

Attivazione mentale.

Cosa è?

La definizione di "**attivazione mentale**" può sembrare un po' vaga soprattutto se buttata qui.

Cosa è?

Cosa si intende con questa definizione?

Cerchiamo di renderla più concreta e di trovare esempi pratici per spiegarla meglio.

Quando si parla di "attivazione mentale" durante le vacanze, si intende mantenere vivo nei bambini e nelle bambine quel **desiderio di scoprire, di imparare e di utilizzare le proprie capacità cognitive** in modo non formale ma divertente. Non si tratta di riproporre le schede didattiche, ma di stimolare la loro mente attraverso attività che li appassionino e che, in modo indiretto, li aiutino a non "arrugginire" dal punto di vista degli apprendimenti.

Ecco alcuni esempi di attività ludiche e coinvolgenti che possono sollecitare curiosità, interesse e al tempo stesso permettere di ricordare quanto appreso. Le attività esemplificative proposte vengono suddivise per possibili aree e classi della primaria (tenendo conto che sono solo idee e che possono, anzi, devono essere adattate).

Per tutte le classi (adattabili per complessità):

- **Diario delle avventure:**

Incoraggiare i bambini a tenere un diario (anche solo con disegni per i più piccoli) delle loro giornate, delle cose che vedono, delle persone che incontrano. Questo stimola l'osservazione, la capacità di narrazione e, per i più grandi, la scrittura e la riflessione.

- **Caccia al tesoro a tema:**
Organizzare cacce al tesoro in casa o all'aperto con indovinelli che richiamano concetti appresi (es. "Trova qualcosa che ha la forma di un triangolo", "Cerca un oggetto più pesante di...").
- **Giochi da tavolo e di società:**
Scegliere giochi che richiedano strategia, logica, memoria, calcolo (es. memory, domino, giochi con le carte, Monopoli semplificato).
- **Lecture animate e drammatizzazioni:**
Incoraggiare la lettura di libri interessanti e poi magari inventare finali alternativi o rappresentare alcune scene.
- **Esperimenti scientifici semplici:**
Proporre piccoli esperimenti casalinghi (es. come far galleggiare un uovo, come funziona un arcobaleno con un bicchiere d'acqua e un foglio bianco) che stimolino la curiosità scientifica e il ragionamento.
- **Attività artistiche e manuali:**
Disegnare, dipingere, costruire con materiali di riciclo, fare origami. Queste attività sviluppano la creatività, la motricità fine e la capacità di seguire istruzioni.
- **Cucinare insieme:**
Preparare ricette semplici permette di applicare concetti matematici (pesi, misure), scientifici (trasformazioni degli alimenti) e di seguire delle istruzioni.

Ecco alcuni esempi più specifici per classe:

- **Classe Prima:**
 - **Abbinamenti:** Creare memory con lettere e immagini, numeri e quantità.
 - **Storie in sequenza:** Ricostruire storie con immagini in ordine cronologico.
 - **Disegno libero a tema:** "Disegna la tua vacanza preferita", "Disegna gli animali che hai visto".
- **Classe Seconda:**
 - **Cruciverba e rebus semplici:** Con parole legate al lessico conosciuto.

- **Misurazioni:** Misurare oggetti in casa con unità di misura non convenzionali (es. matite, mani) e poi confrontare.
 - **Creazione di piccole storie a fumetti:** Con dialoghi semplici.
- **Classe Terza:**
 - **Giochi con le frazioni:** Dividere una pizza di cartone o della frutta in parti e rappresentare le frazioni.
 - **Ricerca di informazioni:** Scegliere un animale o una pianta e fare una piccola ricerca con l'aiuto di libri o internet (con supervisione dell'adulto).
 - **Creazione di un lapbook:** Su un argomento studiato durante l'anno.
- **Classe Quarta e Quinta:**
 - **Giochi di ruolo a tema storico o geografico:** "Siamo esploratori alla scoperta di..."
 - **Realizzazione di mappe concettuali:** Su argomenti di interesse.
 - **Scrittura di articoli di giornale o brevi saggi:** Su temi attuali o di fantasia.
 - **Progetti di coding semplici:** Utilizzando piattaforme online dedicate.

L'importante è che queste attività siano proposte come un **gioco**, un'opportunità di **divertimento intelligente**, e non come un obbligo pesante. Idealmente, dovrebbero nascere dagli interessi dei bambini e delle bambine e coinvolgere attivamente la loro curiosità.

Spero che questi esempi siano stati utili e aiutino a capire meglio cosa si intende per "attivazione *mentale*" e come si può tradurre in pratica!