



*Motor Fairy Tales is a registered trademark*

Like us on Facebook 

<https://it-it.facebook.com/fiabemotorie/>  
website

[www.fiabemotorie.com](http://www.fiabemotorie.com)

*“Health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or sickness”*: this is how the WHO defines the term **HEALTH**.

A healthy individual is not just unaffected by illness, but he reached the right balance and harmony between body and mind; which is a state nobody acquires on birth, but that is reached through different steps and efforts since the early ages.

The sedentary lifestyle is one of the most important problems of developed countries, a problem that is increasing in magnitude every year, the cause is to be found in bad habits developed in one's early age. In this article we want to explore the theme of infancy and how the children can be projected to that objective of “Health” described by the WHO.

During the recent announcement of Wien, the need of an increased amount of practice of physical activities in children have been emphasized, with the aim of increasing health, hoping for a better quality of life worldwide (WHO, 2013). Researchers recently declared that if today's children persist in such a lifestyle, they will risk a minor lifespan than their parents (Katzmarzyk, et al. 2012). A dramatic scenery that must be discouraged with thorough actions.

You might be brought to guess that just moving more could be enough to increase a child's well being, sadly just making them freely play in open air is just not sufficient. If a sunny day, a park and a few swings were enough, the problem would be already solved. Specific studies showed that such games, while surely promoting social and relational capabilities (Burdette and Whitaker, 2005), do not develop movement capabilities, as children, when not involved, tend to stay still for a very long time, investing just a little time to true and effective movement. (Sallis, Patterson, McKenzie and Nader, 1988; Brown, et al., 2009).

Physical activities for children are essential, especially in the early ages between 0 and 6, for they help the development of **EXECUTIVE FUNCTIONS**, or rather cognitive functions such as cognitive flexibility, inhibition (self control and waiting capabilities), work memory, problemsolving, planning and also an increase in their attention span.

The development of executive functions in children, specifically for the most needy ones, is essential to fix core problems that might lead to more serious problems in primary school (*Diamond & Lee, 2011*)

I will now briefly introduce you to the benefits of developing executive functions:

1) Executive functions are trainable 2) They develop quickly in the early age 3) Once acquired they last forever 4) They are useful to face demanding tasks.

A clear example of the last point is the passage from nursery school to primary school, where the child is needed to sit still all day long while he starts to learn reading and writing.

So how can we capture a child's attention, introducing him to physical activity and executive functions?

A solution might be the **MOTOR FAIRY TALES** project.

This is not a project based on psychomotricity (activities aimed at obtaining a development in personality through unity of body, mind and emotions, by developing the use of the body in all the different development stages of life) But rather a real project of physical activity **meant for all children in nursery schools and primary schools**; depending on the age category which is addressed in this method such method makes use of exercises aimed at the development of fundamental physical patterns, it also stimulates and enhances the essential executive functions with a consequential increase in physical, emotional (socialization and self-esteem) and cognitive (executive functions) well being.

The use of the fairy tale helps the child to relate movement with a fantastic and exciting world, playing and identifying himself as a character, allowing him to live a beautiful and useful experience with a very high enthusiasm.

Recent studies on mirror neurons demonstrated how a child learns to explore his emotions through movement imitation. Every exercise has been thoroughly crafted to train in a physically conditioning way (as activity is powerful and intense) determined movement patterns and precise executive functions, all with the essential ingredient of fairy tales' magic, the true driving force of my method which can count on the collaboration with different national and international experts in the areas of physical activity, neuroscience and educational science, here's some of them in their respective areas of competence:

**Motor Area: - Dr. Marco Bettoni** founder and creator of the MOTOR FAIRY TALES Degree in sports science at Università degli studi di Milano. Master in physical activity for infants at Università degli studi di Verona.

**Neuroscience Area: - Dr. Adele Diamond** is a professor and first level research expert Tier 1 specialized in developmental cognitive neuroscience at British Columbia University, Vancouver, BC, Canada Member of the Royal Society of Canada, she has been nominated as one of **"2000 Outstanding Women of the 20th Century"** and is listed in the **15 most influential neuroscientist**. She studied in Swarthmore (BA, Phi Beta Kappa), Harvard (PhD) and Yale Medical School (postdoc).

**Dr. Tricia Striano** studied psychology at Holy Cross college in '95 obtaining her degree in Psychology with specialization in Cognition and Development at Emory University '00. Doctor Tricia Striano obtained her habilitation in '08 at Osnabruck University in Germany. Received the Sofia Kovalevskaja Research Prize 2004 of Holy Cross for excellent professional results. She has been head of the Cultural Ontogeny Group at Max

Planck Institute for Cultural Ontogeny and is head of the research and development group for neurocognition at Lipsia University in Germany.

**Educational Psychology Area: Dr. Gabriele Catania** Psychologist at the Mental Health and addiction department ASST Fatebenefratelli-Sacco in Milan, where he leads an Analysis Centre. Professor of Psychology and Artistic Expression for social inclusion in psychiatric rehabilitation, at Surgery and Medicine Major of Università Statale di Milano. Member of the scientific commission of the magazine "Educare 06".

All this is aimed at offering a global tool, based on scientific parameters, which is didactically viable.

**To this end we are proud to announce that we recently defined another important collaboration with the notorious American researcher Tricia Striano (a cognitive psychologist from New York specialized in infancy development) and her company ZWIFLY RESEARCH BRIDGE qualified in areas of education and university research. Such collaboration will consist in offering to numerous institutions in all of the United States with whom she collaborates, and to all their students, the opportunity of being taught this acknowledged and groundbreaking method, and that is recognized as a startup on an international level. Our programs and products are oriented to research, as we believe that research itself is the key to development and innovation, through the will of becoming better.**

Our children need to be encouraged, the fairy tales' magic is the perfect encouragement to introduce them to movement and to help them reach the physical well being we all would like to reach. The well being of future men depends on us. Growing them is a constant effort. Seeing them smile is a unique satisfaction.

#### **WE OFFER THE FOLLOWING SERVICES:**

- tailored teaching projects for teachers in school hours.
- in the case it is possible that the school lends us a space to use, we offer a motor post school service, which has been very appreciated by parents and teachers, at a favourable price.
- themed animation service for school parties or birthday parties
- educational courses for teachers





## LEARN ENGLISH BY PLAYING

YOUR MOTOR FAIRY TALES INSTRUCTORS CAN WORK WITH ENGLISH TEACHERS TO HELP YOUR CHILDREN LEARN THE LANGUAGE IN A FUN AND DYNAMIC WAY

ASSISTED ACTIVITY



WHIT ANIMALS

only if dogs lived as  
could be sure to have a

Se solo i cani vivessero quanto noi umani,  
potremmo avere la certezza di avere un  
amico per tutta la vita.

Isac Rindazzo



il mio cane vive a...

long as we men we  
friend for life

Animals are “social fluidifiers” and they “reduce apathetic space”, are  
medical terms to say that dogs make us feel better

THANKS TO OUR CERTIFIED DOGS THAT ARE ACTIVELY PRESENT INTO OUR ACTIVITIES

We attach on the following some image relative to some of our many fables, and some interesting articles published on the newspaper relative to Milan's province.

IL GIORNO☺





## IL PERSONAGGIO

**IL CURRICULUM**  
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 ricreare 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

Mobile. 3929224178

Mail. mbettons@gmail.com