

## WAT IS ATNR:

De ledematen aan de linkerzijde doen dezelfde beweging en de ledematen aan de rechterzijde doen dezelfde beweging.

Als het hoofd naar links draait dan zal de linkerarm en linkerbeen zich strekken, terwijl de rechterarm en rechterbeen zich gaan buigen en omgekeerd.

De ATNR bereidt de lateralisatie voor. Het besef dat er twee lichaamshelften zijn.

Kinderen met een "blijvende ATNR" vertonen bij het schrijven en tekenen veel spanningen in hun hand, arm en mond. Ze gaan gemakkelijker de tong naar buiten bewegen en met de mond meebewegen als ze schrijven, tekenen of knippen.

## VRAGEN:

### BODYMAPTEAM:

- Juf Jessie



- Juf Jenny



- Juf Kelly



## ONTWIKKELINGSLAB

### VAN

### BODYMAP

### ATNR

Asymmetrische Tonische Nekreflex



## SPEELFORMULES (6-8jarigen)

Neem een leesboekje dat je kind heel graag leest en leg je samen in buiklig.  
Laat je kind twee pagina's lezen in buiklig.



Laat je kind in de tafelpositie staan. Dat is op handen en knieën.  
Vraag nu om de handen op elkaar te plaatsen en dan het hoofd 5 keer van links naar rechts zijwaarts te draaien.



Laat je kind door het huis marcheren als een soldaat.  
4 tellen voorwaarts, 4 tellen achterwaarts, 4 tellen voorwaarts, 4 tellen achterwaarts. En dan marcheren in een rondje: 1 keer naar links en 1 keer naar rechts.



Laat je kind met het hoofd eerst van de glijbaan komen, armen naar voor.  
Sta zelf wel onderaan je kind op te wachten, zodat je hem/haar eventueel kan opvangen bij teveel snelheid.



Laat je kind van de ene kant van de kamer naar de andere kant kruipen. Terwijl hij/zij kruipt sta jij aan de zijkant en laat je een afbeelding zien. Je kind kijkt tijdens het kruipen zijwaarts en zegt wat er op de afbeelding staat. Moedig je kind aan om te blijven kruipen en niet te stoppen met kruipen tijdens het kijken en praten.



Laat je kind in ruglig liggen met de benen en armen tegen het lichaam. Vraag om enkel het hoofd zachtjes helemaal naar links te draaien, 5 seconden aan te houden en dan het hoofd zachtjes en traag helemaal naar rechts te draaien. Ook hier 5 seconden aanhouden. Herhaal dit 3 keer.



Laat je kind half op een bank zitten. Het hoofd naar links gedraaid en de armen en benen gespreid. Eerst sluit je kind één voor één de armen voor het lichaam, gekruist over elkaar, dan de benen kruisen over elkaar. Het hoofd blijft naar links gedraaid. 5 tellen aanhouden, dan de benen en armen terug spreiden, het hoofd dan zachtjes naar rechts draaien en opnieuw de armen en benen voor het lichaam kruisen. Opnieuw 5 tellen aanhouden. Herhaal deze bewegingen 3 keer.



Laat je kind lopen zoals een krab. De buik naar boven gericht, de handen staan onder de schouders en zijn naar de voeten gedraaid. Zo voorwaarts, achterwaarts en zijwaarts bewegen.



Laat je kind 5 keer met de linkerhand zijn rechterknie tikken en 5 keer met de rechterhand de linkerknie. Doe dit wel beurtelings zodat steeds vanuit de basishouding wordt vertrokken (rechtstaande houding)

