** sulla nostra vita che, se gestite al meglio, possono aiutarci a vivere bene con noi stessi e con gli altri. La paura ci informa sui pericoli che possiamo incontrare (ci invita alla prudenza), la rabbia ci dice che ci sono dei bisogni importanti che non sono soddisfatti (ci invita ad attivarci per farlo), la felicità ci dice che alcuni bisogni importanti sono stati soddisfatti (ci invita a goderne) e la tristezza ci dice che abbiamo perso o stiamo perdendo qualcosa di importante (ci invita a riflettere sulle priorità).

Le emozioni senza controllo possono crearci dei problemi e un grande senso di disorientamento. Le emozioni non si imparano: **vivono dentro di noi**. Il modo con cui le esprimiamo (o non le esprimiamo) è legato alla cultura e alla nostra storia personale. Spesso è condizionato dai permessi che abbiamo ricevuto o meno. **La famiglia è la “scuola”** nella quale apprendiamo i primi insegnamenti riguardanti la vita emotiva. Qui impariamo come dobbiamo sentirci riguardo a noi stessi e quali saranno le reazioni degli altri ai nostri sentimenti. Così come accade per i nostri bambini, anche noi lo abbiamo imparato dai nostri genitori. Poi la vita, gli incontri, i percorsi fatti possono aver arricchito o aver modificato il nostro bagaglio.

I bambini hanno bisogno di genitori presenti nell'accogliere e accompagnare i loro vissuti, soprattutto nei momenti emotivamente importanti: le piccole e grandi conquiste e le piccole grandi sconfitte che incontrano, la nascita di un fratellino, i momenti di passaggio e cambiamento, i lutti, i momenti di festa e quelli difficili in famiglia... Lì è bene esserci per loro in modo particolare, con la mente e con il cuore, per sostenerli dove non ce la fanno da soli.

Se resistiamo alla tentazione di “scappare” cercando di distrarli o di risolvere, eliminare noi il problema al posto loro, possiamo avere una importante occasione per crescere insieme. Possiamo anche imparare a fare quello che magari i nostri genitori non hanno saputo fare per noi (UN'EVOLUZIONE!).

I bambini hanno bisogno di **imparare a riconoscere ed esprimere adeguatamente le loro emozioni**.

Aiutiamoli a dare un nome a quello che sentono prevalentemente nel loro corpo e a trovare il modo per esprimerle e gestirle, senza farsi del male e non facendo del male a nessuno.

I bambini hanno bisogno di essere accolti nelle loro emozioni, ma anche di essere fermati (con decisione, se necessario) quando le esprimono nel modo sbagliato. Possono essere arrabbiati, ma questo non giustifica che alzino le mani su mamma e papà (e viceversa ... sarebbe giusto! Anche mamma e papà dovrebbero riuscire a non alzare le mani su di loro, dando l'esempio ...). Anche **i libri aiutano** e permettono di riconoscerle nelle esperienze dei loro protagonisti: storie di chi ha paura, di chi è arrabbiato, di chi è molto felice oppure è solo. I bambini, aiutati anche dall'adulto che risponde alle loro domande e li stimola, possono così imparare a collegare le emozioni (che ciascuno vive dentro di sé) ai fatti che accadono. A volte ci chiedono di rileggere sempre la stessa storia: per piacere, per approfondire alcuni aspetti, per partecipare o essere rassicurati dal fatto "di sapere già quello che accadrà". Possiamo anche invitarli a **disegnare, colorare, dipingere, dare forma** con la pasta di sale ... a come si sentono "dentro". Poi è importante che li aiutiamo a gestirlo nel modo migliore, **individuando strategie positive per tenere a bada e attraversare** le proprie emozioni. Una volta che le abbiamo riconosciute, possiamo più facilmente aiutare i bambini a trovare la via: a trovare forme "buone" per esprimere l'energia eccessiva che sentono nel corpo (se sono arrabbiati), ad individuare strategie intelligenti per evitare i pericoli senza rinunciare alle esperienze (se sono impauriti), a trovare il modo di ricucire legami dolorosamente interrotti (quando sono tristi).



A differenza degli adulti, che spesso hanno la mente altrove e sono distratti, i bambini tendenzialmente vivono con piacere e interesse il momento presente. Facciamoci guidare da loro! Cerchiamo il più possibile di garantire un clima sufficientemente sereno e di avere un atteggiamento accogliente e disponibile. Se sentite che è troppo difficile, ricordate che potete contare anche su di noi: non siete soli!

Per riflettere:

- ✓ **Mi sento capace di gestire le mie emozioni?**
- ✓ **Quali emozioni mi mettono più in difficoltà? Quali preferirei evitare?**
- ✓ **Cosa faccio quando mio figlio esprime quelle emozioni?**
- ✓ **Riesco ad accoglierle senza giudicarle?**
- ✓ **Riesco ad esprimerle senza perdere il controllo?**
- ✓ **Quali strategie ho imparato?**
- ✓ *Quali sono le emozioni che mi attraversano in questo periodo?*
- ✓ *Quali sono le più faticose da gestire?*
- ✓ *Con chi posso parlarne? Con quali effetti?*
- ✓ **Cosa mi aiuta a gestire, a non farmi sopraffare dalle emozioni negative? SE HO BISOGNO POSSO CHIEDERE AIUTO**



**STO BENE INSIEME
AGLI ALTRI,
SO FARE
GRUPPO
E COLLABORARE**



Sono capace di gestire i conflitti senza esagerare

Riesco a giocare o a fare delle cose insieme agli altri senza impormi

Sono capace di esprimere chiaramente i miei bisogni, i desideri, le preoccupazioni

Sono capace di rinunciare a qualcosa per il bene altrui

Mi preoccupo per gli altri, mi interesso se sono in difficoltà

Rispetto i limiti, i NO degli altri, le loro esigenze

Mi rendo utile, collaboro per raggiungere risultati comuni

È fondamentale aiutare i bambini a vivere buone relazioni con gli altri. Aiutarli a considerare altri punti di vista, le diverse esigenze e a collaborare per il raggiungimento di obiettivi comuni, superando il proprio egocentrismo.

La famiglia è il primo gruppo con il quale il bambino si confronta. È importante per lui imparare a farne parte dando il proprio contributo, secondo le sue capacità e le sue possibilità, che variano in funzione anche dell'età. È il modo migliore perché anche a scuola questa competenza possa esprimersi, permettendogli di sentirsi ben voluto ed integrato.

Individuiamo nel tempo **incarichi e responsabilità** che possiamo affidare loro, insegnando come si fa (accompagnandoli nell'autonomia). Farsi il letto, apparecchiare, aiutare a fare le pulizie (e pulire quando sporcano), gestire la raccolta differenziata, riporre i vestiti puliti e stirati nell'armadio, tenere in ordine il proprio angolo giochi, riordinare gli spazi di gioco e di attività quando si interrompono, aiutare a fare e sistemare la spesa, bagnare e curare le piante, occuparsi della cura e dell'alimentazione degli animali domestici ..., ad esempio, rappresentano ottime opportunità per permettergli di fare squadra, contribuire e mettere in campo una serie di competenze fondamentali: logiche, pratiche, organizzative, di responsabilità e affidabilità.

Non è sufficiente che tali competenze si esprimano quando il bambino ha voglia o finché lo ritiene interessante e divertente. Far parte di una comunità significa assumersi degli impegni e **portarli avanti con costanza**. Chiedere un piacere fa conto sulla disponibilità (l'altro può rifiutarsi), impartire dei compiti ricade sull'obbligatorietà. È fondamentale il nostro atteggiamento e che riusciamo ad aiutarli a reggere la fatica e l'impegno. Anche per noi certi compiti possono essere faticosi o noiosi... ma sono necessari per il bene comune!

Insegniamo loro ad essere affidabili e a comprendere le proprie responsabilità. Possiamo **fare** con loro **dei "contratti"** chiari.

Questo significa: parlare di una questione da risolvere/affrontare (anche molto pratica), definire le parti coinvolte, contrattare i compiti di ciascuno (in modo preciso), definire i momenti di verifica, decidere cosa comporta eventualmente non stare ai patti (le conseguenze). Es. “I giochi sono tutti in disordine. Se ora vuoi andare fuori a giocare bisogna che tu li sistemi (secondo gli accordi); io posso aiutarti eventualmente su questo ... Se lo fai potrai goderti questo bel pomeriggio di sole, altrimenti non sarà possibile uscire”.

Fare un contratto, rispettarlo e chiedere al bambino che venga rispettato potenzia l'autostima. Il messaggio che “passa” è: “mi fido, ti stimo, ti lascio crescere, so che ce la puoi fare”. In più li aiutiamo a capire quali sono i comportamenti che approviamo e le loro responsabilità nel non far accadere quello che desiderano. Nel caso di prima, non è che non esco a giocare in giardino perché “la mamma è cattiva”; non esco perché non sono stato ai patti e non ho riordinato.

È importante insegnare ai bambini a **rispettare anche le esigenze degli altri**. Aiutiamoli a riconoscerle e a mettere in campo tutte le loro risorse per rispettarle. Es. “ora tuo fratello sta facendo i compiti, bisogna lasciarlo tranquillo. Mettiti a giocare da un'altra parte, oppure aiutami a ...;” “la mamma adesso deve fare questa cosa. Non posso giocare con te, trova un bel gioco... quando ho finito ti raggiungo” (e poi mantenere l'impegno).



I bambini imparano a stare insieme agli altri ... frequentandoli (a casa se ci sono fratelli, a scuola, nello sport.....). Avere dei **fratelli** rappresenta un'ottima opportunità per fare esperienza della relazione con i pari. Con i fratelli si impara a condividere, contrattare, gestire le rivalità, trovare strategie di convincimento, gestire i conflitti. Possiamo aiutarli molto a superare le loro difficoltà di relazione con i compagni di scuola aiutandoli a gestire meglio le relazioni con in fratelli (o con gli altri bambini che possiamo invitare a casa o incontrare al parco). Senza fare da giudici o da arbitri ("tu fai così ... e tu colà!"), aiutandoli a trovare e sperimentare modalità più efficaci e rispettose, reciprocamente. Osservarli giocare, anche litigare, offre importanti occasioni per conoscerli e comprendere le loro difficoltà e le loro risorse.



Riuscire a risolvere i conflitti (senza alzare le mani) significa maturare una serie di competenze fondamentali: capire cosa voglio io ma tenere conto di quello che desidera l'altro, tollerare le frustrazioni, cercare soluzioni alternative, mediare. Possiamo intervenire quando loro non riescono a gestirlo da soli, sostenendo questi passaggi.

Anche quando **giochiamo con loro** abbiamo grandi possibilità di aiutarli nella relazione. Stabiliamo insieme il tempo possibile per farlo ma, quando lo facciamo, stacciamo il telefono, non facciamoci distrarre e siamo presenti e disponibili. Cerchiamo di entrare nel loro mondo, di cogliere i desideri, i temi che li attraversano (giochi di guerra, case in cui nascondersi, gare, combattimenti...) e delicatamente magari offriamogli degli spunti, delle opportunità per esplorare le diverse possibilità. Facciamogli sapere con chiarezza se il loro modo di giocare ci mette o meno in difficoltà: se si comportano in modo prepotente, ci escludono, o ci sentiamo accolti, cercando insieme a loro delle soluzioni o valorizzandoli quando opportuno.

Curare le relazioni significa anche mantenere i legami, l'appartenenza ai nostri diversi mondi. Anche in questo periodo di grandi limitazioni, aiutiamoli il più possibile a coltivare le loro amicizie e a vivere le relazioni sia all'interno che all'esterno della famiglia, insegnando loro a gestirsi in ambienti diversi, anche in autonomia.



Per riflettere:

- ✓ Quali sono le qualità di mio figlio nella relazione con gli altri (i bambini, gli adulti)?
- ✓ Su quali aspetti fa più fatica?
- ✓ Cosa faccio per aiutarlo a superare le sue difficoltà?
- ✓ Quali giochi mi piace fare di più con lui?
- ✓ Riesco a fare in modo che comprenda e rispetti i miei tempi e le mie necessità?
- ✓ Quali compiti gli affido?
- ✓ Chiedo in modo chiaro la sua collaborazione? Riesco ad ottenerla?
- ✓ Quali opportunità (aspetti positivi) per le relazioni in famiglia, durante questa emergenza?
- ✓ Quali difficoltà nei rapporti tra di noi stiamo vivendo?





**SONO CURIOSO,
INTERESSATO A
SCOPRIRE COSE
NUOVE**

Mi piace essere coinvolto in attività ed esperienze nuove

Sperimento situazioni e proposte diverse

Faccio domande, cerco di capire il funzionamento delle cose... del mondo

Quando non capisco qualcosa chiedo spiegazioni

Mi interesso al mondo dei numeri e delle lettere, sono curioso

Mi esprimo attraverso linguaggi diversi (con le parole, con le mani, con il corpo, con il disegno)

I bambini sono naturalmente curiosi ed aperti alla vita.

Manteniamo viva questa loro caratteristica, che li predispone a continuare ad imparare, motivati e curiosi.

Hanno occasione di imparare ed apprendere in tutte le esperienze che fanno. Quando mostriamo loro il funzionamento delle cose, li coinvolgiamo nei nostri lavori quotidiani, proponiamo piccoli problemi e sfide da risolvere, insegniamo come scrivere il loro nome. La vita è la più grande insegnante. Imparano dalle parole e imparano attraverso il corpo: facendo esperienza, toccando, annusando, osservando. **Coinvolgiamoli** anche nelle cose che ci appassionano: cucinare, leggere, ballare, coltivare la terra, aggiustare le cose... rispondendo alle loro domande, spiegando, aiutandoli a diventare via via più precisi e attenti nel farle insieme a noi, trasmetteremo il piacere di condividere il nostro sapere.

L'italiano, le scienze, la matematica... si imparano così: partendo dall'esperienza diretta e dalla curiosità. Scoprire cose nuove, raccontare, imparare a quantificare il poco e il molto... nascono dall'esigenza di farlo nel quotidiano. Possiamo contare insieme i panni che mettiamo in lavatrice, così come le forchette da mettere a tavola, in base a quanti siamo.



Racconti, filastrocche, canzoncine, pitture, lavoretti... Sono tanti i modi con cui grandi e bambini possono sperimentare ed esprimersi per condividere e dare forma ai propri sentimenti e ai propri pensieri. Evitiamo pressioni o eccessive proposte, per non creare irritazione o ansia da prestazione. Non anticipiamo i tempi!



Non trascuriamo l'**attività fisica**, il movimento: fare le capriole, scatenarsi in balli improvvisati, correre, saltellare, strisciare. Per poter imparare le lettere dell'alfabeto è fondamentale che i bambini si siano esercitati con tutto il corpo, facendo movimento, riproducendo linee rette verticali, orizzontali, curve e cerchi.

Per crescere competenti e sicuri di sé i bambini hanno anche bisogno del **gioco libero e spontaneo**, di silenzio, tempo per annoiarsi, per inventare giochi creativi, di **ricerca, sperimentazione e fantasia**. Il mercato, la TV e la mancanza di tempo hanno ucciso i giochi di ieri, quando con poco si creavano momenti unici e magici e potevamo dare sfogo alla nostra fantasia e creatività.

Ogni volta che possiamo recuperiamo insieme a loro i nostri giochi dell'infanzia o costruiamoli, inventiamoli, utilizzando vecchie scatole, contenitori o materiali di recupero che troviamo a casa. È importante che i bambini siano protagonisti attivi delle loro vite. Diamogli tempo e spazio per esercitare la loro autonomia anche nel gioco e nel tempo libero. Non è necessario offrire sempre loro stimoli e cose da fare. Annoiarsi è un ottimo modo per attivare la fantasia. Girare per casa o in giardino, esplorare i luoghi, può offrire ottime occasioni per inventare giochi o per mescolare ricordi di attività fatte alla scuola dell'infanzia con sperimentazioni e novità. Rendiamoli attivi! Nel tempo libero, che a volte sembra difficile da gestire, evitiamo di lasciar loro utilizzare in autonomia, senza controllo, per un tempo che non sia eventualmente estremamente limitato, **la tecnologia**. Il tablet, gli smartphone, la televisione, se da un lato distraggono il bambino e lo tengono occupato per un po' e possono offrire anche dei momenti di svago e di intrattenimento, hanno il grosso limite di non aiutarlo a sviluppare la capacità di reggere la noia, la fatica, le proprie emozioni negative. Se glielo concediamo ogni volta che sono in difficoltà, il pericolo è che diventeranno sempre più incapaci di farne a meno e di trovare soluzioni alternative, diventandone dipendenti con conseguenze anche molto gravi per il loro sviluppo. Rischiano di abituarlo ad uno stile di gioco e interazione veloce, superficiale, caotico, se non addirittura emotivamente violento (in particolare nel caso di videogames). Interferiscono con il sonno, la concentrazione, possono causare problemi alla vista. I bambini possono avere accesso a contenuti inadeguati alla loro età e dannosi che possono minare la loro serenità e la loro crescita. Non importa quanto apparentemente loro siano "svegli" e competenti nell'uso delle tecnologie: **i bambini non hanno e non possono avere le competenze e la maturità necessaria a gestirli in autonomia**. Siamo noi ad avere questa responsabilità: dobbiamo essere chiari e reggere: stabilire se, quando e per quanto tempo (in ogni caso poco!) potranno accedere a questi strumenti e manteniamo gli accordi. Decidiamo e controlliamo quali a cartoni animati, quali video o giochi possono accedere (adatti all'età!).

Per riflettere:

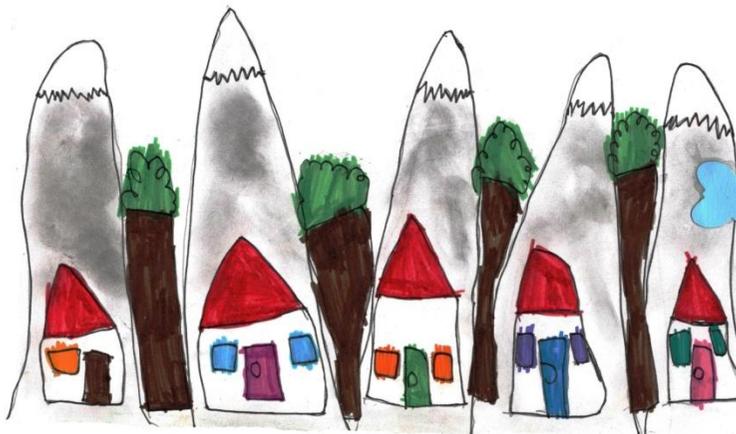
- ✓ **In che modo stimolo la sua curiosità?**
- ✓ **Come lo incoraggio, lo accompagno?**
- ✓ **Riesco ad aiutarlo a superare le sue ansie o paure di non farcela o non essere capace?**
- ✓ **Che cosa mi piace fare, anche nel tempo libero? Lo coinvolgo?**
- ✓ **Quali attività preferisce?**
- ✓ **Sento di gestire il suo rapporto con TV e tecnologia in modo corretto e adeguato alla sua età?**
- ✓ **Io e la tecnologia: riesco a limitarne l'utilizzo a quando strettamente necessario? Quanto invade il mio tempo in famiglia?**
- ✓ **Gli lascio del tempo anche per stare in silenzio, non fare "nulla"?**
- ✓ **E io riesco a vivere questi momenti per me?**

Fermarci a riflettere sui bisogni fondamentali dei bambini per aiutarli ad affrontare al meglio il passaggio alla primaria (in particolare in questo momento) a noi è servito anche a cercare i modi per potenziare l'alleanza educativa con voi genitori, nel rispetto del vostro ruolo e delle vostre competenze. Ci auguriamo di cuore che leggerlo sia stato per voi un tempo utile, magari anche piacevole, e aspettiamo con curiosità i vostri commenti e riflessioni!!



“Le famiglie sono il contesto più influente per lo sviluppo affettivo e cognitivo dei bambini. Nella diversità di stili di vita, di culture, di scelte etiche e religiose, esse sono portatrici di risorse che devono essere valorizzate nella scuola, per far crescere una solida rete di scambi comunicativi e di responsabilità condivise. L’ingresso dei bambini nella scuola dell’infanzia è una grande occasione per prendere più chiaramente coscienza delle responsabilità genitoriali. Mamme e papà (ma anche i nonni, gli zii, i fratelli e le sorelle) sono stimolati a partecipare alla vita della scuola, condividendone finalità e contenuti, strategie educative e modalità concrete per aiutare i piccoli a crescere e imparare, a diventare più “forti” per un futuro che non è facile da prevedere e da decifrare”.

dalle Indicazioni nazionali per il curriculum della scuola dell’infanzia e del primo ciclo di istruzione



Febbraio 2021 - aggiornamento della prima edizione - Aprile 2020

É vietata la copia, la riproduzione, la redistribuzione e la pubblicazione dei contenuti e immagini, non autorizzata espressamente dagli autori.