

Alcuni possibili segnali di avvertimento di un problema nelle funzioni esecutive

- Fare fatica a gestire il tempo
- Difficoltà ad iniziare l'attività da soli
- Disorganizzazione
- Difficoltà nell'uso e nell'applicazione delle informazioni dalla memoria
- Dimenticare facilmente le regole
- Difficoltà a pianificare e completare progetti
- Necessità di seguire una rigida routine
- Non amare il cambiamento
- Apparire impulsivo
- Scarso controllo emotivo
- Difficoltà con le domande aperte

Le funzioni esecutive sono abilità che si apprendono. Con la pratica e un piccolo aiuto, tutti i bambini possono migliorare le loro funzioni esecutive. La pratica ti rende migliore!

If you have any concerns about your child's development, talk with your healthcare provider. Se hai dubbi sullo sviluppo di tuo figlio, parla con il tuo pediatra.

Visita www.Pathways.org!

Tutte le informazioni sullo sviluppo sono supportate dai risultati Dell'Accademia Americana di Pediatria.



Tutti gli oltre 300 giochi forniti di Pathways.org sono stati sviluppati da terapisti pediatrici autorizzati.

Funzioni esecutive



Strumenti gratuiti per potenziare lo sviluppo del bambino

Pathways.org è un'organizzazione 501(c)(3) no profit



Pathways.org offre a genitori e operatori sanitari strumenti e risorse GRATUITI per massimizzare lo sviluppo motorio, sensoriale e comunicativo di un bambino.



friends@pathways.org
www.pathways.org



Scarica la nostra app Baby Milestones and Activity!



Copia liberamente per uso personale
NON MODIFICARE. QUALSIASI MODIFICA DEVE ESSERE RICONOSCIUTA DA PATHWAYS.ORG. L'autorizzazione a citare qualsiasi parte di questo lavoro deve essere ottenuta da Pathways.org. I materiali sono forniti gratuitamente; nessuna commissione o addebito può essere associato ad alcuno dei Materiali di Pathways.org senza previa approvazione scritta. Copyright © 2022 Pathways Foundation

Quali sono le abilità delle funzioni esecutive?

Le capacità di funzione esecutiva ci aiutano a organizzare le informazioni, gestire il tempo, agire in maniera adeguata e, passo dopo passo, raggiungere un obiettivo.



Pathways.org

Punti chiave della funzione esecutiva

Memoria di lavoro

- Immagazzinare nuove informazioni e usarle per completare un compito, come seguire delle semplici istruzioni date da persone adulte senza che vengano ripetute
- Ricordare e organizzare le informazioni principali per eseguire attività, come giocare ad un gioco da tavolo seguendo le regole

Autocontrollo

- Pensare prima di agire e riuscire a gestire i propri sentimenti, ad esempio alzare la mano in classe invece di urlare
- Essere capaci, quando necessario, di gestire il tempo di un'attività dall'inizio alla fine. Ad esempio, cominciare a eseguire una routine mattutina, come vestirsi da soli senza distrarsi

Flessibilità mentale

- Riuscire a reagire agli imprevisti, specialmente quando le cose non vanno come da programma, ad esempio passare facilmente dal momento del gioco al momento della cena
- Considerare i diversi punti di vista, ad esempio utilizzare il problem solving per correggere gli errori di un compito per casa

Nota: queste sono tre aree comunemente riconosciute nelle funzioni esecutive

Attività per sviluppare le abilità di funzione esecutiva

Il bambino sviluppa le capacità di funzione esecutiva attraverso le interazioni sociali, i momenti di gioco e le attività quotidiane. Ecco alcuni suggerimenti e attività che puoi fare per aiutare il tuo bambino ad apprendere e migliorare le proprie capacità esecutive

6-12 Mesi

- Giocare a bubusetete per incoraggiarlo a ricordare dove si trova un oggetto anche se non può vederlo
- Parlare spesso con il bambino per aiutarlo a sviluppare l'attenzione e la capacità di concentrazione
- Fornire giocattoli adatti all'età del bambino e oggetti domestici, ad esempio cucchiaini o pentole, che il bambino possa esplorare
- Usare i giochi di imitazione, ad esempio battere le mani, per sviluppare capacità di memoria

13-24 Mesi

- Giocare a giochi di indicazione, ad esempio indicare e pronunciare il nome degli oggetti, per incoraggiarlo a prestare attenzione e a imparare la corrispondenza tra parole e oggetti
- Fornire indicazioni semplici per migliorare capacità di ascolto, ricordare istruzioni, e iniziare nuove attività
- Provare a dipingere con le dita con colori diversi per incoraggiare il pensiero creativo
- Raccogliere e versare fagioli da una ciotola all'altra usando un bicchiere di plastica può aiutare i bambini a concentrarsi su un compito specifico

2-3 Anni

- Cantare canzoni e fare giochi che includano istruzioni, ad es. "Mamma posso?" esercitandosi a prendere il turno e ricordando le parole per completare un'azione
- Giocare in ambienti diversi per esercitarsi ad adattarsi a nuove esperienze
- Far mettere a posto giocattoli e giochi dopo aver giocato per aiutare a sviluppare le capacità organizzative
- Giocare a "Segui il capo" per sviluppare la capacità di seguire le indicazioni e imparare ad aspettare il proprio turno

4-5 Anni

- Incoraggiare il gioco del "far finta di" per esercitarsi nel processo decisionale
- Fare lavori manuali/artigianali per costruire capacità di pensiero creativo
- Utilizzare la narrazione per riflettere sull'ordine e sui dettagli degli eventi
- Porre domande durante la costruzione di un puzzle o l'elaborazione di giochi per facilitare la capacità di pensare attraverso passaggi

5+ Anni

- Fare dei giochi che richiedano abilità di abbinamento, ordinamento e memoria (ad esempio il gioco della famiglia, o "quartetto" [gioco di associazione di idee])
- Impegnarsi in attività che richiedano di seguire delle istruzioni (ad esempio giochi da tavolo)
- Giocare a "Simon dice" per esercitarsi a ricordare le regole e pensare in modo flessibile per adattarsi a diversi scenari
- Utilizzare attività fisiche organizzate, come ad esempio il calcio, per sviluppare capacità di attenzione selettiva
- Fornire opportunità per esercitarsi nel processo decisionale, ad esempio decidere un'attività da svolgere e capire come procedere per completarla
- Fare giochi di indovinelli, come "Io spio", per esercitarsi a ricordare ipotesi precedenti e capire la soluzione



Visita www.Pathways.org per trovare altre risorse gratuite sullo sviluppo del bambino.

Pathways.org è un'organizzazione 501(c)(3) no profit