

Materiali di Potenziamento e Recupero



# LE REGOLE SONO IMPORTANTI

A cura di Daniele Fedeli e Francesca Zanon

**IMPARARE A GESTIRE  
EMOZIONI E COMPORTAMENTI  
NELLA SCUOLA DELL'INFANZIA**



**LABORATORI  
CON  
LA SCOIATTOLINA  
NORMA**

di Federica Novello  
e Sabrina Pittilini

**UN ESTRATTO DAL LIBRO**

# INDICE

Come usare "Le regole sono importanti" .....	4
Prefazione .....	6

## GUIDA DIDATTICA

<b>L'importanza dell'autoregolazione per lo sviluppo</b> .....	7
Che cos'è l'autoregolazione .....	7
Un concetto trasversale .....	9
Quali funzioni autoregolative? .....	10
Lo sviluppo dell'autoregolazione .....	12
Lo sviluppo prassico e l'autoregolazione .....	14
L'apprendimento in situazione .....	15
Dall'eteroregolazione all'autoregolazione .....	16

## PROGETTAZIONE DEI LABORATORI

La struttura dei laboratori .....	19
Quando proporre i laboratori .....	21
La valutazione .....	22
Atelier e presentazione del personaggio.....	28

## LABORATORI E MATERIALI .....

 <b>LABORATORIO 1</b> Imparo ad attendere con pazienza .....	32
 <b>LABORATORIO 2</b> Imparo a controllare il mio corpo .....	44
 <b>LABORATORIO 3</b> Imparo a controllare il tono di voce .....	54
 <b>LABORATORIO 4</b> Imparo a usare il tempo con attenzione.....	64
 <b>LABORATORIO 5</b> Imparo a giocare con flessibilità .....	78
 <b>LABORATORIO 6</b> Imparo a fare da solo.....	94
 <b>LABORATORIO 7</b> Imparo a pianificare insieme agli altri.....	106
 <b>LABORATORIO 8</b> Imparo a gestire le relazioni con consapevolezza ..	112
 <b>LABORATORIO 9</b> Imparo a fare ancora meglio da solo.....	120

# COME USARE "LE REGOLE SONO IMPORTANTI"



**1 LEGGI LA GUIDA DIDATTICA** alle pp. 7-17 per avere **informazioni sulle abilità di autoregolazione** nei bambini in età prescolare, per comprendere **come è possibile favorirne il potenziamento** attraverso attività laboratoriali e ludiche all'interno del gruppo sezione.

**2 COMPILA IL QUESTIONARIO DI OSSERVAZIONE** che trovi a p. 23, in modo da "fotografare" il **livello di padronanza nelle principali abilità autoregolative** manifestato dai bambini della sezione.

QUESTIONARIO DI OSSERVAZIONE SULLE ABILITÀ AUTOREGOLATIVE				
Ripensando alle ultime 2 settimane, segnare con una X il livello di padronanza manifestato dai bambini e dalle bambine della sezione per ognuno dei 12 comportamenti descritti, relativi alle 4 abilità autoregolative.				
	Per nulla	Poco	Molto	Completamente
<b>Mantenimento dell'attenzione</b>				
Aspettano il proprio turno nelle attività proposte (per esempio durante un gioco).	0	1	2	3
Ascoltano le consegne relative alle varie attività (un gioco, un disegno, un compito di autonomia come prepararsi per andare in giardino...).	0	1	2	3
Rimangono concentrati sulle consegne ricevute, ignorando eventuali stimoli distraenti (per esempio i rumori provenienti dal giardino).	0	1	2	3
<b>Autocontrollo</b>				
Controllano i movimenti inutili ai fini delle attività proposte (cioè restano all'interno dello spazio in cui si svolge l'attività).	0	1	2	3
Riescono a calmarsi autonomamente dopo un'alterazione emotiva (uno spavento, il litigio con un compagno...).	0	1	2	3
Persistono nelle attività proposte, nonostante eventuali difficoltà (nell'infilarsi le scarpe, nel colorare una sagoma...).	0	1	2	3
<b>Flessibilità</b>				
Nel corso di attività già conosciute, si adattano a cambiamenti proposti da noi (nelle regole, nei compagni...).	0	1	2	3
Si adattano a nuove situazioni (una nuova attività, un nuovo compagno...).	0	1	2	3
Provano a scegliere la stessa attività (per esempio un gioco, un compito di autonomia...) in modi diversi.	0	1	2	3
<b>Planificazione</b>				
Svolgono in modo ordinato i passi di un'attività conosciuta (prepararsi per la mensa, sistemare i materiali per un disegno...).	0	1	2	3
Sono in grado di descrivere il modo di svolgere un'attività conosciuta (per esempio, riferendo i passi necessari per andare a mensa ecc.).	0	1	2	3
Sono in grado di descrivere le proprie azioni in una data situazione (per esempio, le mosse effettuate durante un gioco, un compito ecc.).	0	1	2	3
<b>PUNTEGGI PARZIALI</b> (somma dei 3 punteggi per ogni abilità autoregolativa)		<b>PUNTEGGIO TOTALE</b> (somma dei 4 punteggi parziali)		
Mantenimento attentivo: _____	Autocontrollo: _____			
Flessibilità: _____	Planificazione: _____			

**3 PROGETTA IL TUO PERCORSO DI LAVORO** sulla base delle informazioni ricavate con il questionario: **decidi i laboratori su cui lavorare e le attività-gioco da proporre** ai bambini, anche in base ai tre ambienti delle attività: la **sezione**, il **giardino** e la **mensa** (trovi le tabelle di sintesi dei laboratori e delle attività-gioco alle pp. 25-27).



**4** **COSTRUISCI** la scoiattolina Norma e l'Albero-contenitore, secondo le indicazioni dell'**Atelier** (alle pp. 28-29).



**5** **PRESENTA LA SCOIATTOLINA NORMA** a tutti i bambini della sezione mostrando il pupazzo che hai realizzato e raccontando **la storia** (a p. 30). Leggi e ripeti con loro **la filastrocca** (a p. 31) e segui le indicazioni per creare un clima di attesa e curiosità.

**6** **REALIZZA I LABORATORI** in forma collettiva; ricorda che tutte le **27 attività-gioco** dei **9 laboratori** sono pensate per il potenziamento delle **abilità di autoregolazione emotiva e comportamentale** dell'intero gruppo sezione. Usa gli **smile di autovalutazione** che trovi a p. 24 per chiedere ai bambini di esprimere il gradimento rispetto alle attività e se le hanno trovate facili o difficili da svolgere.





# PREFAZIONE

**L**o sviluppo individuale può essere descritto come il passaggio dall'eteroregolazione a una crescente e progressiva autoregolazione. In tutti gli ambiti, il bambino viene inizialmente guidato dalle istruzioni e dalle regole fornite dall'adulto rispetto alle varie attività quotidiane, per esempio l'esecuzione di un disegno, il riordino dei propri giochi e così via. Gradualmente, queste indicazioni vengono interiorizzate e il comportamento risulta sempre più auto-regolato e indipendente dal contesto esterno. **La capacità di autoregolazione diventa così l'architrave dell'intero sviluppo individuale e si rivelerà sempre più rilevante nel corso degli anni successivi**, quando l'allievo dovrà imparare a coordinare differenti abilità in vista di obiettivi più complessi e a lungo termine.

La scuola dell'infanzia rappresenta un periodo critico per questa evoluzione verso l'autoregolazione, in corrispondenza sia delle prime esperienze sociali esterne alla famiglia, sia della maturazione di quelle aree cerebrali da cui dipendono le abilità autoregolatrici.

Tuttavia, **si tratta di un passaggio lento e complesso, che può incontrare possibili ostacoli** derivanti da un contesto disorganizzato e sregolato, oppure da un approccio educativo disfunzionale, controllante ecc.

A tale fine, questo volume presenta **un percorso in 9 laboratori, articolati in tre ambienti scolastici, ossia la sezione, la mensa e il giardino, nei quali i bambini eserciteranno in contesti ludici delle abilità autoregolatrici di crescente complessità**. Il principio base del volume, che rappresenta al contempo il suo maggior valore, è quello di proporre delle **attività strettamente legate alla quotidianità scolastica**: in questo modo, l'autoregolazione non diventa un'ulteriore abilità da insegnare ai bambini, ma costituisce il filo conduttore dell'intero percorso di crescita durante il periodo della scuola dell'infanzia. Altri due elementi significativi sono rappresentati dalla **possibilità di tarare il percorso sul livello di competenza iniziale del gruppo** e dalla proposta di **attività ludiche sempre di tipo interattivo e sociale**.

Nel complesso, allora, l'opera si presenta come una proposta trasversale ai differenti ambiti di sviluppo dei bambini e in linea con le più recenti direttrici di ricerca sul funzionamento esecutivo e sull'autoregolazione.

*Daniele Fedeli e Francesca Zanon*

# L'importanza dell'AUTOREGOLAZIONE per lo sviluppo

**N**el corso dei primi anni di vita, bambine e bambini acquisiscono una serie di conoscenze e di abilità anche sofisticate: imparano a camminare e a parlare, apprendono a riconoscere le prime lettere e parole e anche a riprodurle, sviluppano la prensione della matita, iniziano a usare le posate per mangiare autonomamente e così via (Lucangeli e Vicari, 2019). L'elenco potrebbe continuare in ambiti di tipo cognitivo, motorio, sociale, comunicativo, chiaramente anche con **differenze individuali tra bambino e bambino**: alcuni, per esempio, si sviluppano più rapidamente a livello di destrezza grosso e fino-motoria, mentre altri sono più precoci sul piano linguistico.

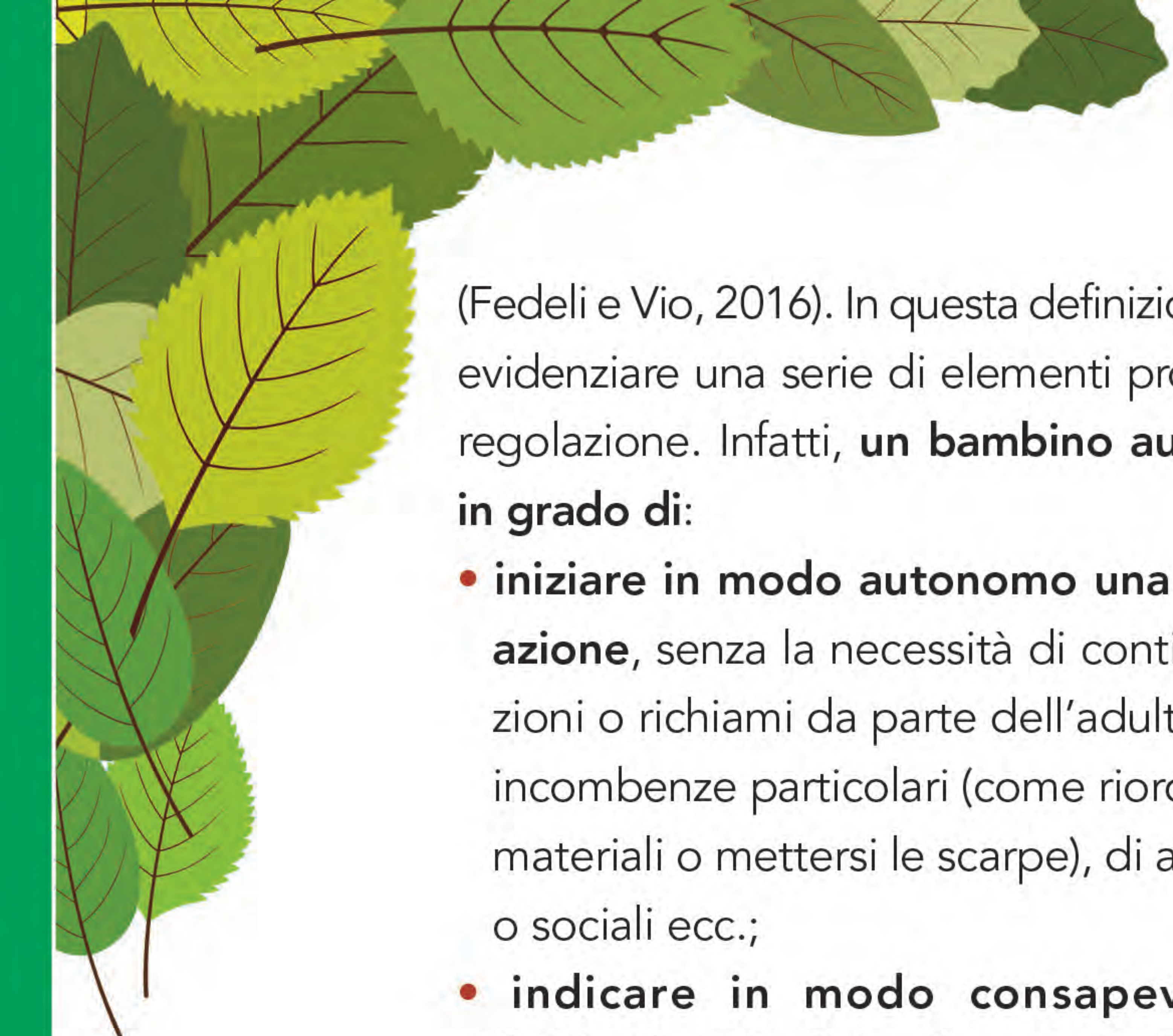
Al di là delle differenze individuali, **l'elemento centrale in ogni percorso di crescita individuale è rappresentato dallo sviluppo progressivo della capacità di autoregolazione**, ossia di eseguire in modo sempre più controllato e autonomo una serie di azioni in vista di un obiettivo, per esempio fare un disegno, arrampicarsi su un muretto, mangiare una banana... (Vohs e Baumeister, 2017).

## ► Che cos'è l'autoregolazione

In maniera molto sintetica, possiamo definire l'autoregolazione come **la capacità di guidare in modo autonomo, consapevole e flessibile le proprie azioni in vista di obiettivi personalmente significativi**, inibendo tutte le possibili fonti di distrazione

### AUTOREGOLAZIONE COME PROCESSO CHE COINVOLGE DIFFERENTI ABILITÀ

Spesso, per indicare le abilità autoregolative più sofisticate (pianificazione, inibizione, flessibilità...), si utilizza l'espressione "funzioni esecutive" e, a seconda dello studioso, possono essere considerati differenti gruppi di funzioni esecutive, sia come numero che come tipologia. **In questo volume facciamo riferimento all'autoregolazione come a un processo** (più che a un elenco di specifiche funzioni), **all'interno del quale vengono di volta in volta coinvolte differenti abilità (attenzione, memoria di lavoro ecc.)** a seconda dell'età del bambino, delle richieste del contesto, dell'attività in corso e così via.



(Fedeli e Vio, 2016). In questa definizione, possiamo evidenziare una serie di elementi propri dell'auto-regolazione. Infatti, **un bambino autoregolato è in grado di:**

- **iniziare in modo autonomo una determinata azione**, senza la necessità di continue sollecitazioni o richiami da parte dell'adulto, nel caso di incombenze particolari (come riordinare i propri materiali o mettersi le scarpe), di attività ludiche o sociali ecc.;
- **indicare in modo consapevole qual è l'obiettivo che intende perseguire**, per esempio fare un disegno per i genitori o costruire un gioco con i mattoncini, manifestando anche le preferenze personali per determinate attività;
- **modificare in modo flessibile il proprio modo di procedere** (nei giochi, in un'attività di autonomia, in uno scambio relazionale), in base ai risultati conseguiti, al contesto ecc.;
- **mantenere attivo in memoria l'obiettivo da raggiungere** (sistemare i pennarelli, mettersi le scarpe, costruire un gioco...), evitando così continui e improvvisi cambiamenti di attività, che a lungo andare possono essere fonte di caoticità comportamentale;
- **rimanere sufficientemente concentrato sull'attività**, inibendo tutto ciò che potrebbe distrarlo, come i rumori provenienti da un'altra stanza, la presenza di differenti materiali di gioco e così via. Il comportamento sregolato allora può derivare dall'alterato o parziale sviluppo di una o più abilità,

oppure dal loro mancato coordinamento, come riportato nei quattro casi illustrati di seguito.

**MARCO** inizia molte attività di gioco, ma non riesce a rimanere concentrato a lungo su nessuna e passa da una all'altra in maniera impulsiva e caotica. In questo modo, però, viene coinvolto sempre meno dai suoi compagni, che sono disorientati e infastiditi da questa sua inconcludenza e caoticità.

**DAVIDE** è un bambino molto tranquillo, ma presenta una certa lentezza esecutiva: bisogna ripetergli più volte la consegna prima che si attivi nell'eseguire un compito; non prende quasi mai l'iniziativa nei giochi con i compagni... Questa lentezza si manifesta anche nei disegni o nei primi compiti di prescrizione e ciò induce spesso gli adulti a sostituirsi a lui, nel tentativo di velocizzare l'esecuzione del compito.

**LUISA** ha sviluppato nel tempo un modo di giocare molto stereotipato, che consiste nell'eseguire sempre la stessa sequenza di azioni con gli stessi materiali. Quando manca qualche oggetto o viene proposta una modifica dai compagni, Luisa reagisce con rabbia, spingendo via gli altri e piangendo.

**CRISTIANA** è molto socievole e intraprendente nella proposta di giochi o altre attività ricreative. Durante la loro esecuzione, però, tende a distrarsi continuamente, iniziando a parlare di qualsiasi cosa le passi per la mente: in questo modo la qualità dell'attività si riduce, con errori di distrazione e imprecisione.

Per tali motivi, le proposte laboratoriali di questo volume si articolano nei tre ambienti tipici di una giornata alla scuola dell'infanzia, illustrati qui sotto. Così l'acquisizione e lo sviluppo delle abilità autore-

golative non avvengono in contesti astratti o lontani dalle situazioni quotidiane, con successivi problemi di generalizzazione. **Le proposte operative devono trovare attuazione in situazioni reali e significative.**

**SEZIONE**

L'intervento è focalizzato soprattutto sulla capacità del bambino di **autoregolare i processi cognitivi implicati nei pre-apprendimenti** e in particolare nelle abilità organizzative a essi correlate (come gestire i materiali).

**GIARDINO**

L'intervento è focalizzato soprattutto sulla capacità del bambino di **autoregolare i processi emotivi, relazionali e motori** durante il gioco o in altri momenti destrutturati e con ridotta supervisione dell'adulto.

**MENSA**

L'intervento è focalizzato soprattutto sulla capacità del bambino di **autoregolare i processi comportamentali**, con riferimento alle autonomie personali e alle transizioni (vestirsi e svestirsi ecc.).

Incrociando i tre ambienti con le abilità autoregolative descritte in precedenza, possiamo ottenere un quadro complessivo come il seguente.

ABILITÀ AUTOREGOLATIVA	AMBIENTE
1. Tolleranza della frustrazione e dell'attesa	IN SEZIONE IN GIARDINO IN MENSA
2. Autocontrollo motorio, modulazione dell'attività e persistenza	IN SEZIONE IN GIARDINO IN MENSA
3. Adattamento alle transizioni e ai cambiamenti nelle abitudini	IN SEZIONE IN GIARDINO IN MENSA
4. Autocontrollo attentivo e inibizione	IN SEZIONE IN GIARDINO IN MENSA
5. Flessibilità rispetto a modi di giocare	IN SEZIONE IN GIARDINO IN MENSA
6. Pianificazione rispetto a routine comportamentali	IN SEZIONE IN GIARDINO IN MENSA
7. Pianificazione rispetto a compiti di tipo cognitivo	IN SEZIONE IN GIARDINO IN MENSA
8. Consapevolezza dei propri comportamenti relazionali	IN SEZIONE IN GIARDINO IN MENSA
9. Generalizzazione di procedure a nuove attività di autonomia	IN SEZIONE IN GIARDINO IN MENSA





# PRESENTAZIONE DELLA SCOIATTOLINA NORMA

**U**na mattina facciamo trovare su un tavolo in sezione l'albero-contenitore con dentro – celata – la nostra scoiattolina Norma (costruiti in base alle indicazioni dell'Atelier alle pp. 28-29). Raccogliamo i bambini nell'angolo morbido e invitiamoli a sedersi sui cuscini nel modo più comodo possibile e disporsi all'ascolto: stiamo per conoscere un'amica nuova, che ci verrà a trovare periodicamente per raccontarci le sue storie e farci fare dei giochi, che ci accompagnerà per tutto l'anno. Possiamo iniziare a incuriosire i bambini chiedendo: "Perché c'è un albero sul tavolo?", "Secondo voi, perché ha una porticina?". Poi domandiamo: "La nostra nuova amica sarà un frutto dell'albero? Una foglia? O un animale che abita nell'albero? O una bambina che gioca sui suoi rami?". Dopo aver ascoltato le loro ipotesi, bussiamo alla porta dell'albero.

## ► **Conosciamo la scoiattolina Norma**

Iniziamo a raccontare la storia di Norma prima di aprire la porta dell'albero-contenitore.

C'era una volta, ma c'è ancora oggi... una cucciola di scoiattolo che vive nel bosco con mamma e papà: si chiama Norma. [Tiriamo fuori la scoiattolina Norma dall'albero-contenitore e mostriamola ai bambini.]

Il bosco è un posto incantevole: si possono vedere piante colorate di mille sfumature, si possono ascoltare suoni e fruscii di foglie, versi di animali e rumori che provengono da ogni dove; si possono annusare profumi profumosi di fiori, funghi e felci; si possono toccare le piante per sentire la loro morbidezza o per sentire la corteccia ruvida.

Madre Natura offre ogni cosa affinché tutti gli animali possano sentirsi bene.

Norma, come tutti i cuccioli, va alla scuola dell'infanzia del bosco. Qualche volta vorrebbe stare con mamma e papà, ma poi capisce che loro la portano a scuola perché così può stare con i suoi amici e imparare molte cose.

La maestra Volpe talvolta chiede di stare seduti...

Come si può fare? Non sempre le riesce!

Per non parlare di... ascoltare, distrarsi poco, fare le cose al momento giusto, nel posto giusto e nel modo giusto!

Allora la scoiattolina impara a usare una filastrocca quando vede che le cose le sfuggono di mano.

[Leggiamo più volte la filastrocca per aiutare i bambini a memorizzarla e proponiamola anche in momenti diversi].

# Imparo a giocare con flessibilità

LIVELLO



► **Finalità:** potenziare la flessibilità nei modi di giocare.

► **Obiettivi:** imparare le regole di un gioco e il contrario di una regola, per potenziare la capacità di rispondere in modo flessibile a due modalità di gioco, quella nota e il suo contrario.

## INTRODUZIONE

Le attività proposte vogliono allenare il bambino ad esercitare la capacità di accogliere con più serenità possibile gli eventuali cambiamenti nelle esperienze; se da un lato il bambino ha bisogno di consolidare le regole e le conoscenze, ripetendo più e più volte la medesima cosa, dall'altra è importante che sperimenti la flessibilità nell'accogliere eventuali e improvvisi cambiamenti.

Questa abitudine è importante per potenziare la tolleranza alle frustrazioni e per educare alla resilienza. È un percorso che necessita di un lungo allenamento e la capacità dell'insegnante di creare situazioni stimolanti, creative e in diversi contesti, è fondamentale.

## LEGGIAMO LA STORIA

Facciamo sedere i bambini in cerchio e raccontiamo una nuova avventura di Norma, leggendo la storia a pagina seguente.



# Le regole sono importanti

Imparare  
a gestire emozioni  
e comportamenti  
nella scuola  
dell'infanzia

Un volume utile agli insegnanti per progettare e realizzare **laboratori** che allenano e sostengono nei bambini dai 3 ai 6 anni lo sviluppo delle **abilità di autoregolazione** indispensabili per vivere in modo armonico nei contesti scolastici a partire dalla scuola dell'infanzia.

**UN PERCORSO COMPLETO E SEMPLICE DA REALIZZARE** composto da 9 laboratori, suddivisi per livello di difficoltà e organizzati ognuno in 3 attività, una per ciascuno dei tre ambienti scolastici – sezione, giardino e mensa – nei quali i bambini potenziano in contesti ludici 4 ampie abilità autoregolative:

- **Autocontrollo** in caso di frustrazione e di attesa, frenando l'impulso ad agire;
- **Flessibilità**, cioè sapersi adattare alle transizioni e ai cambiamenti, modificando il proprio modo di agire in base alle circostanze;
- **Mantenimento attento** sulle attività didattiche proposte ignorando le distrazioni;
- **Pianificazione** di routine comportamentali e di compiti cognitivi, con generalizzazione degli apprendimenti in ambiti e contesti differenti.

**Il volume contiene** la **GUIDA DIDATTICA**, l'**ATELIER** per costruire la Scoiattolina Norma e tutti i **MATERIALI** che servono per i 9 **LABORATORI**.

**DANIELE FEDELI** è Professore associato di Pedagogia Speciale e Coordinatore del corso di laurea in Scienze della Formazione Primaria dell'Università degli Studi di Udine. Ha pubblicato numerosi volumi e oltre cento articoli su riviste scientifiche e professionali dedicati alle problematiche di autoregolazione emotiva e comportamentale in età evolutiva. Collabora con numerose scuole per la progettazione e la realizzazione di percorsi dedicati all'autoregolazione e all'alfabetizzazione emotiva.

**FRANCESCA ZANON** è professoressa associata in Didattica e Pedagogia speciale, insegna Didattica Generale e Tecnologie Didattiche presso il corso di laurea in Scienze della Formazione dell'Università degli Studi di Udine. Ha pubblicato alcuni contributi sullo sviluppo prassico nei bambini della scuola dell'infanzia.

**FEDERICA NOVELLO** è insegnante di scuola dell'infanzia presso l'Istituto Comprensivo di Tricesimo (UD).

**SABRINA PITTILINI** è insegnante di scuola dell'infanzia presso l'Istituto Comprensivo di Tavagnacco (UD).

ISBN 978-88-09-89551-5



9 788809 895515

81936H

€ 18,00