

Terapia ręki



WCZESNE WSPOMAGANIE ROZWOJU

**Powiatowa Poradnia Psychologiczno - Pedagogiczna
z siedzibą w Walimiu**

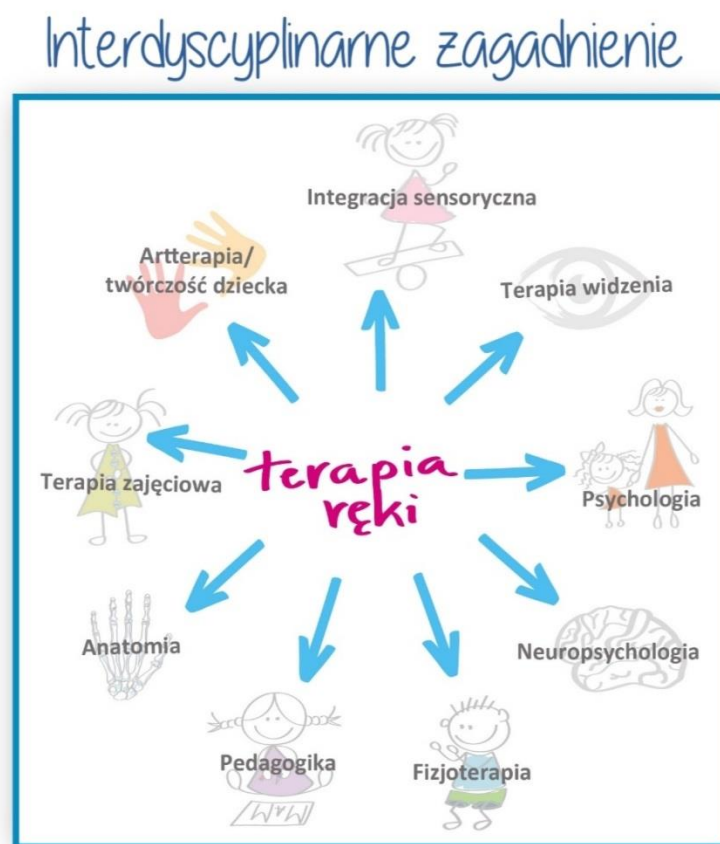
CZYM JEST TERAPIA REKI?

To terapia której celem jest uruchomienie oraz usprawnienie całej kończyny górnej. Stosowana jest u dzieci, które potrzebują usprawniania motoryki małej. Za pomocą rąk codziennie wykonujemy wiele wyspecjalizowanych zadań: m.in. takie jak czynności samoobsługowe, które wymagają ruchów precyzyjnych. Ręce pozwalają nam również wyrazić nasze emocje, ale co najważniejsze umożliwiają nam samodzielne funkcjonowanie.

Zdarza się jednak, że rozwój sprawności rąk przebiega w sposób nieprawidłowy (np. niezdolność kontrolowania ruchów rąk, trudności grafomotoryczne, nieprawidłowy chwyt). Należy pamiętać o tym, że nasz organizm jest złożony i często bywa tak, że nieprawidłowy chwyt jest tylko objawem, a przyczyna jest zlokalizowana zupełnie gdzie indziej w ciele np. :

- niewłaściwa stabilizacja centralna,
- nieprawidłowa integracja bodźców sensorycznych,
- niezintegrowane odruchy dynamiczne i posturalne,
- zaburzenia somatognozji bądź orientacji przestrzennej.

Terapia ręki jest zagadnieniem interdyscyplinarnym - poprzez szczegółowe przeanalizowanie sytuacji dziecka, jego trudności oraz znalezieniu przyczyn obniżonej motoryki małej – możliwe jest dobranie indywidualnego programu ćwiczeń do jego potrzeb.



Źródło: www.orticus.com

WSKAZANIA DO TERAPII:

- zaburzenia napięcia w obrębie kończyny górnej (wzmoczone lub obniżone napięcie) trudności z wykonywaniem codziennych czynności, takich jak używanie sztućców, picie z kubka, zapinanie guzików, wiązanie obuwia itp.
- problemy w zabawach manualnych (układanie małych przedmiotów, lepienie plasteliny),

- problemy grafomotoryczne (pisanie, rysowanie, malowanie),
- zaburzenia kontroli wzrokowo-ruchowej,
- problem z koordynacją ruchową.

W naszej poradni fizjoterapeuta zbierając informacje z wywiadu, dokonując obserwacji, przeprowadzając badanie motoryki małej i dużej oraz na podstawie oceny procesów integracji sensorycznej i poziomu integracji odruchów (posturalnych i dynamicznych) jest w stanie określić indywidualne potrzeby dziecka oraz ustalić przyczyny obniżonej sprawności rąk. Dokładna ich analiza daje możliwość postawienia celów w terapii ukierunkowanej na poprawę funkcjonowania motoryki małej.



W terapii wykorzystujemy ćwiczenia koordynacji wzrokowo-ruchowej oraz korekcję nieprawidłowego chwytu

Pamiętajmy, że w zależności od dobrze postawionej diagnozy dobiera się odpowiedni plan w **TERAPII RĘKI** – w której nie tylko wykorzystujemy ćwiczenia dłoni i palców, ale przede wszystkim ćwiczenia całego ciała, obejmujące:

- stymulację proprioceptywno-dotykową,
- usprawnianie somatognozji oraz orientacji przestrzennej,
- stymulacje dużych ruchów,

- poprawę stabilizacji centralnej,



Dzieci wykonują ćwiczenia przy pomocy piłek, bosu, dysków sensomotorycznych, równoważni m. in. w celu poprawy stabilizacji centralnej

- integrację odruchów dynamicznych i posturalnych,
- integrację sensoryczną, w tym odwrażliwianie dłoni,



Na zajęciach wykorzystujemy ćwiczenia integracji sensorycznej, m. in.: zabawy piaskiem kinetycznym, zabawy z różnymi fakturami

- ćwiczenia w obrębie stawów kończyn górnych: obręczy barkowej, stawu ramiennego, stawu łokciowego oraz ćwiczenia rozwijające sprawność nadgarstka oraz dłoni i palców,
- ćwiczenia wzmacniające obręcz barkową,
- rozwijanie zdolności do izolowania ruchów barków, łokci, nadgarstków (praca nad zakresem ruchomości w stawie),
- rozwijanie koordynacji wzrokowo-ruchowej,
- naukę prawidłowej postawy,
- poprawę reakcji równoważnych,
- naukę przenoszenia ciężaru ciała,
- usprawnianie koordynacji obustronnej ciała z przekraczaniem linii środka,
- rozwijanie czynności samoobsługowych (ubieranie się, rozbieranie, zapinanie guzików etc.)
- korekcję nieprawidłowego chwytu.



Dzieci wykonują ćwiczenia w obrębie obręczy barkowej, stawu ramiennego, stawu łokciowego oraz ćwiczenia rozwijające sprawność nadgarstka, dłoni i palców.



W zależności od potrzeb w usprawnianiu motoryki małej wykorzystujemy ćwiczenia proprioceptywno-dotykowe

BIBLIOGRAFIA:

1. *Bartkiewicz W., Giczewska A.: „Terapia ręki”, wyd. Acentrum Szkolenia S.C., Warszawa 2014.*
2. *Kranowitz C.: „Nie-zgrane dziecko. Zaburzenia przetwarzania sensorycznego – diagnoza i postępowanie”, wyd. Harmonia, Gdańsk 2011.*
3. *Maas F.V.: „Uczenie się przez zmysły”, wyd. WSiP, Warszawa 1998.*
4. *Piotrowska-Madej K., Żychowicz A.: „Smart Hand Model – diagnoza i terapia ręki u dzieci”, wyd. Harmonia, Gdańsk 2019.*
5. www.orticus.com (fotografia).