

Laterali t ts- Neubahnung nach Paul E.Dennison

Ablauf ohne Muskeltest

1.  berkreuzbewegung machen und spüren wie leicht es mir f llt.
2. Homolaterale Bewegung (Einseitige Bewegung) machen und spüren wie es geht.

Neubahnung:

3.  berkreuzbewegung, summen, Augen schauen nach links oben
4. Homolaterale Bewegung, zählen, Augen schauen nach rechts unten



Integration:

5. Integrationsmetapher: Arme ausgestreckt und Hände langsam zusammenführen



Verankern:

6.  berkreuzbewegung und mit Augen in alle Richtungen schauen
7. Homolaterale Bewegung und mit Augen in alle Richtungen schauen



Abschluss:

8.  berkreuzbewegungen und sich ein X denken oder im Raum X suchen oder ein X anschauen

Diese Neubahnung kann auch zu einem bestimmten Thema gemacht werden. An Thema denken während der ersten  berkreuzbewegung und spüren wie leicht es mir fällt. Am Schluss wiederholen und vergleichen. Diese Neubahnung bewährt sich bei Kindern mit Legasthenie/Diskalkulie wenn sie öfters gemacht wird. Die Zusammenarbeit der beiden Hirnhälften verbessert sich und das Lernen fällt mir leichter. Viel Wasser trinken weil durch Neubahnung neue Nervenverbindungen entstehen. Das bedeutet grosse Anstrengung für Körper!