

USARE I DADI RISCRIVIBILI **Per la Stimolazione Cognitiva**

memoria · attenzione · linguaggio · funzioni esecutive · prassia

60+ GIOCHI con i DADI



61 GIOCHI CON I DADI**PER LA STIMOLAZIONE COGNITIVA**

I dadi riscrivibili sono uno strumento versatile e accessibile per la stimolazione cognitiva. Le loro facce, scrivibili e cancellabili con pennarello, permettono di personalizzare infiniti esercizi per stimolare memoria, attenzione, linguaggio, funzioni esecutive, prassia, orientamento e metacognizione.

Questo documento raccoglie 61 giochi con istruzioni chiare, adattabili a diversi livelli di difficoltà e a contesti individuali o di gruppo. Per ogni scheda sono indicate le principali funzioni cognitive stimulate. La difficoltà può sempre essere modulata agendo sul numero di dadi, sul limite di tempo e sulla complessità delle parole o categorie scelte.

memoria

attenzione

linguaggio

funzioni esecutive

prassia

1

Una storia per lettera

SETUP

Dado 1: 6 parole che iniziano con la stessa lettera (es. con la M: mela, mare, mattino, mano, mondo, musica). Dado 2: 6 parole che iniziano con un'altra lettera (es. con la S: sole, strada, sorriso, sabbia, stella, sogno).

Lancia entrambi i dadi. Con le due parole uscite inventa una frase o una breve storia che le contenga entrambe. In gruppo ogni persona può continuare la storia al turno successivo.

Funzioni cognitive: *Linguaggio (produzione orale/scritta), memoria semantica, creatività narrativa, flessibilità cognitiva*

2

Mondi lontani

SETUP

Dado 1: 6 parole di uno stesso ambito semantico (es. montagna: sci, rifugio, bosco, funivia, neve, sentiero). Dado 2: 6 parole di un altro ambito semantico (es. mare: onde, sabbia, pesce, conchiglia, barca, rete).

Lancia entrambi i dadi. Con le due parole uscite inventa una frase o una storia che le unisca in modo logico, anche se appaiono lontane. Più distanti sono i mondi semantici, più lo sforzo creativo è stimolante.

Funzioni cognitive: *Linguaggio narrativo, pensiero creativo, flessibilità semantica, ragionamento*

3

Parole e simboli

SETUP

Dado 1: 6 parole. Dado 2: 6 disegni o simboli semplici (es. sole, cuore, chiave, stella, freccia, punto interrogativo).

Lancia entrambi i dadi. Usando la parola e il simbolo usciti inventa una storia o una descrizione che li colleghi in modo creativo. Non c'è risposta giusta: conta la connessione.

Funzioni cognitive: *Linguaggio narrativo, creatività, associazione visivo-verbale, pensiero creativo*

4

Abbina parola e disegno**SETUP**

Dado 1: 6 parole. Dado 2: 6 disegni corrispondenti o associati a quelle parole.

Lancia entrambi i dadi. Abbina il disegno uscito alla parola giusta oppure alla parola più associata.

Spiega il collegamento trovato.

Funzioni cognitive: Denominazione, comprensione linguistica, associazione visivo-verbale, ragionamento semantico

5

I cinque sensi**SETUP**

Dado 1: numeri 1-6. Dado 2: i 5 sensi + una faccia 'tutti i sensi' (vista, udito, tatto, olfatto, gusto, tutti i sensi).

Lancia i dadi. Il numero indica quante cose nominare; il senso indica con quale senso si percepiscono.

Es.: esce '4' e 'olfatto' nomina 4 cose che si possono annusare.

Funzioni cognitive: Fluenza semantica, accesso lessicale, attenzione, memoria semantica categoriale

6

Oggetti e affetti**SETUP**

Dado 1: nomi di persone familiari o amici. Dado 2: 6 oggetti comuni (es. libro, profumo, cappello, fotografia, maglia, chiave).

Lancia entrambi i dadi. Abbina la persona e l'oggetto usciti e spiega: perché abbineresti quell'oggetto a quella persona? Cosa rappresenta? Puoi raccontare un ricordo collegato.

Funzioni cognitive: Memoria autobiografica, linguaggio, cognizione sociale, ragionamento

7

Coppie famose**SETUP**

Dado 1: nomi di cantanti, attori o personaggi famosi (adattare agli interessi della persona). Dado 2: titoli di canzoni, film o attività associabili.

Lancia entrambi i dadi. Abbina il personaggio alla sua canzone, film o attività. Se la coppia uscita non corrisponde, trovare comunque un collegamento possibile.

Funzioni cognitive: Memoria semantica, recupero di informazioni culturali, ragionamento, linguaggio

8

Domino in altezza**SETUP**

Più dadi con 6 figure geometriche diverse su ciascuno (cerchio, quadrato, triangolo, rettangolo, rombo, stella). Le figure devono essere uguali su tutti i dadi.

Impila i dadi in modo che le facce a contatto mostrino la stessa figura geometrica, come un domino verticale. Ruotare ogni dado per trovare il lato corretto prima di posizionarlo.

Funzioni cognitive: Cognizione visuospatiale, prassie costruttive, problem solving, attenzione visiva

9

Inventa una storia**SETUP**

Dado 1: personaggi. Dado 2: luoghi. Dado 3: azioni. Dado 4: finali. Si può usare da 2 a 4 dadi in base alla complessità desiderata.

Lancia tutti i dadi. Con gli elementi usciti costruisci una storia breve e di senso compiuto. In gruppo ognuno aggiunge un pezzo della storia.

Funzioni cognitive: Linguaggio narrativo, pianificazione, working memory, creatività

10

Storie contrastanti**SETUP**

Come il gioco 9, ma personaggi, luoghi e finali appartengono a generi narrativi diversi (es. favola, thriller, commedia, fantascienza).

ISTRUZIONI
Lancia tutti i dadi. Gli elementi usciti provengono da generi diversi: costruisci comunque una storia che abbia senso, fondendo i mondi narrativi in modo creativo.

Funzioni cognitive: *Creatività, flessibilità cognitiva, linguaggio narrativo, pianificazione*

11

Bocce cognitive**SETUP**

Ogni giocatore ha un dado con parole o lettere. Si gioca con almeno 3 persone.

ISTRUZIONI
Lancia il primo dado come 'boccino' sul pavimento. Ogni giocatore lancia il proprio dado cercando di avvicinarsi. Chi arriva più vicino deve inventare una parola con le lettere uscite sui due dadi, oppure una storia che contenga le parole uscite.

Funzioni cognitive: *Linguaggio, creatività, attenzione visiva, coordinazione oculo-motoria*

12

La storia continua**SETUP**

Come il gioco 11.

ISTRUZIONI
Stesso meccanismo delle bocce. In ordine dal dado più vicino al più lontano, ogni giocatore continua la storia iniziata usando la parola uscita dal proprio dado. La storia si costruisce a catena.

Funzioni cognitive: *Linguaggio narrativo, working memory, creatività, attenzione, coerenza del discorso*

13

Three clues**SETUP**
ISTRUZIONI

Un dado con 6 parole. Due o più giocatori.

Un giocatore lancia il dado e deve far indovinare la parola uscita usando solo 3 indizi, senza dirla direttamente né usare sinonimi. Chi ascolta deve capire la parola dagli indizi.

Funzioni cognitive: *Linguaggio (perifrasi, denominazione indiretta), memoria semantica, pragmatica, teoria della mente*

14

Pioggia di parole**SETUP**
ISTRUZIONI

Un dado con 6 categorie semantiche (es. animali, cibi, oggetti di casa, città, professioni, sport).

Lancia il dado. Di o scrivi tutte le parole che ti vengono in mente appartenenti alla categoria uscita. Si può giocare con limite di tempo (60 secondi) o senza.

Funzioni cognitive: *Fluenza semantica, accesso lessicale, velocità di elaborazione, memoria semantica categoriale*

15

Componi la parola**SETUP**
ISTRUZIONI

3-5 dadi con lettere diverse (consonanti e vocali mescolate).

Lancia tutti i dadi. Con le lettere uscite componi la parola più lunga possibile nell'ordine preferito.

Punteggio: 1 punto per ogni lettera usata.

Funzioni cognitive: *Consapevolezza fonologica, pianificazione, flessibilità cognitiva, working memory*

16

La sessione a sorte

SETUP

Dado 1: nomi degli esercizi previsti per la sessione (es. fluenza, racconto, calcolo, disegno, memoria, sequenze). Dado 2: durata in minuti (es. 3, 5, 7, 8, 10, 12). La persona lancia entrambi i dadi. L'esercizio uscito viene svolto per il numero di minuti indicato. Utile quando la persona mostra resistenza: la decisione è affidata al caso, favorendo l'engagement.

Funzioni cognitive: Engagement e compliance; le funzioni dipendono dall'esercizio estratto

17

Il dado matematico

SETUP

Dado 1 e 2: numeri. Dado 3: operazioni (+, -, ×, ÷, + e -, × e ÷). Lancia tutti e tre i dadi. Esegui l'operazione uscita con i due numeri. Variante: stabilire un 'numero target' e trovare la combinazione che si avvicina di più.

Funzioni cognitive: Calcolo mentale, working memory, pianificazione, ragionamento numerico

18

Inizia e finisci

SETUP

Dado 1: lettere (preferibilmente consonanti). Dado 2: lettere (consonanti o vocali). Lancia entrambi i dadi. Trova una o più parole che iniziano con la lettera del primo dado e finiscono con la lettera del secondo.

Funzioni cognitive: Consapevolezza fonologica, accesso lessicale, fluency fonemica, pianificazione

19

Cosa fa?

SETUP

Un dado con 6 professioni (es. medico, cuoco, pompiere, insegnante, meccanico, falegname). Lancia il dado. Descrivi cosa fa quella persona nel suo lavoro: quali strumenti usa, dove lavora, cosa produce o offre. Cerca di essere preciso e dettagliato.

Funzioni cognitive: Memoria semantica, denominazione, ragionamento categoriale, linguaggio descrittivo

20

Chi usa questo?**SETUP**

Un dado con 6 oggetti o strumenti professionali (es. stetoscopio, pennello, trapano, bilancia, microfono, cazzuola).

ISTRUZIONI
Lancia il dado. Identifica quale professionista usa quell'oggetto e spiega in quale contesto. Se più professioni lo usano, elencale tutte.

Funzioni cognitive: Memoria semantica, ragionamento categoriale, denominazione, accesso lessicale

21

Muovi il corpo**SETUP**

Dado 1: parti del corpo (mano destra, mano sinistra, piede destro, piede sinistro, testa, gomito). Dado 2: altre parti del corpo (spalla, ginocchio, naso, orecchio, fronte, mento). Dado 3: azioni (tocca, avvicina a, allontana da, gira, alza, abbassa).

ISTRUZIONI
Lancia tutti e tre i dadi. Esegui l'azione combinando le due parti del corpo indicate. Es.: 'tocca il ginocchio con la mano destra'. Procedere lentamente e con attenzione.

Funzioni cognitive: Schema corporeo, prassie ideomotorie, orientamento destra-sinistra, attenzione

22

Tocca con la mano**SETUP**

Uno o più dadi con parti del corpo (es. ginocchio, spalla, naso, orecchio, fronte, caviglia). Lancia il dado. Tocca la parte del corpo indicata con la mano (specificare destra o sinistra per aumentare la difficoltà). Variante a coppie: uno lancia, l'altro esegue.

Funzioni cognitive: Schema corporeo, prassie ideomotorie, orientamento destra-sinistra, attenzione

23 Corpo a corpo (a coppie)**SETUP**

Due dadi, ciascuno con parti del corpo.

In coppia ogni persona ha il proprio dado. Si lanciano entrambi: il primo dado indica una parte del corpo di una persona, il secondo una parte dell'altra. Le due persone devono avvicinare o toccare le parti indicate. Adattare al contesto clinico e relazionale.

Funzioni cognitive: Schema corporeo, prassie, interazione sociale, orientamento spaziale corporeo

24 Cosa si fa con questo?**SETUP**

Dado 1: oggetti (es. carta, coltello, ago, spazzolino, pettine, cucchiaio). Dado 2: azioni (es. strappa, taglia, cuce, spazzola, pettina, mescola).

Lancia entrambi i dadi. Abbina l'oggetto all'azione corretta. Se l'abbinamento non corrisponde, trova un contesto in cui quella combinazione potrebbe avere senso.

Funzioni cognitive: Ragionamento semantico, prassie concettuali, problem solving creativo, memoria semantica

25 Dove va?**SETUP**

Dado 1: oggetti. Dado 2: azioni. Dado 3: posizioni nello spazio (sotto il tavolo, sopra la sedia, vicino alla finestra, dentro la borsa, davanti alla porta, dietro la poltrona).

Lancia tutti e tre i dadi. Sposta fisicamente l'oggetto nella posizione indicata. Es.: 'metti il foglio sotto il tavolo'. Poi verificare che sia stato eseguito correttamente.

Funzioni cognitive: Comprensione spaziale, prassie, orientamento, comprensione delle preposizioni

26 La giornata organizzata

SETUP

Dado 1: momenti della giornata (sveglia, colazione, attività mattutina, pranzo, pomeriggio, sera). Dado 2: attività (lavarsi, mangiare, passeggiare, leggere, telefonare, guardare la TV).

ISTRUZIONI

Lancia entrambi i dadi. L'abbinamento uscito ha senso? È una combinazione comune? Racconta come si svolge abitualmente quella parte della giornata. Variante: ricostruire l'intera giornata lanciando più volte.

Funzioni cognitive: *Orientamento temporale, routine quotidiana, pianificazione, linguaggio, memoria procedurale*

27 Abbinamento funzionale

SETUP

Dado 1: oggetti (es. lavandino, piatto, coltello, letto, spazzolino, sedia). Dado 2: azioni (es. lavare le mani, mangiare, tagliare, dormire, lavarsi i denti, sedersi).

Lancia entrambi i dadi. Verifica se l'oggetto e l'azione formano una coppia corretta. Se non corrispondono, trova l'azione giusta per quell'oggetto e viceversa.

Funzioni cognitive: *Prassie concettuali, memoria semantica, ragionamento funzionale, linguaggio*

28 Come vuoi farlo?

SETUP

Dado 1: categorie (animale, frutto, oggetto, persona, luogo, sentimento). Dado 2: modalità (descrivi a parole, fai il mimo, disegna, fai una frase, racconta un ricordo, di' una caratteristica).

Lancia entrambi i dadi. La categoria indica l'argomento; la modalità indica come trattarlo. Es.: 'animale + mimo' mimare un animale senza parlare. Stimola diversi canali espressivi.

Funzioni cognitive: *Flessibilità cognitiva, linguaggio multimodale, prassie, creatività*

29

Verbi e oggetti**SETUP**

Dado 1: verbi (es. tagliare, aprire, cucinare, scrivere, costruire, portare). Dado 2: oggetti (es. forbici, libro, pentola, penna, mattone, zaino).
 Lancia entrambi i dadi. Abbina il verbo all'oggetto corretto (es. scrivere + penna). Se la coppia non corrisponde, trova l'abbinamento giusto per entrambi.

Funzioni cognitive: Ragionamento semantico, prassie concettuali, accesso lessicale, memoria semantica

30

Abbinamenti creativi**SETUP**

Come il gioco 29, preferibilmente con parole più distanti semanticamente.
 Lancia entrambi i dadi. Invece di cercare l'abbinamento 'corretto', trova una situazione creativa in cui quella combinazione insolita potrebbe avere senso. Es.: 'cucinare + zaino' come potrei cucinare dentro uno zaino?

Funzioni cognitive: Pensiero divergente, creatività, problem solving, flessibilità cognitiva

31

Disegna la composizione**SETUP**

Dado 1: figure geometriche (cerchio, quadrato, triangolo, rettangolo, rombo, stella). Dado 2: relazioni spaziali (dentro, sopra, a destra di, a sinistra di, più grande di, vicino a).
 Lancia entrambi i dadi per due volte. Il primo lancio dà figura base e relazione spaziale; il secondo dà la figura da aggiungere. Disegna su foglio la composizione.

Funzioni cognitive: Prassie costruttive, cognizione visuospaziale, comprensione delle preposizioni spaziali, pianificazione

32

Memory con i dadi**SETUP**
Istruzioni

Più dadi con oggetti, simboli, colori o parole diversi tra loro. Posizionare tutti i dadi sul tavolo mostrando la stessa faccia per qualche secondo, poi coprirli. Chiedere di ricordare cosa c'era su ciascun dado e dove si trovava. Variante: riposizionarli nell'ordine originale.

Funzioni cognitive: Memoria visiva, memoria spaziale, attenzione, codifica e recupero mnestico

33

Corpo e lettera**SETUP**
Istruzioni

Dado 1: lettere dell'alfabeto. Dado 2: parti del corpo (mani, piedi, bocca, occhi, naso, orecchie). Lancia entrambi i dadi. Trova un'azione che si compie con quella parte del corpo il cui nome inizia con la lettera uscita. Es.: esce 'B' e 'mani' Battere le mani.

Funzioni cognitive: Fluenza fonologica, schema corporeo, prassie, accesso lessicale

34

Emozioni e iniziali**SETUP**
Istruzioni

Dado 1: emozioni (gioia, tristezza, paura, rabbia, sorpresa, disgusto). Dado 2: lettere dell'alfabeto. Lancia entrambi i dadi. Descrivi una situazione che ti fa sentire quell'emozione con il vincolo che la descrizione inizi con la lettera uscita. Es.: 'paura' + 'S' 'Stare soli al buio mi spaventa'.

Funzioni cognitive: Consapevolezza emotiva, linguaggio, fluenza fonemica, cognizione sociale, regolazione emotiva

35 Come mi sento

SETUP
ISTRUZIONI
Un dado con 6 emozioni (es. gioia, tristezza, paura, rabbia, sorpresa, calma).
Lancia il dado. Descrivi una situazione concreta della tua vita in cui hai provato quell'emozione.
Racconta cosa è successo, come ti sei sentito, cosa hai fatto. Utile anche come check-in emotivo di apertura sessione.

Funzioni cognitive: Consapevolezza emotiva, linguaggio narrativo, memoria autobiografica, regolazione emotiva

36 Parole in libertà

SETUP
ISTRUZIONI
Un dado con 6 lettere diverse.
Lancia il dado. Di o scrivi tutte le parole che ti vengono in mente che iniziano con quella lettera. Con o senza limite di tempo (60 secondi come riferimento).

Funzioni cognitive: Fluenza fonemica, accesso lessicale, velocità di recupero, attenzione sostenuta

37 Sillaba magica

SETUP
ISTRUZIONI
Dado 1: lettere consonanti. Dado 2: lettere vocali.
Lancia entrambi i dadi. Trova quante più parole possibili che contengono la combinazione consonante + vocale uscita. La sillaba può trovarsi in qualsiasi posizione della parola.

Funzioni cognitive: Consapevolezza fonologica, fluenza lessicale, accesso lessicale

38 Quante ne sai per lettera?

SETUP
ISTRUZIONI
Dado 1: lettere. Dado 2: numeri (da 2 a 7).
Lancia entrambi i dadi. Il numero uscito indica quante parole nominare che iniziano con la lettera uscita. Il gioco si fa più difficile con numeri più alti.

Funzioni cognitive: Fluenza fonemica, accesso lessicale, working memory, attenzione

39 Quante ne sai per categoria?

SETUP
Istruzioni
Dado 1: categorie semantiche (animali, cibi, oggetti, città, professioni, colori). Dado 2: numeri. Lancia entrambi i dadi. Il numero uscito indica quante parole di quella categoria nominare. Più alto è il numero, più il compito è impegnativo.

Funzioni cognitive: *Fluenza semantica, accesso lessicale, working memory, attenzione*

40 Il dado nascosto

SETUP
Istruzioni
Un dado con 6 parole o immagini. Mostrare tutte e 6 le facce del dado per 10-15 secondi, ruotandolo lentamente. Poi nascondere. Chiedere di ricordare il maggior numero possibile di parole/immagini sulle facce, non solo quella dell'ultimo lancio.

Funzioni cognitive: *Codifica mnestica, recupero deliberato, attenzione visiva, memoria a breve termine*

41 La catena mnemonica

SETUP
Istruzioni
Un dado con 6 parole. Due o più giocatori. A turno ogni giocatore lancia il dado e deve: 1) ripetere nell'ordine corretto tutte le parole dei turni precedenti; 2) aggiungere la nuova parola uscita. Chi sbaglia riceve una penalità o esce.

Funzioni cognitive: *Working memory, memoria episodica seriale, attenzione sostenuta, produzione linguistica*

42 Riconosci le parole del dado

SETUP

Un dado con 6 parole + lista scritta preparata in anticipo (6 parole del dado + 4-6 parole intruse mai apparse sulle facce).
Dopo aver giocato, presentare la lista scritta. La persona deve riconoscere solo le parole che erano sulle facce del dado, escludendo le intruse.

Funzioni cognitive: Riconoscimento mnestico, monitoraggio della fonte (source monitoring), attenzione

43 Memoria differita

SETUP

Un dado con 6 parole scelto per l'inizio della sessione.
All'inizio la persona osserva tutte le facce del dado. Si prosegue con altre attività. A 15-30 minuti di distanza (o a fine sessione) chiedere di ricordare quante più parole possibile delle 6 originali.

Funzioni cognitive: Consolidamento mnestico, memoria a lungo termine, memoria differita

44 Span in avanti e all'indietro

SETUP

Uno o più dadi con numeri, lettere o parole.
Lanciare il dado più volte. La persona ripete i risultati nell'ordine in cui sono usciti (span in avanti) oppure in ordine inverso (span all'indietro). Aumentare gradualmente il numero di lanci per alzare la difficoltà.

Funzioni cognitive: Working memory, span mnestico, attenzione sequenziale, elaborazione fonologica

45 Compito di vigilanza

SETUP

Un dado con parole, lettere o simboli. Concordare prima il 'target' (es. la parola 'sole' o la lettera 'A'). Lanciare il dado a ritmo costante ogni 3-5 secondi. La persona risponde (batte il tavolo, alza la mano, dice 'Hop!') solo quando esce il target. Tutte le altre uscite vanno ignorate senza risposta.

Funzioni cognitive: Attenzione sostenuta, vigilanza, controllo inibitorio



46 Regola alternata

SETUP

Un dado con parole. Alcune facce hanno un asterisco (*), altre no (oppure usare due colori di pennarello).

ISTRUZIONI
Regola: faccia CON asterisco trovare un sinonimo. Faccia SENZA asterisco trovare un contrario. La regola deve essere ricordata e applicata ad ogni lancio.

Funzioni cognitive: *Attenzione alternata, task-switching, working memory, linguaggio*

47 Go / No-Go

SETUP

Un dado con parole di due categorie diverse (es. 3 frutti e 3 verdure).

ISTRUZIONI
Concordare la 'categoria go' (es. frutti = rispondere battendo il tavolo) e la 'categoria no-go' (verdure = restare in silenzio). Variante più difficile: alternare periodicamente quale categoria è 'go'.

Funzioni cognitive: *Controllo inibitorio, attenzione selettiva, velocità di elaborazione, flessibilità cognitiva*

48 Stroop con i dadi

SETUP

Un dado con nomi di colori scritti con pennarelli di colore incongruente (es. 'Rosso' scritto in blu, 'Verde' scritto in arancione).

ISTRUZIONI
Lancia il dado. La persona deve dire la parola scritta ignorando il colore del pennarello. Variante: dire il colore del pennarello ignorando la parola. La difficoltà è normale: è esattamente ciò che allena il controllo esecutivo.

Funzioni cognitive: *Inibizione cognitiva, interferenza, attenzione selettiva, controllo esecutivo*

49 Il contrario con cambio di regola**SETUP**

Un dado con aggettivi, sostantivi o verbi.

Per ogni parola uscita la persona dice sempre il contrario (es. freddo - caldo). A un segnale concordato la regola cambia: ora si dice la parola identica. La difficoltà sta nel sopprimere rapidamente la risposta automatizzata.

Funzioni cognitive: Inibizione cognitiva, flessibilità cognitiva, shifting, linguaggio

50 Numero o parola?**SETUP**

Un dado con numeri. Prima del gioco, assegnare una parola a 1-3 numeri specifici (es. '1' = 'sole', '3' = 'casa'). La mappa si scrive su un foglio visibile.

ISTRUZIONI

Lanciare il dado. Se esce un numero con parola assegnata, dire la parola e NON il numero. Per gli altri numeri, dire semplicemente il numero. Aggiungere assegnazioni nel tempo per aumentare la complessità.

Funzioni cognitive: Inibizione cognitiva, working memory, attenzione, flessibilità associativa

51 Riordina i passi**SETUP**

Scrivere su 2-3 dadi le fasi di un'attività quotidiana in ordine casuale (es. preparare il caffè: mettere l'acqua, aggiungere il caffè, avvitare la moka, accendere il fuoco, aspettare, versare).

Lancia tutti i dadi. Con le fasi uscite stabilire l'ordine logico corretto. Spiegare perché un passaggio viene prima dell'altro.

Funzioni cognitive: Pianificazione, sequenziamento, ragionamento logico, memoria procedurale

52

Problema e soluzione**SETUP**

Dado 1: oggetti comuni (es. chiave, bottiglia, libro, corda, scatola, candela). Dado 2: obiettivi (es. sentirmi meglio, sorprendere qualcuno, risolvere un problema, rallegrare la giornata, aiutare qualcuno, difendermi).
Lancia entrambi i dadi. Spiega come potresti usare quell'oggetto per raggiungere quell'obiettivo. Non importa se la soluzione è insolita: conta il collegamento creativo e plausibile.

Funzioni cognitive: *Pensiero divergente, problem solving, ragionamento medio-fine, creatività*

53

Pro e contro**SETUP**

Un dado con situazioni della vita quotidiana (es. fare una passeggiata, smettere di fumare, chiamare un amico, cambiare routine, riposarsi di più, provare qualcosa di nuovo).
Lancia il dado. Elenca almeno 2 pro e 2 contro per la situazione uscita, nel tempo stabilito. Discuterne insieme. Utile anche come spunto per conversazioni motivazionali.

Funzioni cognitive: *Ragionamento, valutazione, pianificazione, metacognizione, linguaggio*

54

Catena di associazioni**SETUP**

Un dado con 6 parole diverse. Due o più giocatori.
Il primo giocatore lancia il dado e dice la parola uscita. Il successivo dice una parola associata, senza ripetere parole già dette. La catena continua. Variante: specificare il tipo di associazione (somiglianza, contrasto, funzione, prossimità).

Funzioni cognitive: *Fluenza associativa, memoria semantica, linguaggio, accesso lessicale*

55 Costruisci la frase**SETUP**

Un dado con elementi del discorso (soggetto, verbo, avverbio, luogo, complemento oggetto, aggettivo). Oppure 3 dadi ciascuno con un tipo di elemento grammaticale.

ISTRUZIONI

Lancia il dado (o i dadi). Con gli elementi usciti costruisci una frase di senso compiuto. In gruppo si costruisce la frase un elemento alla volta.

Funzioni cognitive: *Produzione linguistica, struttura grammaticale, sintassi, creatività, pianificazione*

56 In rima**SETUP**

Un dado con 6 parole.

ISTRUZIONI

Lancia il dado. Trova una o più parole che fanno rima con la parola uscita. Variante: usare la rima per costruire un breve verso poetico. Si può giocare a punti: 1 punto per ogni rima trovata.

Funzioni cognitive: *Consapevolezza fonologica, accesso lessicale, fluency, creatività verbale*

57 Il robot obbedisce**SETUP**

Dado 1: relazioni spaziali (sopra, sotto, a destra di, a sinistra di, davanti a, dietro a). Dado 2 e 3: oggetti presenti nella stanza o sulla scrivania.

ISTRUZIONI

Lancia i dadi. Sposta fisicamente un oggetto rispetto all'altro secondo la relazione spaziale uscita. Es.: 'metti la penna sopra il taccuino'. Poi verificare l'esecuzione.

Funzioni cognitive: *Comprensione spaziale, prassie, orientamento spaziale, comprensione delle preposizioni*

58 Conta di quel numero**SETUP**

Un dado con numeri.

ISTRUZIONI

Lancia il dado. Il numero uscito è il 'passo': conta ad alta voce di quel numero (es. esce 4 4, 8, 12, 16...) fino a 60 o 100. Variante avanzata: conta a ritroso. Variante facilitata: conta fino a 30.

Funzioni cognitive: *Calcolo mentale, attenzione sostenuta, working memory, velocità di elaborazione*



59

Facce in movimento**SETUP**

Un dado con azioni bucco-facciali (gonfia le guance, tira fuori la lingua, fai clic con la lingua, fischia, soffia, fai la O con le labbra).

ISTRUZIONI

Lancia il dado. Esegui l'azione bucco-facciale in modo preciso e consapevole. Variante a sequenza: eseguire le azioni nell'ordine in cui escono, costruendo una serie da ripetere. Utile in contesti di riabilitazione logopedica.

Funzioni cognitive: *Prassie bucco-facciali, controllo motorio volontario, consapevolezza corporea*

60

Un ricordo per ogni stagione**SETUP**

Un dado con stagioni, festività oppure fasi della vita (infanzia, adolescenza, giovinezza, età adulta, oggi, un anno speciale).

ISTRUZIONI

Lancia il dado. Racconta un ricordo legato a quel periodo: cosa facevi? Dove eri? Con chi? Come ti sentivi? Ogni storia è valida, piccola o grande.

Funzioni cognitive: *Memoria autobiografica, orientamento temporale, linguaggio narrativo, identità personale*

61

Quanto so di me stesso?**SETUP**

Un dado con categorie semantiche o lettere.

ISTRUZIONI

Prima di lanciare, la persona prevede quante parole di quella categoria (o con quella lettera) riuscirà a trovare in 60 secondi. Poi lancia e verifica. Confrontare previsione e risultato: ci si è sopravvalutati? Sottovalutati?

Funzioni cognitive: *Metacognizione, autovalutazione, fluency verbale, consapevolezza delle proprie capacità*