



## La musica come nutrimento: i suoni dell'infanzia al tempo del corona virus

*Cari genitori, nonni, adulti vicini ai bambini,*

la musica svolge un ruolo fondamentale nello sviluppo globale dell'individuo. Agisce sugli stati d'animo più profondi e sulle emozioni, è nutrimento della mente e dello spirito, ed è anche divertimento, gioco, stimolo per sviluppare le potenzialità espressive e creative della persona. Viene considerata un vero e proprio linguaggio, il primo che il bimbo riesce a cogliere e con cui può interagire con gli altri e con l'ambiente.

Appena nato, ma anche prima durante la gravidanza negli ultimi tre mesi, il bambino già reagisce in modo diverso ai differenti stimoli sonori e musicali che lo circondano: sa distinguere l'intensità di suoni e rumori, il tono della voce, il canto della madre o del padre e sembra poter ricordare le melodie che sentiva quando egli era ancora in grembo. Tali capacità innate, se coltivate, possono sviluppare la sensibilità al suono e alla musica e concorrono alla crescita della persona intesa nella sua globalità.

### L'adulto in rapporto al bambino

Come sappiamo il bambino sente i suoni durante la gravidanza e l'adulto può rivolgersi al bambino in questo periodo per **cantare e raccontare storie** scegliendo tra ciò che è di suo gradimento. Dopo la nascita, il bambino ha bisogno di interagire con la voce, faccia a faccia con i genitori e gli altri famigliari. Gli **sguardi sono importanti** per comunicare al bambino "finalmente ci vediamo, siamo felici che tu sia arrivato, mamma e papà ti vogliono un mondo di bene". Come il ricercatore parigino François Delalande ha individuato nelle sue ricerche, la magia della relazione nasce dall'atteggiamento dell'adulto che non dovrebbe mai essere direttivo. Genitori e insegnanti dovrebbero restare in **osservazione delle esplorazioni spontanee** messe in atto dal bambino, in rapporto alla musica. Solo dopo l'osservazione e la condivisione del momento esplorativo, l'adulto può **promuovere e sostenere attitudini personali, mostrando delle soluzioni** che possono passare attraverso il canto, il gioco musicale, la costruzione di oggetti sonori e così via.



Crescere in un ambiente ricco di stimoli consente a tutti di affinare molti modi di sentirsi e di riconoscersi nella voce, nel pianto e così via. Perciò è bene sostenere il bambino nelle sue tappe di crescita che si



arricchiscono sempre di più col passare del tempo di **produzioni, giochi, canti e gesti sonori** che vanno ad implementare il rapporto.

Suggeriamo di **giocare con la voce passando da toni acuti per scendere fino ai toni più gravi**, improvvisatevi “rumoristi”, divertitevi a sonorizzare tutto ciò che fate insieme al vostro bambino, scandendo così il ritmo della giornata (“Come suona il piattino ed il cucchiaino? Lo sciabordio dell’acqua del bagnetto? Che suono fa il motore dell’automobile di papà?”). Ricordando ambienti naturali giocate a imitare i suoni della natura e ricordate che l’orecchio ha bisogno di sperimentare costantemente per imparare a discriminare i suoni. Solo più tardi l’orecchio regolerà la produzione vocale affinando anche l’intonazione. Attraverso la ripetizione il bambino “allena” la memoria che consente di formare rappresentazioni uditive stabili e durature nel tempo.

### **Il ruolo dei genitori**

La spontaneità del fare musica in famiglia è privilegiata perché il genitore propone istintivamente una serie di **melodie che appartengono alla propria storia sonora**, così come succede per l’educazione al cibo. Diventare genitore è una grande opportunità, nei confronti del bambino e di sé stessi, perché invita a ricordare le esperienze del passato, di chi cantava o suonava quando si era piccoli, facendo ripercorrere il personale “leitmotiv” che tocca le corde emozionali. I nonni possono essere di aiuto per rinfrescare la memoria di filastrocche, ninne nanne, conte, indovinelli e storie musicali di una volta, tramandarli e creare un **quaderno sonoro**, una sorta di diario nel quale annotare fin dalla gravidanza, le manifestazioni o gli avvenimenti sonori dell’attesa, della nascita e poi via via della crescita. Questo aiuta il bambino a ricordare ed a riconoscere la propria storia sonora e quella della sua famiglia. **Vivere la musica quotidianamente con intenzionalità e consapevolezza** porta il genitore a diventare staffetta tra il passato, il presente e quello che insieme al proprio bimbo sarà il loro futuro.

### **Qualche spunto di conte, filastrocche, ninne nanne**

La **ninna nanna** rappresenta testi popolari arcaici, in cui il **ritmo uniforme e la ripetizione delle parole, in forma di un rituale**, tendono a produrre un effetto ipnotico finalizzato a fare addormentare il bambino; contemporaneamente questi testi e la loro natura musicale ritmica e melodica, forniscono un qualche sollievo psicologico e costituiscono un meccanismo utile per alleggerire le eccitazioni<sup>1</sup>. Nella ninna nanna **l’addormentamento si realizza in misura lieve attraverso il significato delle parole e maggiormente seguendo l’andamento dei suoni vocalici cullanti** legati al vissuto materno. La comunicazione passa dalla mamma al bambino attraverso il calore e il contatto corporeo, l’abbraccio, il contenimento, il respiro, il canto, il dondolare-cullare del corpo materno in sintonia con i suoni della voce. Come una magia la **ninna nanna si modella sulle variabili corporee, sulla voce, sulla musica e sul ritmo del cullare**, rivelando l’importanza della relazione circolare madre/figlio – figlio/madre come modulatore interno delle relazioni umane future. Durante il rituale della ninna nanna, **il canto si unisce al gesto del cullare** e inizialmente sembra che i suoni conducano il bambino; in seguito, e per tutto il tempo della ninna nanna è il bambino a guidare la mamma. La mamma registra inconsapevolmente la variazione del corpo del piccolo man mano

---

<sup>1</sup> G. Persico, *La ninna nanna. Dall’abbraccio materno alla psicofisiologia della relazione umana*, Roma, Edizioni Universitarie Romane, 2002.



che si abbandona al suono della sua voce. Mentre culla il suo bambino, la mamma segue, ovvero mima, il calo delle tensioni muscolari del bambino addormentato, modificando lei stessa il modo in cui tiene il bimbo, l'emissione dei suoni e della sua voce. Avviene un decremento lento e morbido della tensione muscolare delle braccia, accompagnato dal canto bisbigliato, da suoni sussurrati in un degradare della voce che tuttavia non sparisce completamente<sup>2</sup>.

Molti autori hanno trattato questo argomento raccogliendo ninna-nanne tradizionali, classiche, etniche e nuove proposte. A seguire troverete alcuni esempi più o meno conosciuti.

### **Stella stellina di Lina Schwarz<sup>3</sup>**

Stella, stellina,  
la notte s'avvicina,  
la fiamma traballa,  
la mucca è nella stalla,  
la mucca e il vitello,  
la pecora e l'agnello,  
la chiocchia e il pulcino,  
la mamma e il suo bambino.  
Ognuno ha il suo piccino,  
ognuno ha la sua mamma;  
e tutti fan la nanna.

### **Ninna nanna di Bruno Lauzi<sup>4</sup>**

Ninna nanna del bambino, della mamma e del papà  
chi per primo chiude gli occhi questa notte sognerà  
di andar su per il camino e nel cielo volerà.  
E volando fra le stelle le più belle sceglierà  
Con le stelle dentro agli occhi domattina s'alzerà.

Fa la nanna coniglietto, sogna la felicità.  
Chiudi gli occhi, fai il biglietto che il tuo letto partirà  
per un mondo di conchiglie, meraviglie che non sai  
e di fiori dai colori che tu non hai visto mai  
Ninna nanna del bambino, della mamma e del papà  
Questa volta è il più piccino che per primo dorme già

---

<sup>2</sup> B. De Angelis, *La ninna nanna e il valore della voce*, cit.

<sup>3</sup> M. Comassi, L. Monchieri, *Festa dei bimbi: libro di letture per la prima classe*, Milano, La Scuola, 1958.

<sup>4</sup> B. Lauzi, *Johnny Bassotto, la tartaruga... e altre storie*, Milano, RCA, 1976.



## Filastrocche

La filastrocca si caratterizza in una forma ritmica generalmente celere ed allegra delle rime. Secondo studi di antropologia, sono state tramandate oralmente e solo in forma cantata per diventare successivamente poesie linguistiche.

Di seguito una serie di filastrocche dalla tradizione:

### GIRO GIRO TONDO

Giro giro tondo  
Casca il mondo  
Casca la terra  
E tutti giù per terra.

### QUESTO È L'OCCHIO BELLO<sup>5</sup>

Questo è l'occhio bello,  
questo è suo fratello.  
Questa è la chiesina, questo è il campanello.  
Drin drin drin drin drin,  
drin drin drin drin drin!  
O testina bionda  
guancia rubiconda,  
bocca sorridente  
fronte innocente.  
Drin drin drin drin drin,  
drin drin drin drin drin!

### BOLLI PENTOLINO

Bolli, bolli pentolino  
fai la pappa al mio bambino.  
Su sta buono gioia mia  
O la pappa scappa via.

## Conte

Le **conte nascono dalla varietà dei giochi infantili con carattere di turnazione come nascondino e mosca cieca**. Come è noto, infatti, la "conta" si fa per decidere "a chi tocca" e per assumere uno dei tanti "ruoli" previsti dai giochi infantili. La "conta", quindi, decide quello che si può chiamare il "destino" del giocatore.

---

<sup>5</sup> *Coccole e filastrocche. Rime, giochi e tenerezze insieme ai nostri piccoli*. Firenze, Giunti Editore, 2005.



### **FARFALLINA BELLA BIANCA**

Farfallina bella bianca  
vola, vola mai si stanca,  
vola, vola sempre in su,  
farfallina non c'è più  
e resti fuori sempre tu.

### **AMBARABA' CICCÌ COCCO'<sup>6</sup>**

Ambarabà Ciccì Coccò  
tre civette sul comò  
che facevano l'amore  
con la figlia del dottore.  
Il dottore si ammalò  
Ambarabà Ciccì Coccò.

### **SOTTO IL PONTE DI BARACCA**

Sotto il ponte di Baracca  
c'è Pierin che fa la cacca.  
La fa dura, dura, dura,  
il dottore la misura.  
La misura trentatrè  
uno, due, tre.

### **Scioglilingua**

Gli **scioglilingua** sono delle frasi che intenzionalmente mettono in difficoltà chi le pronuncia. Il divertimento sta nella sfida a pronunciare il testo più velocemente possibile, evitando di inciamparsi, anche se il vero divertimento nasce quando ci si ingarbuglia aggrovigliando tutte le parole.

### **SOPRA LA PANCA**

Sopra la panca la capra campa,  
sotto la panca la capra crepa.

---

<sup>6</sup> G. Zauli, L. Bartheuf, *Ambarabà CD cocò*. Bazzano, Artébambini, 2010.



### **TACHET I TACH (dialetto milanese)<sup>7</sup>**

Ti che te tacchet i tacc',  
tacchem i tacc'! Chi?!

Mi, taccat' i tacc' a ti,  
che te tacchet i tacc'.

Taccheti ti i tó tacc',  
ti che te tacchet i tacc'\*.

(\*Mi attacchi i tacchi tu che attacchi i tacchi? Io attaccarti i tacchi a te? Attaccati te i tuoi tacchi, tu che attacchi i tacchi!)

### **Proposte di giochi sonori**

Le proposte di giochi sonori vanno via via aumentando in varietà e complessità con la crescita del bambino. Si inizia con delle semplici forme sonore ludiche che colgono obiettivi più legati alla crescita e sostengono l'educazione musicale a seguire.

#### **Dalla gravidanza**

Iniziate a ricordare i canti che vi sono stati regalati quando eravate piccoli, ripescate dalla memoria le melodie ed i giochi che vi facevano fare, annotando con minuzia di particolari, sia quelli della mamma che quelli del papà per riscoprire le radici sonore della vostra famiglia.

Cantate "alla pancia" massaggiandola e soffermatevi ad ascoltare le risposte del vostro bambino. Allenatevi a produrre suoni e non limitatevi solo ad ascoltarli.

#### **Dalla nascita ai 6 mesi**

##### **Utilizzare l'ascolto del battito cardiaco o respirate profondamente per far calmare il bebè.**

Avvicinate il neonato al vostro petto o al vostro collo affinché possa sintonizzarsi con il vostro battito cardiaco e ascoltare il vostro respiro. Rilassatevi e lasciate che il vostro istinto vi guidi. È molto probabile che il piccolo si tranquillizzi, anche perché durante la gravidanza ha imparato a riconoscere questi segni.

##### **Le melodie che accompagnano la giornata**

Salutate il vostro bambino al mattino con una filastrocca dal ritmo allegro che sottolinei il momento come:

*Il cielo fiammeggiante<sup>8</sup>, Ha raggi d'oro fino. Il sole appar splendente: ecco il fresco mattino.*

<sup>7</sup> E. Carnovich, *Girondon don della*, Milano, Curci Editore, <https://www.filastrocche.it/feste/filastrocche-per-bambini/> ultima consultazione 13 febbraio 2020.

<sup>8</sup> S.E.Davis, *365 idee intelligenti per divertirti con il tuo bebè*, Novara, De Agostini, 2007, n. 8.



### **I suoni buffi**

Il vostro bambino ama ascoltarvi mentre parlate e ridete. Potete sviluppare la sua attenzione uditiva e scatenare il suo riso, emettendo ogni sorta di strani rumori. Dall'etciù dello starnuto, al colpo di tosse, allo smack del bacetto. Lui si diventerà stupito e un giorno vi sorprenderà imitandovi.

### **I giochi sonori nelle routine**

Durante il bagnetto o il cambio del pannolino create degli scambi sonori che vanno dall'imitare i suoni dell'acqua facendoli scorrere lungo il corpo del bambino, oppure intonando canzoncine che parlino delle parti del corpo.

*Tutt'intorno a questo piedino*

(indicate con le dita il piede del piccolo)

*"cip, cip, cip!" fa l'uccellino.*

(picchiettate il piedino come farebbe il becco dell'uccellino)

*Tutt'intorno alla sua testolina*

(accarezzate la sua testa)

*sogni d'oro a domattina.*

(baciategli la fronte)

Oppure, fatelo navigare tra le onde della vasca intonando la famosa canzoncina di Natalino Otto:

### **LA BARCHETTA IN MEZZO AL MARE<sup>9</sup>**

*La barchetta in mezzo al mare*

*è diretta a Santa Fè*

*dove va per caricare*

*mezzo chilo di caffè.*

*La comanda un capitano*

*dalla barba rossa e blu,*

*fuma il sigaro toscano*

*che proviene dal Perù.*

---

<sup>9</sup> N. Otto, *La barchetta in mezzo al mare*, 1946. [https://wikitesti.com/la\\_barchetta\\_in\\_mezzo\\_al\\_mare/](https://wikitesti.com/la_barchetta_in_mezzo_al_mare/) ultima consultazione 13 febbraio 2020.



*Ha molto coraggio  
perchè l'equipaggio  
in quella barchetta  
non c'è.*

*Il nostro brav'uomo  
fa il cuoco e il nostromo,  
fa il mozzo  
e s'aggiusta il gilè.*

*La barchetta in mezzo al mare  
deve andare assai lontan  
ma per farla navigare  
ci pensa il capitan.*

*Proprio laggiù in alto mare  
c'è una barchetta piccina,  
ad ogni ondata s'inclina  
quasi dovesse affondar.*

*Le vele dipinte di rosso  
son piccole più del timon  
e l'albero non è più grosso  
di un esile vecchio baston.*

*Ha molto coraggio  
perchè l'equipaggio  
in quella barchetta  
non c'è.*

*Il nostro brav'uomo  
fa il cuoco e il nostromo,  
fa il mozzo  
e s'aggiusta il gilè.*

*La barchetta in mezzo al mare  
deve andare assai lontan  
ma per farla navigare  
ci pensa il capitan.*

*Ci pensa il capitan!*



Intonate sull'aria di Fra' Martino la seguente melodia:

*Qui si lava<sup>10</sup>,  
qui si lava,  
un piedin,  
un piedin.  
Qui si lava un dito,  
il gomito e la punta,  
del nasin,  
del nasin.*

Durante il cambio del pannolino potrete rendere gradevole questo rituale se canticchiando aggiungerete: "via il pannolino dal tuo sederino" "sotto il pannolino chiuso sul pancino", oppure sonorizzando il contenuto del pannolino! Fatto sistematicamente, incoraggia la collaborazione del bambino e lo stimola a trovare dei suoni adatti a ciò che il corpo produce.

## **COCCOLE E MOVIMENTO**

A seconda del ritmo, ballare è una pratica antica che interpreta momenti vitali e stati d'animo.

Dal ritmo lento e ondulante a quello sussultorio o circolante, tutto va bene e, proprio attraverso il contatto fisico, si crea un forte legame che diverte il bambino e favorisce il rilassamento del genitore. Negli anni a venire potete rivivere teneri momenti ascoltando la musica ballata insieme.

"In volo come un aeroplano" è una posizione che tranquillizza e diverte molto i piccoli specialmente quando soffrono di coliche gassose o sono stanchi. Alzate il bambino facendo presa sull'addome, tenendolo con il viso rivolto verso di voi dapprima e verso il basso dopo. Coccolatelo tenendolo stretto al petto in posizione eretta, mentre guarda oltre la vostra spalla, oppure portatelo all'altezza del vostro viso, dove potrà percepire le vibrazioni della vostra voce.

Tenete il piccolo sotto le ascelle, fatelo oscillare dolcemente e sollevatelo cantando:

*Din don campanon,  
quattro vecchie sul balcon,  
una che fila, una che taglia,  
una che fa i cappelli di paglia,  
una che fa coltelli d'argento  
per tagliar la stella al vento.  
(Filastrocca tradizionale)*

---

<sup>10</sup> S.E.Davis, *365 idee intelligenti per divertirti con il tuo bebè*, Novara, De Agostini, 2007, n. 51.



*Tic tac, tic tac*<sup>11</sup>  
*Sono un piccolo cucù.*  
*Tic tac, tic tac*  
*Ora è l'una. Guarda anche tu!*  
*Cucù, cucù!*

Fate saltellare il vostro piccolo sulle ginocchia intonando filastrocche tipo:

*Trotta, trotta cavallino,*  
*trotta, trotta fino al mulino,*  
*il mulino si è bruciato*  
*trotta, trotta fino al mercato!*  
oppure  
*Trotta trotta cavallino,*  
*porta a spasso il mio bambino,*  
*portalo via sulla tua groppa,*  
*galoppa, galoppa, galoppa.*  
(Filastrocca tradizionale)

### **Le parti del corpo**

Con l'ausilio di cavigliere o polsiere di stoffa contenenti piccoli campanellini o granaglie, è possibile focalizzare l'attenzione del bambino su quella determinata parte del corpo, come anche intonando delle filastrocche che parlano di esse.

*Questo è l'occhio bello,*  
*questo è suo fratello,*  
*questa è la chiesina*  
*e questo il campanile:*  
*din don din don din don*  
(Filastrocca tradizionale)

*Piripicchio ha un piede, un piede*<sup>12</sup>  
(solleticate il piedino del piccolo)  
*E lo stinco qui si vede*  
(fate risalire le dita lungo le gambe)  
*Piripicchio ha poi la bocca*  
(toccatogli dolcemente le labbra)

---

<sup>11</sup> S.E.Davis, *365 idee intelligenti per divertirti con il tuo bebè*, cit. n. 171.

<sup>12</sup> S.E.Davis, *365 idee intelligenti per divertirti con il tuo bebè*, cit., n. 215.



*E il suo mento qui si tocca!*  
(dategli un lieve solletico sotto il mento)  
*Uno, due, tre, quattro, cinque*  
*Aiuto, queste dita sono ovunque!*  
(baciandogli i piedini o le manine)

### **Dai 6 mesi ai 12 mesi**

Mentre cresce, il bambino affina la presa degli oggetti e conquista la posizione eretta. Le proposte possono arricchirsi di tanti spunti ritmici, melodici e ludici.

Utilizzate il gioco del cucù che tanto piace ai bambini intonando la voce sulla melodia di Fra' Martino. Giocate guardandovi attorno come se cercaste qualcuno senza abbassare lo sguardo verso il bambino, alle parole "dov'è il mio piccolino?". Fate una faccia preoccupata e allargate le mani agitando i palmi come a chiedervi "dove sarà?". La filastrocca si conclude con il ritrovamento del vostro bambino e con una coccola affettuosa.

*Dov'è il bimbo?*<sup>13</sup>  
*Dov'è il bimbo?*  
*Dove sarà?*  
*Dove sarà?*  
*Dov'è il mio piccolino?*  
*Dov'è il mio piccolino?*  
*Eccolo qua!*  
*Eccolo qua!*

Iniziate ad introdurre il concetto di suono - silenzio. Questi giochi prevedono che il bambino sia accompagnato per mano nel caso cammini oppure sia tenuto in braccio.

Usate un interruttore elettrico e la voce per sottolineare l'illuminazione della stanza, rumoreggiando quando è accesa e silenziandovi quando è spenta. Cadenzate prima il cambiamento con tempi lunghi poi, quando vedete che il bambino ha colto la differenza, giocate liberamente sorprendendolo nei cambi di velocità!

Lo stesso gioco potete farlo facendo finta di diventare statue di sale che nel silenzio si bloccano e nella musica si sciolgono.

Accompagnate poi il bambino verso l'interruttore della luce e lasciategli condurre il gioco facendolo diventare un direttore d'orchestra! Iniziate a rispondere con la voce e anche con l'uso di strumentini vari, tamburi, maracas e sonagli. Scrivete la partitura (la scrittura che rappresenta l'insieme della composizione di un brano musicale) dei suoni e dei silenzi attraverso la fantasia del vostro bambino.

---

<sup>13</sup> *Ibidem*, n. 140.



### **Viva la pappa**

Con lo svezzamento inizia anche il periodo della scoperta dei suoni legati al cibo. Lasciate il bambino libero di esplorare gli oggetti che utilizza per mangiare anche dal punto di vista sonoro, unite poi una varietà di stimoli così come varia la dieta del piccolo. Imparate canzoni e filastrocche che parlano del cibo oppure la canzone del seggiolone:

*Me ne sto sul seggiolone,<sup>14</sup>  
seggiolone, seggiolone.  
Me ne sto sul seggiolone,  
a sbattere il cucchiaino.  
Voglio latte, voglio pane:  
chi mi darà da mangiare?  
Me ne sto sul seggiolone,  
seggiolone, seggiolone,  
a sbattere il cucchiaino.  
Voglio carote, voglio piselli:  
chi mi darà da mangiare?*

### **Memory sonoro**

Preparate una serie di scatoline tutte uguali, riempiatele a due a due con granaglie, pasta o riso, fagioli, sonagli della stessa dimensione, elementi che il bambino inizia ad usare, tipo cucchiaini, cerette colorate, etc. Percuotendole il bambino dovrà associare i suoni uguali. Fate attenzione a verificare prima il tipo di suono e l'eguaglianza di emissione tra la coppia di scatoline.

Utilizzando poi le facce degli animali potrete andare alla scoperta dei versi degli animali abbinandoli non solo come immagine, ma anche come memory sonoro.

### **Canzoni che mi introducono al mondo ed alle mie esperienze**

#### **RONZARE CON LE API<sup>15</sup>**

*Ecco un alveare* (Chiudete a pugno una mano)  
*Dove sono le api?* (tenendo aperta l'altra mano, rivolgete il palmo verso l'alto come a dire "non lo so")  
*Nascoste.....in fondo al mare?* (nascondete il pugno dietro la schiena)  
*Presto arriveranno, fuori voleranno* (riportate il pugno davanti)  
*Un, due, tre, quattro, cinque!* (allungate un dito alla volta)  
*Zzzzzzzzz!Zzzzzzzzz!* (fategli il solletico)

<sup>14</sup> S.E.Davis, *365 idee intelligenti per divertirti con il tuo bebè*, cit., 2007, n. 228.

<sup>15</sup> Ivi, n. 284.



Al piccolo piace imitarvi, quindi si consiglia di usare anche la gestualità per evidenziare la differenza tra un oggetto grande e un altro piccolo, posti in relazione tra loro, come pure una sequenza di numeri oppure le differenze tra i colori ed il rapporto tra il giorno e la notte.

### **Grande, piccolo**

*Grande pesce, piccolo piatto*

(prima allargate le mani, poi unitele a forma di cerchio)

*Grande ceppo, piccolo cane*

(prima aprite le mani, poi avvicinatele molto)

*Grande coperta, piccolo insetto*

(allargate le braccia, poi riunite pollici ed indici)

*Grande cielo, piccolo bimbo.*

(spalancate le braccia e finite abbracciandolo)

### **Dai 12 mesi ai 36 mesi**

Tra uno ed i tre anni di vita il bambino e la sua famiglia attraversano un periodo magico fatto di scoperte e conquiste quotidiane. Date sfogo alla fantasia divertendovi a creare stimoli nuovi mentre lasciate ai vostri figli lo spazio di interagire liberamente, spronandovi ad arricchire le proposte.

### **Filastrocca per contare<sup>16</sup>**

*0 mosche sopra un prato,*

*1 leone addormentato,*

*con 2 api nere e gialle,*

*e 3 bellissime farfalle,*

*4 gatti sopra un tetto,*

*5 topi sotto il letto,*

*6 pinguini un po' impettiti,*

*7 polpi ben vestiti,*

*8 cani in compagnia,*

*9 pesci in allegria,*

*e alla fine cosa c'è?*

*10 baci solo per te*

Musicalmente potrete alternare due frasi alternativamente utilizzando lo stesso giro melodico:

do, do, do, do, do, mi, re (lungo)

si, si, si, si, si, re, do (lungo).

Inserite il forte ed il piano, il lento ed il veloce, tutti i tipi di andature ed arricchite.

---

<sup>16</sup> N.W.Davis, *365 idee intelligenti per divertirti con il tuo bambino*, De Agostini, Novara, 2007, n. 2.



### **A CAVALLO SULLE GINOCCHIA<sup>17</sup>**

*Il contadino cavalca così: cammina, cammina, cammina*

*Il bambino cavalca così: trotterella, trotterella, trotterella*

*lo scudiero cavalca così: trotta, trotta, trotta*

*Il cavaliere cavalca così: galoppa, galoppa, galoppa!*

*E giù!!!*

Tenete il bambino seduto sulle ginocchia, canticchiate, aumentando a ogni verso la velocità, per concludere facendo “cadere” il bimbo in mezzo alle gambe.

### **Costruire nidi sonori per portarci dentro i suoni**

Ammucchiate alcuni cuscini in un angolo della casa e costruite un nido. Invitate il bambino a scegliere i suoni che più gli aggradano da portare dentro al suo nido. Specialmente nelle giornate di brutto tempo potete ricostruire esperienze uditive fatte all’aperto. Questa attività dà al bambino la possibilità di localizzare e focalizzare strumenti, peluche, iniziando a dividerli per attinenza.

### **La tenda del silenzio**

Costruite una tenda utilizzando vecchie lenzuola o tovaglie che non adoperate più. Introducetevi all’interno della tenda bisbigliando e invitate il bambino a porsi in ascolto dei suoni all’esterno. Diventerà il luogo del riposo, del relax, dell’intimità che lo porta ad apprezzare anche i momenti di pace. Accoccolatevi o distendetevi dentro alla tenda insieme a lui e rimanete in silenzio. Nella bella stagione potete fare la stessa cosa utilizzando anche gli spazi esterni: sdraiandovi su un prato ad ascoltare il canto degli uccelli o il fruscio del vento o restando in ascolto dello sciabordio delle onde del mare.

### **Musica e fantasia di colori e materiali**

Quando cantate una canzone a vostro figlio, per dare tridimensionalità alla musica, tenete aperti anche gli altri canali sensitivi: una musica può essere sicuramente ascoltata ma anche “vista” con la fantasia, “toccata” (utilizzando materiali e colori), “gustata” se parla di cibo e “annusata” se evoca persone o cose profumate.

---

<sup>17</sup> *Ivi*, n. 28.



### **Indovina cosa c'è nel cestino!**

Mettete uno strumento musicale dentro ad un cestino e copritelo alla sua vista. Scuotetelo chiedendo al bambino di indovinare di quale strumento si tratta: quando lo scopre lasciateglielo affinché possa condurre la sua esplorazione sonora. Cambiate poi lo strumento per ridare senso al gioco. Poi, lasciate che sia lui a mettere qualcosa nel cestino, sfidandovi a indovinare l'identità dell'oggetto sonoro.

### **Divertirsi in musica con il corpo**

Sarà divertente rispondere ai comandi di questa canzone magari invitando qualche altro amico.

#### **SEI FELICE?<sup>18</sup>**

*Se sei felice tu lo sai batti le mani,  
se sei felice tu lo sai batti le mani,  
se sei felice tu lo sai, dimostrarmelo dovrai,  
se sei felice tu lo sai batti le mani.*

*Se sei felice tu lo sai batti i piedi,  
se sei felice tu lo sai batti i piedi,  
se sei felice tu lo sai, dimostrarmelo dovrai,  
se sei felice tu lo sai batti i piedi.*

*Se sei felice tu lo sai schiocca le dita,  
se sei felice tu lo sai schiocca le dita,  
se sei felice tu lo sai, dimostrarmelo dovrai,  
se sei felice tu lo sai schiocca le dita.*

*Se sei felice tu lo sai manda un bacio,  
se sei felice tu lo sai manda un bacio,  
se sei felice tu lo sai, dimostrarmelo dovrai,  
se sei felice tu lo sai manda un bacio.*

### **Dai 3 anni ai 6 anni**

Dopo i tre anni di vita i bambini vissuti in un ambiente ricco di stimoli sonori sono bambini capaci di discriminare maggiormente suoni e rumori, di concentrarsi più a lungo, di socializzare empaticamente con i coetanei, di accettare le regole del gioco e forse ad avvicinarsi con entusiasmo e curiosità allo studio di uno strumento musicale.

---

<sup>18</sup> *Ibidem*, n. 302.



## Giochi umoristici (grammelot)

Che cos'è il *grammelot*? Nell'enciclopedia Treccani viene definito "un linguaggio scenico che non si fonda sull'articolazione in parole, ma riproduce alcune proprietà del sistema fonetico di una determinata lingua o varietà, come l'intonazione, il ritmo, le sonorità, le cadenze, la presenza di particolari foni, e le ricompono in un flusso continuo, che assomiglia a un discorso e invece consiste in una rapida e arbitraria sequenza di suoni. È dotato di una forte componente espressiva mimico-gestuale che l'attore esegue parallelamente alla vocalità. L'attribuzione di senso a un brano di *grammelot* è perciò resa possibile dall'interazione tra i due livelli che lo compongono, quello sonoro e quello gestuale".

Giocare così con le parole o con i suoni in famiglia diventa un modo divertente per relazionarsi e lascia attiva la creatività dell'individuo.

Iniziando dai primi mesi di vita, si può partire da semplici descrizioni teatralizzate di voli, atterraggi, inseguimenti, utilizzando la tecnica dei rumoristi e di chi fa *grammelot* – ispiratevi guardando Dario Fo in "L'uomo e la tecnologia"<sup>19</sup> - recitando con ricchezza di inflessioni, esclamazioni, interrogazioni per mantenere continuamente l'attenzione del bimbo. All'inizio ed alla fine del racconto si fa in modo che ci sia sempre un distacco di silenzio, sia all'inizio che alla fine della narrazione.

Si possono usare filastrocche e scioglilingua abbinando una gestualità adatta. Prendi una fiaba e crea il sonoro di un film immaginario, gioca a togliere parole e lascia le onomatopee (fenomeno che si produce quando i suoni di una parola descrivono o suggeriscono acusticamente l'oggetto o l'azione che significano) come nell'esempio successivo.

### LA MACCHINA DEL CAPO

La macchina del capo  
ha un buco nella gomma,  
la macchina del capo  
ha un buco nella gomma,  
la macchina del capo  
ha un buco nella gomma  
e noi l'aggiusteremo  
con il chewing gum.  
La "BRUM" del capo  
ha un buco nella gomma,  
la "BRUM" del capo  
ha un buco nella gomma,  
la "BRUM" del capo  
ha un buco nella gomma

<sup>19</sup> <https://www.youtube.com/watch?v=8A4n9Ez9O8g> ultima consultazione 17 febbraio 2020.



e noi l'aggiusteremo  
con il chewing gum.  
La "BRUM" del "M"  
ha un buco nella gomma,  
la "BRUM" del "M"  
ha un buco nella gomma,  
la "BRUM" del "M"  
ha un buco nella gomma  
e noi l'aggiusteremo  
con il chewing gum.  
La "BRUM" del "M"  
ha un "PSS" nella gomma,  
la "BRUM" del "M"  
ha un "PSS" nella gomma,  
la "BRUM" del "M"  
ha un "PSS" nella gomma  
e noi l'aggiusteremo  
con il chewing gum.  
La "BRUM" del "M"  
ha un "PSS" nella "M",  
la "BRUM" del "M"  
ha un "PSS" nella "M",  
la "BRUM" del "M"  
ha un "PSS" nella "MM"  
e noi l'aggiusteremo  
con il chewing gum.  
La "BRUM" del "M"  
ha un "PSS" nella "M",  
la "BRUM" del "M"  
ha un "PSS" nella "M",  
la "BRUM" del "M"  
ha un "PSS" nella "MM"  
e noi l'aggiusteremo  
con il "GNAM GNAM GNAM",  
e noi l'aggiusteremo  
con il "GNAM GNAM GNAM".

## Repertorio

Tante volte ci interroghiamo su quale tipo di musica sia meglio offrire. Probabilmente questa è un'esigenza di noi adulti perché desideriamo riordinare i vari generi in quelli che possiamo definire "archivi emotivi".



Con i bambini in realtà dovremmo evitare di scegliere secondo il nostro punto di vista o l'interesse e offrire un assaggio di tutti i generi e di autori diversi, dalla musica classica a quella tradizionale, passando per la musica leggera e magari finendo con il jazz e le avanguardie. I bambini ci stupiscono sulla loro apertura ed interesse per qualsiasi tipo di offerta musicale.

Ecco alcuni esempi che si possono trovare facilmente in rete:

- musica strumentale rinascimentale
- i Concerti Brandeburghesi di J. S. Bach
- le suite orchestrali di J. S. Bach
- le composizioni orchestrali e le parti orchestrali delle opere di autori del periodo barocco
- tutte le sinfonie di W. A. Mozart e di F. J. Haydn
- qualche aria e qualche coro tratti dai melodrammi di W. A. Mozart
- tutti i concerti per strumenti solisti e orchestra di W. A. Mozart e F. J. Haydn
- le nove sinfonie di L. van Beethoven
- la musica cameristica (per due o più strumenti) dei seguenti autori: F. Schubert, R. Schumann, F. Mendelssohn, A. Dvorak, J. Brahms, E. Grieg
- il repertorio medioevale rappresentato dai canti gregoriani o con la nascita della polifonia (Adamo de la Halle o Magister Perotinus, Arnaldo Daniello o Bernardo di Ventadorn, Rinaldo Re di Navarra o Gautier d'Epinal)
- la musica rinascimentale con Andrea Gabrieli, Luca Marenzio o Giovanni Gabrieli
- la musica barocca con Claudio Monteverdi, Giambattista Lulli, Marc Antoine Charpentier o Alessandro Stradella
- esempi vocali "a cappella", cioè per voci sole, senza accompagnamento strumentale
- la musica etnica di qualsiasi parte del mondo (Miriam Makeba, Ravi Shankar)
- gli spirituals e I gospels (Richard Smallwood, Donnie McLurkin, Kirk Franklin, Yolanda Adams)
- il Blues delle origini (Muddy Waters, BB King, Stevie Ray Vaughan)
- il Jazz delle Big Band (Chick Corea, Ella Fitzgerald, Duke Ellington and his orchestra, George Gershwin, Glenn Miller, Frank Sinatra).



## Strumenti a costo zero

L'aspetto ludico della costruzione degli strumenti sonori è indubbio, sia durante la costruzione, sia poi durante la loro esplorazione.

Mentre procediamo alla costruzione di oggetti sonori attraverso i sensi, sperimentiamo la conoscenza dei vari elementi per produrre vari suoni sfiorando, agitando, battendo, soffiando. In questo modo le informazioni che vengono recepite coinvolgono diverse dimensioni del sentire e del sapere.



*Attività sonore con la pasta*

Un modo per iniziare è quello di **tradurre gli aspetti sonori dell'ambiente in oggetti** che le riproducono. I materiali privilegiati sono quelli che si trovano in natura: l'acqua, ma anche tutti quelli di origine vegetale e animale ad esempio foglie, erba, rami, cortecce, sabbia, sassi, terriccio, conchiglie, granaglie, scorze, noccioli, penne e chi più ne ha più ne metta.



*Granaglie e oggetti incollati su pannello per esplorazione tattile*

Altre cose usabili sono quelle di genere alimentare come la pasta e le farine e quelle domestiche come gli utensili da cucina (pentole, scatole, mestoli, frullini, spazzole, spugne, cannuccie), vari oggetti che si possono reperire come chiavi, cordicelle, bottoni, carta di vario spessore e superficie, tappi di sughero e di metallo e i materiali da riciclare come oggetti di plastica, carta, stoffa, alluminio, legno. Il bambino sperimenta il mondo sonoro anche attraverso **percorsi tattili e sensoriali**, ad esempio toccando un filo di carte e stoffe di diversa natura, riempiendo contenitori da schiacciare o da sbatacchiare, costruendo pannelli con vari oggetti (bottoni, semi, mollette, chiavi). Si possono assemblare scatole e vasetti di carta, vetro, plastica separati o insieme in modo da produrre una serie di sfumature timbriche che arricchiranno il lessico musicale familiare.



### Qualche proposta per lo strumentario

Per costruire uno strumentario più complesso, ad esempio, si possono riempire dei contenitori con riso o semi per fare le **maracas**, usando due cucchiai di legno abbiamo i legnetti, tagliando il fondo alle scatole di cartone chiuse abbiamo i **tamburi**, i piatti con i coperchi di metallo e legando legnetti di metallo con del filo da pesca otteniamo i **triangoli**.



*Maracas*

Per i **sonagli** si appiattiscono con un martello i tappi "corona" e si infilano, bucadoli al centro, in un filo di ferro chiudendone le estremità in modo da costruire un manico. Il **bastone della pioggia** si realizza con un tubo di plastica o di cartone. Perché il suono del bastone sia più articolato, è possibile inserire nel suo corpo una serie di chiodi secondo una linea a spirale lungo il tubo. Poi si riempie con sassetti o semi (dipendendo dal suono che si vuole produrre), il tubo viene sigillato alle estremità e il gioco è fatto.

Assemblando una serie di canne da bambù o più semplicemente con una serie di cannucce di plastica che vengono sezionate in ordine decrescente e legate con uno spago o nastro adesivo si costruisce il **flauto di Pan**.



*Bastone della pioggia*



*Flauto di Pan*

Più segmenti di elementi si includono, più suoni si generano. Per **simulare il suono dell'arpa o della chitarra**, si pongono le "corde" rialzate rispetto al fondo in una scatola in modo da farle vibrare e si



inseriscono, fissandole alle estremità, diverse lunghezze di elastici, spaghi, fili come ad esempio quelli da pesca. La stessa cosa si può fare utilizzando, al posto della scatola, un pannello o una superficie verticale come una parete.

Specializzandosi nel tempo, attraverso tempi di esplorazione personali e ripetuti, i bambini trovano più modi per produrre dei suoni con questi strumenti, percuotendoli o sfregandoli con le dita o la mano, picchiettandoci sopra con le dita o con le nocche, scuotendoli e facendoli oscillare.

Manifestiamo interesse quando chiediamo loro di condividere l'esperienza attraverso qualche domanda del tipo: "Quale strumento ti è piaciuto suonare di più? Come preferisci suonarlo?".

In rete si trovano molti video sulla costruzione di strumenti. Vi diamo alcuni esempi per realizzare [maracas](#), [tamburo](#), [shaker](#), [bastone della pioggia](#).

Vi invitiamo a consultare anche il sito del programma nazionale Nati per la Musica <http://www.natiperlamusica.org>

Cari genitori, cari bambini,

speriamo di essere stati un po' d'aiuto per sostenervi in questo particolare momento. Confidiamo molto nello spirito di resilienza e adattamento dei più piccoli, ai quali bisogna dare sempre grande fiducia e siamo certi che ognuno di voi sta trovando delle risorse speciali dentro di sé per affrontare questa situazione.

Nell'augurarvi un buon divertimento, per chi volesse condividere dei momenti e delle proposte, potete scrivere a [lanostrastoria@csbonlus.org](mailto:lanostrastoria@csbonlus.org)

Un grande abbraccio da tutti noi!

Antonella Costantini, Alessandra Sila



Siamo un'organizzazione senza fini di lucro nata nel 1999. La nostra missione è quella di garantire a tutte le bambine e a tutti i bambini uguali opportunità di sviluppo cognitivo, emotivo e relazionale, fin dalla nascita. Operiamo in Italia e a livello internazionale per diffondere programmi di prevenzione della povertà educativa e di promozione di buone pratiche in famiglia, come Nati per Leggere e Nati per la Musica. Facciamo parte del Gruppo CRC per il monitoraggio della Convenzione sui Diritti dell'Infanzia in Italia e collaboriamo con gruppi come Save the Children e altri network internazionali.