

TIL UMHUGSUNAR

Aðferðir til að auðvelda rétt grip:

- Nota breið þríhyrningslaga skriffæri og liti.
- Nota skrúfblýanta með þykku, stömu gripi.
- Nota hjálpargrip framan á skriffæri. Til eru ýmsar gerðir hjálpargripa t.d. þríhyrningslaga, kúlugrip eða formað eftir fingrum.
- Setja teygju/kennaratyggið/leir á skriffæri til að þykkja grip og ákveða staðsetningu fingra.
- Halda utan um litla kúlu, strokleður (svamp) með baugfingri og litlafingri til að fá rétta stöðu á hendi við beitingu skriffæris.

Aðferðir til að auka færni við skrift:

- Dekkja línur eða bæta við hjálparlínunum á línustrikuðum blöðum.
- Forma stafi í leir, pípuhreinsara, vaxræmur eða annað.
- Skrifa á lóðréttan flöt t.d. töflu eða stórt blað á vegg.
- Nýta skáhallu á borðplötu eða lausan skáhallu t.d. má nota tóma stóra A4 lausblaðamöppu.
- Gera bandstrik eða leggja fingur á milli orða. Ágæt æfing felst í því að stroka strikin síðan út

Klippiverkefni:

- Sem upphitun fyrir klippiverkefni er gott að klippa í leir eða klippa út pappírduka.
- Auðveldara er að klippa þykkari pappír og til að auka þykkt má líma tvö blöð saman.
- Erfiðara er að klippa bogadregnar línur en beinar.
- Gott er að gera línu sem á að klippa dekkri og breiðari.

IÐJUÞJÁLFUN

Í iðjuþjálfun er unnið með dagleg viðfangsefni barna sem tengjast eigin umsjá, leik, námi og tómstundaiðju. Tekið er á þeim atriðum sem hindra þátttöku barnsins í daglegri iðju. Jafnframt er lögð áhersla á að styrkja undirliggjandi eiginleika svo sem skynjun, hreyfingar og handbeitingu. Barninu er ýmist leiðbeint við tiltekin verk eða því veitt fjölbreytt örvun í leik og við fínhyrfivinnu. Auk þjálfunar er veitt ráðgjöf til foreldra og í skóla. Hugað er að vinnuaðstöðu barnsins, aðlögun umhverfis og þörf á hjálpartækjum.

Um Æfingastöðina

Styrktarfélag lamaðra og fatlaðra rekur Æfingastöðina. Æfingastöðin annast umfangsmestu sjúkra- og iðjuþjálfun barna hér á landi. Hlutverk hennar er að efla börn og ungmenni með skerta færni og stuðla að virkri þátttöku þeirra í samfélaginu.



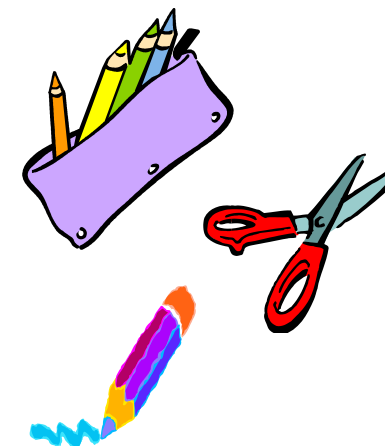
æfinga **Stöðin**

- eflum börn til þátttöku!

Iðjuþjálfun

Skriffæri og skæri

GRIP OG BEITING



ÞRÓUN GRIPS



1-1½ árs. Þverhandargrip

Lit er haldið í lófa. Hreyfing kemur frá öxl og handleggur hreyfist sem ein heild.

Barnið teiknar punkta og krot.

1½-3 ára. Útsnúið þvergrip

Barnið heldur með öllum fingrum um skriffærið. Hreyfing kemur frá olnboga og framhandleggur hreyfist sem ein heild.

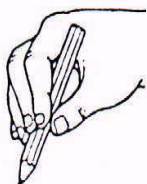
Barnið æfir sig í að teikna hringferla, lárétt og lóðrétt strik.



3 ½-4 ára. Stirt fjögurra fingra grip

Barnið heldur skriffæri í greip og gripnið er ónákvæmt. Hreyfing kemur frá úlnlið og höndin hreyfist sem ein heild.

Barnið teiknar vísi af hringjum og höfuðfætlur fara að sjást.



4 ½-6 ára. Lipurt þriggja fingra grip

Barnið heldur skriffæri milli þumals og vísifingurs, langatöng styður undir.

Gripnið er nálægt oddi og hreyfing er að mestu í fingrum. Barnið teiknar kross og hringform eftir fyrirmyndum.

Mannsmýnd þróast.



Þýtt og staðfært úr Developmental Hand Dysfunction (Erhardt, 1994)

GRIP OG BEITING SKRIFFÆRA

Tilgangurinn með því að leiðbeina um rétt grip er að ýta undir góða beitingu skriffæris og festa góðan vana í sessi. Með lipru gripi eykst leikni í að leysa þrautir sem krefjast fínlegru og nákvæmari hreyfinga. Rétt beiting gerir vinnuna auðveldari og úthald barnsins eykst. Mikilvægt er að barnið sitji vel við borð með fætur í gólfi eða á öðru stöðugu undirlagi.

Grip um skriffæri

- Skriffæri er haldið milli fingurgóma þumals og vísifingurs og stutt við með hlið löngutangar.
- Baugfingur og litfingur eru beygðir og hvíla þægilega á borðinu.
- Úlnliður er sveigður lítillega aftur/frá líkama, hreyfing er í fingrum og gripnið er um 2 cm frá oddi skriffæris.
- Framhandleggur hvílir allur á borði, muna að færa blað ofar eftir því sem skrifað er neðar.



GRIP OG BEITING SKÆRA

Áður en byrjað er að klippa er mikilvægt að huga vel að setstöðu barnsins. Góð setstaða ýtir undir betri vinnubrögð og auðveldar beitingu skæra.

Skæri

Fyrir barn sem á í erfiðleikum með að klippa er æskilegast að nota skæri með misstórum augum þannig að fleiri fingur komist í neðra skæraauga. Mikilvægt er að athuga hvaða grip hentar viðkomandi við að klippa.

Athugið að velja skæri við hæfi og hafa þá í huga að:

- Bæði eru til skæri fyrir réttthenta og örvhenta.
- Stærð skæra henti barninu.
- Til eru skæri með jafnstórum- eða misstórum augum.
- Gott er að skæri séu með stömu gripi.
- Fyrir þá sem eiga erfitt með að beita hefðbundnum skærum eru einnig til fjaðurskæri. Fjöður í skærum auðveldar opnun skæranna.

Grip um skæri

- Skærum er haldið í ríkjandi hendi.
- Barnið grípur með þumalfingri um efra auga skæranna og með vísifingri, löngutöng og jafnvel baugfingri í það neðra.
- Skæri hvíla nálægt miðju fingranna.
- Til að stuðla að stöðugri beitingu skæra má láta vísifingur styðja framan við neðra skæraaugað.



Beiting skæra

- Við beitingu skæra eiga þumalfingur beggja handa að snúa upp þ.e. þumalfingur víkjandi handar heldur ofan á blað og þumalfingur ríkjandi handar í efra skæraauga.
- Axlir eiga að vera slakar og upphandleggir niður með hliðum eða olnbogar hvíli á borði.
- Skæri eiga að vera fyrir miðju líkamans en hin höndin stýrir verkefnablaði þannig að blaðið hreyfist en ekki skærin.
- Minnið á að klippa en ekki ýta skærum áfram eða rífa blaðið með þeim.