



mgr Jolanta Kobus-Kidyba TERAPEUTA RĘKI
Przedszkole nr 215, E. Szwanekowskiego 3, Warszawa Bemowo

Terapia ręki część 5

Ćwiczenia precyzyjne





mgr Jolanta Kobus-Kidyba TERAPEUTA RĘKI
Przedszkole nr 215, E. Szwanekowskiego 3, Warszawa Bemowo

Ta część ćwiczeń z terapii ręki opiera się głównie na chwycie, stąd największy nacisk kładziony jest na poprawne wykonanie chwytu i dostosowanie go do rodzaju i wielkości przedmiotu. Proponowane ćwiczenia angażują pracą paluszków. Podczas tej fazy zadań terapeuta ocenia jakość chwytu, obserwuje też które palce biorą w nich udział i na ile jest on precyzyjny.

Myśląc o pracy dłoni w fazie precyzyjnej zauważono że każda z części ręki dziecka pełni inną funkcję. Ramię i przedramię pełni funkcje tzw. „dźwigu”, ich zadaniem jest podniesienie, przesunięcie przedmiotu, a sama dłoń jest narzędziem chwytym, to ona precyzyjnie bierze zabawkę do ręki.

Wyróżniamy kilka rodzajów chwytu, dzielimy je według zaangażowania danych palców w uchwyt przedmiotu. Chwyt może być precyzyjny, gdy opuszki kciuka, palca wskazującego i środkowego delikatnie biorą niewielki przedmiot oraz chwyt siłowy kiedy to kciuk przeciwstawia się pozostałym palcom, wykorzystujemy wtedy siłę i nacisk kciuka na zabawkę.

Rodzaje chwytu z uwzględnieniem kolejnych palców biorących w nim udział:

- a) dwupunktowy- kciuk, drugi palec
- b) trójpunktowy- kciuk, drugi i trzeci palec
- c) hakowy- zgięcie palców od pierwszego do czwartego,
- d) cylindryczny- palce od drugiego do czwartego i kciuk,
- e) koncentryczny- pozwala utrzymać przedmioty okrągłe
- f) boczny- kciuk i strona wewnętrzna palca np. podczas trzymania kart

Do tej serii ćwiczeń zalicza się również doskonalenie umiejętności związanych z chwytaniem narzędzia pisarskiego jest to szeroki temat na którym chciałabym skupić się dokładniej w kolejnym materiale.



mgr Jolanta Kobus-Kidyba TERAPEUTA RĘKI
Przedszkole nr 215, E. Szwanekowskiego 3, Warszawa Bemowo

Cele ćwiczeń terapii ręki seria precyzyjna:

1. Opozycja kciuka- praca nad przeciwnym ustawieniem kciuka w stosunku do pozostałych palców.
2. Umiejętność ruszania każdym palcem niezależnie.
3. Płynne zgięcie i wyprost w stawach palczkowych:

Ad.1- opozycja kciuka

A. Zabawy pacynkami



B. Nakładanie gumek recepturek na palce i zabaw nimi



C. Nabieranie łyżką ryżu kaszy i przenoszenie jej np. do miseczki



D. Zabawy zszywaczem



E. Zabawa kastanietami

Ad.2- niezależny ruch palców

A. Naśladowanie pisania na klawiaturze



B. Malowanie palcami



C. Paluszkowy futbol- zakładamy plastikowe buty na palce, dajemy dziecku małą piłkę i gramy mecz



D. Wycinanie nożyczkami



E. Spacer paluszkami po labiryncie czy drabinie narysowanej na kartce

Ad 3.- zgięcie i wyprost palców

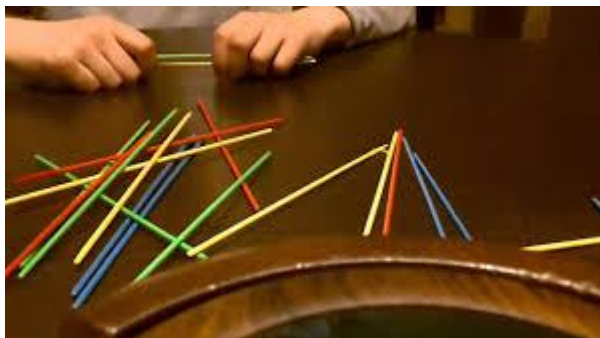
A. Zabawa kapslami



B. Wrzucanie do butelki drobnych przedmiotów



C. Zabawa w bierki



D. Zabawa folią bąbelkową- zgniatanie, wciskanie,



E. Rysowanie kredkami typu kamyczki



Jak zawsze życzę miłej zabawy ☺