

Psicomotricità

Nei bambini molto piccoli il movimento è strettamente collegato alle emozioni, alle relazioni e agli affetti. La **psicomotricità** ha l'obiettivo di intervenire sulle emozioni attraverso il gioco, il movimento e l'espressività corporea. Al bambino viene quindi data la possibilità di esprimere durante gli incontri di psicomotricità i **propri vissuti** e le **proprie emozioni**, imparando **nuove strategie** e **nuove modalità** per relazionarsi con gli altri e con il mondo esterno.

Inoltre, non meno importante, la psicomotricità permette di intervenire sia su alcune **difficoltà a livello motorio**, come la coordinazione, sia su alcuni aspetti riguardanti, ad esempio, l'interiorizzazione di **concetti spaziotemporali**, la **programmazione delle attività**, le **strategie di analisi e sintesi**, i **tempi attentivi** e l'**elaborazione dei dati percettivi**.

In termini scientifici, la **psicomotricità** è l'insieme di dottrine e pratiche terapeutiche riguardanti l'interazione e l'integrazione tra funzioni motorie, sensoriali e cognitive del bambino.

L'intervento è finalizzato a promuovere le potenzialità di ciascun bambino, stimolando le funzioni necessarie per una crescita sana ed equilibrata ed individuando eventuali difficoltà che potrebbero rallentare il processo di crescita.

Grazie ai trattamenti di psicomotricità ai bambini viene dato modo di **esprimere il proprio corpo** ed è proprio attraverso questo che il bambino può **imparare a gestire il proprio vissuto**, ad **acquisire strategie** che gli potranno essere utili all'interno della vita quotidiana, ma soprattutto potrà **imparare a relazionarsi in modo equilibrato** e funzionale col mondo esterno e con tutti coloro che ne fanno parte.

Tra gli **obiettivi della psicomotricità** possiamo trovare i seguenti:

- facilitare la conoscenza e la consapevolezza del sé corporeo
- migliorare la coordinazione dinamica generale
- facilitare l'interiorizzazione di concetti spaziotemporali
- migliorare le strategie di analisi e sintesi
- migliorare i tempi attentivi
- facilitare la programmazione delle attività
- migliorare l'elaborazione dei dati percettivi
- facilitare lo sviluppo delle tappe evolutive del gioco

Che strumenti utilizza?

La Psicomotricità può utilizzare diverse modalità per interagire con il bambino e favorire l'espressione delle proprie emozioni e lo sviluppo di competenze motorie.

Centrale negli incontri di psicomotricità è il **gioco**, in quanto attraverso questo viene favorita la relazione con il psicomotricista e gli altri bambini, necessarie per la buona riuscita dell'intervento, e il bambino viene stimolato e coinvolto nelle diverse attività che permettono di sviluppare le abilità motorie, cognitive e sociali.

Durante gli incontri, attraverso il gioco e le attività proposte, viene **stimolato il movimento** del bambino, sia negli aspetti di **coordinazione globale** (spostamenti che richiedono equilibrio, forza, scioltezza, ritmo, integrazione del controllo visivo con lo spazio), sia in quelli di **coordinazione occhio-mano** (ad

esempio, lanciare una palla mirando), sia in quelli di **motricità fine** (compiere azioni di precisione con le mani).

Per poter stimolare il bambino vengono utilizzati anche **oggetti ed attrezzi**, a seconda dell'età e delle peculiarità del bambino. Verranno scelti gli oggetti psicomotori (palloni, funi, teli, cerchi, coni, mattoni, cubotti, giochi simbolici e di regole, costruzioni) più indicati a far emergere le potenzialità del bambino in base agli obiettivi.

La **verbalizzazione** di ciò che avviene durante gli incontri è fondamentale per far riflettere il bambino su ciò che è avvenuto e per promuovere la conoscenza reciproca, la comunicazione, l'espressione e il riconoscimento delle emozioni.

Un altro strumento utile per favorire il movimento e l'espressività corporea è la **musica**, in quanto la possibilità di produrre un suono e un ritmo incoraggia l'espressione motoria e favorisce la comparsa di gesti utili allo sviluppo della manualità.

Anche il **disegno** è un altro strumento utile durante gli incontri di psicomotricità, in quanto permette una più facile modalità di espressione per il bambino.

In ogni caso, lo **strumento principale** è l'**attività ludica**: all'interno del gioco infatti è possibile sviluppare le competenze necessarie per la vita quotidiana, senza imporre al bambino attività noiose o eccessivamente strutturate, ma motivandolo e coinvolgendolo.

Questo processo di trasformazione, una volta portato a termine, **rende il bambino più completo e autosufficiente**, maggiormente pronto a rapportarsi col mondo esterno.

v
