



Terapia ręki

Wstępne ćwiczenia przygotowujące rękę do chwytu narzędzia pisarskiego

Szanowni Państwo,

Myśląc o temacie ćwiczeń rozwijających chwyt narzędzia pisarskiego muszę przyznać że nie przekażę Państwu konkretnych zadań przygotowujących do trzymania ołówka. Zaproponuję raczej ćwiczenia które mają przygotować palce, nadgarstek i dłoń do trzymania kredki i ołówka. Dlatego przedstawione tu ćwiczenia będą rozwijały motorykę małą i precyzję pracy dłoni.





Ćwiczenie 1

Metoda malowania dziesięcioma palcami

Metoda ta stosowana była w terapii już na początku XX wieku, zakłada że każde z Dzieci ma w sobie chęć do ekspresji plastycznej. Angażuje 10 palców do aktywności artystycznej, zachęca do relaksu, pozwala przezwyciężyć niechęć do malowania.

W trakcie jej stosowania przygotowujemy dla Dzieci miseczki z podstawowymi kolorami farb (niebieskiego, czerwonego, brązowego, zielonego i żółtego, które można uzupełnić białym i fioletowym) oraz miseczki z czystą wodą. Farby mają mieć konsystencję gęstego budyniu i być nietoksyczne gdyż będą nakładane bezpośrednio na skórę.

Po rozłożeniu nas stole na wysokości rąk dziecka lub na sztaludze dużej płachty papieru (pakownego, szarego, posklejanych kartek A4) zachęcamy dziecko do malowania.

Przedstawiamy dziecku zabawę w malarza który zapomniał, a może nawet zgubił swój pędzelek, a bardzo chce stworzyć nowy obraz. Ma jednak do swojej dyspozycji dłonie a na nich 10 palców z których może korzystać aby namalować nowe dzieło.

Podczas dziecięcego malowania obserwujemy aktywność, przyglądamy się którym palców używa, jakie kolory są najczęściej wybierane, czy obraz powstaje szybko czy dziecko długo zastanawia się nad nim.

Metoda ta jest skuteczna w terapii ręki ze względu na prezentowaną podczas malowania dziecka separację palców. Każdy z paluszków pracuje oddzielnie, a to ułatwia w przyszłości chwycenie ołówka konkretnym palcem.





Ćwiczenie 2

Szukanie i segregowanie drobnych skarbów

Do tej zabawy proszę przygotować zestaw drobnych przedmiotów: koralików fasolek, kamyków oraz kilka butelek lub małych misek.

Do miski wrzucamy wszystkie drobne przedmioty mieszając je. Przed dzieckiem rozstawiamy taką ilość plastikowych butelek aby do każdej trafił jeden rodzaj przedmiotu.

Dziecko chwytając kamyczki i fasolki opuszkami palców uczy się czucia tych elementów, łączenia w zabawie palca wskazującego z środkowym a więc znów przygotowuje się do chwycenia kredki z późniejszym dołączeniem palca trzeciego.





Ćwiczenie 3

Plastelinowy obrazek.

Po przygotowaniu kolorowej plasteliny i tektury która będzie podstawą naszego obrazka zachęcamy dziecko do oderwania kilku niewielkich kawałków plasteliny. Z nich dziecko ma utworzyć kuleczki którymi wyklei swój obrazek. Aby plastelina dobrze trzymała się na tekturze należy ją mocno docisnąć i w zależności od chęci albo pozostawić kuleczki albo porozcierać plastelinę aby przykleiła się do tektury cienką warstwą.

W innej wersji tej zabawy przygotowujemy kontur jakiejś postaci do obklejenia plasteliną.

W tym ćwiczeniu doskonalimy wiele ruchów dłoni. Ćwiczenie uczy nie tylko odrywania kawałków, lepienia kulek, docisku, rozcierania i kreatywności w tworzeniu swojej pracy plastycznej.



Życzę miłych chwil w zabawie☺

Jolant Kobus-Kidyba