

GIANLUCA DAFFI

• Giocare per crescere •

# MANO LESTA

osserva con attenzione  
e cerca di essere più veloce di tutti



## ISTRUZIONI

obiettivi:

attenzione, autocontrollo,  
abilità di calcolo, velocità  
di reazione agli stimoli

## PRESENTAZIONE DELLE CARTE



Carte «Gesti» con due personaggi  
I gesti sono:

- battere le mani davanti a sé
- battere le mani sul tavolo
- battere le mani sopra la testa

Carte «Numeri» con i due sfondi diversi

**Contenuto:** 60 carte «Gesti», 60 carte «Numeri» e 30 pepite.

## SCOPO DEL GIOCO

Diventare un vero «Manolesta» e sottrarre tutte le pepite agli avversari. Per riuscirci dovrai mantenere sempre alta l'attenzione ed essere il più veloce nell'eseguire i movimenti corretti e i calcoli.

## PREPARAZIONE DEL GIOCO

1. Distribuire le carte facendo in modo che ogni giocatore abbia lo stesso numero di carte «Gesti» e di carte «Numeri».
2. Distribuire equamente le pepite tra tutti i giocatori.
3. Ogni giocatore posiziona i 2 mazzi di fronte a sé sul tavolo, come in figura.

NUMERO DI GIOCATORI	CARTE «GESTI» PER GIOCATORE	CARTE «NUMERI» PER GIOCATORE	PEPITE PER GIOCATORE
2	30	30	15
3	20	20	10
4	15	15	7
5	12	12	6
6	10	10	5



## COME GIOCARE

### Versione per 2 giocatori

1. Al via ogni giocatore gira contemporaneamente una carta da ogni mazzo, si troverà davanti una carta «Gesti» e una carta «Numeri».
2. A questo punto dovrà velocemente decidere quale gesto fare e quante volte.

*Quale gesto? Osservate le carte «Gesti»:*

- se le carte dei due giocatori rappresentano lo stesso gesto, vedi esempio A, si eseguirà il gesto rappresentato sulle carte: battere le mani davanti a sé



Esempio A

- se le carte dei due giocatori sono diverse, vedi esempio B, si eseguirà il gesto non rappresentato sulle carte: battere le mani sopra la testa



Esempio B

*Quante volte? Osservate le carte «Numeri»:*

- se le carte dei due giocatori sono dello stesso colore si dovranno sommare i numeri presenti sulle carte;
- se le carte dei due giocatori sono di colori diversi si dovrà sottrarre il numero minore dal numero maggiore. Nel caso in cui il risultato sia zero, bisognerà gridare «Manolesta» e non eseguire i gesti.



$$= 3$$



$$= 2$$

Il giocatore che per primo esegue il gesto corretto nel numero corretto di volte (o, nel caso dello zero, che urla «Manolesta» per primo) vince una pepita dal suo avversario. Se entrambi i giocatori sbagliano si prosegue la sfida girando nuove carte; le carte usate verranno messe al bordo del tavolo.

## **FINE DELLA PARTITA**

Vince chi avrà sottratto tutte le pepite al suo avversario o chi – terminate le carte – ne avrà di più.

### *Versione per più di 2 giocatori*

Valgono le regole descritte sopra. Il giocatore più giovane inizia sfidando il giocatore alla sua sinistra, che a sua volta sfiderà quello alla sua sinistra, e si continuerà così il giro.

Se durante la sfida tra due giocatori le carte «Gesti» estratte presentano due personaggi diversi (esempio C) allora tutti i giocatori entrano in gioco, la partita si allarga a tutti, e chi per primo riesce a eseguire il gesto corretto nel numero corretto di volte vince una pepita da ciascun giocatore.



Esempio C

Vince chi riesce a conquistare – una volta terminate le carte – più pepite dei suoi avversari.

## **VARIANTI**

- Per chi ha difficoltà con i calcoli, si decide che:
  - se le carte sono di colore uguale il gesto va fatto 2 volte
  - se sono di colore diverso 1 volta
  - se il numero è uguale si deve dire «Manolesta».
- Se anche con il colore fosse complesso fare i calcoli allora l'adulto consegnerà ai giocatori solo le carte del mazzo «Gesti» e sarà lui a girare una singola carta dal mazzo «Numeri».

## LA SERIE «GIOCARRE PER CRESCERE»

Nessuna attività è in grado di motivare i bambini all'azione in maniera così forte come il gioco. Giocare non è solo divertente, «...l'uomo è pienamente tale solo quando gioca», scriveva Schiller, giocare è il modo migliore per conoscersi, confrontarsi, crescere insieme agli altri. Giocando noi possiamo addirittura modificare il funzionamento del nostro cervello. In che modo?

Scegliendo giochi intelligenti in grado di stimolare le nostre funzioni esecutive.

Ogni gioco della linea «Giocare per crescere» è pensato per sollecitare una o più specifiche funzioni, troverete sulla scatola l'indicazione delle principali funzioni esecutive coinvolte e qui una loro descrizione. Vi verranno forniti anche utili suggerimenti per divertirvi.

## CHE COSA SONO LE FUNZIONI ESECUTIVE

Le funzioni esecutive sono quell'insieme di processi mentali che supervisionano i nostri pensieri e comportamenti. Incorporano diverse operazioni a base neurologica che servono per dirigere e coordinare le nostre azioni.

In parole più semplici sono come tanti gnometti che, all'interno del nostro cervello, lavorano tutti insieme per aiutarci nel portare a termine qualsiasi compito con il quale dobbiamo quotidianamente confrontarci.



*I giochi della serie  
«Giocare per crescere»  
sono stati ideati e testati  
da Gianluca Daffi, docente  
universitario, esperto  
in psicologia dell'età  
evolutiva, processi cognitivi  
e funzioni esecutive*

## Autoregolazione emotiva

Cioè la capacità di gestire le proprie emozioni e tenere sotto controllo i propri sentimenti per evitare che ostacolino il raggiungimento dei nostri obiettivi.

## Flessibilità

Cioè la capacità di adattarsi a nuove situazioni gestendo adeguatamente gli imprevisti del caso.

## Pianificazione

Cioè la capacità di immaginarsi come raggiungere uno scopo e, nel dettaglio, quali passi compiere per farlo.



## • FUNZIONI ESECUTIVE •

## Inibizione della risposta

Cioè la capacità di non mettere in atto la prima risposta che, impulsivamente, tenderemmo a produrre indipendentemente dall'opportunità della stessa.

## Memoria di lavoro

Cioè la capacità di tenere a mente le informazioni legate all'esecuzione di un'attività il tempo necessario per portare a termine l'attività stessa.

## Attenzione focalizzata

Cioè la capacità di concentrarsi su alcuni elementi, selezionando ciò che risulta utile «filtrandolo» tra tutte le informazioni presenti.

# Funzioni esecutive in gioco: suggerimenti per gli adulti

- 1 Giocate insieme.** È un'occasione unica sia per scoprire le fragilità dei bambini che per stupirsi delle loro competenze.
- 2 Complimentatevi.** Che si tratti di un compagno o di un avversario, quando qualcuno vince merita di essere gratificato.
- 3 Ricordatevi di divertirvi.** Non dobbiamo diventare i campioni del mondo, giochiamo per star bene insieme e godere della nostra abilità di «stare nel gioco».
- 4 Ricordatevi che voi siete l'adulto.** Fate in modo che qualsiasi parola, gesto o reazione siano per i bambini un esempio positivo di comportamento.
- 5 Trasmettete strategie.** Se qualcuno fatica nel mantenere l'attenzione, accettare la sconfitta o ricordare le regole del gioco, cercate di suggerire delle strategie per superare queste difficoltà.
- 6 Sappiate fermarvi al momento giusto.** Non tirate il gioco per le lunghe, dovete fare in modo che il gioco termini lasciando la voglia di giocareci nuovamente.
- 7 Ragionate ad alta voce.** Ascoltare come voi adulti gestite il gioco potrebbe fornire utili suggerimenti anche al bambino.
- 8 Spiegate ai bambini che abilità serviranno per giocare.** Spiegate al bambino quali competenze dovrà mettere in gioco.
- 9 Aiutate chi è in difficoltà.** Tutti devono essere in grado di partecipare.
- 10 Esaltatevi ed esultate.** Se un gioco non vi emoziona non serve a nulla.