



Dott.ssa Silvia Anna Lo Forti

Pedagogista, Psicologa e Psicoterapeuta

Practitioner EMDR

Iscrizione Ordine e degli Psicologi della Lombardia n. 7417

C.F.: LFRSVN73A50F205E P.iva: IT07545640968

Studio: via Delfico 2, 20155 Milano

Cell. +39 3917755907

mail: silvia@psicologaloforti.it – sito: www.psicologaloforti.it

OOPS... L'ho fatto ancora **La DISPRASSIA e il Brain Gym** *di Alessandra Corrias*



Avete presente quei bambini che in classe fanno cadere la penna un sacco di volte, al campo giochi sono goffi e quando mangiano combinano sempre pasticci? In genere, vengono rimproverati perché si pensa che siano troppo distratti o troppo agitati. A volte è vero, ma a volte non è così. I soggetti affetti da disprassia, infatti, presentano proprio questi comportamenti. Vediamo di che si tratta...

La disprassia è un disturbo di sviluppo della coordinazione motoria. Chi ne soffre fa molta fatica a organizzarsi nel tempo e nello spazio e a programmare sequenze di pensieri e movimento. Colpisce tra il 5-6% della popolazione e non può essere curata. Quando si è piccoli, mamma, papà e la pediatra non se ne accorgono subito. Vedono magari qualche difficoltà a gattonare, a mangiare e anche pianti frequenti... Chi soffre di disprassia ha difficoltà a gattonare prima e poi inciampa e urta ovunque; non riesce ad andare in bici; quando disegna fa pasticci e colorando fuoriesce dagli spazi; è un disastro con i puzzle, i chiodini da infilare e la carta da ritagliare...

A tavola, sembra impossibile non rovesciare l'acqua o adoperare forchetta e coltello insieme.

Ogni giorno, quando ci si veste, si fa una gran fatica con bottoni e lacci. E si In classe, poi, scrivere e ricopiare è veramente difficile come anche seguire il filo di un tema, leggere l'orologio, tenere in ordine le proprie cose sul banco o fare lo zaino.

Per non parlare della matematica: con tutti quei numeri da mettere in colonna e la penna che sembra impossibile da tenere. Dopo poco, fa male la mano e viene il mal di testa...

Anche durante l'intervallo giocare è complicato: la palla va ovunque e non si capisce la direzione di gioco (così nessuno ti vuole più in squadra). Gli odori e i rumori di fondo, poi, sono un ulteriore disturbo.

Che cosa succede? Succede che ci si isola nella propria bolla, e si finisce col sentirsi arrabbiati, incompresi e soli.

La disprassia, si è detto, non può essere curata; tuttavia può essere riconosciuta e, con l'aiuto di specialisti e della Associazione Disprassia e Famiglie, si possono ricevere indicazioni sull'utilizzo di strumenti che, a scuola come a casa, tolgono la fatica del fare e lasciano la mente libera per imparare i concetti più importanti.

La disprassia purtroppo non ti abbandona, ma oggi si può imparare a convivere e migliorare la propria qualità della vita.

AD&F è a fianco delle famiglie per diffondere la conoscenza sulla disprassia.

Perché Conoscenza è Consapevolezza.

Col Brain Gym e la Kinesiologia Educativa lavoriamo sulla coordinazione generale e stimoliamo lo sviluppo delle abilità motorie, sia grosse (correre, giocare a palla ecc.) che fini (scrivere, disegnare ecc.) oltre all'equilibrio in generale.

Facciamo un esempio...

L'otto dell'infinito:

Tenendo un pollice all'altezza degli occhi, col braccio piegato, disegna un grande otto orizzontale nell'area di fronte a te (nel campo mediano), muovendo il pollice, disegnando il primo anello dell'otto in senso anti-orario e poi il secondo anello in senso orario. Ripeti 3 volte poi cambia mano e ripeti. Alla fine, ripeti con entrambi i pollici uniti come un mirino.

Si tratta di un'attività molto semplice, utile a tutti e a tutte le età, anche per chi ha difficoltà di apprendimento, come Dislessia, Disprassia, Deficit di Attenzione, Iperattività ecc.

Utile per:

sviluppare appieno la capacità di attraversare la linea mediana del corpo, collegando i due emisferi cerebrali in modo che cooperino al meglio
pensare in maniera più chiara
rilassare e calmare in caso di stress (in particolare per i muscoli oculari)
migliorare il coordinamento occhio-mano
ampliare il tempo di attenzione
migliorare la grafia e la velocità di scrittura
sostenere la memoria
aiutare a maturare la propria dominanza manuale (scegliere quale mano usare, destra o sinistra)

Se vuoi saperne di più contattaci scrivendo a:
segreteria@braingymschool.it