



VADEMECUM PSICOMOTORIO

Le tappe di sviluppo da 1 mese a 6 anni



ASUMIE.EU

WWW.IMPAROLE.IT

MILANO
CERNUSCO S/N
SEVESO

Tra 1 – 4 mesi POSSO... -> ABILITÀ MOTORIE

Controllare il capo

Ruotare da un fianco al dorso

Muovermi con forza durante il bagnetto

Afferrare i giochi con entrambe le mani

Portare le mani alla bocca

Seguire la luce e i volti umani vicini

Tra 1 – 4 mesi POSSO... -> ABILITÀ RELAZIONALI

Rispondere al
sorriso

Ridere / piangere
per esprimere due
o più emozioni

Smettere di
piangere quando
gli si parla

Tra 1 – 4 mesi POSSO... -> ABILITÀ COMUNICATIVE

Vocalizzare

Cercare il suono

Avere una
preferenza per
gli stimoli sociali



Tra 1 – 4 mesi POSSO... -> AUTONOMIE

Giocare con le dita

Afferrare gli
oggetti che
entrano nel suo
campo visivo

Tra 4 – 8 mesi POSSO... -> ABILITÀ MOTORIE

Stare seduto
gradualmente senza
sostegni

Avere reazioni a
carponi

Rotolare da pancia a
schiena e viceversa

Avere reazioni di
stepping

Seguire con sguardo
attento l'attività di
un'altra persona
nella stanza

Giocare con le mani

Passare i giochi da
una mano all'altra

Tra 4 – 8 mesi POSSO... -> ABILITÀ RELAZIONALI

Divertirmi quando
giocate con me

Urlare per attirare
l'attenzione

Esprimere due
emozioni

Sorridere agli
estranei

Mostrare interesse
per i bambini
piccoli oltre che
per i fratelli



Tra 4 – 8 mesi POSSO... -> ABILITÀ COMUNICATIVE

Vocalizzare tra me e
me e con gli altri

Girare la testa verso
chi parla

Ridere
fragorosamente
durante il gioco,
strillare se
infastidito



Tra 4 – 8 mesi POSSO... -> AUTONOMIE

Guardare la
mia immagine
riflessa

Esplorare con
le mani

Cercare di
prendere gli
oggetti vicini

Tenere in
mano le cose
e morderle

Cercare gli
oggetti caduti

Battere due
oggetti

Tra 9 – 11 mesi POSSO... -> ABILITÀ MOTORIE

Stare in piedi
con sostegno

Deambulare con
sostegno

Utilizzare
specificatamente
pollice e indice

Arrampicarmi

Cercare di
muovermi a
carponi



Tra 9 – 11 mesi POSSO... -> ABILITÀ RELAZIONALI

Tendere le
braccia per essere
preso in braccio

Distinguere gli
estranei dai
familiari

Scuotere la testa
per dire «NO»

Imitare alcune
azioni

Tra 9 – 11 mesi POSSO... -> ABILITÀ COMUNICATIVE

Produrre lunghe serie
di sillabe e pronunciare
in maniera definita una
parola

Ascoltare una
conversazione

Imitare suoni prodotti
per gioco

Usare
intenzionalmente le
vocalizzazioni per
comunicare con l'altro



Tra 9 – 11 mesi POSSO... -> AUTONOMIE

Aiutare a
tenere il
bicchiere

Mangiare con le
mani

Togliermi il
berretto

Cercare
l'oggetto
caduto o
nascosto

Battere due
oggetti



A 12 mesi POSSO... -> ABILITÀ MOTORIA

Stare in piedi e
iniziare a
camminare senza
appoggio

Arrampicarmi su
uno scalino

Spingere la
carrozzina

Utilizzare la pinza
pollice-indice

Manipolare



A 12 mesi POSSO... -> ABILITÀ RELAZIONALI

Fare «CIAO» con la
mano

Mostrare interesse
per l'attività degli
altri

Spostare
continuamente
l'attenzione dal
gioco all'adulto



A 12 mesi POSSO... -> ABILITÀ COMUNICATIVE

Pronunciare
qualche parola

«Parlottare»

Indicare e
guardare l'adulto
per verificarne la
reazione

A 12 mesi POSSO... -> AUTONOMIE

Bere dalla tazza con
un po' di aiuto

Lanciare gli oggetti

Partecipare
attivamente alla
vestizione porgendo
il braccio o il piede

Sollevarlo il
coperchio di una
scatola per trovare
un gioco



A 18 mesi POSSO... -> ABILITÀ MOTORIA

Camminare con i
piedi leggermente
distanziati

Correre
mostrando una
certa rigidità

Salire e scendere
le scale se tenuto
per mano

Usare la matita
con presa
imperfetta (pollice
e le altre dita)

Utilizzare la pinza
pollice-indice

A 18 mesi POSSO... -> ABILITÀ RELAZIONALI

Esplorare
l'ambiente con
grande energia

Imitare attività
abituali
semplici

A 18 mesi POSSO... -> ABILITÀ COMUNICATIVE

Pronunciare tra le
6 e le 20 parole
circa

«Chiacchierare»
tra me e me
durante il gioco

Comprendere
diverse parole ed
eseguire istruzioni
semplici



A 18 mesi POSSO... -> AUTONOMIE

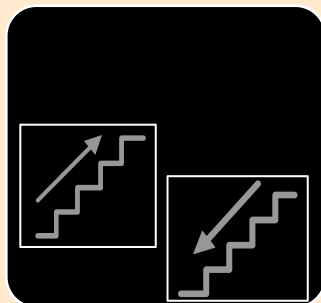
Bere da solo con la
tazza

Partecipare
attivamente alla
vestizione e alla
svestizione

Tenere in mano il
cucchiaino e portarne
il contenuto alla
bocca



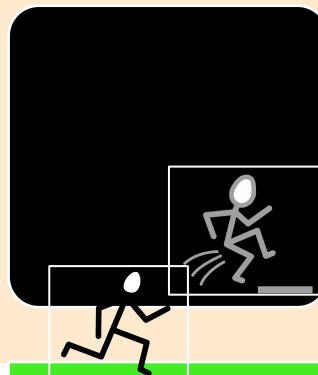
A 2 anni POSSO -> ABILITÀ MOTORIE



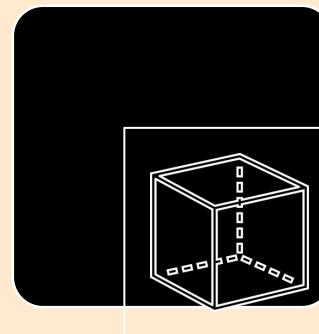
Salire e scendere le scale tenendomi al corrimano e mettendo entrambi i piedi su ciascun gradino



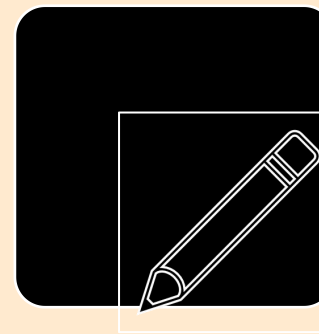
Stare seduto sul triciclo e guidarlo senza pedalare



Correre evitando gli ostacoli



Costruire torri di sei o sette cubi



Tenere la matita verso la punta usando il pollice e le prime due dita

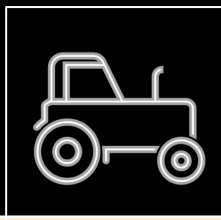


Disegnare linee, puntini e segni di forma circolare

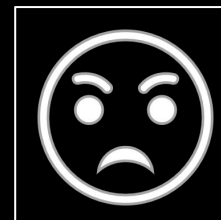
A 2 anni POSSO -> ABILITÀ RELAZIONALI



Dedicarmi a
semplici giochi di
finzione o di
ruolo

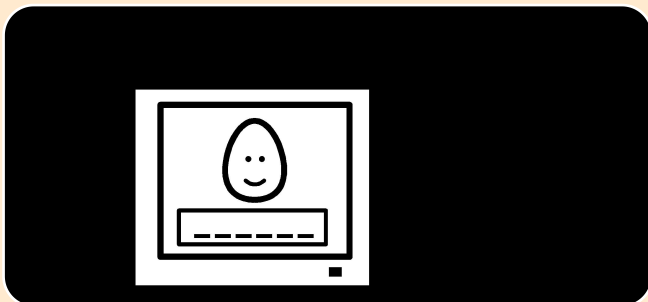


Giocare vicino
agli altri (gioco
parallelo)

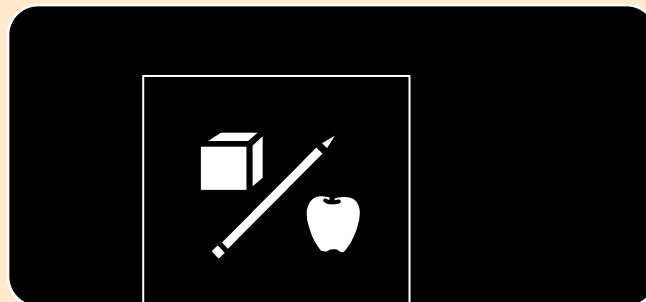


Arrabbiarmi
molto quando i
miei desideri non
vengono esauditi

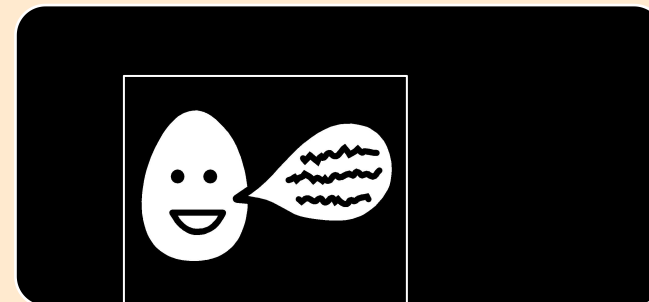
A 2 anni POSSO... -> ABILITÀ COMUNICATIVE



Dire il mio nome
e dare vita a
lunghi monologhi
durante il gioco

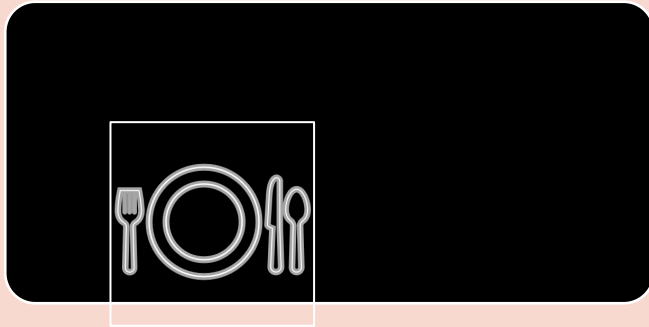


Comprende una
serie di istruzioni
semplici ma
collegate

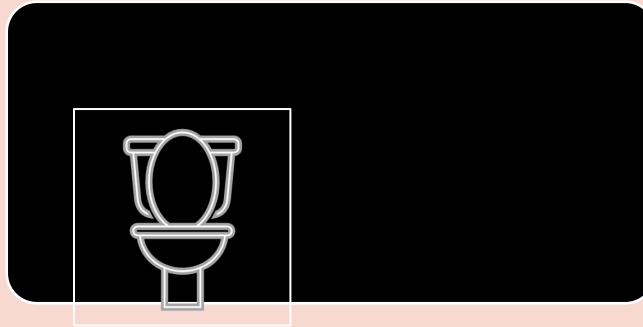


Combinare due o
più parole a
formare frasi
semplici

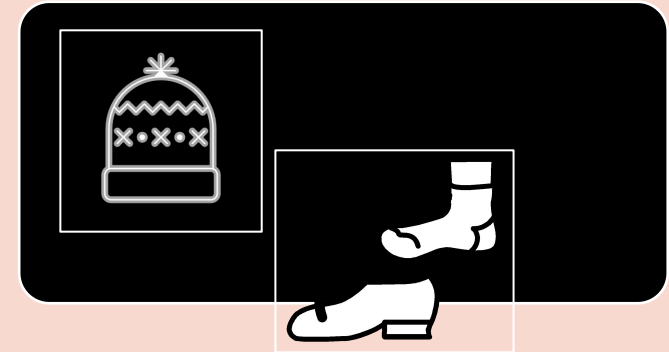
A 2 anni POSSO... -> AUTONOMIE



Mangiare da solo
usando in modo
appropriato il
cucchiaino

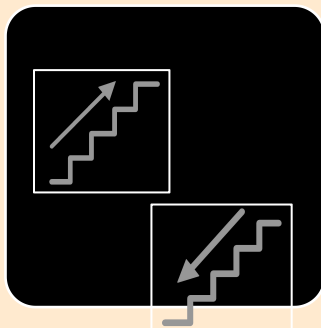


Avvertire
verbalmente dei
miei bisogni
corporali



Mettermi il
berretto e le
scarpe

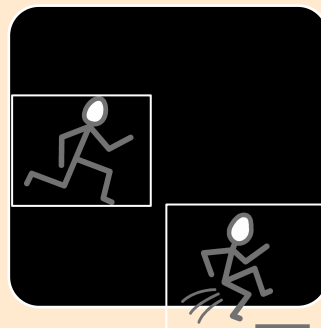
A 3 anni POSSO -> ABILITÀ MOTORIE



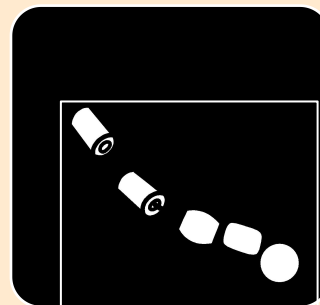
Salire e scendere le scale alternando i piedi...



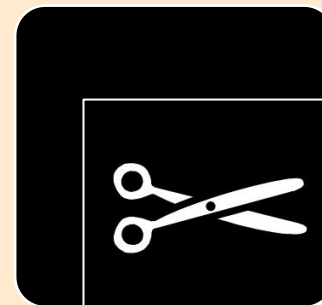
Pedalare con il triciclo



Correre e saltare



Infilare le perline

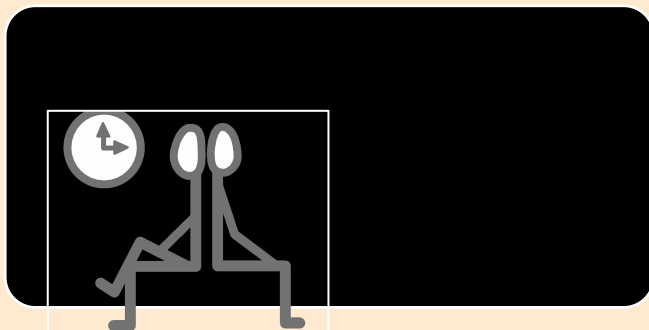


Provare ad utilizzare le forbici

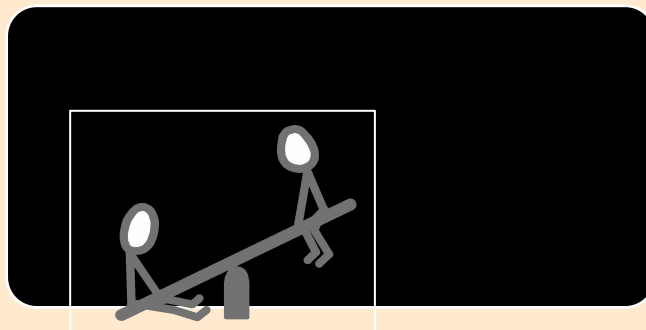


Copiare cerchi e disegnare una persona con il volto ed uno o due tratti o parti del corpo

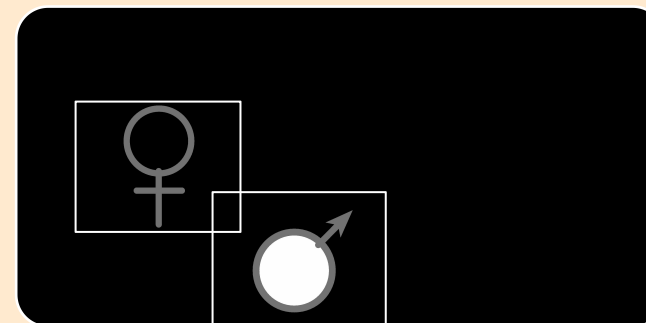
A 3 anni POSSO -> ABILITÀ RELAZIONALI



Aspettare il
turno

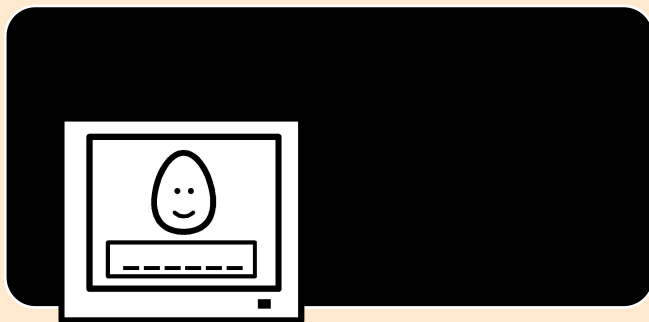


Giocare per
breve tempo
con gli altri

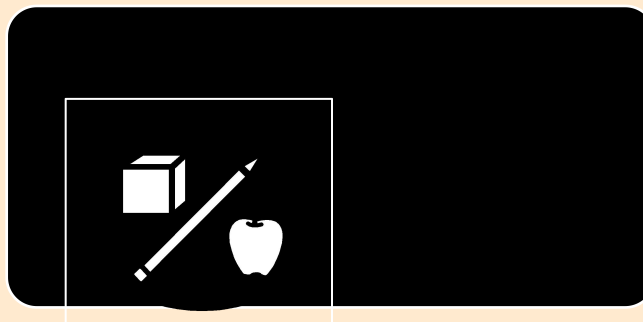


Sapere se
sono maschio
o femmina

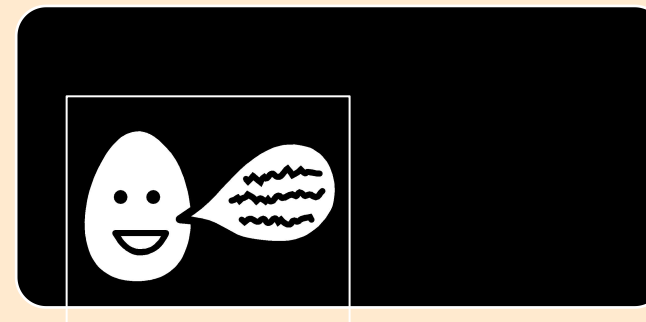
A 3 anni POSSO... -> ABILITÀ COMUNICATIVE



Dire il mio
nome



Definire gli
oggetti in
base al loro
uso

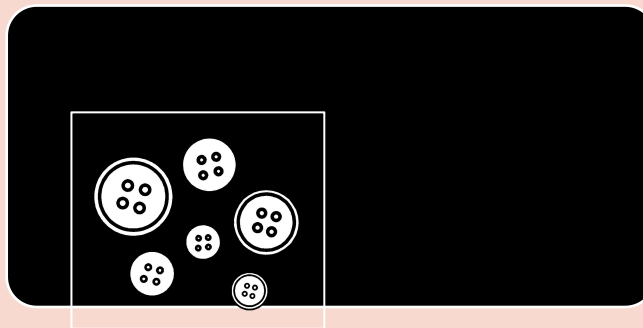


Parlare bene
con frasi di 6
parole o più

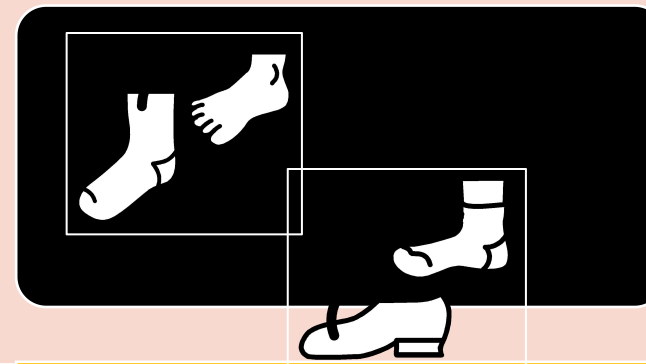
A 3 anni POSSO... -> AUTONOMIE



Lavare le
mani e il viso
con aiuto

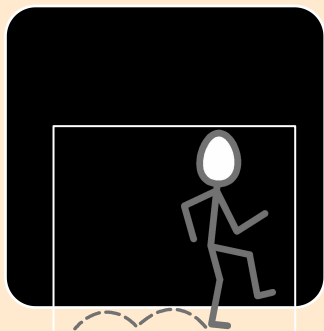


Provare a
slacciare i
bottoni



Mettermi le
calze e le
scarpe

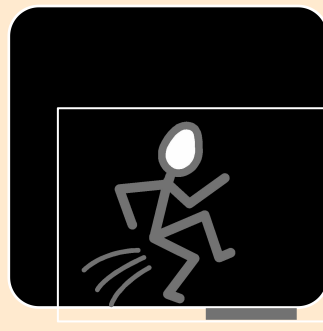
A 4 anni POSSO -> ABILITÀ MOTORIE



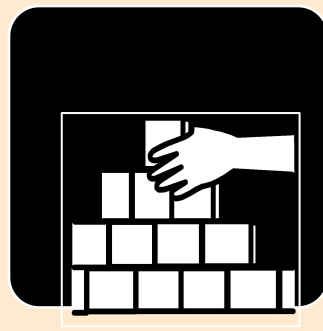
Saltare su un
piede solo



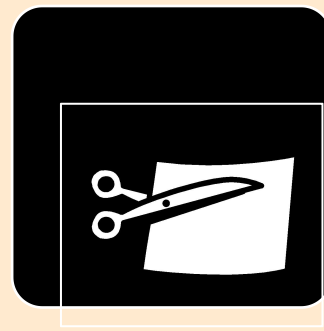
Saltare un
ostacolo



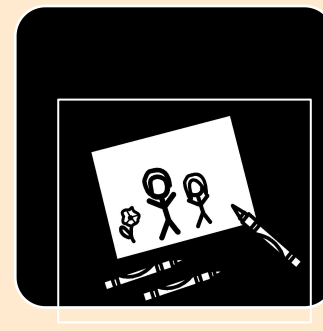
Saltare a
piedi uniti



Costruire un
ponte

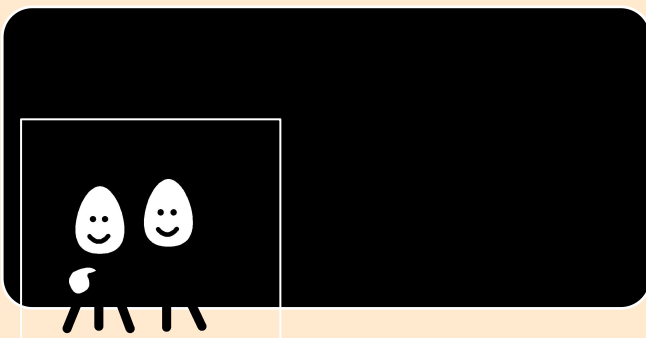


Usare le
forbici con
più
precisione

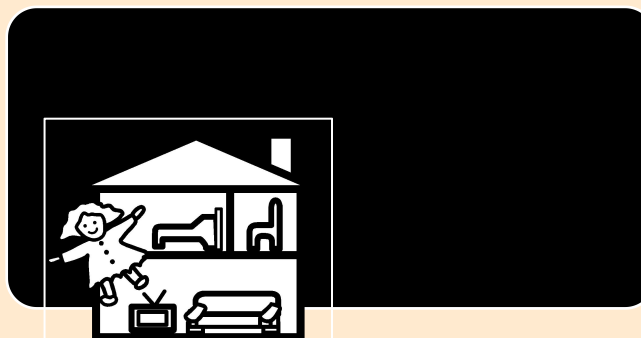


Disegnare la
figura umana
completa
Disegnare
quadrato e
triangolo

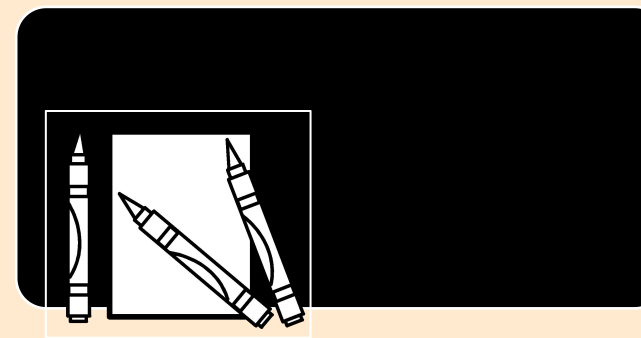
A 4 anni POSSO... -> ABILITÀ RELAZIONALI



Avere un compagno di giochi preferito

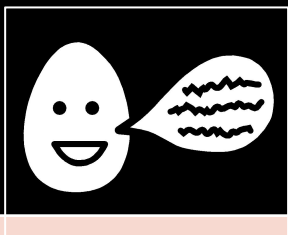


Giocare al «far finta di...»

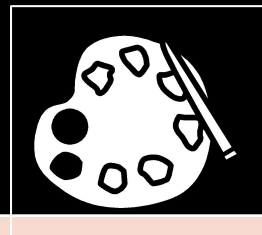


Fare un disegno rappresentativo utilizzando il colore

A 4 anni POSSO... -> ABILITÀ COMUNICATIVE

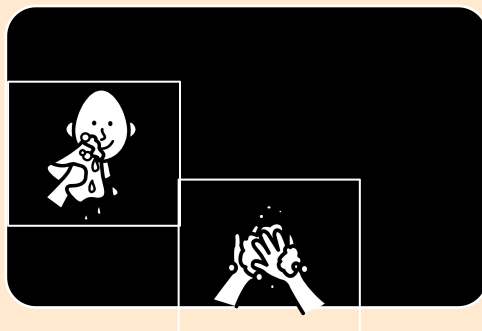


Descrivere
un'immagine



Nominare 10
colori

A 4 anni POSSO -> ABILITÀ AUTONOMIA



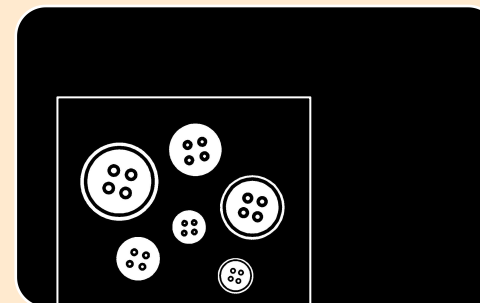
Lavarmi le
mani e il
viso da solo



Indossare
la giacca da
solo

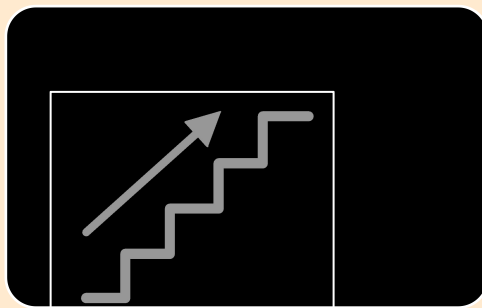


Contare
fino a 10

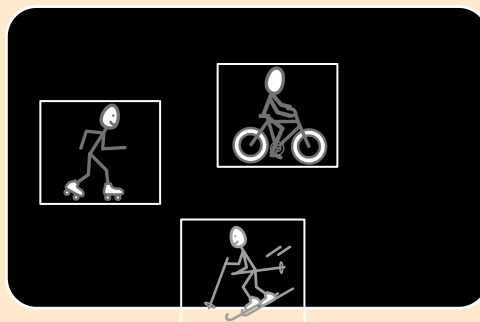


Allacciare i
bottoni

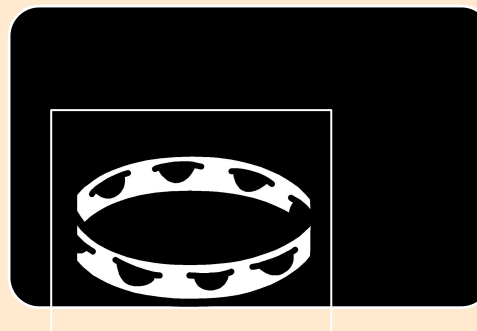
A 5 anni POSSO... -> ABILITÀ MOTORIA



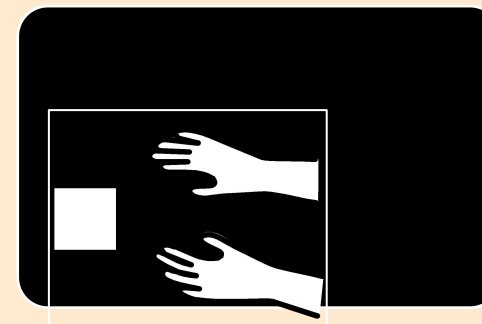
Salire le
scale di
corsa



Andare in
bicicletta,
con i pattini
o sugli sci

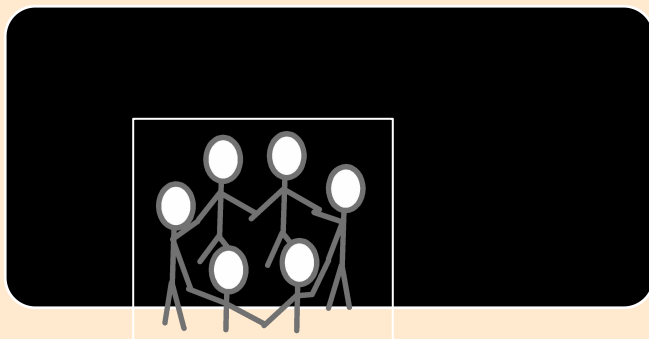


Muovermi a
ritmo di
tamburello

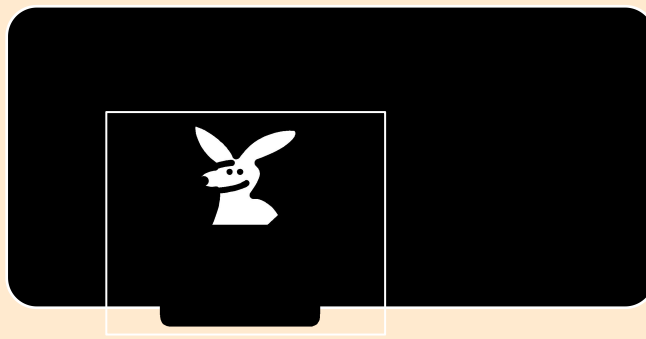


Prendere la
palla con
due mani

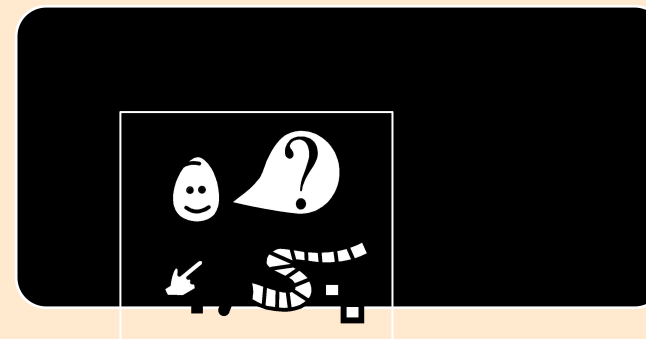
A 5 anni POSSO... -> ABILITÀ RELAZIONALI



Giocare
con 4 o 5
bambini

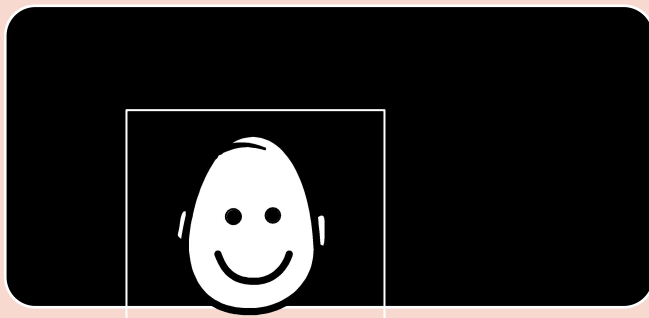


Giocare
con la
fantasia

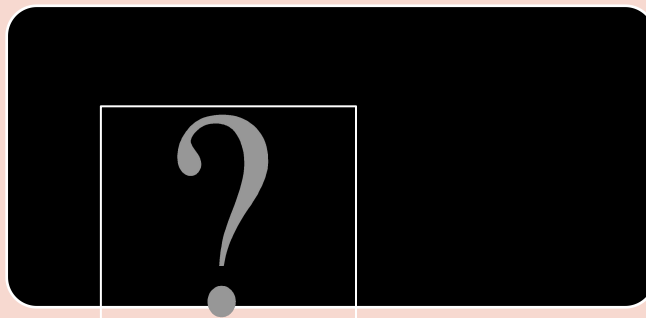


Organizzar
e meglio il
gioco

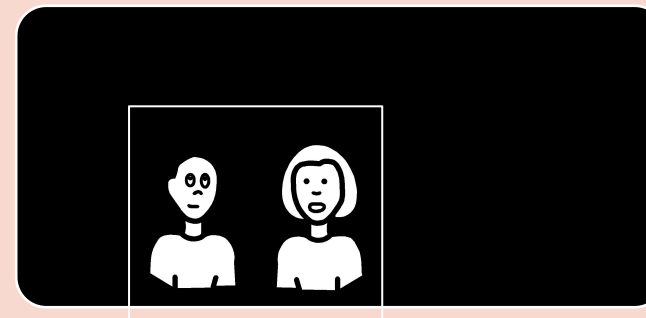
A 5 anni POSSO... -> ABILITÀ COMUNICATIVE



Avere una
mimica più
ricca

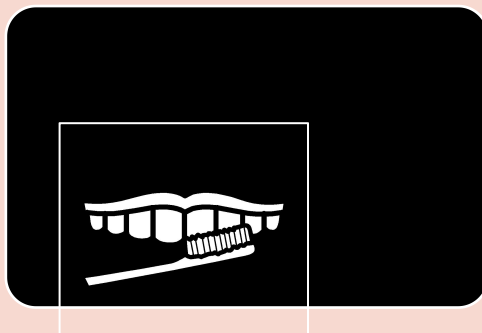


Fare
domande

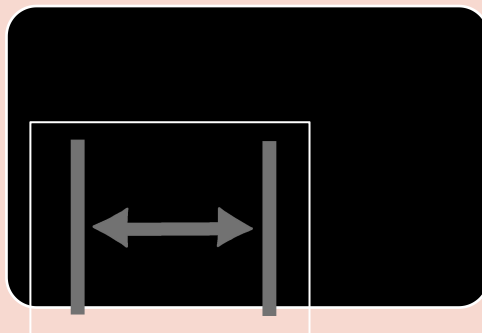


Chiedere il
significato
delle parole

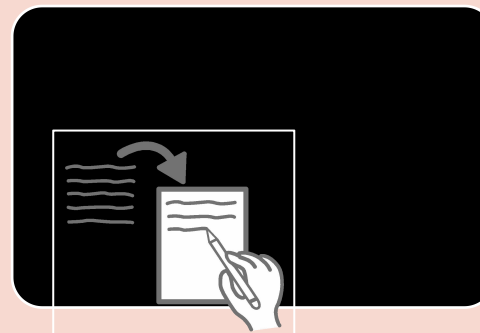
A 5 anni POSSO... -> AUTONOMIE



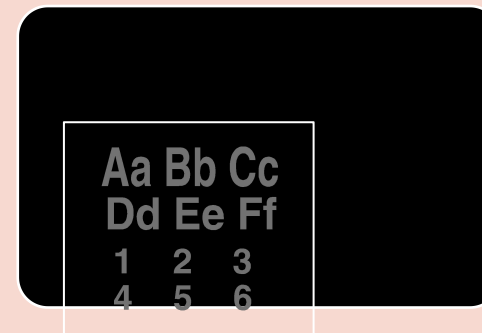
Lavarmi i
denti da
solo



Riconoscere
gli opposti

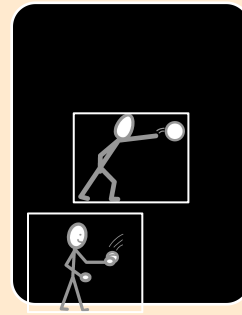
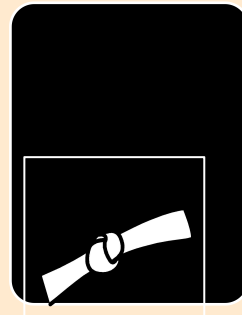
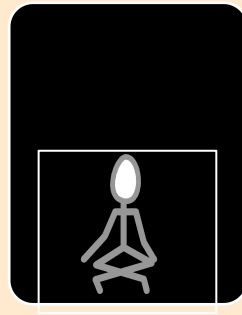
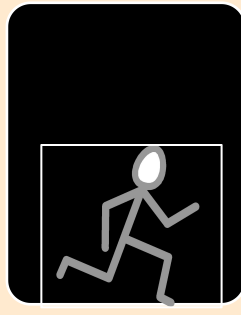
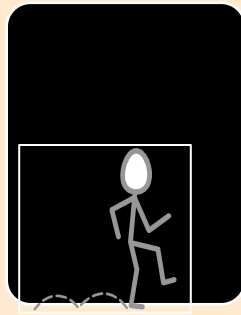
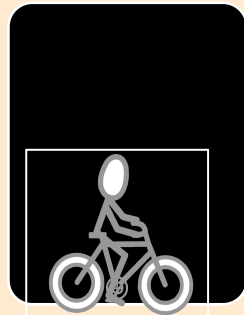
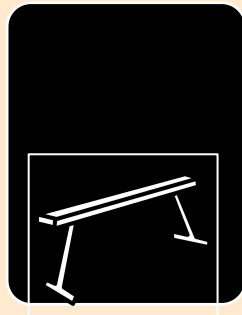
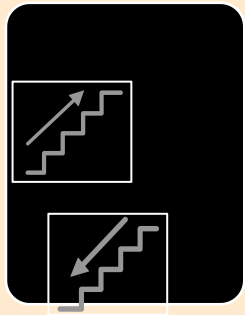


Copiare il
mio nome



Copiare
lettere e
numeri

A 6 anni POSSO... -> ABILITÀ MOTORIE



Salire e scendere le scale di corsa

Stare in equilibrio su un asse

Pedalare senza rotelle

Avanzare saltellando su un piede solo

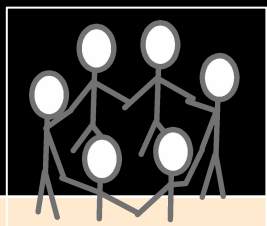
Correre fluidamente

Stare seduto per tutta la durata del compito

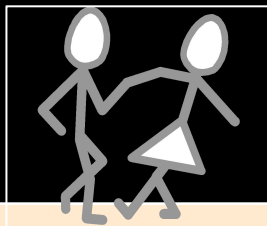
Fare un nodo semplice

Lanciare e prendere la palla

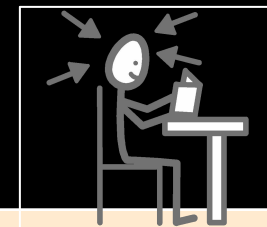
A 6 anni POSSO... -> ABILITÀ RELAZIONALI



Giocare in
gruppo

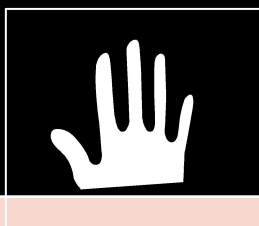


Giocare con
creatività e
senso ritmico

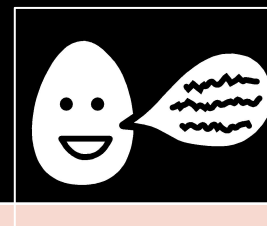


Ascoltare e
imparare

A 6 anni POSSO... -> ABILITÀ COMUNICATIVE

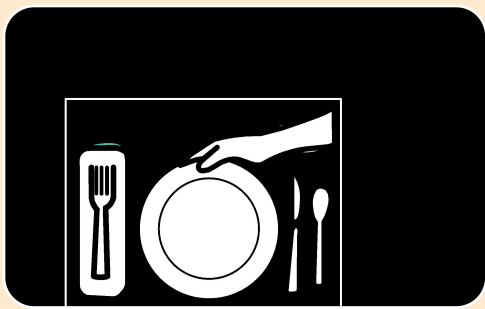


Conoscere il numero
delle dita

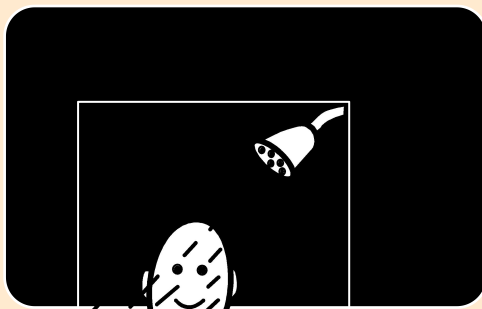


Mediare
l'espressività emotiva
attraverso il
linguaggio verbale

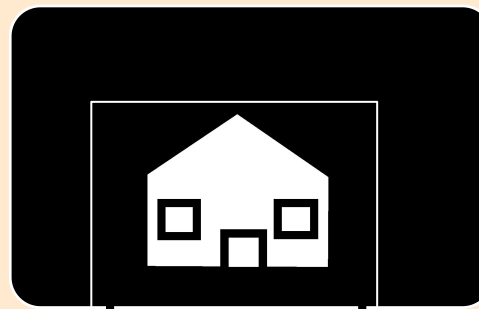
A 6 anni POSSO... -> AUTONOMIE



Apparecchiare
la tavola da
solo



Fare la doccia
da solo



Conoscere il
mio indirizzo



Conoscere la
data del mio
compleanno