

Terapia ręki przez zabawę.

Zabawa ze spinaczami.

Spinacze to świetne narzędzie do wzmacniania pracy mięśni nadgarstka. Dziecko naciskając na obie części spinacza, aktywuje mięśnie dłoni. Jest to również doskonałe ćwiczenie chwytu pęsetkowego.

Przypinanie spinaczy do ubrania dziecka.

Bardzo prosta zabawa, nie wymagająca wielkiego przygotowania. Wystarczy mieć kilka kolorowych spinaczy, które przypinamy dziecku do ubrania, a ono ma za zadanie je zdjąć. Jednakże chciałabym zaznaczyć, iż szczególnie warto spinacze umieścić na ramionach dziecka, gdyż dzięki temu, będzie ono musiało użyć drugiej ręki, a co za tym idzie, w ten oto prosty sposób przekroczy linię środka swojego ciała. Ćwiczenia linii środka, mają za zadanie stymulować do nawiązywania nowych połączeń nerwowych między obiema półkulami mózgowymi.

Im dziecko jest starsze tym bardziej można tę zabawę modyfikować. Możemy poprosić dziecko by samo przypinało do ubrania spinacze, wtedy ćwiczy siłę mięśni nadgarstka i chwyt pęsetkowy. Mając kolorowe spinacze, poprośmy je o przypięcie lub zdjęcie konkretnego koloru, możemy zachęcać do zdjęcia z lewej ręki a przypięcie do prawej ręki, itp. (w ten sposób uczymy schematu własnego ciała). Pamiętajmy, żeby zawsze dostosować instrukcję do umiejętności dziecka.

Życzę miłej zabawy M.D