

TI RACCONTO CHE... LA GAZZETTA DELL'UMBERTO I



Anno I - Numero 4
11 aprile 2025

redazione.gazzettaumberto1@gmail.com

Cari genitori, questo spazio è tutto per voi!

Nessuna lezione di vita, nessun sermone pedagogico, ma piccoli consigli che speriamo possano strapparvi qualche minuto di buona riflessione e magari, perché no, esservi di aiuto. Questo mese vogliamo riportarvi qualche **consiglio prezioso** emerso dalla serata tenuta dalla dott.ssa Nataly Magrin sul tema del sonno.. *Buona lettura!*

LA REDAZIONE

Consuelo Di Nanni
Melissa Marchetti
Giulia Barbieri
Giulia Cannizzaro
Laura Peverelli
Sara Giovannelli

TUTTI A NANNA!

Il sonno: questo (quasi) sconosciuto! Ecco il fil rouge che ha accompagnato i volti di mamme e papà presenti all'incontro tenuto dalla dott.ssa Nataly Magrin, che la scuola ha organizzato proprio a partire dall'interesse manifestato da molti rispetto a questo tema. Proveremo a riassumere in pillole alcuni temi affrontati.

QUANTO SI DORME?

Un bambino ha bisogno del proprio tempo del sonno, perché ha funzioni importantissime: stimola l'ormone della crescita, aiuta nella rielaborazione degli apprendimenti, dei ricordi, ma soprattutto stimola il sistema immunitario e rigenera il metabolismo che varia a seconda dell'età: i neonati dormono circa 10 ore; intorno all'anno di vita le ore diventano 14. Nell'età della scuola materna (3-5 anni) occorre garantire ai bambini dalle 10 alle 13 ore, mentre dai sei anni le ore diventano tra le 9 e le 11, per poi settarsi con l'adolescenza intorno alle 8 ore.

RISVEGLI NEI PIU' PICCOLI: NON E' SEMPRE FAME!

Per i più piccoli nanna e allattamento vanno a braccetto. Attenzione però a non utilizzare il seno, o in generale il latte, come risposta tranquillizzante per ogni risveglio o ogni richiesta di aiuto.

CI SONO ANCHE SE NON CI SONO.

Insegnare ai bambini a dormire da soli è proprio dir loro che ci siamo anche quando non siamo fisicamente accanto a loro. È un insegnamento prezioso, per tutte le età della vita, ma soprattutto è un impegno costante che insegniamo con gradualità. Come? Intanto diventando ADULTI AFFIDABILI E VERITIERI, non solo la sera, ma in ogni momento della giornata. Storie e canzoncine ascoltate nel calore delle braccia di mamma o papà dovranno diventare cose che si ascoltano dal proprio lettino con la mano della mamma vicino.

Poi la presenza della mamma o del papà dovrà gradualmente diventare solo verbale, e il calore sarà quello del pelouche preferito. Di notte, si sa, fare fatica per insegnare a dormire nel proprio letto o per riaccompagnare i nostri bimbi quando ci raggiungono nel lettone è davvero complesso. Complice la stanchezza, la sveglia presto per il lavoro, fratellini o sorelline più piccoli... Tuttavia, i nostri bimbi meritano di sapere che il loro letto è un posto sicuro, meritano di dormire comodi nel loro spazio, meritano di essere accompagnati anche in questo aspetto della crescita, meritano una mamma e un papà che pensino di loro: **TU CE LA PUOI FARE, NOI CE LA POSSIAMO FARE!**

SONNAMBULISMO E PAVOR NOTTURNO: nel primo caso mentre il bambino dorme compie azioni della vita quotidiana; il secondo invece si manifesta con un urlo lancinante in un bimbo con gli occhi aperti e sbarrati. Non è un incubo, perché non ha contenuto onirico. Cosa fare? Quasi nulla. Non svegliarli, ma abbracciarli dolcemente e parlare con voce bassa e tranquilla.

CO-SLEEPING: la teoria super diffusa negli ultimi anni prevede che il bambino che ha la possibilità di fare cosleeping crescerà come un adulto più sicuro. Ebbene, le ricerche stanno invece dimostrando che in realtà non c'è nessuna differenza nella sicurezza di un bambino se ha dormito o meno nel lettone, perché la sicurezza la fa lo stile di attaccamento che noi creiamo h 24 col nostro bambino.



IL CESTINO DEI TESORI E IL GIOCO EURISTICO

Scoprire il Mondo Attraverso l'Esplorazione Sensoriale

Il cestino dei tesori e il gioco euristico sono due proposte fondamentali nell'ambito del Nido perché promuovono l'apprendimento attraverso **l'esplorazione sensoriale**, la **curiosità e l'autonomia del bambino**.

Queste attività vengono proposte dai 6 ai 24 mesi perché in questo lasso temporale i bimbi stanno sviluppando abilità cognitive, motorie e sociali fondamentali.

Il **cestino dei tesori** è un'attività pensata per i bambini da 6 a 12 mesi, cioè da quando riescono a stare seduti autonomamente fino a quando iniziano a camminare, un periodo in cui cominciano a esplorare il mondo che li circonda attraverso i sensi, soprattutto il tatto e la vista.

Si tratta di un contenitore, solitamente un cestino o una scatola, pieno di oggetti di uso quotidiano, naturali o fatti di materiali diversi.

Questi oggetti, come pezzi di legno, conchiglie, stoffe, cucchiaini, piccole bottiglie di plastica e altri oggetti, offrono ai bambini una vasta possibilità di esperienze sensoriali.

L'idea alla base di questo gioco è che il bambino, grazie alla **manipolazione** degli oggetti, possa scoprire *forme, pesi e suoni nuovi*. Questa esplorazione stimola la curiosità e l'autonomia, in quanto i bambini interagiscono con gli oggetti in modo personale e creativo.

Il **gioco euristico** è l'evoluzione del cestino dei tesori, solitamente viene proposto a bambini dai 12 ai 24 mesi, quando raggiungono maggiori abilità motorie e cognitive. Si tratta di un'attività che incoraggia l'esplorazione attraverso il gioco non strutturato. In questa fase, i bambini sono pronti a manipolare oggetti in modo più complesso, avvicinandoli, impilandoli, mettendoli insieme in diverse combinazioni e scoprendo le cause e gli effetti delle loro azioni.

Il gioco euristico si basa sull'offerta di una varietà di oggetti comuni, come scatole, tappi, coni di legno, stoffe, bottiglie di plastica, piattini e altri materiali che possano essere combinati, ruotati o messi in relazione.

La caratteristica principale è che non esistono regole precise da seguire; il bambino è **libero di esplorare** l'ambiente e gli oggetti come meglio crede. L'adulto, in questo caso, ha il ruolo di **osservatore**, evitando di guidare il gioco ma cercando di mantenere sempre l'ambiente sicuro e tranquillo.



Per creare un cestino dei tesori o un momento di gioco euristico bastano pochi e semplici passaggi:

- **Sicurezza** prima di tutto: Tutti gli oggetti devono essere privi di piccole parti che possano essere ingerite e privi di bordi appuntiti. Devono essere facili da maneggiare e lavabili.
- **Varietà** di materiali: È importante scegliere oggetti con diverse consistenze, colori, forme e pesi, per stimolare tutti i sensi del bambino.
- **Facilitare l'esplorazione**: Posizionare gli oggetti in modo che siano facilmente accessibili, ma non troppo organizzati. Lasciare che il bambino prenda l'iniziativa.
- **Osservazione**: L'adulto dovrebbe osservare senza intervenire troppo, a meno che non sia necessario per motivi di sicurezza. È importante che il bambino abbia la possibilità di esplorare in autonomia.

Per concludere, il cestino dei tesori e il gioco euristico rappresentano un'opportunità educativa per favorire un apprendimento spontaneo e coinvolgente nei primi anni di vita. Questi giochi non solo stimolano la *curiosità*, ma incoraggiano anche lo sviluppo di competenze fondamentali come la *risoluzione di problemi*, la *creatività* e la *scoperta del mondo circostante*. Creare ambienti sicuri e ricchi di stimoli sensoriali è un modo per promuovere un apprendimento attivo che può beneficiare ogni bambino nella sua crescita.



PAPA' IN GIOCO!

Una serata pensata per i papà, per fermarsi un momento e riflettere insieme sul significato di questo **ruolo così ricco e trasformativo**. Non abbiamo seguito un programma rigido, né raccontato ricette perfette per "fare i papà", ma ci siamo messi in gioco con leggerezza e autenticità, pronti ad ascoltare e condividere.

L'idea era quella di aprire uno spazio in cui poter guardare con occhi nuovi alla figura paterna, a ciò che rappresenta oggi. Abbiamo parlato di un *papà che accompagna, che sostiene, che incoraggia a scoprire il mondo*. Una guida che non si sostituisce, ma che cammina a fianco, lasciando pian piano il passo affinché i figli possano muoversi con le proprie gambe. Un papà presente, che sa esserci senza trattenere.

Attraverso attività simboliche e momenti di condivisione, abbiamo esplorato modi diversi di "guidare": a volte più vicini, altre più lontani, a volte con fermezza, altre con leggerezza. In ogni gesto, la voglia di esserci davvero.

Abbiamo chiesto a ciascun papà di racchiudere in una parola cosa significhi, per lui, essere padre. Ne è uscita una mappa viva e piena di sfumature: allegria, presenza, complicità, famiglia, crescere, semplificare, pazzia, giocare, divertirsi, correre, sporcarsi, follia, supereroe, esempio, leggerezza, sostegno... parole che raccontano mondi diversi, ma uniti da un sentire profondo.

La lettura del libro "P di papà" è stata il punto di partenza per un confronto intenso e generoso: i papà si sono raccontati, immedesimati nel racconto, hanno **condiviso** punti di forza e fragilità, parlato del papà che sentono più vicino e di quello che a volte fa un po' più fatica ad emergere, sono nate anche nuove "P di papà": Papà no, Papà camaleonte, Papà esempio, Papà senza cellulare, Papà rafforzativo, Papà defilato e Papà opossum. E' stato uno scambio autentico, fatto di risate, riflessioni e tante parole vere.

Non serviva altro: si è creato un clima di fiducia e apertura che ha reso tutto naturale. I papà si sono messi in gioco, hanno fatto **rete**, si sono raccontati e, forse, si sono anche un po' riscoperti. La serata è stata unica, nel suo scorrere fluido e sincero, come lo sono le cose vere!



LA CASA DEL COLORE: TRA LIBERTA' ED ESPRESSIONE

La Casa del Colore dà la possibilità ai bambini di esprimere la propria creatività **senza nessuna consegna e assolutamente senza alcun giudizio**. È proprio in questo spazio che l'adulto ha il ruolo di creare angoli, proporre materiali diversi e di cambiarli nel tempo, in modo tale da rendere *accattivanti* e sempre diverse le attività proposte.

Il bello di questo laboratorio è che i bambini possono giocare con i colori e materiali di diverso tipo e di liberare la propria *espressività artistica*. Nella Casa Del Colore i bambini acquisiscono e successivamente mettono in pratica, *semplici regole* per vivere al meglio lo spazio a loro dedicato.

Gli obiettivi principali di questo laboratorio sono: esprimere la propria **creatività**, **scoprire** materiali e metodi di pittura differenti, **acquisire regole** di lavoro e condivisione di spazio e materiali, sviluppare la **motricità fine** e **organizzarsi** e spostarsi in modo autonomo all'interno di esso.

Durante la permanenza al proprio interno, l'insegnante mette come sottofondo una musica rilassante in modo tale da favorire la calma e la tranquillità.

I materiali e le schede vengono cambiati in base alla stagione, alle festività e alle preferenze dei bambini.

La casa del colore è attiva dal mese di ottobre fino al mese di maggio ed è indirizzata a tutte le fasce di età, dai 3 ai 6 anni, viene svolta al mattino in gruppo eterogeneo (metà classe) con cadenza quindicinale.



OUTDOOR EDUCATION: l'ambiente che educa



Uno dei diritti fondamentali dei bambini da dover rivendicare al giorno d'oggi è il **DIRITTO AL MOVIMENTO**, che in sé racchiude più sfaccettature: *sperimentare la propria motricità a 360 gradi, conoscere sé stessi e i propri limiti, entrare in contatto con l'altro* apprendendo norme sociali e dinamiche differenti, utilizzare il proprio corpo per *entrare in relazione con l'ambiente interno ed esterno*.

L' **Outdoor Education** rappresenta un vero e proprio progetto pedagogico che mira al benessere dei bambini negli spazi aperti, in un momento storico in cui prevale l'**iperprotettività** genitoriale e la "**segregazione**" negli spazi chiusi, dominati da *tecnologie e passività*, che impedisce loro di beneficiare dell'opportunità di muoversi e fare esperienza autentica.

Il parco della nostra scuola ad oggi rappresenta una risorsa importantissima per i nostri bambini che hanno l'occasione di sperimentare il gioco all'aria aperta in uno spazio che non è predisposto con giochi strutturati su misura per loro (come gli scivoli e le biciclette del cortile), e questo assetto fortemente voluto dalla scuola li mette nella condizione di dover organizzare un **gioco libero** con l'esclusivo impiego delle risorse che la natura ci lascia a disposizione e perché no, di sperimentare anche la "**noia**" e il bello dello **sporcarsi**.

I bambini mettono così in campo tutte le competenze necessarie per agire nel rispetto dell'ambiente e degli esseri viventi che lo popolano.

Grazie alle sue enormi potenzialità, lo spazio viene sfruttato dalle insegnanti anche per attività didattiche mirate, poiché fare scuola attraverso l'esperienza diretta rappresenta un punto di forza!



I **benefici** e i **vantaggi** dello stare all'aperto non riguardano solo la motricità, ma anche e soprattutto la **salute** degli stessi bambini: trascorrere del tempo all'aria aperta costituisce un importante fattore di sviluppo delle risorse del sistema immunitario. I bambini devono poter beneficiare dell'aria aperta sia in estate che in inverno, quando la vera fonte di contagio è costituita principalmente dallo stare al chiuso a stretto contatto con i compagni, correndo così più rischi di ammalarsi... come diceva Baden Powell, **«non esiste buono o cattivo tempo, ma buono o cattivo equipaggiamento»**.

Ricordiamoci che il freddo, se i bambini vengono opportunamente vestiti e/o coperti ed esposti nelle giuste ore della giornata, non fa ammalare!

14.03.25 GIORNATA DEL SONNO

Il 14 Marzo u.s. abbiamo festeggiato la "**GIORNATA DEL SONNO**", che simpaticamente abbiamo ribattezzato "Giornata della puntualità" considerando che i bambini, non dovendosi vestire, sarebbero arrivati prima del solito e con genitori molto felici!

Scherzi a parte, questa giornata MONDIALE porta con sé molti significati, tra cui quelli di migliorare la qualità della vita e di sensibilizzare anche i più piccini all'importanza che il sonno detiene nelle nostre vite, a non utilizzare dispositivi elettronici prima di coricarsi o tenere la tv accesa, anche se silenziosa.

Questa è per noi una giornata molto particolare: i bambini adorano mostrare i loro splendidi pigiamini e, soprattutto, è proprio bello vedere le maestre senza il solito grembiule!



INCONTRO CON MEMBRI ACI

Il giorno 5 marzo u.s. una rappresentanza dell'ACI di Varese è venuta nella nostra scuola a sensibilizzare i bambini a proposito delle regole della strada e di quelle da rispettare in auto, compreso l'utilizzo corretto dei seggiolini!

I bambini sono stati molto attenti e partecipativi ed hanno potuto provare diverse tipologie di seggiolini per capire quale sia la più adatta rispetto alla loro altezza...perchè non è mai troppo presto per imparare ed essere responsabili!



COMING SOON

GITA IN FATTORIA

*Alla natura noi teniamo, molto
Siamo sempre in ascolto!
Gli animali noi rispettiamo
E oggi li coccoliamo!*

**BORGO DELL'INSUBRIA – GITA PICCOLI
28 E 29 APRILE**

COLAZIONE CON LE MAMME

*La nostra mamma è super speciale
Prepara tutto per tutti, a tutte le ore
A volte neanche "grazie" le diciamo
Ma davvero molto noi l'amiamo!*

**ASPETTIAMO LE MAMME PER UNA COLAZIONE
INSIEME DALLE 7:30 ALLE 9:20 DI VENERDI' 9
MAGGIO 2025**



MAMME IN GIOCO!

serata tutta dedicata alle mamme

*una serata a voi dedicata
di libertà tanto agognata!
Sicuramente gradirete quello che
abbiamo pensato
E tranquille, tutto rimarrà
nell'anonimato!!!*

**7 MAGGIO ORE 20:30
c/o scuola**