

[Home](#) > I primi passi

Condividi questa/o

X



I primi passi

Quando il mio piccolo farà i primi passi? A che età il mio tesoro comincerà a girare per casa sui suoi piedini? Possiamo aiutarlo a provarci?

<https://www.nestlebaby.it/primi-passi-bambino-impara-a-camminare> ^[1]

[_ \[2\]](#) [_ \[3\]](#) [_ \[4\]](#)



I primi passi

Quando il mio piccolo farà i primi passi? A che età il mio tesoro comincerà a girare per casa sui suoi piedini? Possiamo aiutarlo a provarci?

Giovedì 25 Febbraio 2016

- ^[5]
- [Stampa](#) ^[1]
- [Condividi](#)

Dopo i primi tentativi barcollanti, il piccolo festeggia i suoi primi nove mesi di vita passando dalla posizione distesa alla posizione seduta. Una prodezza che capita a puntino dato che la sua curiosità di toccare, vedere, sentire è insaziabile. A quattro zampe o "dritto come un fuso", lo stile non è importante... ciò che conta è che si sposti in qualche modo... Tu puoi aiutarlo, ma rispettando il suo ritmo: fino a 20 mesi, non c'è nessuna fretta. Solamente il 3% dei bambini cammina da solo a 9 mesi e meno del 60% al compimento dell'anno.

Per trotterellare bisogna prima di tutto farsi i muscoli

> Prima mossa: il riscaldamento a pancia in giù e sulle braccia.

Nel corso delle prime settimane dopo la nascita, il tuo bimbo tonifica collo e schiena per prepararsi alle sedute di "ginnastica intensiva" che incominciano a partire dal 4° mese. Programma: fare bicicletta con le gambe, agitare le braccia, rotolarsi sul fianco: **esercizi eccellenti per gli addominali!** Risultato: il tuo campione è ormai capace di **appoggiarsi sugli avambracci** sollevando la testa. Questo "saluto al sole" verrà perfezionato nel corso dei due mesi successivi. Spinto dalla curiosità di scoprire l'affascinante universo che lo circonda, il piccolo si allena a **rotolare su se stesso**. Poi incomincia a **strisciare** come una foca. Questi tentativi, tutt'altro che aggraziati, scatenano le risate dei genitori (quanto gli piace!) e si rivelano incredibilmente efficaci!

> Seconda mossa: distendersi, rotolare e sedersi!

La ricompensa: passare al "corso avanzato" a partire dagli **8 mesi**. Una promozione ampiamente meritata poiché il tuo ginnasta provetto ora tiene il **busto eretto**, tende le braccia verso gli oggetti (che vede sempre meglio) e prende coscienza della presenza e dell'utilità del suo corpo per partire alla conquista del mondo, senza l'aiuto di nessuno.

> Terza mossa: sedersi, tirare e in piedi!

Fra i **9** e i **12 mesi**, il piccolo elabora alcune strategie per raggiungere gli oggetti del suo desiderio. Primi **gattinamenti**, primi **esperimenti in ginocchio** e poi **in piedi** aggrappandosi alle mani di papà e mamma.... Anche se l'equilibrio non è ancora stabile, il piccolo acquisisce fiducia in se stesso alternando le **posture in piedi/seduto**.

> Quarta fase: in piedi, un passo, due e... è ancora in piedi! Vittoria!

Ora non gli rimane che provarci **da solo** (in media fra i **10** e i **13/14 mesi**), con coraggio e determinazione. I suoi primi passi saranno, per lui come per te, indimenticabili!

Il piccolo non cammina ancora dopo i 20 mesi? Parlane con il **pediatra**, per **chiarire tutti i tuoi dubbi**.

Piccoli trucchi per mettergli le ali

- Le scarpine/pantofoline giuste:
La prima domanda che ci si pone: **ce n'è bisogno o no?** Il parere degli esperti della prima infanzia è di non mettere le scarpe, finché è possibile.
> **A casa lascialo a piedi nudi,**

su superfici morbide e stabili al tempo stesso per i piedini del piccolo. Questo è il modo migliore per lui di acquisire il giusto movimento d'appoggio e sollevamento del piede.

> **Fuori casa adotta scarpe/pantofole flessibili** e leggere, con una tomaia rinforzata e dei lacci che avvolgono bene il piede.

- Il box:

Esistente in varie dimensioni e materiali, ha diversi vantaggi: regala l'**autonomia** al piccolo, che può aggrapparsi alle sbarre per sgranchire le gambe senza correre alcun rischio, e ti permette di **svolgere le tue mansioni** nella stanza a fianco. Decisamente utile!

- Aiutarlo, senza sollevargli troppo le braccia:

Per qualche settimana, o addirittura per due o tre mesi, **il piccolo si aggrapperà alle tue braccia**. Dapprima sarà esitante nel mettere **un piede davanti all'altro**, poi però acquisirà sicurezza e scioltezza. Tuttavia non sarà ancora pronto a procedere da solo. Rispetta le sue esitazioni e complimentati con lui. Anche quando si aggrapperà a te solo con un solo dito, il tuo piccolo esploratore avrà bisogno della tua presenza rassicurante.

> **Da sapere:** non sollevargli le braccia troppo in alto perché questo interferisce con **il suo equilibrio**.

- I giocattoli (camion, carrellino primi passi...):

A **10/12 mesi** il piccolo ha solo un desiderio: **scoprire** ciò che accade dall'altra parte della stanza o del giardino. Ma insomma... tra volere e potere c'è tutto un mondo che si chiama **camminare!** Perciò sono consigliati giocattoli sui quali il bambino possa appoggiarsi per spostarsi.

> **Il consiglio:** scegli **solidi e leggeri** al tempo stesso, dotati di **ruote semi bloccate** (per non permettergli di avanzare a tutta velocità).

- Il girello: sì o no?

Oggetto di numerose controversie, vietato in diversi Paesi occidentali (USA, Canada...), il girello viene solitamente **sconsigliato da pediatri e psicomotricisti**. Perché? Limita l'uso delle gambe e delle anche per spostarsi, favorendo una **cattiva posizione** della volta plantare.

"Il piccolo inciampa nel tappeto!"... Nella stragrande maggioranza dei casi le cadute e altri piccoli capitomboli sono benigni, anche se causano una serie di bernoccoli e lividi. Ma non drammatizzare e cerca di limitare i "fai attenzione, altrimenti cadi e ti fai male..." che tendono a frenare il piccolo nel tentativo di camminare. Dopo una bua, incoraggia il tuo esploratore a ripartire subito all'avventura! Tuttavia abbi cura di proteggere bene gli angoli sporgenti, allontanare gli oggetti fragili e taglienti, mettere una barriera davanti alle scale.

[Leggi tutto](#) ^[6]

Source URL: <https://www.nestlebaby.it/primi-passi-bambino-impara-a-camminare>

Collegamenti

[1] <https://www.nestlebaby.it/primi-passi-bambino-impara-a-camminare>

[2] <https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.nestlebaby.it/primi-passi-bambino-impara-a-camminare&media=https://www.nestlebaby.it/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/42-24960336.jpg&description=I primi passi>

[3] <https://twitter.com/share?text=I%20primi%20passi&url=https%3A/www.nestlebaby.it/primi-passi-bambino-impara-a-camminare>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.nestlebaby.it/primi-passi-bambino-impara-a-camminare>

[5] <https://www.nestlebaby.it/printpdf/7006>

[6] <https://www.nestlebaby.it/javascript%3A%3B>