

# LA LATERALITE

Clé de la Communication

Axe : gauche - droite

Muscle indicateur de la clé : Sus-épineux ( Robot)

<i>Tests en profondeur avec un MI (ex : deltoïde)</i>		Mode de repérage	Mode auto
		Test (-)	Test (+)
Yeux :	Lire un texte à haute voix ou silencieusement		
	Tracking - Balayage des yeux (droite ↔ gauche)		
	Position des yeux en Haut, en Bas, Gauche, Droite (4 tests)		
Oreilles :	Tourner la tête vers la droite puis vers la gauche (2 tests)		
	Ecouter un bruit dans la pièce et à l'extérieur		
	Penser à une situation précise récente (ex : école ce matin)		
	Se rappeler ou se souvenir d'une situation, date, histoire...		
Ecriture :	Tenir un stylo		
	Penser aux lettres de l'alphabet		
	Pensez à ce que vous voulez communiquer		
	Ecrire ses pensées		
<b>Mouvements avec l'ensemble du corps :</b>			
	Cross crawl		
	Regarder un X		
	Mouvement homolatéral		
	Regarder un II		

# LE CENTRAGE

Clé de l'organisation

Axe : Haut - Bas

Muscle indicateur de la clé : Grand pectoral claviculaire ( Nageur)

<i>Tests en profondeur avec un MI (ex : deltoïde)</i>	Mode de repérage	Mode auto
<b>Marcher</b>		
<b>Penser à une situation d'examen</b>		
<b>Penser à une situation de défi personnel</b>		
<b>Organiser les objets disponibles</b>		

## A propos des tests

**Marcher** : peut se faire en virtuel (la personne pense qu'elle marche dans un lieu réel ou imaginaire ou la personne marche dans la pièce (accès au mouvement contrelatéral et au système de l'équilibre vestibulaire)

**Pensez à une situation d'examen** : le jugement des autres

**Pensez que vous vous lancez un défi** : l'image qu'il a de lui-même sans interférence avec l'environnement

**Organiser** : Pour les enfants (puzzle, légo, ranger sa chambre...) ou adulte (planifier son travail, agenda de rendez-vous, ranger sa maison...)

# LA FOCALISATION

Clé de la compréhension

Axe : Avant - Arrière

Muscle indicateur de la clé : Grand dorsal (Pingouin)

<i>Tests en profondeur avec un MI (ex : deltoïde)</i>	Mode de repérage	Mode auto
<b>Réflexe de protection des tendons :</b>		
<b>Genoux droit et gauche</b>		
<b>Sacrum</b>		
<b>Occiput</b>		
<b>Se concentrer (vue d'ensemble et regarder détails)</b>		
<b>Comprendre : Si repérage, vérifier Entrée / sortie (restitution) des informations</b>		

## A propos des tests

**Réflexe protection tendons** : en utilisant le toucher localisé (TL), on va vérifier les trois zones occiput - sacrum - genou droit puis gauche. La zone avec test (-) indique la zone verrouillée (stabilité posturale et déficit d'attention par le réflexe de protection des tendons)

**Se concentrer (perspective et attention)** : le sujet prend conscience de l'environnement et/ou de son corps quelques secondes (vue d'ensemble) et on vérifie. Si test (+), on lui demande de fixer son attention sur quelque chose (détails). Si le test est (-), indique un problème de concentration pour fixer son attention (sujet plutôt sous-focalisé).

On peut faire le test inverse pour vérifier.

**Comprendre** : on lit un texte et/ou la personne lit et doit faire un résumé du contenu. **Si le test est (-)**, on vérifie si le problème se situe sur la captation des informations à l'**entrée** ou sur la restitution des informations à la **sortie** en testant les deux situations.

# Le remodelage tridimensionnel

<i>Se pratique ALLONGE</i> <i>Pré-activités : Trouver les incongruences</i> <i>entre les 3 dimensions</i>		<b>Mode de repérage</b>	<b>Mode automatique</b>
A. Mouvements croisés /Cross Crawl	Robot		
	Nageur		
	Pingouin		
B. On regarde un X	Robot		
	Nageur		
	Pingouin		
C. Mouvement homolatéral	Robot		
	Nageur		
	Pingouin		
D. On regarde un II	Robot		
	Nageur		
	Pingouin		
<b><i>Les étapes du remodelage tri-dimensionnel</i></b>			
1.	Mouvement croisé / Cross crawl + fredonner (mumm) + yeux en Ht à G (voir RLD)		<b>R</b>
			<b>N</b>
			<b>P</b>
2.	Mouvement homolatéral + Compter : par ex. de 20 à 0 de 2 en 2 + yeux en bas à D	<b>R</b>	
		<b>N</b>	
		<b>P</b>	
3.	Métaphore d'intégration – joindre les mains		<b>R</b>
			<b>N</b>
			<b>P</b>
4.	Mouvement croisé / Cross crawl Regarder dans le sens horaire puis opposé (yeux dans toutes les directions)		<b>R</b>
			<b>N</b>
			<b>P</b>

5.	Mouvement homolatéral	R	
	Regarder dans le sens horaire puis opposé (yeux dans toutes les directions)	N	
		P	
6.	Cross crawl en regardant un X		R
			N
			P
<i>Post-activités : Noter les congruences entre les 3 dimensions</i>		<b>Mode de repérage</b>	<b>Mode automatique</b>
E. Mouvements croisés /Cross Crawl	Robot		R
	Nageur		N
	Pingouin		P
F. On regarde un X	Robot		R
	Nageur		N
	Pingouin		P
G. Mouvement homolatéral		R	
		N	
		P	
H. On regarde un II		R	
		N	
		P	
Fin	Cross crawl en regardant un X		R
			N
			P



