Neurofunktionelle Reorganisation nach Padovan

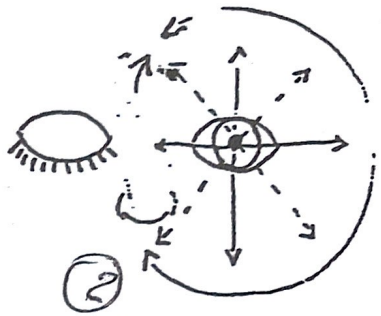
Martina Gruber
Logopädin
Preindlgasse 16/3
1130 Wien

14. Augenübungen (Ohne Brille)

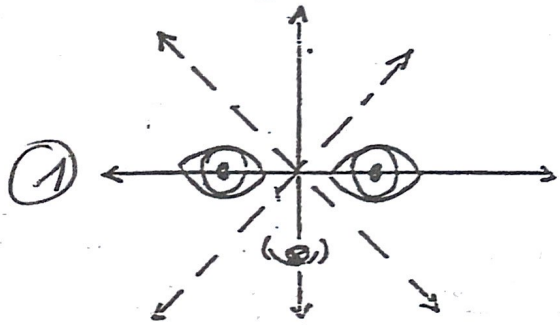
Fotomotorischer Reflex:

1. BINOCULAR (beide Augen offen), Abstand zum Gesicht ca 30 cm
   Licht : 1 sec. ein
   5 sec. aus
   10 – 30 x tägl.

2. MONOCULAR → 1 Auge
   (1) waagrecht
   (2) senkrecht
   diagonal : von rechts nach links
   von links nach rechts
   Rotation ↻↺
   2 – 3 x



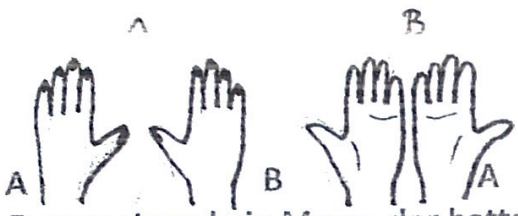
3. BINOCULAR → 2 Augen
   (1) waagrecht
   (2) senkrecht
   diagonal
   Rotation ↻↺ 2 – 3 x
   Konvergenz ⊛ 10 cm vor der Nasenspitze



bei empfindlichen Augen rotes Papier übers Licht kleben

Martina Gruber
Logopädin
Preindlgasse 16/3
1130 Wien

Handmotorik aus der
Neurofunktionelen Reorganisation nach Beatrice A.E.Padovan



1 Es war einmal ein Mann, der hatte einen Schwamm.

A B A B

2 Der Schwamm war ihm zu nass, da ging er auf die Gass.

A B A B

3 Die Gass' war ihm zu kalt, da ging er in den Wald.

A B A B

4 Der Wald war ihm zu grün, da fuhr er nach Berlin.

A B A B

5 Berlin war ihm zu voll, da ging er nach Tirol.

A B A B

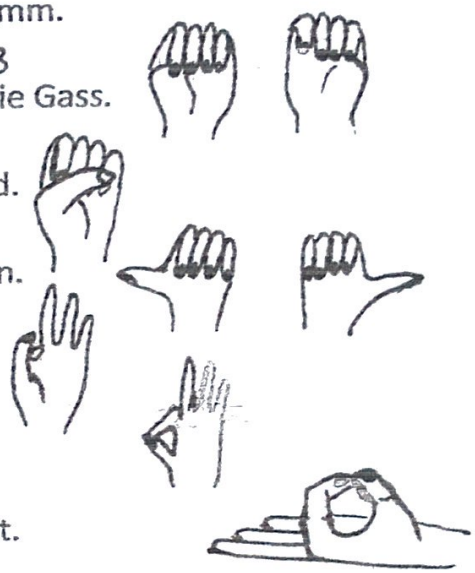
6 Tirol war ihm zu klein, da ging er wieder heim.

A B A B

7 Daheim war's ihm zu nett, da legt er sich ins Bett.

A B A B

8 Im Bett war eine Maus, und die Geschicht' ist aus.



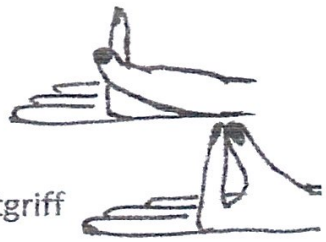
Ad 1 : A = Handfläche am Boden
B Handrücken am Boden

Ad 2 : B = + Daumen nach innen und Hand „fausten"

Ad 3.: B = + Daumen außen zu Ringfinger

Ad 4.: B = + Daumen seitlich abduziert und zum Boden

Ad 5.: B = + Zeigefinger nach oben und mit Daumen seitlich halten



Ad 6.: B = + Daumen und Zeigefinger gestreckt + zusammen = Pinzettgriff

Ad 7 : B = + Daumen und Zeigefinger rund + zusammen

A+8 : B = + jeder Finger drückt - rund - den Daumen: Zeigefinger, Mittelfinger,
Ringfinger kleiner Finger + zurück

Martina Gruber
Logopädin
Preindlgasse 16/3
1130 Wien

Massage nach SI (Sensorischer Integration)

je 5-10x jede Stelle mit Streichbewegungen in Bauchlage massieren. Start bei 1. – bei Rechtshändern auf rechter Körperseite beginnend

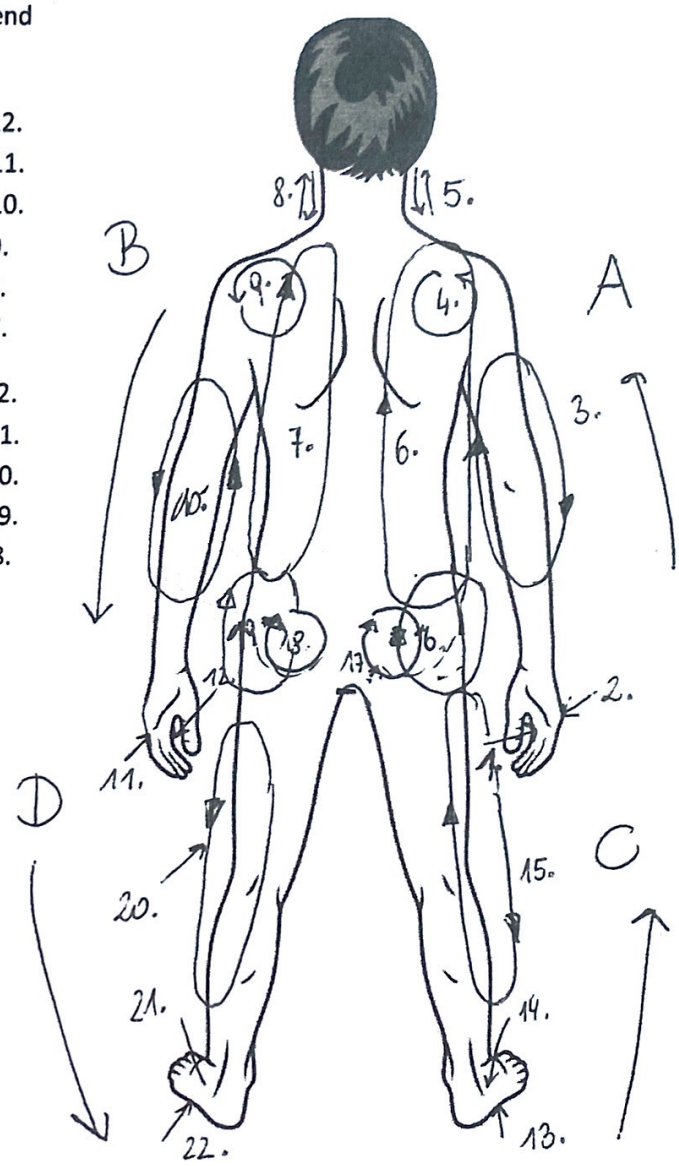
Rückenlage:

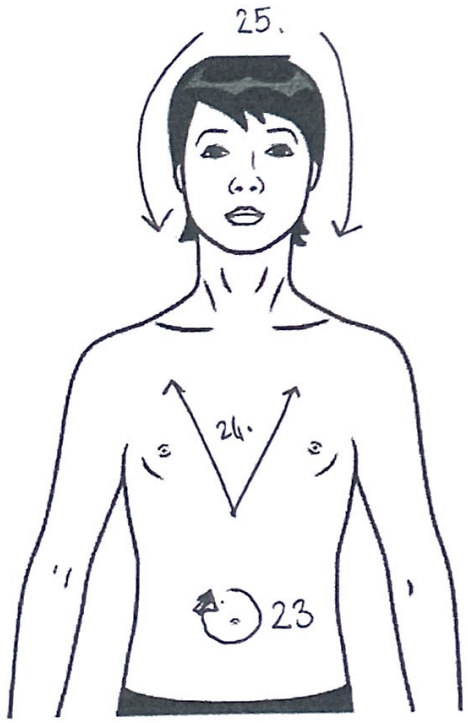
1. Handfläche → 12.
2. Handrücken → 11.
3. Arm (innen hinauf – außen hinunter → 10.
4. Schulter kreisend (Richtung egal) → 9.
5. Nacken (v. oben n. unten oder u.) → 8.

Bauchlage

6. Seite und Rücken: doppelt, re + li → 7.

13. Fußsohle-mit viel Druck runterstreichen → 22.
14. Fußrücken (Ferse halten) → 21.
15. Bein (außen – seitlich) → 20.
16. Hüfte → 19.
17. Pobacke → 18.





Rückenlage

23. Bauch – um den Nabel im Uhrzeigersinn
24. Brust – mehrmals abwechselnd Richtung Schulter
25. Gesicht – mit Händen des Kd., abwechselnd re+li

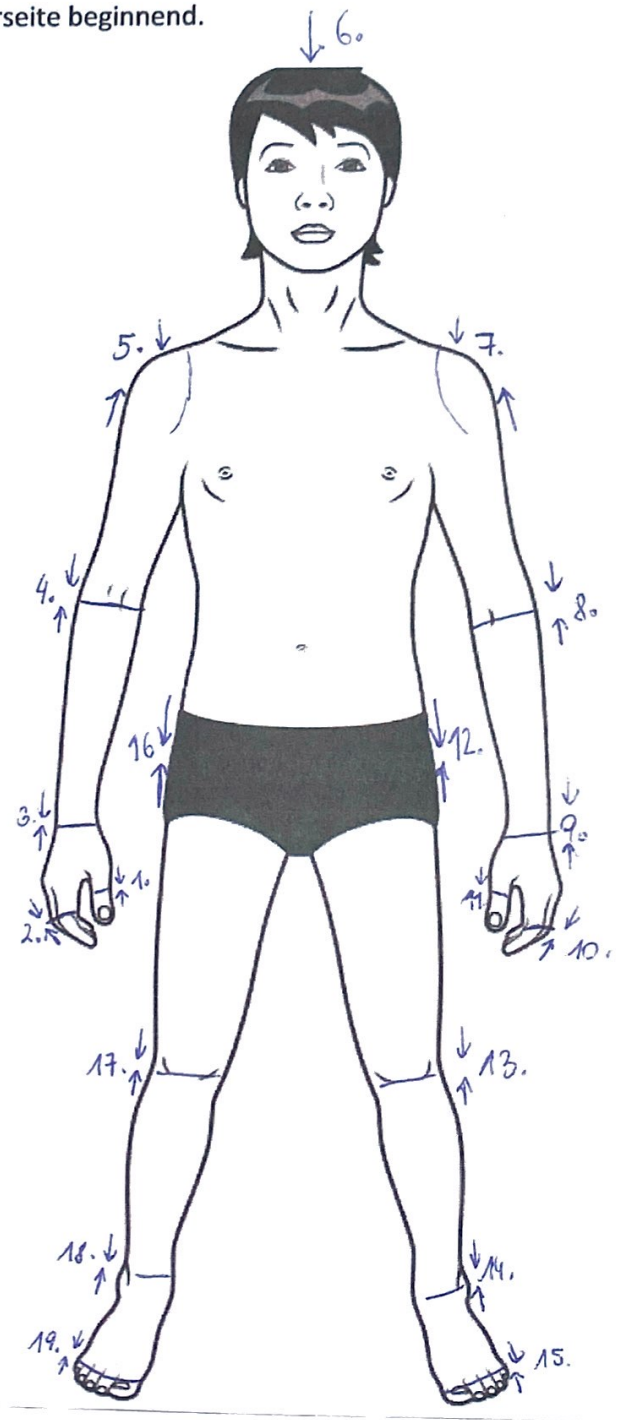
Variationen: Bürste, Öl mit Duft, „hot-cold-pad" in Seidentuch gewickelt, kl. Frottierhandtuch,...

Martina Gruber
Logopädin
Preindlgasse 16/3
1130 Wien

Druck und Zug-Massage nach SI (Sensorischer Integration)

je 2-3x jede Gelenksstelle mit Druck und Zug um das Gelenk in Rückenlage massieren.
Start bei 1. – bei Rechtshändern auf rechter Körperseite beginnend.

1.	Daumengelenk	→ 11.
2.	alle 4 Mittelfingergelenke	→ 10.
3.	Handgelenk	→ 9.
4.	Ellbogengelenk	→ 8.
5.	Schulter	→ 7.
6.	Kopf (Druck auf Schädel und dann Gegendruck seitens des Kindes	
12.	Hüfte	→ 16.
13.	Knie	→17.
14.	Fuß	→18.
15.	Zehen	→19.



BILATERALE INTEGRATIONSÜBUNGEN

DAS TOR ZUM ERFOLG

Martina Gruber
Logopädin
Preindlgasse 16/3
1130 Wien

BODY LIFTS

Diese Übungen enthalten Bewegungsabfolgen, in denen das Kind übt, Körperteile isoliert zu bewegen und Bewegungsmuster jeweils einer Körperseite (homolateral) und die Körpermitte kreuzend (kontralateral) auszuführen.
Diese Abfolge sollte zu Beginn auf dem Boden in Rückenlage (Arme parallel zum Rumpf, die Beine nebeneinander ausgestreckt) ausgeführt werden. Nach jeder Bewegung kehrt das (die) Gliedmaß(en) in die Ausgangsposition zurück, bevor die nächste Bewegung beginnt. Die Bewegungsabfolgen werden danach in verschiedenen anderen Positionen (Bauchlage, sitzend, auf Händen und Knien, stehend) durchgeführt.

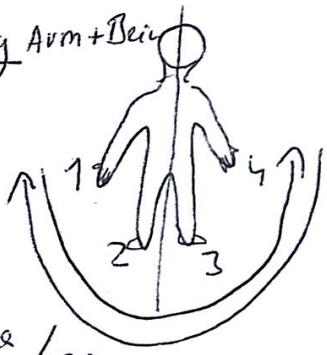


EINZELNE GLIEDMAßEN

1. Hebe den **rechten Arm** gerade nach oben.
2. Hebe das **rechte Bein** nach oben.
3. Hebe das **linke Bein** nach oben.
4. Hebe den **linken Arm** nach oben.
5. Hebe den **linken Arm.**
6. Hebe das **linke Bein.**
7. Hebe das **rechte Bein.**
8. Hebe den **rechten Arm.**

ZWEI GLIEDMAßEN – homolateral

gleichseitig Arm+Bein



1+2
1. Hebe **rechten Arm** und **rechtes Bein** gleichzeitig.
2. Hebe **linken Arm** und **linkes Bein.**

3+4
3. Hebe **linken Arm** und **linkes Bein** erneut.
4. Hebe **rechten Arm** und **rechtes Bein.**

ZWEI GLIEDMAßEN – kontralateral

gegengleich / gekreuzt



1+3
1. Hebe **rechten Arm** und **linkes Bein** gleichzeitig.
2. Hebe **linken Arm** und **rechtes Bein.**

2+4
3. Hebe **linken Arm** und **rechtes Bein.**
4. Hebe **rechten Arm** und **linkes Bein.**

ZWEI GLIEDMAßEN – homolateral und kontralateral

1+2
1+3
4+3
4+2

1. Hebe **rechten Arm** und **rechtes Bein.**
2. Hebe **rechten Arm** und **linkes Bein.**
3. Hebe **linken Arm** und **linkes Bein.**
4. Hebe **linken Arm** und **rechtes Bein.**
5. Hebe **linken Arm** und **linkes Bein.** 4+3
6. Hebe **linken Arm** und **rechtes Bein** 4+2
7. Hebe **rechten Arm** und **rechtes Bein.** 1+2
8. Hebe **rechten Arm** und **linkes Bein** 1+3



gleichseitig 1+2
gekreuzt 1+3
gleichseitig 4+3
gekreuzt 4+2

gleichseitig 4+3
gekreuzt 4+2
gleichseitig 1+2
gekreuzt 1+3

Deutsche Übersetzung:
© Thake Hansen-Lauff

© Bilateral Integration Exercise Ltd

Aufmerksamkeit, 100, B1

Bal-A-Vis-X

Puppet Arms Bounce: 1 Ball / Hand + regeln jede Hand abwechselnd Ball prellen im Rhythmus (1 Hand oben, 1, 2. unten



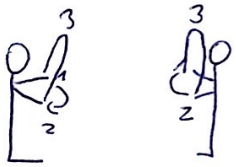
Ball Rectangle for Partners: jeder hat 1 Ball in re Hand, prellt + fängt li + gibt Ball in re Hand Bounce simultan



One Bag rectangle Touch. Sackerl v re Hand 1, li + dann zum Partner re ↷ li + Partner



jeder hat / Sackerl → re → li + 1, Luft E voll re jeder f sich.



4 x hintereinander

idem + voll 1, Luft werfen hinter 2 Rücken zur anderen Hand wechseln



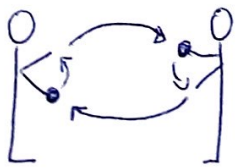
(B1)



um Kopf + um gebeugte Knie



2 Bean bags → 1 x rot + 1 x blau im Rhythmus jeder v re → li + zum Partner



Martina Gruber
Logopädin
Preindlgasse 16/3
1130 Wien

Rhythmisches Bewegungstraining nach Dr. Harald Blomberg

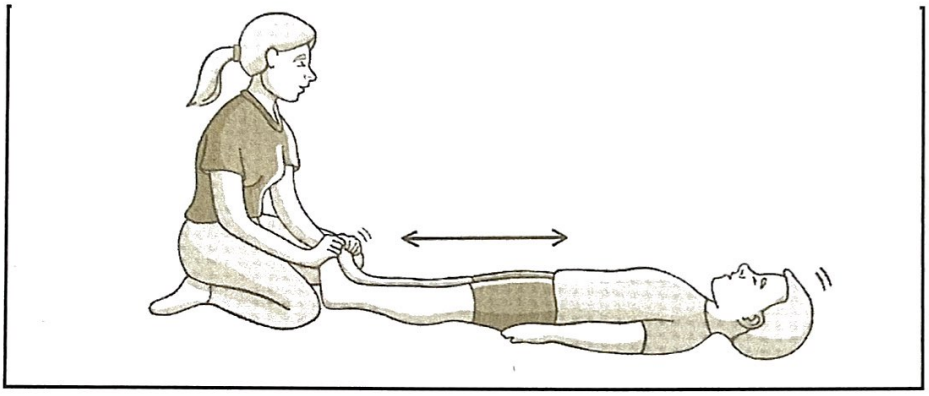
für.....

Übungen für das Stammhirn

1.Passive Stimulation von den Füssen aus

Ausgangssituation:

Das Kind liegt auf dem Rücken, die Arme liegen ausgestreckt links und rechts neben dem Körper. *Wichtig: Achten Sie darauf, dass der Kopf gerade gehalten wird!*



Ausführung:

Umfassen Sie die Fussballen des Kindes mit festem Griff und schaukeln Sie seinen Körper in Längsrichtung – es ist eine sanfte Bewegung, ein Hin- und Herschwingen. Probieren Sie verschiedene Geschwindigkeiten aus und beobachten Sie, wann sich am ehesten eine gleichmässige, lockere Schaukelbewegung einstellt. *Die Füsse bleiben auf dem Boden!*

Achten Sie auf Spannungen jeder Art, die den Bewegungsfluss möglicherweise beeinträchtigen. → Eventuell ist es einfacher, die *Fussknöchel* zu halten.

Anzahl und Dauer:

Führen Sie diese Übung während ca. 1-3 Minuten aus. Lieber kürzer, aber eventuell öfter am Tag!

Wirkung:

Diese Übung unterstützt die Integration der Spinalreflexe, regt den Tastsinn, die Tiefensensibilität und den Gleichgewichtssinn an. Sie stimuliert das Wachstum und die Reifung der Nervenzellen des Stammhirns und führt dadurch auch zur Reifung anderer Hirnteile. Durch passive Stimulation wird das Stammhirn dazu stimuliert, den Muskeltonus, das Reifen der primitiven Reflexe und der spontanen Bewegungen zu verbessern.
Sie entspannt emotional und aktiviert den Cortex. Hyperaktivität geht zurück und die Aufmerksamkeit wird besser.

Falls Ihr Kind diese Auffälligkeiten zeigt, nehmen Sie Kontakt mit Ihrer Therapeutin auf:

- **Kopf kann nicht in Mitte gehalten werden**
- **Nacken ist steif**
- **Es will seine Arme über der Brust falten, statt sie neben sich abzulegen**

2. Passive Stimulation von den Knien aus: umfassen Sie die Beine unterhalb der Knie und schieben Sie Richtung Kopf (wahlweise auch ziehen – das Kind darf mitentscheiden)



3. Passive Stimulation in Rückenlage: legen Sie eine Hand aufs Brustbein und bewegen Sie sie nach links und rechts, bis das Kind in eine leicht schaukelnde, rhythmische Bewegung kommt



4. Passive Stimulation in Seitenlage: Seitenlage, Beine angezogen, ein Arm stützt den Kopf wie auf dem Bild. Mit Druck auf das Kreuzbein Richtung Füsse schwingt das Kind Richtung Kopf und Füsse



5. Passive Stimulation in Bauchlage (Hosenbund fassen): Hüfte rechts-links; *Kopf und Schultern bewegen sich nicht!*



6. Aktive Stimulation in Rückenlage: das Kind bewegt seinen Kopf *langsam* soweit nach rechts und links, wie es *mühelos* kann. Anschliessend bewegt es den Kopf schnell, macht aber nur eine *kleine* Bewegung



7. Scheibenwischer: das Kind dreht seine Beine auswärts und einwärts, sodass sich die Grosszehen in der Mitte berühren. Die Bewegung sollte aus der Hüfte kommen, falls dies nicht klappt, helfen Sie Ihrem Kind, indem Sie knapp über den Knöcheln halten und mehrmals drehen

