

Scuola dell'Infanzia "Umberto I" Robecco sul Naviglio

PROGETTO NANNA Rivolto ai bimbi piccolissimi e piccoli

Sognare



Anno scolastico 2019-2020

Ogni diverso momento della giornata trascorsa insieme ai bambini denota ed evidenzia l'importanza di una relazione educativa significativa, a tal punto che ogni singolo evento può e deve essere considerato mezzo – strumento di comunicazione educativa nonché emotiva. I rituali della cura promuovono la crescita e il benessere del bambino. Essi rispondono infatti al suo bisogno di ritrovare contesti di relazione stabili, oltre a quello familiare, dove poter sperimentare ed elaborare la quotidianità in tutte le sue componenti: emotivo/corporee, cognitive e affettivo/sociali. Il sonno rappresenta un ambito di cura privilegiata poiché assicura un clima di calda confidenza fra l'adulto e il bambino, generando importanti occasioni di scoperta di sé, iniziativa autonoma e condivisione di significati nel gruppo dei pari. Del resto, essi costituiscono contesti altri rispetto a quelli vissuti tra le mura di casa: il progetto si propone di accompagnare i bambini piccoli il più serenamente possibile al momento del sonno attuando strategie e modalità che facilitino il passaggio dalle ritualità familiari

a quelle scolastiche. In collaborazione con il personale ausiliario e con i volontari è stato allestito uno spazio funzionale e piacevole da vivere che risponde ai bisogni dei bambini e alla percezione infantile dello spazio. L'obiettivo è quello di garantire un ambiente accogliente e caldo che possa in qualche modo richiamare l'accoglienza domestica: curiamo nei dettagli la preparazione di ciascun lettino, che vale una sorta di spazio privato/casa per il bambino, corredandolo di tutto il necessario per garantire sonni sereni. Particolare attenzione merita la gestione del tempo dell'igiene personale in preparazione al sonno; ciascuna insegnante, accompagnerà i bambini della propria sezione in bagno: se ben organizzato, questo passaggio aiuta a rilassarsi nel piccolo gruppo preparando il riposo in maniera genuinamente efficace. Nel rispetto dell'esigenza dei bambini di avere una figura di riferimento stabile, sarà il personale scolastico che, a turno, accompagneranno i bambini nella stanza del riposo. Teniamo conto del loro bisogno di prevedibilità, assicurandoli con uno svolgimento di un rituale uguale ogni giorno: accompagniamo i bambini nei lettini cantando una ninna nanna a cui seguirà il racconto di una fiaba. I bambini a questo punto chiudono gli occhi e si rilassano ascoltando piacevoli brani musicali. Il personale scolastico che rimane con i bambini restano in silenzio cullando chi è più inquieto o rimanendo sullo sfondo in modo che tutti sentano la loro vicinanza emotiva.

PERSONE COINVOLTE:

- tutti i bambini piccoli (tre anni) e anticipatori (due anni e mezzo)
- le insegnanti di sezione
- personale ausiliario
- le volontarie

I RITUALI DELLA NANNA

Il momento della "nanna" alla scuola dell'infanzia si basa su una relazione consolidata, perché l'abbandonarsi al sonno in un ambiente diverso da quello domestico non è facilmente superabile se il bambino non è sicuro del luogo in cui si trova.

Il personale scolastico facilita il passaggio dalla veglia al sonno ricorrendo sempre a quei piccoli rituali (ciuccio, copertina, orsetto, ninna-nanna ...) che, proprio perché ripetitivi, sono rassicuranti; infatti se qualcosa si ripete sempre allo stesso modo significa che il bambino è in grado di controllare ciò che lo mette in ansia o a disagio.

All'entrata, tutti insieme, nella stanza della nanna il personale scolastico ha già preparato i lettini e tutto il necessario per un dolce pisolino, rispettando sempre la stessa disposizione dei lettini: è bene, infatti, che i bambini mantengano lo stesso posto ed abbiano a fianco gli stessi amichetti.

Oltre a preparare i lettini con lenzuolini e coperte adatte alla stagione, verranno **riposti su ciascun lettino ciucci, copertine personali, orsetti, cuscini portati da casa**: questi oggetti, infatti, rievocano e ripropongono la sensazione di tranquillità e serenità che si può trovare tra le mura domestiche.

Quando i bambini si sono coricati sui propri lettini si pongono in essere **alcuni piccoli accorgimenti** che favoriscono il pisolino:

- il primo elemento che si cerca di **riproporre** nella stanza della nanna è un **ambiente tranquillo ed accogliente** con temperatura mite, colori tenui, luci diffuse, lettini comodi e copertine adeguate alla stagione;

- **coprire il bambino**, appena si corica supino, con la coperta e/ o il lenzuolino, sia per trasmettergli un senso di protezione rispetto all'ambiente esterno, sia perché, con il calore creato dal contatto tra il corpo e la coperta, il bambino riesce a prendere sonno più facilmente;

- **ricordare al bambino di mettersi in una posizione comoda**, almeno durante la fase iniziale del sonnello. In questo modo, trovandosi a proprio agio e sentendosi bene, sarà più propenso a rilassarsi e a fidarsi dell'educatrice anche in questo momento così delicato.

Il riposo pomeridiano così concepito offre al bambino la possibilità di sviluppare alcune regole basilari per una corretta relazione interpersonale all'interno di una comunità:

- la condivisione, infatti il bambino si abitua a condividere gli spazi con altri coetanei;

- il rispetto dell'altro; il bambino sa che ci sono altre persone che, come lui, devono riposare, se si sveglia da solo prima del tempo previsto, rimane sdraiato in silenzio, perché, anche se non si ha più sonno, stando sdraiati ci si può comunque riposare;

- l'autonomia, in quanto il bambino inizia a capire che gli adulti non sono sempre a sua disposizione (possono esserci bambini che richiedono maggiori attenzioni perché più piccolini) e ci sono cose che riesce a fare anche da solo; inizia così ad adeguare i suoi comportamenti in funzione dell'ambiente circostante.

Solitamente, il tempo dedicato al riposo pomeridiano è di circa un'ora, per permettere al bambino uno sviluppo sia fisiologico sia cognitivo. Il sonnello, infatti, permette sia il recupero delle energie consumate durante la prima parte della giornata e la possibilità di affrontare con allegria le attività pomeridiane, sia una crescita cognitivamente equilibrata. Un'ultima considerazione va rivolta alla fase del risveglio. Anche questo momento è molto delicato perché i bambini devono essere richiamati allo stato di veglia senza precludere l'umore con cui si approcceranno alle attività pomeridiane. Per questo viene utilizzata un'altra tipologia di musica che favorisce il risveglio. I bambini poi aspettano il risveglio di tutti sulle panchine predisposte in uno spazio dell'aula nanna. Quando tutti sono presenti ritornano col personale scolastico alle loro sezioni.

RUOLO DEL PERSONALE SCOLASTICO:

· Predisporre un luogo sereno e accogliente in un clima di relazioni stabili che aiuti i bambini ad affrontare serenamente il sonno pomeridiano.

TESTI UTILIZZATI:

“Storie da 5 minuti per fare addormentare i bambini” a cura di Davide Bregola Liberamente Editore

CD Nanna “Zen and art of relaxation”

CD Risveglio “Il walzer del moscerino” Zecchino d'oro.