

I TRACCIATI... PRIMA DELLE PAROLE: un progetto di Brain Gym® nelle Scuole dell'Infanzia

di Isabella Vitali, insegnante
Brain Gym® Teacher associata EDUK-BRAINGYM® NETWORK ITALIA
Scuola dell'Infanzia S. Vigilio, Bergamo, a.s 2014/15

La proposta del metodo Brain Gym®, che sta alla base della Kinesiologia Educativa, è stata rivolta al gruppo dei bambini di 5 anni, nel giorno di venerdì, per un totale di 10 incontri spalmati nell'arco di tempo tra novembre e marzo dell'anno scolastico. I bambini e le bambine hanno partecipato con entusiasmo alle proposte consistenti principalmente nei movimenti specifici di Brain Gym, con basi musicali peculiari e con l'utilizzo di materiale psicomotorio e grafico pittorico.

L'apprendimento è efficace quando è favorito da un approccio multidimensionale e multisensoriale. A volte succede che l'informazione ricevuta dal cervello posteriore come 'impressione' resti inaccessibile al cervello anteriore. I movimenti di Brain Gym®, stimolando visione, udito, coordinazione motoria globale e segmentaria, attenzione, concentrazione, memoria, favoriscono migliori connessioni neuronali, rendendo il soggetto maggiormente consapevole delle proprie potenzialità e, pertanto, pronto ai vari apprendimenti eliminando "l'agire sotto sforzo".

Le proposte ludiche si sono avvalse di movimenti di Lateralità - Centratura - Focalizzazione, vision gym, brevi rilassamenti guidati, danze e movimenti nello spazio e sul foglio, con l'obiettivo di favorire la percezione visiva, la percezione di profondità, la collaborazione visiva degli occhi, la presa di coscienza dei muscoli posturali, la circolazione del liquido rachidiano, l'integrazione emisferica... Il tutto in vista della preparazione alla letto-scrittura.

Gli effetti di Brain Gym® possono essere a breve come a lungo termine, agiscono sull'organizzazione cerebrale e sulla cooperazione di tutte le aree del cervello, favorendo sia le attività di analisi e logica (cervello sinistro) che di intuizione e creatività (cervello destro) e includendo gli aspetti emozionali che spesso condizionano il nostro agire.

Ai bambini e alle bambine ho cercato di dare varie spiegazioni in modo semplificato circa le proposte offerte, coinvolgendoli in modo giocoso e chiedendo di verbalizzare i propri vissuti, oltre a trasporli a livello grafico. La loro partecipazione è sempre stata costante e attiva con risultati attinenti, benché ognuno abbia risposto in base al proprio punto di partenza. Un soggetto del gruppo ha partecipato solo due volte.

Il punto di verifica delle abilità conseguite si può riassumere in una postura più sciolta e coordinata, in una maggiore capacità di ascolto e concentrazione, nell'adeguata rappresentazione della "X" e dell' "∞", sia a livello corporeo che grafico, a testimonianza di una maggiore integrazione emisferica.