

PREVENIRE LA DISGRAFIA ATTIVITA' PROPEDEUTICHE ALLA SCRITTURA

Di disgrafia, in Italia, si parla davvero poco, nonostante molte ricerche condotte da grafologi e studiosi ne riscontrino un notevole aumento: secondo alcune statistiche, un'alta percentuale di bambini tra la seconda e la quinta elementare risulta disgrafica (circa il 20%).

Da una ricerca condotta lo scorso anno nella provincia di Udine è emerso che più del 16% dei bambini frequentanti le classi quarta e quinta sono disgrafici. Inoltre, un altro 15 % è a rischio disgrafia.

Secondo la definizione dello psichiatra J. de Ajuriaguerra si definiscono disgrafici i ragazzi che hanno delle difficoltà grafomotorie senza che alcuna ragione neurologica o intellettiva possa spiegare questa anomalia

La disgrafia è dunque un disturbo specifico dell'apprendimento che si manifesta come difficoltà a riprodurre sia le lettere che i numeri.

Perché tanti bambini scrivono male?

Imparare a scrivere viene per lo più dato per scontato, come se fosse una condizione naturale dell'essere umano, quando, in realtà bisogna studiare, imparando una tecnica ed allenando il gesto.

La scrittura è invece un'attività molto complessa che esige, per essere appresa, la padronanza di numerose attività di base che il bambino dovrebbe acquisire prima di affrontare questo tipo di apprendimento mediante il gioco, le attività psicomotorie, il disegno e gradualmente esercizi di prescrittura.

Ci vogliono circa 5 anni per acquisire degli automatismi, per far sì che movimento e forma si integrino ed è verso i 10 anni che il bambino raggiunge l'età d'oro della scrittura, cioè quella che viene chiamata la "fase di latenza".

Attualmente troppi bambini, in Italia, non imparano a scrivere manualmente in modo adeguato, pur in assenza di deficit o di patologie.

Eppure quasi tutti i bambini in fase di iniziale apprendimento scolastico, escludendo i casi patologici, possono imparare a scrivere senza particolari difficoltà esecutive, evitando così di diventare disgrafici,

Considerato che la rieducazione interviene solo quando ormai la disgrafia è stata individuata, spesso dopo un percorso di ricerca passando da uno specialista all'altro e creando ulteriore senso di sconforto, di frustrazione e di rabbia, si rende necessario un lavoro di prevenzione che parta già dalla scuola d'infanzia.

Sappiamo che le principali cause della disgrafia sono imputabili a una ritardata o mancata maturazione delle abilità indispensabili per un corretto apprendimento ed è quindi utile lavorare sullo sviluppo di tali abilità.

Ma non solo. Dovremo anche adottare un approccio pedagogico fondato sul gesto grafico accordando ad esso, in sede di programmazione, la stessa attenzione che viene riconosciuta ad altri insegnamenti.

Nella prevenzione del disturbo si prenderanno soprattutto in esame il terzo anno della scuola d'infanzia ed il primo anno - naturalmente continuando nel secondo, se necessario - della scuola primaria.

E' necessario attuare degli interventi per l'educazione della psicomotricità generale, per lo sviluppo percettivo motorio e la consapevolezza del proprio corpo, nonché per sviluppare la lateralizzazione e la percezione spaziale. Importanti gli esercizi per la spalla, l'avambraccio, il polso e le mani, così da arrivare ad avere una buona motricità fine, utile per una corretta prensione del mezzo scrittorio.

Il tutto concretizzato attraverso giochi che non annoino il bambino e che lo portino sempre a trovare interesse e stimolo, con esercizi appositamente studiati.

L'attività parte quindi da tre tappe: rilassamento, dissociazione motoria (degli arti coinvolti nella scrittura) e motricità fine (per facilitare la postura e la prensione dello strumento).

Quindi si prosegue con esercizi di percezione spaziale, attività di macrografia e di pittografia sia per acquisire le coordinate dello spazio grafico, sia per migliorare la scioltezza e la coordinazione motoria.

Si procede poi con esercizi di pregrafismo che preparano ai gesti tipici delle lettere in corsivo, per poi avviare alle singole lettere del corsivo vero e proprio, suddivise per "famiglie" di lettere a seconda del gesto di base in comune.

Il pregrafismo, utile all'apprendimento cinetico di ogni lettera minuscola in corsivo, verrà portato avanti parallelamente allo stampato maiuscolo.

Da qui si passa al corsivo fermandosi il tempo minimo sullo stampato minuscolo, meglio se solo per la lettura.

In particolare verranno presentate le seguenti attività:

- Attività manuali come il ritaglio, il collage, la manipolazione, ecc.
- Attività di distensione e di dissociazione motoria per facilitare la postura e la prensione dello strumento grafico
- Attività di percezione spaziale e temporale
- Attività per l'apprendimento di tracciati rettilinei variamente orientati e delle forme geometriche (per preparare allo stampato maiuscolo)
- Attività pittografiche e tracciati scivolati
- Esercizi gradualmente di prescrittura (per preparare al corsivo)
- Il corsivo

Rilassamento, dissociazione motoria e motricità fine

Ci sono molti esercizi che si possono fare per migliorare la tonicità e favorire la distensione, per fare prendere coscienza del proprio corpo e per favorire la dissociazione.

Ad esempio il gioco del gatto che si sveglia, il gioco della bambola di pezza o il gioco dell'albero..

Per la motricità della spalla si possono fare il gioco del pittore e quello del direttore d'orchestra (in questo caso interviene anche il ritmo), Per quella dell'avambraccio si può fare il gioco del tergicristallo e per la motricità del polso quello del pupazzo che saluta.

Molto importanti, e numerosi, sono i giochi per la motricità delle mani che vanno dall'esercizio del "cannocchiale" al gioco delle mani sopra o sotto il tavolo, da quello "delle dita a coppia" a quello delle "palline",.

Per promuovere lo sviluppo psico-motorio e stimolare la presa di coscienza del proprio corpo, si verificano la capacità di alcuni movimenti usuali come aprire o chiudere il rubinetto, lavarsi le mani, ecc.

Sempre utili sono poi i classici esercizi di ritaglio di figure e il collage.

Per **sviluppare la lateralizzazione** e la **presa di coscienza del proprio corpo** un esercizio che piace molto ai bambini è quello in cui si chiede di far scivolare molto lentamente un pennarello, tenuto con la mano dominante, dall'alto del proprio corpo verso il basso partendo dalla fronte, come a voler dividere il corpo a metà. Nel frattempo il bambino deve indicare cosa sta dividendo (divido i capelli, la fronte, gli occhi, il naso ecc) e l'insegnante chiede quale sia la parte destra. Poi, dando l'esempio, dice "metto la mano destra sull'occhio destro", "metto la mano destra sulla spalla destra", ecc. e il bambino deve imitare ripetendo gli stessi gesti e le stesse parole. Si passa poi con lo stesso esercizio alla parte sinistra del corpo. Sarebbe inoltre opportuno proporre agli alunni, esercizi per migliorare la loro **percezione spaziale**, come ad esempio la proiezione di uno spazio verticale su uno orizzontale. Un esercizio che si può proporre con questo scopo consiste nel fare prima riflettere gli alunni sui vari oggetti presenti nella classe a livello topologico (ad esempio, "in alto ci sono le luci", "in basso, c'è il pavimento" , ecc.), mentre l'insegnante li disegna su un ampio foglio appeso al muro. Quindi, l'insegnante trasferisce il foglio appeso al muro in verticale sulla cattedra, su un piano orizzontale e chiama tutti i bambini attorno alla cattedra, chiedendo a un alunno in piedi davanti alla cattedra: "Tocca le luci. Dov'è l'alto? E' vicino o lontano dal tuo corpo?" Poi analogamente, l'insegnante farà toccare e riflettere su dov'è il basso rispetto al proprio corpo, dov'è la destra e la sinistra. In questo modo, i bambini imparano a trasporre da un piano verticale a un piano orizzontale..

Successivamente, si può passare alle **attività pittografiche** che aiutano ad incentivare la scioltezza e la coordinazione motoria e accompagnano ai tracciati di pregrafismo.

Si utilizzano fogli 40x50 e pennelli a base piatta con non più di tre colori a tempera oppure pennarelli o pastelli grossi meglio se triangolari.

Si può preparare e poi realizzare un paesaggio marino. Dopo aver rievocato il mondo del mare con le sue immagini per richiamare tutta una serie di vocaboli legati al paesaggio marino e, in particolare, facendo osservare la linea dell'orizzonte, si fanno eseguire dei tracciati che rappresentino diversi elementi come le onde (ghirlanda), i gabbiani (archi), i peschi, le chioccioline marine, il sole, le nuvole. Con i bambini della scuola primaria si passa poi a un dettato di immagini dopo aver tracciato la linea dell'orizzonte da sinistra a destra (come nella scrittura).

Per gli alunni della scuola dell'infanzia, si può invece proporre un dettato di immagini facilitato: l'importante è l'uso del pennello con tratti prevalentemente curvilinei e l'apprendimento dei riferimenti su uno spazio grafico.

Si passa poi alle attività di **pregrafismo**, sempre seguendo i criteri di progressione e di sistematicità, col passaggio dal tracciato in grande a quello piccolo, dal semplice al complesso, dal piano verticale e a quello orizzontale e dalla posizione in piedi a quella seduta. Migliorano così man mano le capacità grafomotorie generali, la consapevolezza spaziale e la motricità fine in particolare e i bambini si preparano ai gesti più frequenti nel corsivo. Il pregrafismo incoraggia a un movimento più sciolto e ritmico, migliora la gestione spaziale e incentiva la direzione verso destra.

E' molto importante rispettare un ordine graduale di presentazione delle attività, in base a criteri di crescente difficoltà e complessità, poiché non sarebbe di nessun aiuto applicare gli esercizi senza un percorso consapevole e senza averlo adeguatamente preparato.

A questo punto, sia nel pregrafismo sia successivamente nella presentazione delle lettere del corsivo, dobbiamo procedere secondo i seguenti criteri metodologici:

- ***dal gesto alla forma***

non si deve insegnare a copiare le forme, quanto piuttosto a copiare dei gesti finalizzati a delle forme

- ***gradualità e sistematicità***

bisogna impostare un solco e quindi il percorso deve andare

- dal piano verticale al piano orizzontale
- dalla postura in piedi alla posizione seduta
- dal grande al piccolo
- dal semplice la difficile e dalla singola forma a forme combinate
- ripetizioni con varianti del medesimo gesto (dal solco agli automatismi)

Ambiente, postura e impugnatura

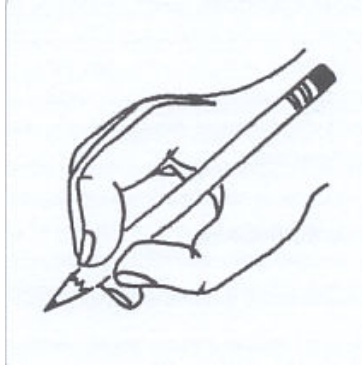
Innanzitutto l'ambiente deve essere predisposto in modo da favorire una buona visibilità e non creare "ostacoli". In modo particolare i bambini dovrebbero essere seduti secondo la lateralità dell'occhio: i mancini a destra e gli altri a sinistra o al centro; i banchi dovrebbero essere separati e liberi da altro materiale.

Quando si siedono i bambini dovrebbero essere incoraggiati a sedersi con i fianchi ben posizionati sulla parte posteriore della sedia e la sedia dovrebbe essere di una dimensione tale da permettere al bacino, alle ginocchia e alle caviglie di formare angoli di 90 gradi.



E' opportuno porre molta attenzione alla postura e all'impugnatura già alla scuola d'infanzia poiché arrivato in prima, il bambino spesso ha già fissato delle abitudini difficili da cambiare.

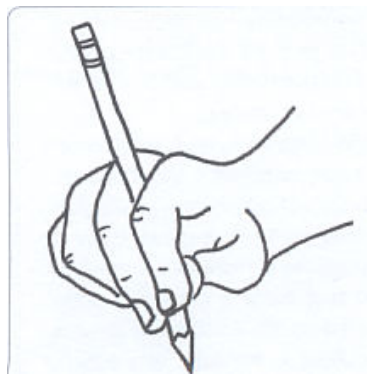
Per quanto riguarda l'impugnatura, si cercherà di portare il bambino alla "presa tripode dinamica" in cui c'è l'opposizione pollice-indice e il dito medio sorregge lo strumento grafico mentre il mignolo e l'anulare sono flessi.



Bisogna anche fare attenzione che lo strumento sia impugnato a due centimetri dalla punta.

Si utilizza la matita grossa, meglio se triangolare, fino a quando il bambino non è in grado di tener l'impugnatura.

Se non riesce ad impugnare correttamente lo strumento perché ipotonico, si può accettare l'impugnatura tripode adattata.

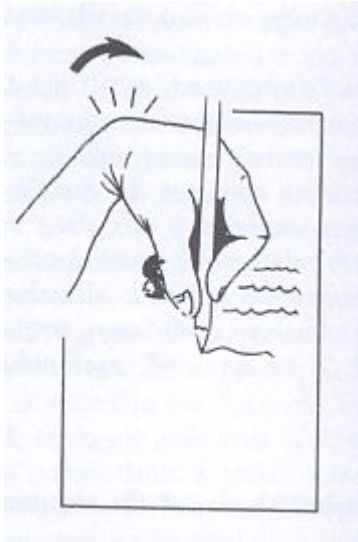


Particolare attenzione verrà data all'impugnatura del bambino mancino.

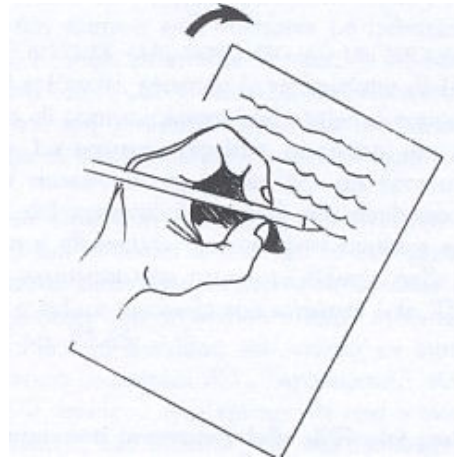
Il mancino sposta meglio la mano tenendola lateralmente a sinistra così, però, nasconde, e macchia, quello che ha appena scritto.

La posizione più idonea sarebbe quella della mano posta al di sotto della riga anche se la maggioranza dei bambini scrive tenendola al di sopra.

Spesso questa posizione comporta una torsione al polso che irrigidisce il braccio e di conseguenza tutto il corpo. E' comprensibile che, in questo caso, il bambino si stanchi facilmente oppure abbia delle tensioni o dei dolori.



Torsione del polso



Impugnatura corretta

Questo metodo, ideato dalla Prof.Venturelli e messo in atto per educare il gesto grafico e prevenire così la disgrafia, è stato applicato in via sperimentale, con ottimi risultati, in alcune classi a partire dall'a.s. 1998/99 dalla prof. Alessandra Venturelli.

Gli esercizi suggeriti sono stati tratti dal suo libro stati tratti dal suo libro ***Dal gesto alla scrittura***, ed.Mursia