

10 GIOCHI

per migliorare le FUNZIONI ESECUTIVE

età 6 +

1. SCACCHI E DAMA

Nel gioco si richiede pianificazione del compito, flessibilità, controllo delle proprie risposte e capacità di previsione delle mosse dell'avversario. Sviluppa la memoria di lavoro visuo-spaziale.

2. Pictionary

Nel gioco si richiede di trovare l'immagine più indicativa per esprimere una parola o un concetto. Sviluppa la flessibilità cognitiva, l'inibizione dei dettagli non rilevanti e l'accesso al lessico.

3. INDOVINA CHI

Scopo del gioco è indovinare per primo il personaggio posseduto dall'avversario tramite domande e risposte a turni. Sviluppa la memoria a breve termine verbale, l'attenzione selettiva visiva, l'inibizione delle informazioni inutili.

4. MASTERMIND

Gioco strategico in cui i due giocatori devono indovinare il codice segreto composto dall'avversario. Sviluppa la capacità di pianificazione e l'aggiornamento dei dati nella memoria di lavoro.

5. JENGA

Gioco con blocchi di legno sovrapposti che formano una torre, resa sempre più instabile dai giocatori che via via sottraggono i blocchi. Sviluppa la pianificazione, il controllo motorio, la flessibilità cognitiva.

6. FORZA 4

Gioco di allineamento che richiede sequenze di mosse pre-calcolate. Sviluppa la pianificazione del compito, il monitoraggio e l'aggiornamento in memoria.

7. SUDOKU

Gioco di logica con i numeri. Sviluppa la memoria di lavoro, l'attenzione visiva selettiva, la flessibilità cognitiva e la perseveranza.

8. CRUCIVERBA

Gioco enigmistico dove le parole inserite nelle caselle vengono suggerite da apposite definizioni. Richiede l'accesso lessicale, memoria di lavoro verbale e visuo-spaziale, inibizione delle risposte e attenzione visiva.

9. CARTE UNO

Gioco di carte che richiede attenzione visiva selettiva, flessibilità cognitiva, shifting attentivo tra colori e numeri, pianificazione e rispetto dei turni.

10. DOBBLE

Gioco di carte con simboli disegnati che bisogna riconoscere velocemente secondo meccanismi diversi. Sviluppa l'attenzione visiva e sostenuta, i tempi di reazione, la capacità di riaggiornamento dei dati nella memoria di lavoro.

