



TERAPIA RĘKI *od ręki*

CZYLI JAK W WARUNKACH DOMOWYCH WSPOMÓC ROZWÓJ
DZIECKA



Terapia ręki, to coraz powszechniej używane pojęcie, które odnosi się do wspierania dziecka w rozwoju, głównie w zakresie usprawniania motoryki małej -zdolności manualnych oraz poprawy ruchów precyzyjnych dłoni.

Na mapie Polski w szybkim tempie przybywa miejsc, które oferują specjalistyczne zajęcia z tego zakresu.

Terapia ręki, to nie tylko ćwiczenia grafomotoryczne. To kompleksowy program całego ciała, którego ręka jest częścią, a tylko we współpracy z nim będzie prawidłowo spełniać swoje funkcje.

Na specjalistycznych zajęciach z zakresu terapii ręki, terapeuta pracuje m. in. nad wzmocnieniem siły mięśniowej kończyn górnych, ruchomością ich stawów oraz łopatek, normalizacją napięcia mięśniowego, stymuluje czucie głębokie i powierzchniowe, doskonali chwyt oraz kontrolę wzrokowo-ruchową, czy też koordynację pracy oburącz.

Musi zatem posiadać wiedzę z zakresu anatomii i fizjologii kończyny górnej, psychologii rozwojowej, pedagogiki specjalnej oraz integracji sensorycznej.



Wielu rodziców nie zdaje sobie sprawy z tego, że mnóstwo czynności wykonywanych w domu, może wspomóc terapię i ćwiczenia.



Ale chwila...od początku.

Dla kogo takie zajęcia?

Kiedy są potrzebne?



Już odpowiadam 😊

To specjalista decyduje o konieczności zastosowania kompleksowej terapii, ale to Ty Rodzicu możesz zauważyć objawy, które mogą sygnalizować jakieś trudności w tym obszarze.

Nawet jeśli dziecko prawidłowo trzyma kredkę, to nie oznacza, że nie potrzebuje wsparcia w zakresie terapii ręki.

Pomocna będzie konsultacja ze specjalistą, jeśli m.in. :

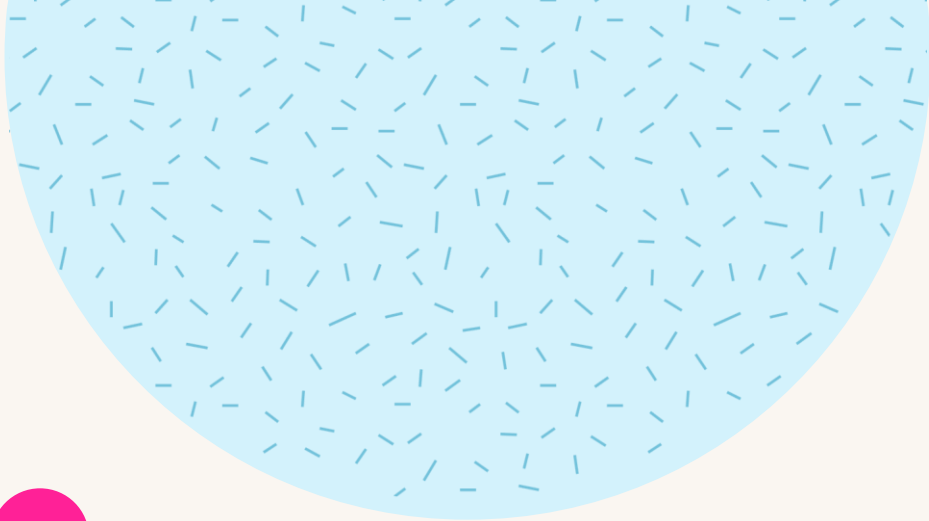
- zauważasz opóźnienie w wykonywaniu czynności samoobsługowych (np. ma trudność z zakładaniem skarpet, kurтки, zapinaniem guzików),
- dziecko niechętnie rysuje, pisze, a także szybko się męczy podczas tych czynności,
- w trakcie siedzenia przy stole dziecko przyjmuje nieprawidłową postawę (np. podiera głowę ręką, „zjeżdża” z krzesła),
- w czasie zabaw ruchowych zauważasz nieskoordynowaną pracę rąk (np. trudność w łapaniu i rzucaniu piłką),
- cokolwiek innego budzi twoje obawy.





Ale pamiętaj, że i Ty zawsze możesz wspomóc
rozwoj swojego dziecka w warunkach domowych





Najważniejsze to, wybierać aktywności, które będą dla dziecka atrakcyjne i zachęcą go uczestniczenia w propozycjach rodzica.

Ogranicza Was jedynie wyobraźnia.

Na kolejnych slajdach propozycje zabaw, które być może zainspirują was do wymyślania kolejnych aktywności.

CZUCIE GŁĘBOKIE I RÓWNOWAGA 😊

-siłowanki (czy z kolegą, czy z siostrą, czy z tatą)



-czworakowanie (może przez slalom z poduszek w największym pokoju?)



-taczka
(czy uda się dobrać do kanapy?)



ZABAWY ROZMACHOWE 😊

-malowanie
wałkiem/pędzlem ściany,
na SUCHO



-taniec z chustą/apaszką do
ulubionych piosenek



-”aniotki” na dywanie



ZABAWY MANUALNE 😊

-zamiatanie



-pomoc w kuchni



-malowanie na dużych
powierzchniach farbami z tubki

ZABAWY PRECYZYJNE 😊

-segregacja nasion



-rozwieszanie mniejszych elementów garderoby i przypinanie klamerkami



-nakładanie gumek recepturek na tekturową rolkę



Propozycji jest całe mnóstwo:

turlanie piłki, rysowanie nogami po ścianie,
nożyce, przeciąganie liny, pływanie na stojąco,
naśladowanie zwierząt, hula-hop na rękach,
zrywanie czegoś, co jest przyklejone,
odkurzanie, tory przeszkód, masy plastyczne,
nawijanie włóczki, rzucanie do celu,
przelewanie z kubka do kubka, wycieranie
powierzchni gąbką i jej wyciskanie, układanie
puzzli, rysowanie w mące, origami, stempelki z
ziemniaka, wycinanie nożyczkami, składanie
ubrań, wałkowanie, malowanki świecą, zabawy
paluszkowe i wiele, wiele innych 😊



Dziękuję za uwagę 😊



Bibliografia:

1. Bartkiewicz W., Giczewska A., Terapia ręki w praktyce, Acentrum Szkolenia S.C., Warszawa 2020
2. Piotrowska-Madej K., Zychowicz A., Smart Hand Model. Diagnoza i terapia ręki u dzieci, Harmonia, Gdańsk 2021

Zasoby internetowe:

1. <https://mojebambino.pl/blog/index.php/2020/06/22/terapia-motoryki-reki-w-domu/>
2. <https://www.mamazone.pl/dziecko-1-3-lata/dziecko-przy-swiatecznym-stole/>
3. <https://pracowniamove.pl/kacik-rodzica/terapia-reki/>
4. <http://blwmama.pl/terapia-reki-w-domu/>
5. <https://pedagogika-specjalna.edu.pl/terapia-pedagogiczna/cwiczenia-motoryki-malej-w-warunkach-domowych/>
6. <https://mojaedukacjadomowa.pl/terapia-reki-w-domu-jak-pomoc-dziecku-usprawnic-mala-i-duza-motoryke/>

Zdjęcia użyte w prezentacji pobrane zostały ze stron:

1. <https://www.pracowniaetapy.pl/oferta/dla-dzieci/integracja-si-2/terapia-reki>
2. <https://spwlo dzienin.pl/nasza-szkola/swietlica-szkolna/n.zabawy-motoryczne>
3. https://www.doz.pl/czytelnia/a15569-Terapia_reki_na_czym_polega_Cele_przebieg_i_efekty_terapii_reki_u_dziecka
4. https://pl.123rf.com/cliparty-wektory/asian_wondering.html?prf=1
5. <https://adwokat-sobolewski.pl/reprezentacja-dziecka-i-ubezwasnowolnionego/>
6. <https://okandaluzja.pl/?p=4501>
7. <https://integracja-sensoryczna-warszawa.com.pl/terapia-reki/>
8. <https://portal.abczdrowie.pl/jak-byc-szczesliwym>
9. <https://zdrowie.wprost.pl/psychologia/10429343/wyobraznia-jak-ja-rozwijac-co-daje-wyobraznia.html>
10. <https://mamotoja.pl/male-dziecko/wychowanie/wyobraznia-7-sposobow-na-rozwijanie-wyobrazni-dziecka-2740-r1/>
11. <https://mojprzedszkolak.pl/artikul/wplyw-silowanek-na-funkcjonowanie-i-zachowanie-dzieci>
12. <https://przedszkole.trzebinia.com/przedszkole-1/przedszkole-w-ruchu-1.html>
13. <https://przedszkole3siemiaticze.edupage.org/blog/?eqa=YmlkPWJsb2cxNCZ3aWQ9YmVxZzE0X0Js2dfMSZhaWRFYmVxZzE0X0Js2dfMT01OA%3D%3D>
14. <https://dom.wp.pl/malowanie-scian-to-nic-trudnego-rady-dla-domowych-malarzy-6098120223027841a>
15. <https://eduzabawy.com/dekoracje-do-druku/dzieci-robiace-aniolki-w-sniegu/>
16. <https://www.empik.com/pasje/co-zrobic-by-dziecko-polubilo-sprzatanie,111920,a>
17. <https://pl.dreamstime.com/dziecko-ugniata-ciasto-w-m%C4%85ce-ch%C5%82opiec-bawi%C4%87-si%C4%99-szefa-kuchni-kulinarny-produkt-narz%C4%85dzania-dla-piec-%C5%9Bmieszny-%C5%9Bmia-kuchni%C4%99-image148457578>
18. <https://www.jaskoweklimaty.pl/techniki-plastyczne-dla-przedszkolaka-jak-rozwijac-kreatywnosc-wyobraznie-tworzosc/>
19. <https://mamotoja.pl/aktualnosci/suszenie-prania-zima-w-domu-moze-byc-grozne-dla-zdrowia-24012-r1/>
20. <https://uczmyyibawimy.pl/2017/02/motoryka-maa-cwiczenia-z-zakresu.html>
21. <http://www.przedszkole28.pl/archiwum-2016-2017/marsjanie-201617/wydarzenia-marsjanie-archiwum-2016-2017/projekt-roslina-segregacja-nasion/>
22. <https://leczna.przedszkolecasper.eu/program-terapia-reki/>
23. <http://poradniadzaldowo.pl/index.php/aktualnosci/33-terapia-reki>
24. <https://www.facebook.com/profile.php?id=100043657076295>