

**Zeitschrift:** Mobile : la rivista di educazione fisica e sport  
**Herausgeber:** Ufficio federale dello sport ; Associazione svizzera di educazione fisica nella scuola  
**Band:** 8 (2006)  
**Heft:** 6

**Artikel:** Maldestro in recupero  
**Autor:** Santinelli, Lietta  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1001499>

#### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### Conditions d'utilisation

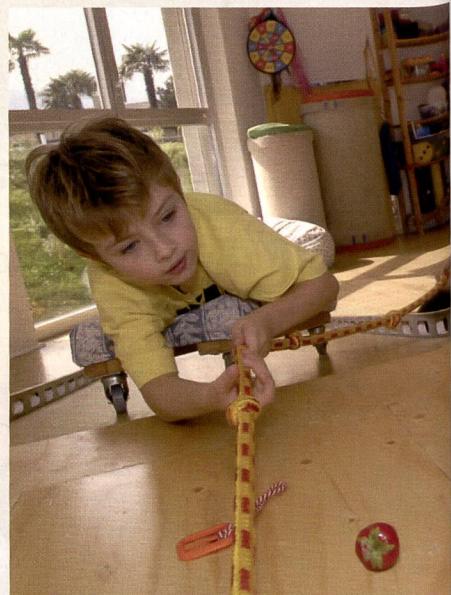
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 11.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



# Maldestro in recupero

**Un bambino come tanti** // Matteo soffre di un disturbo dello sviluppo che si ripercuote negativamente sulla sua vita quotidiana. Considerato un sognatore, egli parla molto durante le lezioni, ma di cose che non hanno niente a che vedere con l'attività svolta. Un intervento mirato, che coinvolga anche l'educazione fisica scolastica e le attività sportive, può aiutarlo a colmare i suoi disturbi motori.

Lietta Santinelli

► Matteo è descritto dalla maestra come un bambino di sei anni e mezzo sveglio e vivace, sempre in movimento, che fa fatica a star seduto e a partecipare alle varie attività scolastiche. Quando è seduto, si sdraiava spesso sul tavolo. Egli fa fatica ad imparare a scrivere. Durante la lezione di educazione fisica non è capace di rotolare, corre in modo poco coordinato, ha poco equilibrio, non è capace di prendere il pallone e di dosare i suoi gesti. La mamma racconta che Matteo era un bēbē molto tranquillo, che non rotolava dalla schiena alla pancia, non è andato a quattro zampe e non giocava volentieri al parco

te le attività a tavolino ha bisogno di appoggiarsi e ha tendenza a sdraiarsi sul tavolo; l'attività bimanuale gli richiede allora un grande sforzo.

#### **Con la destra o la sinistra?**

Matteo è poco lateralizzato. Certe attività sono fatte con la mano destra (grafomotricità), altre con la sinistra (uso delle forbici). A volte la scelta della mano dipende dalla posizione dell'oggetto da utilizzare. La mano sinistra risulta leggermente più efficace, malgrado Matteo abbia scelto la mano destra per scrivere. Ha tendenza ad agire



giochi. Non aveva un buon controllo della posizione della testa e non coordinava bene i movimenti. Ha sempre scelto attività tranquille: puzzle, tele, videogiochi.

#### **Un controllo posturale diminuito**

Matteo colpisce per la sua ipotonìa assiale. Si irrigidisce e blocca il respiro quando è in una situazione di equilibrio. Le sue reazioni sono lente e maldestre, in quanto non riesce a stabilizzare il suo corpo. Cammina con grande sforzo su una linea, riesce a restare in equilibrio per 10 secondi sul piede destro e per 6 secondi sul sinistro, con gli occhi aperti. Da sdraiato sulla pancia e sulla schiena, non riesce a staccare dal suolo l'alto e il basso del corpo. Quando sale su un attrezzo in movimento ha poco equilibrio; che sia seduto, in ginocchio o in piedi deve appoggiarsi o irrigidirsi per non cadere. In posizione seduta su un carrello a rotelle, sotto effetto dell'accelerazione cade all'indietro. Non riesce a stabilizzare il corpo mentre solleva le braccia. Ad esempio la nuca è in iperestensione mentre attacca le mollette al filo sospeso. In ogni posizione cerca dei punti d'appoggio supplementari. Duran-

con una mano poi con l'altra, ma raramente coordinando le due insieme. Si muove in blocco, dissociando poco l'alto e il basso ed evitando di incrociare l'asse mediano del corpo. Matteo fa fatica ad adattare la posizione del suo corpo e delle mani alla forma del pallone da ricevere, a stabilizzarsi per dare i calci ad un pallone, a saltare da un cerchio all'altro a piedi pari. Per i saltelli, compensa le sue difficoltà tramite il canale auditivo: cerca di riprodurre il ritmo sulla base dei passi delle persone che lo circondano. Sta imparando ad alternare le mani per tirarsi ad una corda.

#### **Movimenti lenti e a scatti**

A livello di motricità fine, Matteo ha delle difficoltà a dissociare le dita che sono ipotoniche. Compensa le sue difficoltà controllando i movimenti intellettualmente e visivamente. Il movimento risulta quindi più lento e «a scatti». Fatica ad adattare il gesto alla situazione. Impara in fretta nuovi gesti, ma bisogna mostrarglieli: spontaneamente ha tendenza a provare, poi a cambiare mano, poi a riprovare con una certa inefficienza. Quando inve-

ce imita, registra il movimento da riprodurre in modo cognitivo e poi lo riproduce quanto basta per renderlo efficace.

Matteo è in difficoltà quando si tratta di stabilizzare la testa per inseguire con gli occhi: si blocca in iperstenzione della nuca o appoggia la testa sulle mani o ancora si aggrappa al bordo della sedia. Fa molta fatica a localizzare nello spazio un oggetto che si muove rapidamente, per esempio un pallone che arriva verso di lui. Questo aspetto è in relazione con l'ipotonìa della parte alta del tronco. Matteo è piuttosto bravo nelle attività visuo-spaziali se riesce a stabilizzare la testa e muovere soltanto gli occhi. In effetti, il canale visivo gli permette di compensare le sue difficoltà di equilibrio e di percezione in generale.

### Scrivere, che fatica

La presa della matita è adeguata, anche se la mano è tesa e poco dissociata dal polso. Matteo presenta un'instabilità articolare dell'articolazione alla base del pollice, accentuata dall'ipotonìa della mano. Egli calca molto sulla matita, si appoggia sia sul braccio che scrive sia su quello che tiene il foglio. Non adatta la posizione della mano ai cambiamenti di direzione. Lo sforzo e l'impegno sono sproporzionati rispetto alla qualità della produzione. Spontaneamente usa ancora le forbici a due mani. Egli capisce e rispetta le consegne semplici, brevi, meglio se accompagnate da un supporto visivo o corporeo. È più difficile per lui capire le consegne che fanno riferimento al suo corpo («mettiti a pancia in giù, in ginocchio»).

### Compensazioni inefficaci

Le difficoltà che Matteo incontra nella vita quotidiana e a scuola sembrano dipendere dalla mancanza di stabilità posturale, che lo obbliga a ricercare un appoggio in tutte le posizioni e che potrebbe avergli impedito di sviluppare l'equilibrio, le coordinazioni e dissociazioni necessarie allo sviluppo della lateralità e di conseguenza della motricità fine.

D'altro canto, Matteo ha sviluppato una serie di compensazioni cognitive che rendono però il movimento lento e poco efficace e che sono costose in termini di energia. Attualmente si può dire che Matteo si impegna molto ma con risultati frustranti, che probabilmente lo spingono all'attitudine descritta dall'insegnante: un sognatore, che parla molto ma di cose che non hanno niente a che vedere con l'attività svolta. //

**Lietta Santinelli,**  
ergoterapista diplomata,  
esercita l'ergoterapia nel  
suo studio a Bellinzona.  
Contatto: liettas@wambo.ch



### Interventi

## Un'azione concertata

Ma come si può aiutare Matteo a superare questi suoi disturbi? Con un intervento che coinvolga vari ambiti di attività.

► **Ergoterapia:** la terapista propone un intervento mirato, tramite sedute individuali, una volta alla settimana. Allenare le competenze in un ambito protetto per poi generalizzarle e rinforzarle in tutte le situazioni della vita quotidiana. In particolare, gli obiettivi di terapia in questo caso sono:

■ Migliorare la stabilità posturale tramite un potenziamento del tono muscolare. Sono proposte delle attività di estensione poi flessione contro gravità, le due attività sono associate a movimenti lineari vestibolari, che facilitano le reazioni di raddrizzamento. Per esempio, sdraiato a pancia in giù in un'amaca, Matteo si spinge sulle mani per prendere delle palline da tirare su un bersaglio.

■ Migliorare l'equilibrio: lavorare su attrezzi mobili da seduti, a quattro zampe, in ginocchio e in piedi. Per esempio, in piedi su una piattaforma mobile, trasportare degli oggetti da una parte all'altra, controllando il movimento della piattaforma.

Potenziare la propriocezione tramite attività che presentano una resistenza. Per esempio seduto su un carrello a rotelle, tirarsi alla corda per risalire una pendenza.

■ Migliorare l'integrazione bilaterale tramite attività che rinforzano la funzione di appoggio di una mano e la precisione dell'altra. Per esempio, sdraiato a pancia in giù su un pallone grande, una mano si appoggia al suolo, mentre l'altra colpisce un palloncino con una racchetta da tennis.

■ Migliorare la motricità fine e la grafomotricità tramite attività che potenziano la muscolatura della mano ed allenano la dissociazione delle dita e la presa tridigitale della matita. Per esempio, tiro con l'arco, ginnastica specifica delle dita.

► **In classe:** l'insegnante ha capito la problematica del bambino e partecipa all'intervento proponendo degli esercizi motori a tutti gli allievi della classe. Si accorge infatti che altri allievi potrebbero beneficiarne. Ogni giorno la maestra propone un quarto d'ora di attività a scelta che stimolano le seguenti capacità:

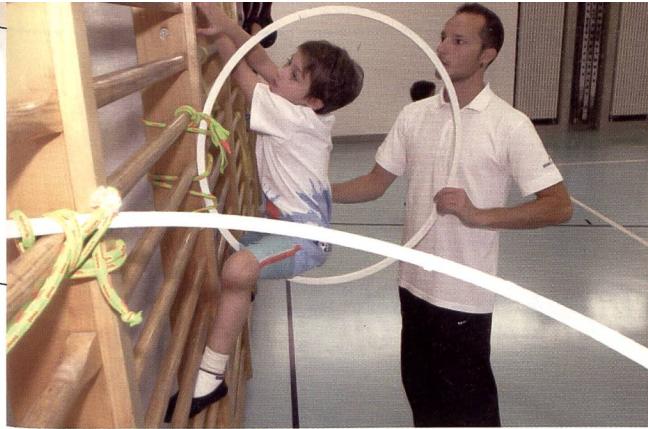
■ Potenziare il controllo posturale. Per esempio i bambini si sdraianno sulla pancia e fanno l'aereo che decolla, il più a lungo possibile. Oppure, si accovacciano al suolo con le mani intorno alle ginocchia come un uovo e si dondolano sulla schiena fino a tornare nella posizione iniziale.

■ Stabilizzare la spalla. Per esempio, gli spostamenti tra un'aula e l'altra sono effettuati facendo la carriola.

■ Dissociare il braccio ed il polso. Per esempio, gli allievi in piedi attorno al tavolo si passano delle biglie facendo rotolare i mattarelli sul tavolo.

■ Dissociare le dita. Per esempio, fanno l'elicottero girando una matita tra le prime tre dita.

■ Aumentare la concentrazione e preparare gli allievi ad un'attività che richiede attenzione. Per esempio, da seduti sulla sedia, scoppiettano come i pop-corn per poi tornare tranquilli.



► **In educazione fisica:** la relazione di fiducia che instaura con il docente di educazione fisica gli permette di provare nuove esperienze e di ripeterle nonostante le difficoltà incontrate. La presenza fisica del docente al suo fianco lo rassicura e trasforma l'ora di educazione fisica in una vera palestra di sostegno all'autostima. In particolare il bambino sperimenta:

- Gli anelli, ottimi per imparare a coordinare e dissociare l'alto ed il basso del corpo, stabilizzare la spalla ed aumentare la propriocezione,
- Le spalliere, che lo aiutano a pianificare e a coordinare i movimenti mentre si arrampica,
- I salti su diversi tipi di trampolino, che potenziano il tono muscolare e gli insegnano a tener conto degli aspetti spazio-temporali del movimento,
- I giochi con la palla, che allenano la localizzazione visiva e gli permettono di verificare il miglioramento delle sue abilità motorie e la sua progressiva integrazione nei giochi di squadra.

► **Nel tempo libero:** i genitori sono degli alleati importanti, che misurano i progressi e le competenze del bambino in modo costante. Possono partecipare all'intervento tramite un'attività fisica in famiglia ed incoraggiando il bambino a partecipare alle attività motorie di gruppo. Per esempio:

- Il percorso vita, una volta alla settimana offre a tutta la famiglia un allenamento completo di tutte le abilità motorie globali. Permette di confrontarsi con le attività in modo graduale e di misurare i propri progressi.
- Le attività di gioco a tavolino permettono di allenare le competenze utili allo sviluppo della motricità fine. Per esempio i giochi di carte richiedono di tenere in mano le carte a ventaglio, i giochi di pedina allenano le competenze occhio-mano, pictronomy richiede di disegnare una figura con i dettagli significativi.
- Le associazioni sportive permettono al bambino di generalizzare le competenze acquisite e di allenare delle nuove competenze. Per esempio le arti marziali permettono di allenare l'equilibrio, la propriocezione, il controllo posturale; l'arrampicata permette di allenare la coordinazione motoria e di potenziare il tono muscolare mentre il nuoto stimola la coordinazione motoria in un contesto in cui la propriocezione è aumentata.

## Progressi sensibili

E un anno dopo, grazie a questo tipo di intervento, Matteo ha raggiunto i seguenti risultati:

**Tono muscolare:** il bambino non ha più bisogno di bloccare il respiro quando è in una situazione di disequilibrio e stabilizza meglio il suo corpo in tutte le posizioni. L'equilibrio su un piede è passato a 20 secondi sul piede destro e 18 sul sinistro. In tutte le posizioni ha meno bisogno di appoggiarsi e ha una migliore posizione seduta mentre scrive. Riesce a sollevare le braccia senza fissare la nuca in iperestensione.

**Integrazione bilaterale e sequenziale:** Matteo si organizza meglio per stabilizzarsi con una mano mentre agisce con l'altra. Dissocia meglio l'alto dal basso del corpo e la destra dalla sinistra. Si notano meno movimenti associati, sebbene abbia ancora delle difficoltà nei movimenti rapidi di coordinazione motoria, per esempio nei saltelli simmetrici e asimmetrici, o nell'interazione con oggetti in movimento.

**Motricità fine:** è migliorata la dissociazione delle dita, così come il dosaggio della forza quando prende un oggetto.

**Aspetti visivi:** la localizzazione visiva adesso è nella norma.

**Grafomotricità:** l'instabilità dell'articolazione del pollice non si nota più mentre Matteo scrive. La calligrafia è migliorata e Matteo riesce a seguire il ritmo di scrittura dei suoi coetanei. //



Foto: Francesca Agosta