

## MOJE RĄCZKI ROBIĄ TAK!

Zdaniem naukowców, bez dłoni nasz genialny mózg mógłby zatrzymać się na poziomie małpich przodków. Tylko człowiek potrafi wykonywać przy pomocy dłoni tak różne czynności. Dlaczego dłoń jest taka ważna? Wielu rodziców dopiero w „0” zauważa, że coś jest nie tak i sadza dzieci przy stoliku i każe pisać, rysować, łączyć linie, kropki itd. Zajęcia stolikowe są tylko niewielką częścią i końcowym etapem rozwoju i terapii ręki. Aby siedzieć przy stoliku, dziecko powinno nabyć już wiele umiejętności z zakresu **motoryki dużej, czynności samoobsługowych** wraz z którymi poprawia się sprawność **motoryki małej**. Ostatnim etapem jest opanowanie **chwytu pisarskiego oraz umiejętności grafomotoryczne**.

### **MOTORYKA DUŻA → MOTORYKA MAŁA → GRAFOMOTORYKA.**

Aby dziecko mogło opanować techniki pisarskie, musi przede wszystkim mieć dobrą stabilizację tułowia, obręczy biodrowej oraz szyi, co umożliwia przyjęcie prawidłowej postawy przy biurku. **Jak obręcz barkowa może wpływać na pisanie?** Przedstawię to na podstawie czynności samoobsługowej, jaką jest zakładanie buta w pozycji siedzącej:

1. Niezbędna jest umiejętność przeniesienia ciężaru ciała na jeden pośladek, potem na drugi.
2. Dziecko musi przy tym utrzymać równowagę
3. Zaangażować obie ręce planując **duży ruch** (wyciągnąć dłonie do stopy)
4. Potem **mały ruch** (włożenie buta)
5. A jednocześnie kontrolować to **wzrokiem** (ręka robi to, na co patrzą oczy)

**Samoobsługa w ubieraniu i jedzeniu jest najważniejsza!** Jeśli te czynności sprawiają dziecku trudność to nie możemy przechodzić do kolejnego etapu, jakim jest rysowanie czy pisanie. Jakże często rodzice zgłaszają nauczycielkom w przedszkolu, że ich dziecko nie lubi rysować a sami wyręczają malucha w wielu czynnościach samoobsługowych, ( „ bo szkoda czasu”, „ bo przynajmniej zje”. Rolą nauczyciela jest uświadomienie rodziców, **dlaczego** samoobsługa jest taka ważna.

**!Te same mięśnie, które biorą udział podczas ubierania, będą wykorzystywane podczas pisania!**

Chwytnie guzika, zamka czy rzepa przygotowuje palce do trzymania ołówka. Powtarzanie tych ruchów codziennie przez kilka lat, przed rozpoczęciem nauki pisania, wzmacnia mięśnie rąk, dłoni, i palców.

Wykonując czynności samoobsługowe dziecko uczy się, w jaki sposób wykonać poszczególny ruch, jak zaplanować ruch. To jest planowanie ruchowe tzw. **Praksja**. Poznaje też kierunek działań: w dół, w górę(zamek w kurtce) w lewo, w prawo, dookoła ( szalik), sznurówki) do środka ( kciuk do skarpetki) na zewnątrz ( inne palce na zewnątrz skarpetki). Te pojęcia przydają się później, podczas pisania liter i cyfr.

**Co wpływa na pisanie:**

1. Postawa ciała
2. Równowaga
3. Motoryka duża
4. Samoobsługa
5. Koordynacja ręka-oko
6. Dominacja ręki, oka
7. Sekwencje
8. Funkcje wzrokowe
9. Funkcje słuchowe
10. Motoryka mała ( siła, chwyt, dotyk)
11. Współpraca półkul mózgowych

Praca dłoni zależy od pracy całej kończyny górnej, od jej siły i zakresu ruchu. Ta z kolei zależy od całej obręczy barkowej, na którą wpływają silne mięśnie tułowia i brzucha. Tak więc zabawy przy stoliku to ostatni etap wspierania umiejętności grafomotorycznych. Wspieramy cały, ogólny rozwój dziecka, a nie tylko dłoni.

**Materiał zebrała i opracowała: Aneta Micewicz**

Kwartalnik Polskiego Stowarzyszenia terapeutów Integracji Sensorycznej rok 16. Nr 3 –wrzesień 2016