

Un'estate in movimento per gli allievi iperattivi

Come progettare le vacanze dei bambini disattenti e iperattivi? Ce ne parla la dottoressa Sandra Giordano, Psicologa, Psicoterapeuta, esperta di disturbi del neurosviluppo



Gli allievi iperattivi e con difficoltà di attenzione arrivano alle soglie dell'estate esausti. Già due settimane prima della fine della scuola non ne possono più di terapie, di studio, di compiti.

Che cosa proporre a questi bambini per le vacanze estive? Considerando prima di tutto che le loro caratteristiche specifiche li portano ad aver bisogno di muoversi, nel caso abbiano bisogno di attività di recupero, è particolarmente importante che possano **apprendere attraverso il gioco e il movimento**.

Vale la pena progettare allora un **tempo d'estate che abbia valore culturale**, che permetta loro di consolidare alcune acquisizioni, ma al tempo stesso tenga conto del loro bisogno di movimento. Ad esempio, gite in giro per la città per mangiare un **gelato**, che diventino l'occasione per "studiare" il gelato come alimento: gli ingredienti, le capacità nutritive. **Visite per conoscere i monumenti della propria città** proponendo magari al bambino di sceglierne uno e di rappresentarlo con i materiali e le tecniche che preferisce.

Si tratta sempre di dare a questi ragazzi una "**struttura**", di cui hanno bisogno: un po' di gioco, poi attività più sedentarie, poi lettura, quindi ancora gioco. **Se non amano leggere si possono trovare delle alternative**: un corso di fumetto per chi ama disegnare; un corso di musica per chi ama la musica; attività di arte terapia per chi ama le attività espressive; corsi di teatro per chi ama mettersi al centro dell'attenzione.

Per tutti sono consigliabili brevi pause di "**conoscenza di sé**", attraverso lo yoga o la mindfulness, utili per i bambini ma anche per i genitori, per cominciare a imparare ad apprezzare i momenti di tranquillità. Tali attività servirebbero anche per agevolare la concentrazione e imparare a gestire il proprio corpo.

Aggiungo che tanti bambini iperattivi hanno un gran bisogno di avere **accanto le figure genitoriali**, quindi è importante che i genitori si ricavano degli spazi per stare vicini ai figli. Questo "ricarica" i bambini, li nutre, li rende più sereni.

Conosci le riviste **Giunti Scuola**? [Apri questo collegamento](#) e scopri le offerte dedicate a *La Vita Scolastica*, *Scuola dell'Infanzia*, *Nidi d'Infanzia* e *Psicologia e Scuola*, oltre alla nostra *Webtv!*

21 Giugno 2019

Commenti

Solo gli utenti registrati possono scrivere commenti.

[Entra in Giunti Scuola](#)
