

Bienvenue à l'infolettre d'ergothérapie CSPGNO

Sujet du mois : Croiser la ligne médiane

Lorsqu'on dit qu'un enfant « croise la ligne médiane », c'est qu'il peut faire des actions avec ses mains, ses pieds et même avec son regard du côté opposé de son corps. Cette habileté a des avantages physiques et mentaux! Croiser la ligne médiane fait en sorte qu'il a une bonne communication entre le côté droit et gauche du cerveau.



Pourquoi est-ce important?

Cette habileté joue un grand rôle dans l'accomplissement des activités de tous les jours. Elle est utile pour la motricité globale (p. ex. : marcher à quatre pattes), la motricité fine (p. ex. développer la dominance manuelle), la lecture (p. ex. lire de gauche à droite), distinguer les lettres asymétriques qui se ressemblent (b, d, p, q) et l'écriture (Caron Santha, 2015).

Voici quelques activités qui encouragent l'enfant à croiser la ligne médiane :



Yoga!



Signe d'infini : l'enfant trace un grand signe d'infini.



Jouer avec des voitures!



Patate chaude!



Jouer un sport! Par exemple : baseball, soccer, golf...



Twister!



Arc-en-ciel : assis, l'enfant trace un arc-en-ciel autour de son corps sur du papier.



Dance du ruban!

Référence

Caron Santha, J. (2015) Croiser la ligne médiane. *Éducatout*. Retirer de <https://www.educatout.com/edu-conseils/ergotherapie/croiser-la-ligne-mediane.htm#:~:text=Lorsque%20l'on%20dit%20qu,avez%20crois%C3%A9%20votre%20ligne%20m%C3%A9diane!>

Activité du mois

Simon dit!

Comment jouer?

Pour commencer, il faut désigner le meneur du jeu. Le meneur s'appelle « Simon ». Simon va donner les ordres aux autres participants. Les joueurs doivent se placer face à lui et suivre seulement les ordres précédés par « Simon dit... » Par exemple : « Simon dit... Lever les bras ».

Attention! Simon va essayer de tromper les joueurs en donnant des ordres sans dire « Simon dit ». Par exemple : « Lever les bras ». Si un joueur fait l'action, il est éliminé. De plus, si un joueur n'exécute pas un ordre précédé par le « Simon dit » il est également éliminé.

Exemples de mouvement à inclure pour croiser la ligne médiane :

Simon dit...

- ❖ Pencher à droite / pencher à gauche
- ❖ Croiser les bras
- ❖ Placer votre main droite sur votre genou gauche / placer votre main gauche sur votre genou droit
- ❖ Placer votre coude gauche sur votre genou droit / placer votre coude droit sur votre genou gauche
- ❖ Placer votre main droite sur votre pied gauche / placer votre main gauche sur votre pied droit
- ❖ Placer votre main droite à votre oreille gauche / placer votre main gauche à votre oreille droite
- ❖ Agiter les bras dans les airs

