

## Cosa regalare ai bambini? I giochi consigliati dai pediatri

**Pubblicato:** Martedì 18 Dicembre 2018



E se fossero i pediatri a consigliare cosa regalare per Natale ai bambini?

Allora la notte della Vigilia cadrebbero dalla slitta tanti giochi capaci di stimolare l'immaginazione, la fantasia e le relazioni tra bambino e genitori.

### GIOCHI CONSIGLIATI

Sempre validi i **puzzle** da fare insieme, **costruzioni e libri** per sviluppare immaginazione, fantasia e creatività, anche in compagnia di altri bambini o con mamma e papà.

Sì a giocattoli che incoraggino il bambino a essere sia fisicamente che mentalmente attivo come matite, pastelli, pennarelli colorati e in genere **materiale per disegnare** e avvicinarsi all'arte, **carte e giochi da tavolo** per stimolare l'apprendimento e **giochi da spingere (anche palle e palloni), biciclette e monopattini** per promuovere l'attività fisica.

Naturalmente è bene controllare sempre che si tratti di giocattoli sicuri, "prodotti secondo le normative europee (marchio CE), adatti all'età dei bambini, e privi di contenuti violenti", spiegano i pediatri della Sip (Società italiana di Pediatria).

### NON SOLO DIGITALI

"I giocattoli migliori non sono quelli appariscenti o costosi o all'ultima moda – sostiene l'American Academy of Pediatrics nel rapporto "Selezione di giocattoli appropriati per i bambini nell'era digitale" – **Il dono più educativo è quello che promuove le interazioni vere tra i bambini e tra bambini e genitori**".

"I giocattoli elettronici da soli non facilitano queste relazioni, fondamentali per uno sviluppo sano e

armonico del bambino”, si legge nel Rapporto che invita le famiglie a non sostituire i vecchi giochi con gadget digitali.

**Se da un lato l'avvicinamento dei bambini alle nuove tecnologie è inevitabile e non può essere ostacolato, dall'altro è importante che venga fatta corretta educazione per un uso consapevole.** Servono quindi delle regole per **i giochi digitali che possono affiancare, non sostituire quelli tradizionali**: “Benché molti dei nuovi media interattivi vengano pubblicizzati come educativi, le app veramente tali sono poche”, precisano gli esperti.

#### LIMITI ALL'USO DI SMARTPHONE E TABLET

Ai colleghi americani fanno eco [le raccomandazioni della Società Italiana di Pediatria \(Sip\)](#), sull'uso di smartphone e tablet in età infantile. Quindi, **se sotto l'albero c'è un dispositivo digitale allora i pediatri della Sip rivolgono ai genitori specifiche raccomandazioni:**

- **no a smartphone e tablet prima dei due anni, durante i pasti e prima di andare a dormire;**
- limitare l'uso a massimo 1 ora al giorno nei bambini di età compresa tra i 2 e i 5 anni e al massimo 2 ore al giorno per quelli di età compresa tra i 5 e gli 8 anni
- no al cellulare “pacificatore”, dato ai bambini per evitare capricci
- attenzione del genitore nel seguire il gioco del figlio e nel far rispettare i limiti, anche dando il buon esempio.

di [bambini@varesenews.it](mailto:bambini@varesenews.it)