

Difficoltà grafo-motorie: cosa fare prima del rientro a scuola? Di Eliana Pagliardi¹

La grafia si è rilassata con le penne a sfera degli anni Sessanta, poi con i pennarelli degli anni Ottanta e infine con l'uso senza dubbio eccessivo della fotocopia, che dispensava gli allievi dallo scrivere. Occorre riabilitare pienamente la scrittura in corsivo e fare della bella scrittura un obbligo reale. Il fanciullo deve riscoprire il piacere dello scrivere. È un modo per lui di essere padrone del suo gesto, di esprimere la sua personalità e la sua identità (Lang, 2002)

Alcuni bambini presentano delle difficoltà grafo motorie che influiscono negativamente sull'acquisizione di un gesto grafico fluido e funzionale, impedendo che la scrittura corsiva diventi, nei primissimi anni della scuola primaria, comprensibile, sufficientemente veloce e, più tardi, si personalizzi diventando rappresentativa della personalità di chi scrive.

Sono molteplici i prerequisiti alla base dell'apprendimento della scrittura: motricità globale e fine, coordinazione motoria, lateralità, coordinazione oculo-manuale, orientamento spaziale e temporale, ritmo, percezione visiva e molti altri.

Allo scopo di rendere il gesto grafico più fluido, fare qualche **esercizio sulla prevenzione o rieducazione** durante l'estate, prima di rientrare a scuola, potrebbe essere d'aiuto per affrontare un anno scolastico con minore disagio.

Importanza del Corpo e Il Movimento

Il movimento è alla base di qualunque gesto, azione compiuta dal corpo, esso riveste un'importanza fondamentale nella scrittura, soprattutto nei casi di disgrafia, dove un gesto grafico fluido si acquisisce attraverso il controllo e la liberazione del movimento.

Sperimentare a livello corporeo globale forme e gesti favorisce la consapevolezza corporea unendo il piacere e l'appropriazione senso-motoria. Qualunque movimento, come girare, rotolare, saltare, esplorare, giocare, tirare, essere tirati, spingere, essere spinti, trasportare o essere trasportati, esplorare ad occhi chiusi oggetti, persone, favorisce il contatto con gli altri.

Danzare liberamente (la danza è un potente mezzo espressivo), consentirà al bambino di percepirsi come unità di corpo e psiche. Lo aiuterà a liberare le tensioni, favorendo pian piano la distensione e il controllo.

A livello grafico

La Linea

Ogni linea può essere rappresentata con il corpo con atteggiamenti e movimenti che si effettuano in diverse direzioni.

La linea orizzontale e diagonale

Con il corpo, si cercano atteggiamenti, posizioni che evocano l'orizzontalità:

- Il bambino si stende su un tappetino, in posizione orizzontale
- In piedi, si piega in avanti per formare un angolo retto e la schiena è in posizione orizzontale.
- In movimento, partendo da sinistra a destra, compie lateralmente passi formando linee orizzontali.
- Con una mano, da fermi o in movimento, si traccia una linea orizzontale procedendo da sinistra verso destra, variandone la lunghezza, la velocità, il ritmo, accelerando e rallentando.

¹Grafologa-Counselor, Rieducatrice della scrittura per bambini, ragazzi e adulti disgrafici.

- **La linea verticale e la linea obliqua.**
- Il bambino cerca posizioni che rappresentino la verticalità.
- Si compiono poi gli esercizi precedenti, tenendo conto che la linea verticale viene tracciata dall'alto verso il basso.
- La linea diagonale può essere invece tracciata nei due sensi: dall'alto verso il basso e dal basso verso l'alto.

Consigli per gli esercizi

Tutti questi esercizi si possono svolgere con un foulard. Il foulard leggero aiuta la scioltezza del gesto/coordinazione e spinge a compiere movimenti fluidi e agevoli. Ciò favorisce la conquista del proprio spazio personale. (cfr. S.Martinet: "La musica del corpo" ed. Erickson)

Una volta appresa la direzionalità dei gesti, l'esercizio si può svolgere a coppie, creando linee in contrasto: il rieducatore traccia una linea orizzontale e il bambino una linea verticale; questo esercizio si può svolgere anche tenendo i foulard tesi con entrambe le mani.

Le linee si traspongono poi sulla lavagna e sul foglio, prima sul piano verticale e poi sul piano orizzontale.

Infine si stimolerà il bambino a rappresentare con il corpo le lettere dell'alfabeto, ad esempio: gli si chiederà di rappresentare con tutto il corpo, poi con le braccia, mani polsi, un cerchio che costituirà la base per scrivere le lettere "o, a, d, g, q". Questo esercizio si può svolgere anche disegnando un cerchio a terra e facendolo percorrere al bambino in senso antiorario.

La Curva (Fig.1 – Fig.2 – Fig.3)²

Il bambino descrive (con il corpo, braccia, gomiti, mano, polso) linee curve variandone l'ampiezza e la velocità. Le curve, nel tracciare il gesto grafico, si riproducono sotto forma di tracciati scivolati, coppe, ghirlande, archi.

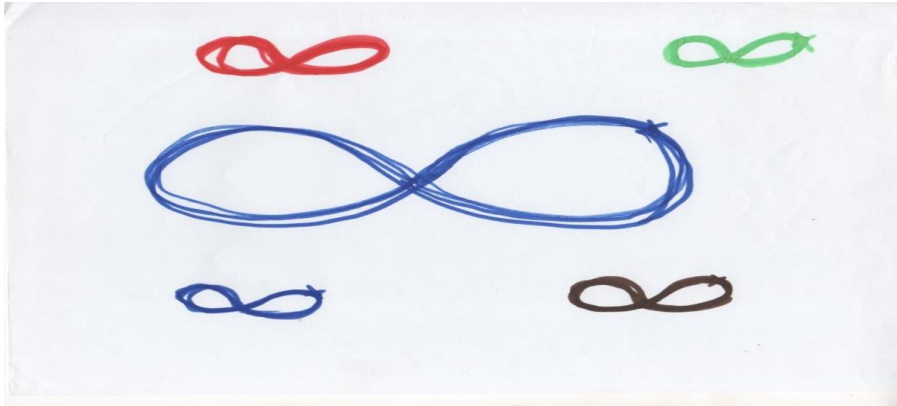


fig.1

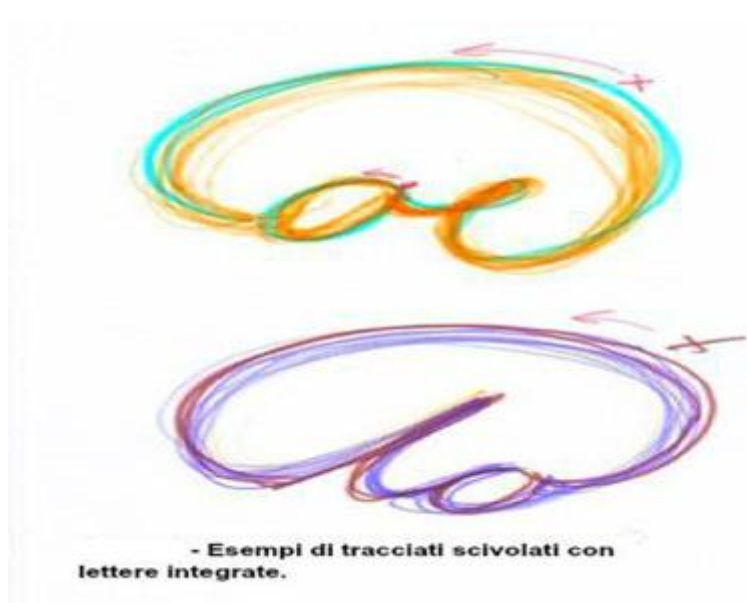


fig.2

² Esempi di tracciati scivolati: coppa - ghirlanda - arcata.(libro: "I tracciati scivolati. Quando a me non piace scrivere" di Adriana Perris)

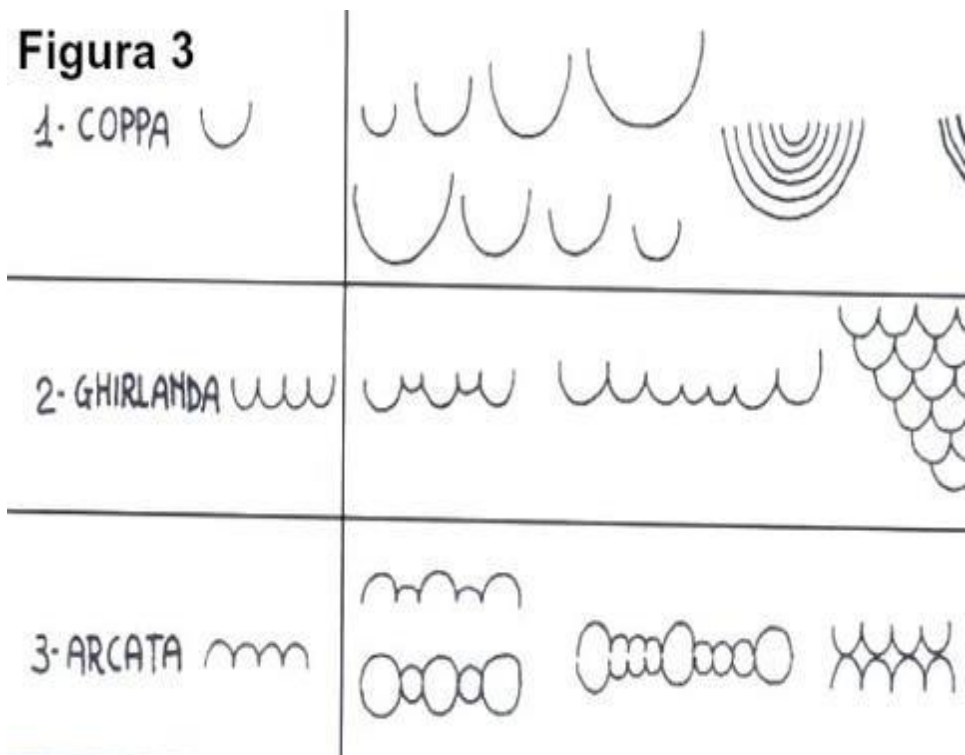


Fig.3

Esercizi di rilassamento e potenziamento mani e dita

- Allargare e chiudere le mani lentamente/velocemente.
- Allargare e chiudere le dita delle mani.
- Tamburellare le dita su un piano.
- Schiacciare le dita.
- Stringere e rilasciare una pallina di gomma morbida prima con una mano e poi con l'altra.
- Scuotere le mani contemporaneamente come se fossero bagnate.
- "Graffi di gatto": imitare le unghie del gatto, stirando e ripiegando le dita.

Esercizi di rilassamento e potenziamento mani e dita

- "Ragno allo specchio": unire le mani, allargare leggermente le dita e cominciare a spingerle le une contro le altre contemporaneamente.
- "Le dita a coppie": il bambino oppone i polpastrelli del pollice di entrambe le mani a turno con ogni dito, variando il ritmo; prima in avanti dall'indice al mignolo e poi all'indietro dal mignolo all'indice.
- "Il salvadanaio": il bambino prende con pollice e indice a pinza delle monete o dei gettoni da inserire nel salvadanaio.
- "Le Biglie": il bambino mima il lancio di una biglia tra il pollice e le altre dita alternativamente.

Attività-gioco per sviluppare la motricità fine

- "Le mollette da bucato": il bambino appende disegni o foglietti oppure pinza insieme i fogli.

- “Il binocolo”: il bambino oppone indice e pollice di entrambe le mani come per creare due cerchi, mentre le altre dita sono allungate e un po' aperte, poi mette questi due cerchi creati con le dita davanti agli occhi come un binocolo per guardarsi intorno.
- “Il mimo”: il bambino imita con le mani (le ruote del treno, il rubinetto che si apre/si chiude, la chiave che apre/chiude la porta, l'uccellino che becca un seme, la tromba, la farfalla, il ragno, il fuoco, la pala del mulino...)
- “AbraCadabra”: il bambino piega i gomiti in avanti, con le mani aperte fa delle circonduzioni verso l'esterno, coinvolgendo solo il movimento del polso.
- Attività con la pasta di sale, il pongo, la creta... e su diverse superfici: farina, sabbia, lavagna di ardesia. Giochi con i puppets da infilare sulle dita.
- “Pronti... Via”(esercizio finalizzato alla corretta prensione dello strumento grafico):si appoggia la matita sul banco con la punta orientata verso destra. Il bambino con l'indice e il pollice solleva la matita, la fa ruotare in appoggio sul medio da destra a sinistra.

Sitografia³:

³ Scarica i mandala da colorare:
<http://www.mandala-4u.com/it/start.html>
 Schede –pregrafismo:
<http://www.fantavolando.it/>
www.bancadelleemozioni.it
www.piccoleorme.it
<http://www.lannaronca.it/>