

La Ruota della giornata



Cari genitori, ribadiamo ancora una volta quanto sia importante per i bambini mantenere una routine durante la giornata, proprio perché non possiamo sapere quando torneremo alla normalità, ed è anche difficile immaginarci come sarà. In un momento di incertezza come questo, le abitudini sono necessarie, ci aiutano a non buttarci giù ma a restare ben saldi.

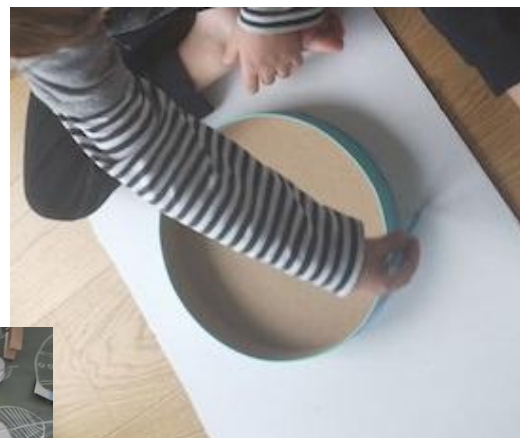
Prima di tutto non si rimane in pigiama, si deve distinguere il giorno dalla notte per non avere l'impressione di non concludere nulla, e non farci scappare tutto di mano sentendoci, a fine giornata, come un criceto sulla ruota.

E'ovvio non sentitevi in colpa se siete più indulgenti e lasciate che i bambini vedano la tv più del solito.

Vi proponiamo costruire con i bambini la "ruota della giornata" Il bambino conoscerà momento per momento cosa deve fare evitando l'ansia di "e ora cosa facciamo?" il bambino non ha la nozione del tempo, ma lo concepisce come una successione di attività e situazioni, "la routine della giornata" può aiutarlo a farlo sentire più consapevole e partecipe di quello che dovrà fare. Inoltre, per loro assumerà un significato di maggiore valenza perché lo hanno costruito loro e, tendenzialmente, saranno più coinvolti nel "rispettarlo".

Ecco come realizzare la vostra ruota

- Prendete un supporto rigido tondo
- suddividetelo per le ore della giornata (potete scrivere le ore oppure ometterle)
- fatelo colorare ai bambini con le tempere
- prendete un rotolino di scotch per ricalcare il cerchio, oppure se avete un compasso fate diametro del vostro



voi dei cerchi del proporzionato a quello supporto di base. Se



avete del cartone incollatelo sotto, in modo da rinforzare il supporto.

- fate disegnare ai bambini le diverse attività che scandiscono la vostra giornata (per facilitare il compito basta anche disegnare un simbolo: lo spazzolino da denti per indicare l'igiene serale e mattutina, oppure un libro per indicare la favola della buona notte, etc)

Se volete sbizzarrirvi potete cercare tra le illustrazioni degli albi che avete a casa immagini che raffigurino la diverse azioni quotidiane e copiarle, oppure farle ricalcare ai vostri figli.

- Procuratevi delle semplici mollette da bucato (in legno che potete colorare) vi serviranno per attaccare e staccare i diversi bollini con raffigurate le attività da svolgere.

Potete scegliere se attaccare il bollino quando l'attività si è svolta e a fine giornata disfarlo tutto per poterlo ricominciare il giorno seguente, oppure potete mettere sulla ruota tutti i bollini e man mano togliere le attività svolte.

Per il bambino è fondamentale sapere di avere un posto preciso nell'ambiente in cui vive, di poter collaborare con l'adulto, insomma, di rendersi utile. Spesso ci dimentichiamo di come piaccia ai bambini essere resi partecipi e motivati anche solo nell'andare a fare la spesa (se si danno loro dei compiti da portare a termine), invece che sentirsi "trascinati" da noi in attività per loro prive di interesse. Prevedete nella ruota anche qualche attività di vita pratica, come ad esempio lavare i piatti, apparecchiare, sparecchiare, etc. Coinvolgere il bambino in attività domestiche significa riconoscerlo come persona, renderlo protagonista, rafforzare la sua fiducia in se stesso e nelle sua capacità.

Buon lavoro! E condividete con noi le vostre bellissime ruote.

