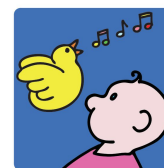


NATI PER LA MUSICA

Nati per la Musica (NpM www.natiperlamusica.org) è un programma nazionale nato nel 2006, promosso dall'Associazione Culturale Pediatri e dal Centro per la salute del Bambino onlus, che si propone di *sostenere attività* che mirino ad accostare precocemente, ed in maniera non occasionale, il bambino al mondo dei suoni e della musica e *sensibilizzare* le famiglie sui vantaggi che questa pratica comporta. La *musica* è una *buona pratica* che sostiene la crescita dei bambini con effetto duraturo e arricchisce le opportunità che si possono offrire per una piena valorizzazione delle loro grandi potenzialità, puntando sulla ricchezza della relazione e del piacere e non sulla prestazione. Il cuore di NpM è fornire ai genitori alcune indicazioni per creare momenti di complicità, condivisione e divertimento attraverso il *gioco sonoro*. NpM non si propone, infatti, di insegnare precocemente a suonare uno strumento musicale ma di fruire e gioire del fare musica. L'esperienza musicale in famiglia è uno strumento privilegiato per sviluppare le competenze linguistiche e relazionali. La pratica musicale produce molteplici effetti a livello cerebrale già nel periodo prenatale.



**Nati per
la Musica**

IL CESTINO DEI TESORI SONORI

di **Cecilia Pizzorno**, *Esperta in didattica e pedagogia musicale*
e **Raffaella Schirò**, *Pediatra*

La voce materna è riconosciuta in periodo fetale ed è la preferita in età neonatale. Le parole non sono discriminate ma viene percepita la scansione ritmica, le caratteristiche intonative, i silenzi, le ripetizioni, gli stimoli sonori in genere. La precocità della esperienza sonora non è solo dovuta alla percezione e riconoscimento sensoriale uditivo ma alla interazione sociale. I neonati sono attratti dal volto della mamma e preferiscono la sua voce piuttosto che altri suoni. Cresce la relazione sociale in cui il neonato sviluppa un apprendimento multimodale con chi gli sta attorno. Guarda, trattiene e rimanda lo sguardo, sorride, risponde con movimenti al movimento e dondolio e successivamente ballo della mamma che accompagna le canzoni e i suoni.

Queste prime comunicazioni musicali sono apprese e poi ricordate come un nucleo di memoria che si deposita nel neonato.

Il bambino riconosce una musica ascoltata e la distingue da una sconosciuta. Se la musica ripetuta viene fatta ascoltare a un neonato per 1 sola settimana, ma quotidianamente, viene poi riconosciuta dopo 8 mesi.

La musica, inoltre, è centrale per la capacità di autoregolazione del legame di attaccamento del bambino alla propria mamma o a chi se ne prende cura: questa capacità definita

sincronia, in ambito psicologico, è potenziata dalla comunicazione musicale. La musica permette occasioni per l'attivazione emotiva positiva anche nella mamma aumentando l'auto-soddisfazione, il senso del benessere e la riduzione degli ormoni dello stress.

Ecco perché la musica apporta dei benefici se praticata in famiglia: aumenta la comprensione e i suoi effetti vengono rinforzati dalla consuetudine e continuità.

IL MIO CESTINO DEI SUONI E DELLE MUSICHE

Ascoltare e fare musica insieme, giocando con la voce, con gli oggetti quotidiani che producono suoni, cantare filastrocche e inventarne di nuove rafforza il legame affettivo tra adulto e bambino ed è fonte di benessere.

La musica è un *magico elisir* che realizza desideri, cambia umori, scatena ricordi e racconta qualcosa di noi, delle nostre emozioni, dei nostri gusti...

La musica si trasforma in terreno di gioco condiviso. Si sperimentano giochi con i suoni e si inventano rime, filastrocche e canti. L'obiettivo è che i genitori diventino consapevoli delle proprie capacità.

È bene abituarsi a fare una cosa alla volta, prendendosi il tempo di assaporare i suoni che appartengono all'esperienza quotidiana, i suoni degli ambienti sonori frequentati. Il canto degli uccelli, il ticchettio dell'orologio, il rubinetto che perde, il cucchiaino che cade e il cigolio di una porta favoriranno nel bambino una capacità di discriminazione e ascolto. L'ascolto attento del *paesaggio sonoro*, da una prima distinzione e catalogazione dei suoni darà vita ad un'imitazione con la voce, gli oggetti e i materiali.

Il risultato è davvero emozionante: insieme si inventano balli per scatenarsi, canti per comunicare anche senza le parole, brani che invitano a danzare stretti in un abbraccio, silenzi carichi di attesa, testi nuovi e melodie che si insinuano nelle orecchie e non volano più via. L'identità sonoro-musicale si arricchisce, così, giorno dopo giorno, di nuove esperienze, suoni e musiche che si conserveranno tutta la vita.

Si suggerisce di allestire un "cestino dei tesori sonori", un contenitore che raccoglie oggetti sonori e materiali. I corpi sonori saranno stati scelti per ricchezza e qualità sonora e per varietà dei gesti produttori che evocano (scuotere, grattare, battere, roteare, pizzicare, sfregare, ecc).

Nel cesto troveranno posto oggetti di uso quotidiano: frullini, schiumarole, mollette da bucato, grate da forno, cucchiaini di legno e di metallo, contenitori di diverso materiale e forma contenenti granaglie, ecc...

Nel "cestino dei tesori sonori" saranno simbolicamente depositate anche le musiche che la mamma ascoltava in gravidanza ed i canti che accompagnavano i piccoli riti che cadenzavano le giornate nei primi mesi di vita. Ci saranno musiche per danzare, arie create apposta per il proprio bambino, girotondi, filastrocche ritmate sulle manine e sulle braccia, melodie personalizzate con il particolare nomignolo cantato con voce dolce e accompagnato da carezze e baci. Il "cestino dei tesori sonori" si arricchirà giorno dopo giorno e diventerà sempre più caratteristico e personale, esprimendo così l'identità sonoro-musicale di famiglia.

Alcuni suggerimenti per allestire il tuo cestino sonoro

- OGGETTI, MATERIALI E GIOCATTOLE SONORI - Raccolta e utilizzo creativo per accompagnare canti nuovi, storie, filastrocche, musiche.
- LA MIA MUSICA - Registrazione di canzoni, suoni e musiche significative per ogni bambina e per ogni bambino, in cui ciascuno può ritrovare se stesso nei momenti di gioco libero o in situazioni strutturate.
- IL CONTRASSEGNO SONORO - Ricerca dell'oggetto o dello strumento musicale che gratifica particolarmente ciascun bambino. Il disegno dell'oggetto o del suono in questione potrà essere appeso sull'armadietto personale.
- I NOSTRI GIOCHI CANTATI - Giochi cantati preferiti dal singolo o dal gruppo.
- "CANZONI, SUONI E MUSICHE DI ..." Disegni per creare un libro che rispecchi le preferenze musicali e sonore di ciascuno.

FARE MUSICA IN FAMIGLIA

Fare musica con i piccoli non significa insegnare a suonare uno strumento o progettare attività specifiche e isolate, ma valorizzare una molteplicità di esperienze dove quella sonora è vissuta in maniera ampia e globale.

I piccoli seguono per un tempo limitato e sono attratti da brani brevi e timbri e sonorità diverse. È importante offrire brani appartenenti a diverse epoche e culture.

Ambiente sonoro

Spegnere TV, limitare i rumori di sottofondo e creare una zona di quiete per assaporare e creare suoni e silenzi.

Giocare cantando

Gli adulti possono giocare con la loro voce, usare canti, ninne-nanne, filastrocche e giochi cantati della tradizione popolare. La gestualità può accompagnare e sottolineare parti del testo o momenti salienti della narrazione: "occhio bello", "mano aperta mano chiusa", "trotta trotta cavallino".

Ai piccoli è gradita la ripetizione. In seguito è suggerito di variare testo e/o melodia e/o ritmo dei canti. L'esecuzione del canto potrà essere alternata: più lenta, più veloce o essere interrotta.

Ascolto attivo e condiviso

Ascoltate insieme ai bambini canti, ninne-nanne, filastrocche e brani musicali, sollecitandoli a partecipare cantando, battendo le mani, muovendo il corpo, accompagnando con oggetti o strumenti. Asseconderete, così, la naturale attitudine dei bambini a reagire alla musica con il movimento del corpo. Inventate insieme giochi e danze utilizzando teli, nastri, foulard in sincronia con ciò che suggerisce la musica.

Si consiglia di offrire vari repertori, allargando il più possibile l'ascolto a generi e stili musicali differenti. È piacevole scoprire insieme al proprio bambino tradizioni diverse e culture musicali lontane.

L'esplorazione sonora dei bambini

Offrite oggetti e strumenti che producono suoni belli e vari: corpi sonori che si pizzicano, che si sfregano, che si grattano, che si battono o che si scuotono.

Le scoperte emergono spontaneamente e l'adulto ha il compito di osservarle, incoraggiarle, sostenerle e valorizzarle.

VIVERE MOMENTI DI SILENZIO

tratto da “Spunti per un dialogo con i genitori” di Cecilia Pizzorno e Manuela Filippa¹

Si raccomanda ai genitori di rispettare un'ecologia sonora degli ambienti, evitando, almeno per i bambini, gli ambienti saturi di suoni: il silenzio è un luogo di crescita e di attesa, è un luogo di riposo sensoriale e di preparazione all'arrivo degli stimoli sonori. In un ambiente traboccante di suoni, dove per esempio televisione o radio sono sempre accesi, vengono meno attenzione e concentrazione e l'attivazione motoria può essere eccessiva. Gli stimoli sonori che i genitori offrono al bambino è auspicabile siano significativi: suoni o rumori privi di significato (ritorniamo sull'esempio della televisione di “sottofondo”) o continui e ripetitivi (pensiamo all'eccessiva stimolazione uditiva dei videogiochi o dell'aspiratore dei fornelli) possono indurre da una parte all'assuefazione e, dall'altra, ad un'ipersensibilità e intolleranza. I suoni del paesaggio hanno da sempre avuto per l'uomo profondi significati e valori simbolici (pensiamo al richiamo delle campane della chiesa con suoni diversi per ciascuna occasione a seconda dell'evento); purtroppo l'uomo contemporaneo si trova spesso a doversi difendere dall'enorme massa sonora prodotta dai centri urbani e commerciali. Ciò che ci si trova a fare oggi è molto spesso un'operazione di selezione ed eliminazione dei suoni del paesaggio. E, dall'altra parte, ci sono suoni minacciati di estinzione, che i nostri bimbi non possono ascoltare più, come ad esempio i canti di alcuni uccelli o altri suoni della natura. Raccomandiamo per questo ai genitori di prestare attenzione alla "pulizia dell'orecchio", di aiutare i bambini a diventare ascoltatori attenti piuttosto che uditori passivi, partendo, prima di tutto, dalla valorizzazione del silenzio.

¹ C. Pizzorno, M. Filippa. *SPUNTI PER UN DIALOGO CON I GENITORI. Medico e Bambino pagine elettroniche* 2013; 16(10) http://www.medicoebambino.com/?id=NPM1310_10.html