

## IL PROGRAMMA DI FEDERICO

### PROGRAMMA FISILOGICO

DIETA: 5 PASTI AL GIORNO (3 completi e 2 spuntini) con bilanciamento di proteine, carboidrati e grassi, bilancio dei liquidi, eliminazione di latte e derivati, zuccheri semplici, sale, additivi, conservanti, aromi ecc. La colazione è il pasto più importante della giornata.

CREARE IL PIU' POSSIBILE UNA CASA SANA: eliminando prodotti irritanti (detersivi, profumi, insetticidi, fumo di sigaretta, muffe ecc.).

RIDUZIONE DEI FARMACI: no a farmaci dati con leggerezza, antibiotici solo se è in corso infezione batterica, mai senza esami specifici. Assunzione giornaliera di probiotici per rinforzare le difese immunitarie.

MASCHERE DI RIFLESSO: E' parte chiave del programma. Federico fa 40 maschere al giorno di 30 sec Ciascuna. Con le maschere si aumenta rapidamente l'apporto di ossigeno e nutrimento al cervello, si aumenta il ritmo e la profondità della respirazione, si rinforzano i polmoni diminuendo le infezioni, migliora la fisiologia in generale (tono muscolare, sonno, digestione, eliminazione ecc.).

Federico aveva grandi problemi di reflusso e di muco, rimetteva quasi sempre, soffriva di apnee notturne importanti, era sempre affaticato, debole, cresceva molto lentamente. Fin dalla nascita ha sempre sofferto di forte stitichezza, non andava di corpo se non con stimolazioni rettali e ultimamente ci eravamo ridotti a dover fare anche più di una peretta. Da quando siamo nel programma Federico non ha più rimesso, ha iniziato a mangiare con più appetito, si scarica spontaneamente e regolarmente. Il muco si è ridotto da subito fino a scomparire. Da quando abbiamo iniziato con le mascherine le apnee notturne si sono ridotte gradatamente fino a diventare rare e finalmente il suo sonno è più regolare e rilassato. Federico non sapeva cosa volesse dire "respirare dal naso" ora è in grado di farlo (non è ancora stato operato di tonsille e adenoidi) anche la sua voce ha preso più forza e ora vocalizza di più. Da Luglio 2013 ad oggi Federico è cresciuto in altezza di 2 cm e mezzo, l'anno precedente era aumentato di 1 cm

soltanto! Nell'ultimo anno non abbiamo dato nessun tipo di farmaco, è più sereno, più vitale e attento.

## **PROGRAMMA FISICO**

**LO SCHEMA:** Lo schema è un programma di natura sia sensoria che motoria, il suo scopo è quello di creare organizzazione ai livelli più bassi del cervello (ponte e mesencefalo) favorendo lo sviluppo armonico di tutte le abilità. ACCENDE i due emisferi favorendo lo sviluppo della lateralità.

Lo schema riproduce il movimento dello striscio in modo passivo. Al bambino si danno poi le opportunità di strisciare e carponare.

Dopo 2 mesi di schema Federico ha iniziato a strisciare (prima non ne era in grado). Federico andava carponi tenendo la gamba destra sotto il sederino, dopo 2 mesi il suo carponi ha iniziato a migliorare fino a diventare perfetto.

E' più armonico in tutti i suoi movimenti e ha iniziato ad utilizzare entrambe le mani in modo più coordinato.

Federico fa 6/8 schemi al giorno.

**STRISCIO e CARPONI:** hanno lo scopo di creare organizzazione, creare un'eccellente convergenza visiva, rinforza il fisico e la respirazione.

Federico fa 250 mt di striscio al giorno e 1000 mt di carponi al giorno.

Abbiamo notato un grande miglioramento nella convergenza visiva da quando abbiamo aumentato i carponi: Federico scendeva le scale in modo insicuro, strisciando i piedi (anche quelle di casa che conosce bene). Ora è sicuro, con un piccolo aiuto comincia a salire alternando i piedi senza appoggio, ha una visione più chiara della profondità.

Il suo equilibrio è migliorato, è in grado di andare sui pattini a rotelle e va in bicicletta.

**PIOLO e BRACHIAZIONI:** sviluppa e rinforza la capacità prensile (presa volontaria e rilascio vitale). Sviluppa l'opposizione corticale, la convergenza visiva, rinforza e allarga il torace per permettere una respirazione più profonda.

Le brachiazioni sono parte fondamentale nel programma di competenza manuale: agli Istituti non daranno un programma di scrittura se il bambino non è in grado di fare le brachiazioni in completa autonomia.

Federico ha iniziato con il PIOLO e neanche reggeva 1 sec in un anno è arrivato a reggersi per 40 sec e ad essere pronto per le brachiazioni.

Ad oggi compie 30 viaggi di brachiazioni al giorno ed è quasi autonomo.

#### PROGRAMMA INTELLETTIVO

Il programma intellettuale è un programma che sviluppa le competenze visive.

L'obiettivo principale del programma è «regalare» al bambino più informazioni possibili e far sì che tutto questo venga trasmesso con gioia, stando ben attenti a non annoiare mai il bambino e sapersi fermare prima che sia lui a volerlo.

Il principio su cui si basa il programma intellettuale è che i bambini AMANO IMPARARE e se gli viene data l'opportunità di farlo imparano molto velocemente, molto più di quello che noi possiamo immaginare.

Il metodo con cui si presenta il programma punta sulla velocità, sulla novità, sulla chiarezza e grandezza delle immagini. Il materiale va ogni giorno rinnovato per offrire sempre stimoli nuovi e non perdere l'interesse del bambino.

PAROLE: Federico vede 5 categorie di 5 parole ciascuna per 3 volte al giorno (tot. 15 sessioni al giorno).

BIT D' INTELLIGENZA: Federico vede 10 categorie diverse di 10 bit ciascuna per 3 volte al giorno (tot 30 sessioni al giorno).

MATEMATICA: Parte dal concetto che i bambini vogliono conoscere I FATTI: il n.3 presentato con 3 pallini è un fatto. Ecco perché si parte con cartelli di pallini.

Federico ha già visto tutti i cartelli di pallini da zero a 100 e ora fa: 3 sessioni al giorno di simboli numerici- 9 sessioni al giorno di operazioni miste- 5 sessioni al giorno di sequenze- 6 sessioni di maggiore e minore.

LIBRI FATTI IN CASA: Federico vede 3 nuovi libri a settimana.

Siamo partiti con caratteri grandi in rosso e ora siamo a caratteri di 1 cm in nero.

Si utilizzano libri fatti in casa per consentire al bambino di vedere parole e immagini separatamente per non creare confusione e per ottenere la sua massima attenzione.

TAVOLA DELLE SCELTE: lo scopo della tavola delle scelte è creare e favorire una migliore comunicazione tra bambini e genitori.

Federico fa 10 sessioni minimo al giorno di tavola delle scelte, ma ormai la utilizza spontaneamente anche in altre occasioni.

Federico ama tutto il programma intellettuale, riconosce le parole, le associa agli oggetti, ama osservare i bit di intelligenza, dopo qualche giorno già li riconosce. Il suo programma preferito in assoluto è la matematica.

L'attenzione di Federico è migliorata enormemente, ora sta senza problemi anche al tavolo a leggere libri, riconosce i cartelli di pallini (quindi ha acquisito la percezione della quantità), è in grado di svolgere operazioni di matematica istantanea.

L'obiettivo della matematica al momento non è quello di «saper fare i calcoli» ma è quello di fornire ai bambini la percezione della quantità, il senso dell'addizione, della sottrazione, della divisione, della moltiplicazione, del maggiore e minore, uguale, diverso, anche se attraverso la risoluzione dei problemi i nostri bambini ci stupiscono mostrandoci che invece hanno imparato qualcosa in più.

*«La lettura sviluppa il cervello e ne migliora tutte le funzioni.*

*La lettura sviluppa l'intelligenza.*

*La lettura scolastica è propinata ai bambini come una sorta di costrizione, e questo non induce certo il bambino ad amare la lettura. Voi invece vi dovrete divertire durante il programma con il vostro bambino; dovrete smettere un minuto prima che lui si stanchi, cosicché rimanga in lui il desiderio di continuare a leggere. La lettura deve diventare il più bel gioco tra voi e il vostro bambino.»*

Janet Doman

Maggio 2017

Ora Federico, nel suo percorso, fa altri 3 programmi:

OSSIGENO: 4 maschere al giorno con ossigeno.

UDITIVO: 3 sessioni al giorno di cd speciali da ascoltare per 10 min a sessione con le cuffie.

Importanti programmi per il linguaggio.

Nei programmi cognitivi c'è il programma di scrittura spontanea e il programma di linguaggio attraverso filastrocche.

Nei programmi motori: corsa- 4 km al giorno di corsa

ginnastica- 3 sessioni di ginnastica routine ( capriole, verticale, rotoli) per stimolare l'equilibrio

bicicletta- 2 sessioni al giorno per raggiungere l'autonomia in equilibrio

Ora Federico va in bicicletta senza rotelle, ha raggiunto l'autonomia anche degli sfinteri giorno/notte, sta in equilibrio sui pattini a rotelle e va sull'asse dell'equilibrio senza appoggio. Il linguaggio è migliorato ma rimane l'area sulla quale c'è ancora molto da lavorare.