

# Bilateralna integracija

---



**Bilateralna integracija** označava **spodobnost uskladenog korištenja lijeve i desne strane tijela pri izvođenju jedne aktivnosti**. Dobra je za razvoj motoričkih sposobnosti, pripremu za pisanje, koordinaciju...

Mala djeca jednako koriste i ruke i stopala, već u ranoj dobi postaju svjesna da imaju lijevu i desnu stranu tijela. Kako bi napravila automatske pokrete razvijaju dominantnu stranu u korištenju ruku, nogu, oči, uši i javlja se dominacija u jednoj od polovica mozga. Obje strane tijela također trebaju naučiti raditi zajedno. Ne samo lijevo i desno nego i ispod / iznad i sprijeda / straga. Kod beba, ova vještina počinje se razvijati prilikom puzanja, a kasnije je sve manje uvježbavamo!

**Double doodle umjetnost** je zabavna i opuštajuća aktivnost koja je pri tom i izvrstan način vježbanja mozga jer istovremeno koristi obje strane mozga. Aktivnost se provodi objema rukama istovremeno! Npr. crta se istodobno s obje ruke i stvaraju se simetrični crteži u zrcalnoj slici. Autori navode kako se tako utječe na sposobnosti komunikacije, manipulacije i izražavanja. Double doodle se može koristiti kroz različite tehnike, materijale i igre.

Nadamo se da ćete isprobati Double Doodle umjetnost, možete sami, ali mi vas potičemo da to uradite s djecom!

Razne Double Doodle tehnike i igre potražite na slijedećim poveznicama:

<https://www.youtube.com/watch?v=BNzVn0BF9Ow>

<https://web.facebook.com/kinderkinesiologie/videos/162859198385019/>

<https://www.facebook.com/visuallearningforlife/videos/538740520358923/>

*Pripremila:*

*Marija Lisica, psihologinja*