



“abilità motorie”. Queste abilità sono importanti perché offrono una fisicità della quale abbiamo bisogno per essere in grado di camminare, correre e saltare.

Raggiungere con le mani e prendere gli oggetti desiderati, stimolerà lo sviluppo delle capacità motorie fini e serve per rafforzare i muscoli più piccoli del corpo, delle mani e delle dita. La capacità motoria fine è indispensabile per riuscire a mangiare e vestirsi da soli e, più avanti, per riuscire a scrivere con una penna.

Un'altra acquisizione fondamentale, derivata dalla fase del gattonamento, è lo sviluppo della visione binoculare. Ciò comporta la maturazione degli occhi per guardare in lontananza e per otti-

mizzare la coordinazione occhio-mano. La visione binoculare viene utilizzata per esempio quando un bambino deve copiare qualcosa da una lavagna a scuola. La scansione è un movimento che rafforza sia il lato destro sia il sinistro del cervello, consentendo maggiore comunicazione tra i due emisferi, cosa che ottimizza l'apprendimento.

L'ultimo vantaggio, ma non per questo meno importante, è che tutto quanto sopra allenerà e svilupperà l'equilibrio. Il raggiungimento di equilibrio è un requisito essenziale fisico per il bambino per avere sia la fiducia che la capacità di passare alla fase successiva: quella di alzarsi in piedi.

aree del cervello che sono importanti per l'apprendimento futuro.

Il movimento ripetitivo - quando un bambino comincia a strisciare e poi a gattonare - aiuta a stimolare e organizzare i neuroni, permettendo al suo cervello di controllare i processi cognitivi, come la comprensione, la concentrazione e la memoria.

Quando un bambino gattona, determina visivamente dove vuole andare, per poi fisicamente muoversi in quella direzione. Questi movimenti grandi che il vostro bambino fa con le braccia, le gambe, i piedi o il suo corpo intero, vengono chiamati



Breve curriculum vitae



La **Dr.ssa Von Hofsten** si è laureata nel 1996. Il suo interesse particolare è lavorare con bambini, ragazzi e donne in gravidanza. Negli anni post-laurea ha eseguito numerosi corsi riguardanti l'applicazione di trattamenti chiropratici per problemi pediatrici ed è membro dell'ICPA, International Chiropractic Pediatric Association.

Cecilia è appassionata di cani e ha da poco cominciato a praticare l'agility con i suoi due trovatelli Tessa e Greco. Col marito Alberto segue con dedizione e amore le avventure sportive dei due figli Erik, sciatore e Martin calciatore e surfista.