

[Home](#) > [Giocare fa bene al corpo e alla mente!](#)

Condividi questa/o

X



Giocare fa bene al corpo e alla mente!

Il bambino adora giocare, sgambettare e correre in tutte le direzioni, eppure non è mai stanco? Come canalizzare l'energia del mio piccolo e incoraggiarlo?

<https://www.nestlebaby.it/giochi-bambino-educazione-corpo-mente> ^[1]

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



Giocare fa bene al corpo e alla mente!

Il bambino adora giocare, sgambettare e correre in tutte le direzioni, eppure non è mai stanco? Come canalizzare l'energia del mio piccolo e incoraggiarlo?

Venerdì 26 Febbraio 2016

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

Il tuo bambino è pieno di energia tutta la giornata e adora fare nuove scoperte. E voi non potete abbassare la guardia nemmeno per un secondo, per limitare bue di ogni tipo. Ma questa attività piena d'entusiasmo è piacevole da vedere, **poiché è la prova del buono sviluppo psicomotorio del tuo bambino**. Giocare è davvero importante nella prima infanzia: qualche idea per variare gli interessi.

Ad ogni età le sue scoperte

Fin da piccolissimo il bambino ama giocare e soprattutto scoprire nuovi modi di divertirsi. Guarda come ride a crepelle quando, a 3 mesi, fai il gioco del "cucù": potrebbe andare avanti per ore! Verso i 7 o 8 mesi il suo nuovo gioco preferito consiste nel gettare a terra il suo orsacchiotto otto volte di seguito: lo diverte così tanto vedere che lo raccogli ancora e ancora... A quest'età adora anche fare cavalluccio sulle tue ginocchia o far cadere dei cubi impilati. A partire dai 9 o 10 mesi, spesso il bambino incomincia a gattonare! A questo punto gli si spalanca davanti un terreno di gioco straordinario! Tocca tutto quello che trova e incomincia ad aggrapparsi ai mobili per sollevarsi... Il tuo bambino avventuriero ti rende molto fiera!

Appena riesce a stare in piedi niente può più fermarlo! I suoi progressi fisici sono enormi, come pure la sua fame di scoperte. Camminare all'indietro, saltare, salire e scendere le scale, fare dei balzi in avanti: il tuo bambino ti sorprende ogni giorno. Questo sviluppo della motricità stimola e affina le sue capacità fisiche, come l'equilibrio, l'agilità, la tonicità, ma anche le sue capacità sensoriali e la sua fiducia in sé stesso.

Vieni a giocare con me!

Verso i 6 mesi il bambino riesce a prestare attenzione soltanto per qualche minuto: adora le marionette o il gioco del cucù, ma è inutile giocare con lui per ore perché rischieresti di affaticarlo. Verso i 2 anni invece riesce a concentrarsi su qualcosa per un tempo più lungo... a condizione di **variare continuamente i giochi, proponendogliene di nuovi**. Sta a te, dunque, avere immaginazione! Pensa ad alternare attività calme e attività intense. E non dimenticare di prevedere anche dei momenti di pausa, così che il piccolo non si ecciti troppo. **A quest'età i bambini adorano giocare con tutto ciò che trovano.** Il sommo dei piaceri: battere sui cubi con un cucchiaino di legno o giocare alle pentoline con le scatole di plastica della cucina...A volte ti chiedi a cosa serva regalargli dei veri giochi!

Sai qual è un'idea simpatica per sviluppare la sua agilità? Costruisci un percorso ad ostacoli con dei piccoli blocchi di gommapiuma, dei cuscini, dei giochi, una grande scatola di cartone...il bambino dovrà scavalcarli, strisciare sui gomiti, attraversare il tunnel... Anche i giochi con la palla, la piscina, il nascondino, il triciclo e poi la bicicletta sono giochi locomotori perfettamente adatti a queste fasce d'età.

Viva il baby sport!

A partire dai 2 o 3 anni (o addirittura 1 anno per alcune attività) tuo figlio può incominciare a fare sport... o piuttosto: baby-sport! Un buon modo di canalizzare la sua energia fuori casa se hai la fortuna, ovviamente, di avere strutture adatte non troppo lontano da dove abitate. Qui non si parla di vero e proprio sport con un

allenamento o delle regole di gioco da rispettare, ma piuttosto di **una stimolazione del corpo attraverso un insieme di giochi e di attività adatti ai piccoli**. L'obiettivo di queste lezioni non è di fare del bambino un campione, ma di **aiutarlo a diventare più agile e preciso nei gesti**. Così il tuo bambino sviluppa il suo equilibrio, la coordinazione, la reattività, ma anche, sul piano psicologico, la fiducia in sé stesso, il rispetto per gli altri, lo spirito di squadra: tutte caratteristiche fondamentali per la sua vita futura!

[Leggi tutto](#) ^[6]

Source URL: <https://www.nestlebaby.it/giochi-bambino-educazione-corpo-mente>

Collegamenti

[1] <https://www.nestlebaby.it/giochi-bambino-educazione-corpo-mente>

[2] [https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.nestlebaby.it/giochi-bambino-educazione-corpo-mente&media=https://www.nestlebaby.it/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/gettyimages-562605763.jpg&description=Giocare fa bene al corpo e alla mente!](https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.nestlebaby.it/giochi-bambino-educazione-corpo-mente&media=https://www.nestlebaby.it/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/gettyimages-562605763.jpg&description=Giocare%20fa%20bene%20al%20corpo%20e%20alla%20mente!)

[3]

<https://twitter.com/share?text=Giocare%20fa%20bene%20al%20corpo%20e%20alla%20mente%21&url=https%3A//www.nestlebaby.it/giochi-bambino-educazione-corpo-mente>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.nestlebaby.it/giochi-bambino-educazione-corpo-mente>

[5] <https://www.nestlebaby.it/printpdf/7031>

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