



Fiabe motorie è un marchio registrato

Like us on Facebook 

<https://it-it.facebook.com/fiabemotorie/>
[website](#)

www.fiabemotorie.com

“Una tensione verso una piena armonia e un sano equilibrio fisico, psichico e sociale, e non semplice assenza di malattia”: ecco come viene definito il termine **SALUTE** dall’OMS.

Un individuo dunque in salute non solo è esente da malattie, ma ha raggiunto il giusto equilibrio e la giusta armonia tra il suo corpo e la sua mente; uno stato che nessuno acquisisce alla nascita, ma che va raggiunto tramite diversi step e molto impegno fin dai primi anni di vita.

La sedentarietà è uno dei grandi mali dei Paesi civilizzati, un problema che negli anni pare aumentare sempre più, complice una serie di cattive abitudini che si apprendono fin da bambini.

In questo articolo vogliamo approfondire il tema dell’infanzia e di come poter dare il primo slancio ai piccoli, futuri uomini, verso quell’obiettivo di “Salute” descritto dall’OMS.

Nel corso della recente dichiarazione di Vienna, sono state enfatizzate le necessità di implementare le pratiche di attività fisica nei bambini ai fini della salute e di una migliore qualità della vita (WHO, 2013).

Purtroppo attualmente i ricercatori hanno dichiarato che i bimbi di oggi, se persistono con questo stile di vita, vivranno meno dei loro genitori (Katzmarzyk, et al. 2012). Uno scenario drammatico che va immediatamente scongiurato con azioni decise.

Si potrebbe pensare che basterebbe semplicemente più movimento, ma il gioco libero non è purtroppo sufficiente. Se bastasse un parco, una giornata di sole e qualche altalena, il problema sarebbe risolto, ma studi specifici hanno dimostrato che tale giochi, promuovono sicuramente le competenze socio-relazionali (Burdette and Whitaker, 2005), ma non quelle motorie in quanto i bambini tendono a stare molto tempo fermi, regalando solo una minima parte al vero e allenante movimento. (Sallis, Patterson, McKenzie and Nader, 1988; Brown, et al.,2009).

L’attività motoria per i bambini è di fondamentale importanza soprattutto nella fascia di età da 0 a 6 anni poiché aiuta a sviluppare le **FUNZIONI ESECUTIVE**, ovvero funzioni cognitive quali flessibilità cognitiva, inibizione (autocontrollo e capacità di attesa sempre meno presente nei bambini di oggi), memoria di

lavoro, problemsolving, pianificazione e attenzione.

Lo sviluppo delle funzioni esecutive nei bambini della fascia prescolare, soprattutto in quelli molto carenti, è fondamentale per colmare eventuali lacune che potrebbero provocare seri problemi nella scuola primaria (Diamond & Lee, 2011)

Ecco schematicamente in punti quali sono i vantaggi di promuovere le funzioni esecutive:

- 1) Sono allenabili
- 2) In tenera età crescono rapidamente
- 3) Una volta acquisite durano tutta la vita
- 4) Sono utili per affrontare richieste impegnative

Un chiaro esempio dell'ultimo punto riguarda il passaggio dalla scuola dell'infanzia alla scuola primaria, dove al bambino si richiede di stare seduto tutto il giorno e di imparare nel giro di pochi mesi a leggere e a scrivere.

Come riuscire dunque a conquistare l'attenzione di un bambino, introducendolo all'attività fisica e alle funzioni esecutive?

Una delle soluzioni potrebbe essere il progetto **FIABE MOTORIE**.

Non si tratta di un progetto di psicomotricità (attività che mira all'utilizzo del corpo per raggiungere obiettivi come lo sviluppo della personalità intesa come unità di corpo, mente ed emozione, nelle diverse fasi della crescita e della vita) bensì un vero e proprio progetto di attività motoria **indirizzato a tutti i nidi, scuole dell'infanzia e scuole primarie**, a seconda della fascia d'età a cui è indirizzato tale metodo utilizza esercizi mirati per lo sviluppo degli schemi motori di base e stimola le principali funzioni esecutive con conseguente benessere fisico (salute), emozionale (socializzazione, autostima) e cognitivo (funzioni esecutive).

L'utilizzo della fiaba aiuta il bambino a collegare il mondo fantastico al movimento, ad immedesimarsi in un personaggio e di conseguenza a vivere l'esperienza con un coinvolgimento entusiasmante.

Recenti studi sui neuroni specchio hanno dimostrato come il bambino impara a conoscere le proprie emozioni attraverso l'imitazione del movimento. Ogni esercizio è minuziosamente studiato per allenare in modo fisicamente condizionante (l'attività è vigorosa ed intensa) determinati schemi motori e precise funzioni esecutive, tutto condito dall'ingrediente essenziale che è quello della favola, vero motore di questo utile metodo che si avvale inoltre della collaborazione di svariati esperti italiani ed internazionali in campo motorio, delle neuroscienze e psicopedagogico, ne citiamo solo alcuni per area di competenza:

Area Motoria : - **Dott. Marco Bettoni** responsabile ed ideatore del progetto FIABE MOTORIE è laureato in scienze motorie presso l'università degli studi di Milano con un master in attività motoria per l'infanzia conseguito presso l'Università degli Studi di Verona

Area neuroscienze : - **Dott.ssa Adele Diamond** è una professoressa e ricercatrice di primo livello Tier I specializzata in neuroscienza cognitiva dello sviluppo presso l'Università della British Columbia (UBC), Vancouver, BC, Canada. Membro della Royal Society of Canada, è stata nominata una delle "**2000 Outstanding Women of the 20th Century**" ed è stata elencata tra i **15 neuroscienziati più influenti oggi in circolazione**. Ha studiato a Swarthmore (BA, Phi Beta Kappa), Harvard (PhD) e Yale Medical School (postdoc).

Dott.ssa Tricia Striano psicologia al College of the Holy Cross '95 e ha ottenuto il suo dottorato di ricerca in Psicologia con specializzazione in Cognizione e Sviluppo presso l'Emory University '00 è stata a capo del Cultural Ontogeny Group presso il Max Planck Institute for Cultural Ontogenesis ed a capo del gruppo di ricerca sulla neurocognizione e lo sviluppo presso l'Istituto Max Planck per le scienze cognitive e cerebrali umane e il Centro di studi avanzati presso l'Università di Lipsia, Germania.

Area psicopedagogica : Dott. Gabriele Catania Dirigente Psicologo-Psicoterapeuta presso il Dipartimento di Salute Mentale e Dipendenze l'ASST Fatebenefratelli-Sacco di Milano, dove è responsabile di un Centro di psicoterapia. Professore a contratto di Psicologia clinica e di Espressione artistica per l'inclusione sociale nella riabilitazione psichiatrica, presso la Facoltà di Medicina e chirurgia dell'Università Statale di Milano. Componente del comitato scientifico della Rivista "Educare 06".

Questo al fine d' offrire uno strumento globale, basato su criteri scientifici e quindi didatticamente valido.

A tal proposito siamo lieti di annunciare di aver recentemente definito un ulteriore autorevole collaborazione con la nota ricercatrice americana Tricia Striano (psicologa cognitiva newyorkese specializzata nello sviluppo dell'apprendimento nella prima infanzia) e con la sua azienda ZWIFLY RESEARCH BRIDGE qualificata nel campo della formazione e della ricerca universitaria. Tale affiliazione consisterà nell'offrire ai numerosi istituti sparsi in tutti gli Stati Uniti d'America con cui essa collabora, e a tutti i loro studenti, l'opportunità di essere formati su questo che, è stato individuato e selezionato, come un metodo innovativo e che confluisce nel riconoscimento di una start-up a livello internazionale. I nostri programmi e prodotti sono orientati alla ricerca perché crediamo che essa sia la chiave per sviluppo e l'innovazione, ovvero la volontà di cambiare in meglio.

I bimbi vanno stimolati e la magia della favola è il giusto ingrediente per avvicinarli al movimento e a quella definizione di Salute che tutti noi vorremmo raggiungere.

Il benessere dei futuri uomini dipende ora da noi. Farli crescere è un impegno costante. Vederli sorridere è una soddisfazione unica.

RICAPITOLANDO OFFRIAMO I SEGUENTI SERVIZI:

- **progetti su misura al programma didattico delle docenti in orario curricolare**
- **offriamo ove la scuola ci concedesse i locali anche un servizio di postscuola-motorio sinora molto apprezzato dai genitori e ovviamente a prezzi agevolati**
- **servizio di animazione a tema per feste scolastiche di fine anno o compleanni**
- **corsi di formazione per docenti**

Novità
2018

Impariamo

L'inglese
giocando 

I NOSTRI ISTRUTTORI DI FIABE MOTORIE AFFIANCATI DA DOCENTI D' INGLESE CHE AIUTERANNO I VOSTRI BAMBINI AD IMPARARE LE BASI DELLA LINGUA IN MODO DINAMICO E DIVERTENTE

ATTIVITÀ ASSISTITE
CON ANIMALI



Gli animali sono "fluidificatori sociali" e "riducono lo spazio apatico". Termini medici per dire che gli animali fanno stare meglio

GRAZIE AI NOSTRI CANI CERTIFICATI ED INSERITI ATTIVAMENTE NELLE NOSTRE ATTIVITA

Alleghiamo qui di seguito qualche immagine relativa a qualcuna delle nostre numerosissime fiabe e alcuni interessanti articoli usciti sull'inserto relativo alla provincia di Milano del quotidiano

IL GIORNO☺



IL PERSONAGGIO

IL CURRICOLO
HA 33 ANNI, UNA LAUREA
IN SCIENZE MOTORIE
E UN MASTER SPECIALISTICO

IL PRINCIPIO
I PICCOLI INTERPRETANO
ATTIVAMENTE I RUOLI TRATTI
DA UNA CELEBRE FAVOLA



Fiabe Motorie per crescere bene

L'educatore di Buccinasco Marco Bettoni ha inventato un progetto didattico che ora porta nelle scuole



di FRANCESCA GRILLO

-BUCCINASCO-

FAR MUOVERE I PICCOLI, insegnando loro l'importanza dell'attività fisica, senza dimenticare il gioco e il divertimento. È l'obiettivo di Marco Bettoni, educatore 33enne di Buccinasco, che ha creato il progetto didattico Fiabe Motorie, dopo la laurea e vari master che fanno di lui un vero esperto di discipline motorie.

Fiabe Motorie: di cosa si tratta?

«È un progetto finalizzato a valorizzare l'attività fisica nei bambini nell'età infantile - risponde Bettoni - prima di cominciare la scuola elementare. Spesso i genitori non sanno a quali attività indiriz-

zare i figli prima dei sei anni, molti pensano che non sia necessaria l'attività fisica in bimbi così piccoli perché giocano tutto il giorno, ma il gioco libero è molto diverso».

In che modo è diverso il suo progetto?

«Seguendo Fiabe Motorie, i piccoli sono coinvolti in attività specifiche, create per sviluppare nei

OLTRE IL GIOCO

I bambini così imparano a risolvere problemi organizzare il tempo e gestire le attese Tutte funzioni utili da adulti

bambini le funzioni esecutive: risolvere problemi, imparare a organizzare il tempo e le attività, saper aspettare. Tutte funzioni che si rivelano utilissime da adulti e durante le varie tappe della crescita. È stato dimostrato da vari studi scientifici che i bambini che sono stimolati con questo tipo di attività, hanno poi frequentato l'università con risultati brillanti. Secondo le linee guida, un bambino dovrebbe seguire ogni giorno un'ora di attività strutturata, diversa dal semplice gioco, perché è stato provato da ricerche che un bambino messo in una stanza so-

lo a giocare non sviluppa le stesse funzioni rispetto all'attività strutturata».

E i bambini si divertono?
«Certo, il primo obiettivo è ludico, di aggregazione e condivisione. Il progetto prevede un percorso basato su una fiaba celebre, per esempio Pinocchio: i piccoli devono seguire le attività con attenzione, interpretano i personaggi della favola, così si sentono ancora più coinvolti, e interagiscono con l'educatore e tra di loro. Spesso utilizzo anche la musica, che aumenta l'intensità. Risultato: tanto movimento e divertimento, con grandi benefici psicofisici».

Dove sta portando questo progetto?

«All'interno delle scuole, ora lavoro in istituti tra Assago, Corsico, Cesano Boscone e Buccinasco, dove la scuola parrocchiale ha aderito al progetto per l'intero anno. Alcuni dirigenti hanno creduto nel progetto, come Antonella Bottoni, a cui va il mio ringraziamento. Credo sia fondamentale riuscire a diffondere il più possibile nelle scuole Fiabe Motorie, non solo per educare i piccoli a uno stile di vita sano, scongiurando il sempre più presente pericolo di obesità infantile, ma anche per stimolarli fin da piccoli: un bambino che riceve questo tipo di stimoli già in tenera età ha tutte le basi per vivere bene da adulto».

IL RICONOSCIMENTO PROPOSTO AI PULCINI DEL CLUB BIANCAZZURRO

Anche il Brescia ha adottato il suo metodo

-BUCCINASCO-

UNA VITA trascorsa in mezzo ai bambini, come educatore e allenatore. Marco Bettoni a soli 33 anni ha già all'attivo una lunga esperienza con i piccoli. Dopo il liceo scientifico, ha conseguito la laurea in Scienze Motorie e da subito ha capito che ciò che più gli piaceva era stare a contatto con i bambini. Anche per questo ha seguito un master sul movimento in età infantile e ha svolto diversi tirocini: «Proprio a seguito di un tirocinio ho sviluppato il progetto di Fiabe Motorie: sono andato

nelle classi a verificare per quanto tempo stavano seduti i bambini. Spesso si trattava di intere ore. Per questo ho pensato a come far muovere i piccoli con divertimento». Un lavoro duro, ma ricco di soddisfazioni, tanto che anche il Brescia Calcio ha voluto aderire al progetto di Marco: il responsabile Massimo De Paoli ha inserito Fiabe Motorie all'interno di un più ampio progetto di educazione motoria per bambini all'interno della società sportiva. Bettoni conosce bene il mondo del calcio: da oltre 12 anni allena i pulcini del Romano Banco a Buccinasco.

Fra.Gri.

BUCCINASCO

UN SUCCESSO

PARTITI IN UN ASILO DELL'HINTERLAND MILANESE
HANNO CONQUISTATO TUTTA ITALIA
I LABORATORI PER BIMBI TRA GIOCO E CONOSCENZA

La 'fiaba motoria' sbarca a New York



*Il progetto dell'educatore
Marco Bettoni
sarà studiato e approfondito
in un'università americana*

di FRANCESCA GRILLO

-BUCCINASCO-

CHE il progetto fosse innovativo era chiaro da tempo. Partito in sordina tre anni fa, da un piccolo asilo di Buccinasco, era sbarcato in tutta Italia, con decine di scuole che avevano chiesto al creatore di portarlo nelle classi fino alla seconda elementare. Era nato dall'intuizione di un educatore, Marco Bettoni, 36enne di Buccinasco, che aveva sperimentato un modo nuovo per avvicinare i bambini all'attività motoria attraverso il gioco. Laureato in Scienze motorie e con un master sull'infanzia e il movimento, Marco aveva approfondito quello che sembra banale ma che è importante mettere in pratica: l'attività fisica fin da bambini fa bene. Fa bene da piccoli, ma prepara anche per diventare adulti migliori, con «un sensibile sviluppo delle funzioni cognitive», spiega l'educatore che aveva così inventato le Fiabe Motorie. Il successo raggiunto e l'interesse suscitato tra insegnanti, genitori e bambini ha incuriosito anche la ricercatrice e psicologa cognitiva



IN AZIONE Marco Bettoni alle prese con i bimbi di un nido cittadino

di fama internazionale Tricia Striano, specializzata nell'apprendimento nella prima infanzia e docente dell'Hunter College di New York. Il suo gruppo di ricerca, Zwifly Research Bridge, ha deciso di collaborare con Bettoni per formare gli studenti con il «metodo Fiabe Motorie», considerato

dalla specialista innovativo. A convincere la ricercatrice, il programma che Bettoni ha elaborato basandosi sulla promozione dell'attività motoria fin dall'infanzia, «un concetto che nelle scuole non sempre viene considerato mentre è importantissimo per sviluppare socialità, collaborazione,

condivisione». Ma non chiamate la psicomotricità: «È molto di più, esercizi mirati in grado di stimolare le funzioni esecutive».

MA COSA sono in pratica le Fiabe Motorie? Immaginate la favola di Aladino: la palestra viene allestita da Marco per ricrearne la scenografia. I bambini giocano, si muovono, ma seguendo precise indicazioni. Quindi, per arrivare a strofinare la lampada devono attraversare circuiti e superare prove. I bambini si divertono, fanno attività fisica e sviluppano capacità importanti per la crescita. «L'utilizzo della fiaba - racconta Bettoni - aiuta il bambino a collegare il mondo fantastico al movimento, a immedesimarsi nei personaggi e a vivere l'esperienza con un coinvolgimento entusiasmante». Semplicità ma grande studio dietro le Fiabe Motorie che sbarcano negli Stati Uniti e diventeranno materia di una ricerca neuroscientifica. «Professionisti e ricercatori hanno capito il senso del progetto - commenta emozionato - . Alla base c'è il benessere dei bambini: il loro futuro dipende da noi».

© RIPRODUZIONE RISERVATA



FOCUS

Il principio

L'obiettivo della fiabe motorie di Marco Bettoni è lo sviluppo delle funzioni cognitive dei più piccoli che prendono parte attivamente a una rappresentazione in cui devono giocare e muoversi in modo organizzato seguendo indicazioni



Marco Bettoni

Cell. 3929224178

Mail. mbettons@gmail.com