Come anche descritto nella Costituzione della World Health Organization, il benessere non è solamente la mera condizione di assenza di malattia o altre forme di infermità, ma è da osservare in una molto più ampia condizione di benessere totale come uno stato di equilibrio che abbraccia in una visione olistica l'aspetto psichico, sociale, biologico e affettivo della persona per l'intero corso della vita dell'individuo, dalla nascita alla morte.

È stato infatti osservato e appositamente studiato che la stessa condizione di benessere può interferire in bene o male con il corretto svolgimento delle fasi di sviluppo di un bambino, ed è importante dare allo stesso un quotidiano fatto di amore, cura e stimoli adeguati all'età, perché lui si possa sentire amato e mai solo nell'affrontare delle situazioni che sono sempre nuove e che talvolta possono incutere del timore.

Come ricostruito nella mappa concettuale, possiamo osservare lo stato di equilibrio totale che compone lo stato di benessere si raggiunga con la cura di vari aspetti:

la corretta **CURA** dello stato di salute fisica, come dolori o le classiche influenze stagionali alle quali il bambino può andare incontro, rendono più agevole le attività quotidiane di gioco, movimento e apprendimento, evitando al bambino stesso impedimenti fisici o fastidi che non gli permettono di vivere con serenità i giochi che sono il suo strumento principale di esplorazione, apprendimento e formazione della sua personalità.

È importante concedere al bambino grande **LIBERTÀ MOTORIA,** che non vuol dire affatto lasciarlo libero di fare ciò che vuole lasciandolo in balìa di sé stesso, ma nel concedergli gli spazi adeguatamene attrezzati al suo movimento libero. Anche l'abbigliamento deve essere comodo e consono all'attività di un bambino di quella età: meglio una comoda tuta ad un jeans alla moda. L'adeguata libertà motoria gli consentirà così di acquisire una buona padronanza del suo corpo, consentendogli con il tempo anche la conquista dell'autonomia, che incentiverà a sua volta il movimento, entrando così in un circo virtuoso dove padronanza del suo corpo, autonomia, esplorazione dì sè e movimento si alimenteranno l'un con l'altro.

Tutto questo, ovviamente, non è sufficiente senza la cura dell'aspetto affettivo: la **SICUREZZA AFFETTIVA** è uno degli aspetti più importanti della vita dell'infante, che dipende da noi in tutto. La sicurezza affettiva di cui si parla si compone di presenza costante e amore costante, di attenzioni amorevoli e una giusta prosodia alla quale il bambino pone una grande attenzione, e che sono in grado di cambiargli l'umore immediatamente, oltre che cambiare la percezione di sé che lui ha e deve ancora sviluppare. La sicurezza affettiva lo mette in condizioni di sentirsi più di buon umore e più sicuro nei movimenti, incentivando in lui il desiderio di gioco, la curiosità e la creatività, la volontà di sperimentazione, assicurando quindi il movimento, che come dicevo prima, fa parte del circolo virtuoso che alimenta anche la padronanza del corpo e lo sviluppo dell'autonomia, assicurando inoltre di conseguenza un migliore sviluppo delle abilità motorie grosse e fini.

Un altro aspetto molto importante sia per la costruzione della sicurezza affettiva, sia per la formazione della sua autonomia è il **DIALOGO**, che deve essere costante e amorevole, e che quindi ancora una volta richiede grande attenzione nei modi e nei gesti, alla prosodia, che quella età è uno dei pochi modi che il bambino ha di comprendere le nostre intenzioni nei suoi confronti. Il dialogo ben strutturato quindi consente la creazione della fiducia nell'adulto da cui dipende, migliorando quindi il legame che si instaura tra i due, e che sarà la sua guida per molti anni ancora, e che concorre inoltre a migliorare la sicurezza affettiva, che migliora migliora il desiderio di movimento e a sua volta, ancora, l'autonomia.

Tutti questi aspetti, la cura della salute fisica, l'adeguata libertà motoria, la sicurezza affettiva e un buon dialogo sono una giusta ricetta da seguire per poterlo accompagnare passo passo nello **sviluppo delle sue abilità motorie grosse e fini** che gli permetteranno di crescere più sano e robusto.