DOTT.SSA CHIARA MORELLI

GINNASTICAPEDIATRICA.IT

Il diario delle fasi

Il tuo bambino nella fase 0-2 mesi



Nome del bambino _____

Età del bambino_____ Data_____

Le tappe evolutive contano!

Il modo in cui il tuo bambino gioca, impara, parla, agisce e si muove offre indizi importanti sul suo sviluppo motorio.

Osserva le varie fasi che il tuo bambino nel tempo raggiunge, qui ti lascio quelle dei primi due mesi:

1

SOCIALE ED EMOTIVA

- ☐ Si calma quando gli/le parli o lo/la prendi in braccio
- ☐ Osserva il vostro viso
- ☐ Mostra timidi sorrisi quando gli/le parli o gli/le sorridi

2

SVILUPPO MOTORIO

- ☐ Muove tutti gli arti
- ☐ Apre le mani per brevi periodi
- ☐ Ruota la testa a destra e sinistra da pancia in su
- ☐ Sostiene la testa da pancia in giù per qualche secondo

3

TAPPE COGNITIVE

- ☐ Vi guarda quando vi muovete vicino a lui/lei
- ☐ Osserva un giocattolo per qualche secondo se molto vicino al suo viso
- ☐ Osservate che è in grado di sentire un suono senza ancora capirne la provenienza

Come promuovere questi movimenti?

- Avvicinatevi spesso al vostro bambino con il viso
- Comunicate con lui/lei anche se sembra non vi capisca, cantate e raccontate storie
- Sfiorate le sue parti del corpo… Ancora non le conosce quindi sta a voi inviare segnali!

Alcune idee

Parola d'ordine: SEMPLICITÀ



Meno giochi mi proponete e meglio sarà perchè sono già stimolato da questo nuovo mondo che ancora non conosco.

Pochi stimoli, inizialmente uno alla volta andrà più che bene! Un'eccessiva stimolazione potrebbe mandare il bambino in confusione.

In questi due mesi siete VOI la cosa più importante, il tramite che lo porterà a conoscere il mondo, quindi, se al bambino va, via libera al pieno contatto con voi genitori.



Molto utili sono le immagini in bianco e nero: utilizzatele con il bambino spostandole lentamente da destra a sinistra. Sonagli dal rumore non troppo forte attireranno la sua attenzione. Potete fargli vedere la sua immagine allo specchio, non si riconoscerà ma ne sarà attratto!

LA MASTERCLASS 0-2 MESI VI ASPETTA!

Queste sono alcune delle cose da tenere a mente in questa delicatissima quanto entusiasmante prima fase che state vivendo con il vostro bambino!

Se volete approfondire ti lascio il link alla classe 0-2 in cui racconto in un video tutto ciò che succede nei primi due mesi di vita e rispondo a queste domande:

1- Perchè il mio bambino si muove in modo strano?

2- Come accorgersi se il mio bambino vede il gioco che gli sto mostrando?

3- Al mio bambino non piace il tummy time, come posso fare?

4- Come farę tummy time con il cuscino allattamento?

5- Cosa serve al bambino nei primi due mesi?

Se la tua bambina o il tuo bambino sono in questa fase, potrai trovare tutte le attività da proporre, giochi da fare, approfondimenti sul mondo del movimento e molto altro sul sito www.ginnasticapediatrica.it. Li troverai anche la mia lista Amazon con tante idee per regali divisi per fasce d'età!

DOTT.SSA CHIARA MORELLI

GINNASTICAPEDIATRICA.IT

Il diario delle fasi

Il tuo bambino nella fase 3-5 mesi



Nome del bambino _____

Età del bambino_____ Data_____

Le tappe evolutive contano!

Il modo in cui il tuo bambino gioca, impara, parla, agisce e si muove offre indizi importanti sul suo sviluppo motorio.

Osserva le varie fasi che il tuo bambino nel tempo raggiunge, qui ti lascio quelle che indicativamente si presentano dai 3 ai 5 mesi:

1

SOCIALE ED EMOTIVA

- [ ] Vi sorride
- [ ] É molto attratto/a dalle vostre espressioni
- [ ] Vi guarda, emette suoni per richiamare la vostra attenzione

2

SVILUPPO MOTORIO

- [ ] In braccio riesce a sostenere la testa
- [ ] Da supino/a afferra gli oggetti
- [ ] Sostiene bene la testa da prono/a
- [ ] Porta le mani alla bocca
- [ ] Da prono/a utilizza le mani per afferrare

3

TAPPE COGNITIVE

- [ ] Guarda le sue mani con estremo interesse
- [ ] Il suo modo di comunicare con voi è cambiato e iniziate a capire un po' i suoi bisogni

Come promuovere questi movimenti?

- Favorite il tempo passato sul tappeto
- Proponete giochi leggeri e semplici da afferrare
- Durante il corso della giornata proponete diverse posizioni: pancia in su, pancia in giù e sul fianco. Queste posizioni vanno proposte quando il bimbo è sveglio e alternate ogni 15-20 minuti. Sempre ascoltando le necessità del vostro bimbo!

Alcune idee

Parola d'ordine: SPERIMENTIAMO!



Il mondo diventa un posto un po' più interessante, non riesco ancora a spostarmi nello spazio ma inizio ad interagire con esso, e la cosa mi piace tantissimo!

Molto utili sono i giochi con colori primari, semplici da afferrare e non troppo pesanti o rigidi perchè il bambino si diverte a scuoterli e talvolta nel movimento se li tira in faccia!

Può essere che i giochi che rotolano via non piacciano particolarmente al bambino perchè, non sapendo ancora spostarsi nello spazio, tutto ciò che vorrebbe è afferrarli ma inevitabilmente ci prende contro e li sposta. Diventano invece più stimolanti giochi che, anche se "colpiti" in malo modo, non si allontanino dal bimbo.



Da pancia in giù proponi un gioco verso destra e un gioco verso sinistra perchè stanno per iniziare i movimenti ad orologio!

LA MASTERCLASS 3-5 MESI VI ASPETTA!

Queste sono alcune delle cose da tenere a mente in questa fase che state vivendo con il vostro bambino!

Se volete approfondire ti lascio il link alla classe 3-5 mesi in cui racconto in un video tutto ciò che succede tra i tre ed i cinque mesi di vita e rispondo a queste domande:

1- Il mio bambino è pronto per togliere il cuscino?

2- Problemi con il tummy time?

3- Il mio bambino ha un lato preferito di rotazione della testa?

4- Quali sono le attività che si possono fare a 3-4-5 mesi?

5- Che cos'è il movimento ad orologio?

Se la tua bambina o il tuo bambino sono in questa fase, potrai trovare tutte le attività da proporre, giochi da fare, approfondimenti sul mondo del movimento e molto altro sul sito www.ginnasticapediatrica.it. Li troverai anche la mia lista Amazon con tante idee per regali divisi per fasce d'età!

DOTT.SSA CHIARA MORELLI GINNASTICAPEDIATRICA.IT

Il diario delle fasi

Il tuo bambino nella fase 6-8 mesi

Nome del bambino _____

Età del bambino_____ Data_____



Le tappe evolutive contano!

Il modo in cui il tuo bambino gioca, impara, parla, agisce e si muove offre indizi importanti sul suo sviluppo motorio.

Osserva le varie fasi che il tuo bambino nel tempo raggiunge, qui ti lascio quelle da 6 a 8 mesi:

1

SOCIALE ED EMOTIVA

- ☐ Ride
- ☐ Riconosce le persone che vede più spesso
- ☐ Adora guardarsi allo specchio
- ☐ Adora il gioco del "bu bu settete"

2

SVILUPPO MOTORIO

- ☐ Rotola da pancia in su a pancia in giù
- ☐ Da prono/a distende le braccia per sollevarsi
- ☐ Sta seduto/a con supporto all'inizio della fase, senza alla fine.
- ☐ Inizia a spostarsi nello spazio strisciando o gattonando
- ☐ Sposta i giocattoli da una mano all'altra

3

TAPPE COGNITIVE

- ☐ Esplora gli oggetti con la bocca
- ☐ Cerca di raggiungere e afferrare l'oggetto desiderato
- ☐ Se ha due oggetti in mano li "sbatte" uno contro l'altro.

Come promuovere questi movimenti?

- Lasciate il bambino libero di giocare sul tappeto con uno, due, massimo tre giochi a disposizione che farete ruotare.
- Favorite il gioco con alcuni piani inclinati o rialzati.
- Promuovete la capacità di utilizzare entrambe le mani e braccia per alcune semplici attività.

Alcune idee

Parola d'ordine: AUTONOMIA!

Sono diventato un piccolo esploratore, mi muovo nella stanza, indipendentemente se strisciando o gattonando (anche per brevissimi tratti) perchè voglio scoprire il mondo!

Lasciatemi a disposizione solo ciò che volete che tocchi e utilizzi perchè ora posso raggiungere superfici anche più alte.





Quando il bambino apprende come muoversi nello spazio non c'è quasi più nulla che lo tenga fermo. Adora raggiungere un oggetto, giocarci un attimo e poi ripartire alla scoperta del prossimo obiettivo.

In questa fase il cestino dei tesori, giochi come il cubo multi attività e tutto ciò che prevede un movimenti di motricità più complessa attrae il bambino.

LA MASTERCLASS 6-8 MESI VI ASPETTA!

Queste sono alcune delle cose da tenere a mente in questa fase esuberante che il vostro bambino sta attraversando!

Se volete approfondire ti lascio il link alla classe 6-8 mesi in cui racconto in un video tutto ciò che succede in questa fase della vita del vostro bambino e rispondo a queste domande:

1- Che attività proporre per stimolare lo striscio?

2- Che attività posso proporre a 6 mesi?

3- Il mio bambino ancora non striscia è normale?

4- Il mio bambino non sta seduto senza supporto, è normale?

5- Quando un bambini inizia a gattonare?

Se la tua bambina o il tuo bambino sono in questa fase, potrai trovare tutte le attività da proporre, giochi da fare, approfondimenti sul mondo del movimento e molto altro sul sito www.ginnasticapediatrica.it. Li troverai anche la mia lista Amazon con tante idee per regali divisi per fasce d'età!

DOTT.SSA CHIARA MORELLI

Il diario delle fasi

Il tuo bambino nella fase 9-11 mesi



Nome del bambino _____

Età del bambino_____ Data_____

Le tappe evolutive contano!

Il modo in cui il tuo bambino gioca, impara, parla, agisce e si muove offre indizi importanti sul suo sviluppo motorio.

Osserva le varie fasi che il tuo bambino nel tempo raggiunge, qui ti lascio quelle dai agli 11 mesi:

1 SOCIALE ED EMOTIVA

- ☐ Interagisce con la persona che gioca con lui/lei
- ☐ Si gira se la/lo chiami per nome
- ☐ Vi cerca se vi spostate nell'altra stanza
- ☐ Batte le mani

2 SVILUPPO MOTORIO

- ☐ Striscia
- ☐ Gattona
- ☐ Tenta di alzarsi in piedi/si alza in piedi
- ☐ Si arrampica su piccoli rialzi
- ☐ Sperimenta e utilizza la presa a pinza

3 TAPPE COGNITIVE

- ☐ Ama inserire oggetti in un contenitore ripetutamente
- ☐ Ama togliere gli oggetti da un contenitore ripetutamente
- ☐ Se nascondete un oggetto lo cerca

Come promuovere questi movimenti?

- Favorite il gioco con alcuni piani inclinati o rialzati.
- Proponete attività che prevedano la sperimentazione della presa a pinza, opposizione pollice e indice.
- Favorite appoggi e stimoli ad un'altezza adeguata così che possa, se lo desidera avvicinarsi e alzarsi in autonomia e sicurezza

Alcune idee

Parola d'ordine: INTRAPRENDENZA!



Ora riesco ad andare dove voglio e quando voglio, forse ancora striscio oppure gattono o mi alzo già in piedi, l'importante è che io riesca a realizzare il mio desiderio di movimento e di scoperta!

Non ho bisogno di molte cose ma potresti vedermi passare molto tempo a tentare di raccogliere piccoli pezzettini sparsi in giro per casa. Questo perchè sto allenando la mia presa a pinza…. Mi sento un po' un piccolo chirurgo!



Ora non lo ferma più nessuno, è un continuo raggiungere superfici e appoggi ai quali potersi appoggiare ed alzare in piedi. Il pavimento lo interessa poco ma tutto ciò che è a portata di mano diventa un ottimo appoggio per alzarsi e, da li, osservare il mondo.

Giochi utili possono essere alcuni giochi finalizzati alla motricità fine come sfilare fazzoletti o teli dalla pallina forata oppure inserire una pallina all'interno di un contenitore per poi toglierla. Tuttavia potrebbe non essere ancora molto interessato a giochi statici ma piuttosto a giochi che coinvolgano il movimento globale del corpo.

LA MASTERCLASS 9-11 MESI VI ASPETTA!

Queste sono alcune delle cose da tenere a mente in questa fase di esplorazione che state vivendo con il vostro bambino!

Se volete approfondire vi lascio il link alla classe 9-11 mesi in cui racconto in un video tutto ciò che succede in questa fase della vita del vostro bambino e rispondo a queste domande:

1- Perchè il mio bambino non gattona?

2- Come stimolare il bambino ad alzarsi in piedi?

3- Quali sono le attività più appropriate per questo periodo?

4- Il mio bambino si alza in piedi ma non ha mai gattonato, è normale?

Se la tua bambina o il tuo bambino sono in questa fase, potrai trovare tutte le attività da proporre, giochi da fare, approfondimenti sul mondo del movimento e molto altro sul sito www.ginnasticapediatrica.it. Li troverai anche la mia lista Amazon con tante idee per regali divisi per fasce d'età!

DOTT.SSA CHIARA MORELLI

Il diario delle fasi

Il tuo bambino nella fase 12-18 mesi



Nome del bambino _____

Età del bambino_____ Data_____

Le tappe evolutive contano!

Il modo in cui il tuo bambino gioca, impara, parla, agisce e si muove offre indizi importanti sul suo sviluppo motorio.

Osserva le varie fasi che il tuo bambino nel tempo raggiunge, qui ti lascio quelle dai 12 ai 24 mesi:

1 SOCIALE ED EMOTIVA

- ☐ Adora copiare adulti e bambini più grandi
- ☐ Inizia a familiarizzare con le emozioni
- ☐ Mostra e richiede affetto in forma più consapevole
- ☐ Si allontana ma controlla che voi "ci siate"
- ☐ Ti mostra le cose indicando

2 SVILUPPO MOTORIO

- ☐ Gattona
- ☐ Si alza in piedi
- ☐ Cammina
- ☐ Si arrampica quasi ovunque
- ☐ Migliora la motricità fine

3 TAPPE COGNITIVE

- ☐ Fa compiere alcune semplici azioni al suo peluche di riferimento
- ☐ Imita le azioni dell'adulto simulandole (esempio: con la mano o un oggetto far finta di chiamare…)
- ☐ Riesce a bere dal bicchiere e usa le posate

Come promuovere questi movimenti?

- Favorite il gioco libero e indipendente, stando accanto al bambino.
- Anche se si alza in piedi, se potete lasciate che si muova a piedi scalzi
- Favorite l'autonomia: quindi se il vostro bambino vorrà provare a infilarsi le scarpe, togliersi il pannolino, lasciate che ci provi da solo, stategli accanto e dategli il tempo di sperimentare quello che vuole fare.

Alcune idee

Parole d'ordine: FACCIO IO!



Non è più possibile dirmi cosa e come farlo perchè deciderò io in base a ciò che più mi interessa e mi andrà di fare in quel momento!

Dammi anche il tempo per provare a fare alcune cose che per te sono ormai semplici ma per me non lo sono affatto, ho quindi bisogno di tanta pazienza e di tantissimi tentativi, ma ci riuscirò!



In questa fase è importante predisporre l'ambiente con appoggi fissi ai quali il bambino possa appoggiarsi per poter stare in piedi e spostarsi, anche di poco, senza il vostro aiuto.

Create dei corridoi tra il divano e le sedie, o posizionate le sedie a semicerchio, questo aiuterà il tuo bambino a sposarsi in autonomia nello spazio dalla stazione eretta.

LA MASTERCLASS 12-18 MESI VI ASPETTA!

Queste sono alcune delle cose da tenere a mente in fantastica fase di transizione definitiva alla stazione eretta!

Se volete approfondire ti lascio il link alla classe 12-18 mesi in cui racconto in un video tutto ciò che succede in questa fase della vita del vostro bambino e rispondo a queste domande:

1- Quanto tempo passa dal gattonamento ai primi passi in autonomia?

2- Come stimolare i primi passi?

3- Il mio bambino cammina ma solo con la mia mano, cosa posso fare?

4- Quali sono le scarpine più adatta a questa fase?

5- Quali sono le attività da proporre ora?

Se la tua bambina o il tuo bambino sono in questa fase, potrai trovare tutte le attività da proporre, giochi da fare, approfondimenti sul mondo del movimento e molto altro sul sito www.ginnasticapediatrica.it. Li troverai anche la mia lista Amazon con tante idee per regali divisi per fasce d'età!

DOTT.SSA CHIARA MORELLI GINNASTICAPEDIATRICA.IT

Il diario delle fasi

Il tuo bambino nella fase 18-36 mesi



Nome del bambino _____

Età del bambino_____ Data_____

Le tappe evolutive contano!

Il modo in cui il tuo bambino gioca, impara, parla, agisce e si muove offre indizi importanti sul suo sviluppo motorio.

Osserva le varie fasi che il tuo bambino nel tempo raggiunge, qui ti lascio quelle dai 18 ai 36 mesi:

1 SOCIALE ED EMOTIVA

- ☐ Inizia a comprendere le emozioni altrui
- ☐ Osserva le tue reazioni molto più attentamente, soprattutto quando sta per fare qualcosa che sa non dovrebbe.
- ☐ Inizia ad apprezzare il gioco con gli altri bambini

2 SVILUPPO MOTORIO

- ☐ Cammina velocemente/ corre
- ☐ Sale le scale senza supporto
- ☐ Prova a saltare/salta
- ☐ Lancia con una o due mani
- ☐ Migliora molto la motricità fine
- ☐ Calcia un palla

3 TAPPE COGNITIVE

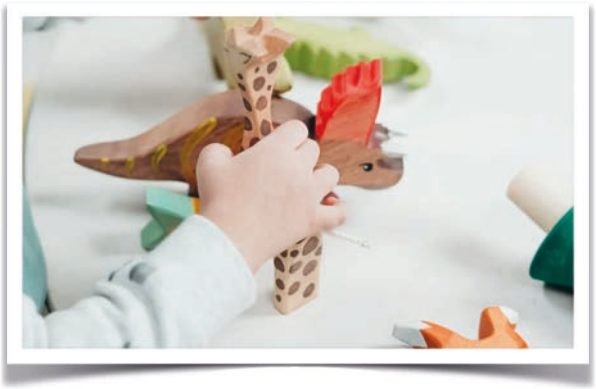
- ☐ Ama semplici attività di problem-solving
- ☐ Segue due o più semplici istruzioni che gli/le vengono date
- ☐ Riconosce i colori più semplici
- ☐ Ama svestirsi da solo/a e prova sempre di più a vestirsi in autonomia

Come promuovere questi movimenti?

- Dagli il tempo e la possibilità di sbagliare e riprovare senza avere fretta.
- Proponi attività quotidiane come lavarsi i denti, svitare il tappo del dentifricio, in modo che impari a svolgerle e prendersi cura di se stesso, partendo da attività semplici.
- Favorisci un ambiente che sia stimolante con piccoli rialzi da scavalcare dalla stazione eretta, gradini su cui possa sperimentare la discesa saltando…

Alcune idee

Parola d'ordine: EVOLUZIONE!



Guardate genitori come sono cresciuto! Riesco a compiere delle piccole azioni quotidiane ma sempre più complesse che sono ormai parte della mia routine.



In questa fase è importante predisporre l'ambiente in modo che sia a "portata di bimbo"!

Quindi, per esempio, se hai la possibilità prendi due o tre grucce per bambini, disponile ad un altezza adeguata e lascia che ci siano appese una maglietta, dei pantaloncini e delle calze, in questo modo il tuo bambino potrà la mattina provare a vestirsi da solo.

É il momento di promuovere attività che coinvolgano tutto il corpo (come la salita e la discesa da piccoli gradini) e anche di attività più di precisione utilizzando libri interattivi o incastri sempre più complessi con formine o, ancora, l'associazione di forme e colori, come ad esempio dal più grande al più piccolo!

LA MASTERCLASS 18-36 MESI É QUASI PRONTA PER VOI!

Queste sono alcune delle cose da tenere a mente in questa delicatissima quanto entusiasmante fase che state vivendo con il vostro bambino!

Se volete approfondire preparatevi perchè tra poco arriverà la classe 18-36 mesi con tantissime attività da proporre al vostro bambino in questa lunghissima e strabiliante fase. All'interno troverete:

1- Quali attività proporre al bambino per la corsa, il salto, il lancio?

2- Trampolino si o no?

3- Cosa e come proporre i travasi al bambino?

4- Balance bike, monopattino o bici con le rotelle?

5- Che attività di motricità fine posso proporre?

Se la tua bambina o il tuo bambino sono in questa fase, potrai trovare tutte le attività da proporre, giochi da fare, approfondimenti sul mondo del movimento e molto altro sul sito www.ginnasticapediatrica.it. Li troverai anche la mia lista Amazon con tante idee per regali divisi per fasce d'età!