

### Dziś kilka ćwiczeń terapii ręki.

Terapia ręki jest terapią skupiającą się na obręczy barkowej i kończynach górnych. Celem terapii jest rozwijanie motoryki małej, czyli zdolności manualnych dziecka, oraz poprawa ruchów precyzyjnych. Terapia w podejściu całościowym obejmuje ruchomość łopatek i stawów kończyn górnych oraz normalizację napięcia mięśniowego. W zależności od występujących zaburzeń praca opiera się na wzmacnianiu siły mięśniowej kończyn górnych (niezbędnej do podporu), stymulacji czucia powierzchniowego lub głębokiego (dostarczenie bodźców dotykowych), doskonaleniu zdolności chwytu, doskonaleniu kontroli wzrokowo-ruchowej oraz skoordynowaniu pracy obręcz.

Pozdrawiam:

**mgr Magdalena Szewczyk-Sikora, psycholog**

#### 1. Propozycje ćwiczeń z zakresu terapii ręki:

<https://youtu.be/-JwH-3kx0C0>

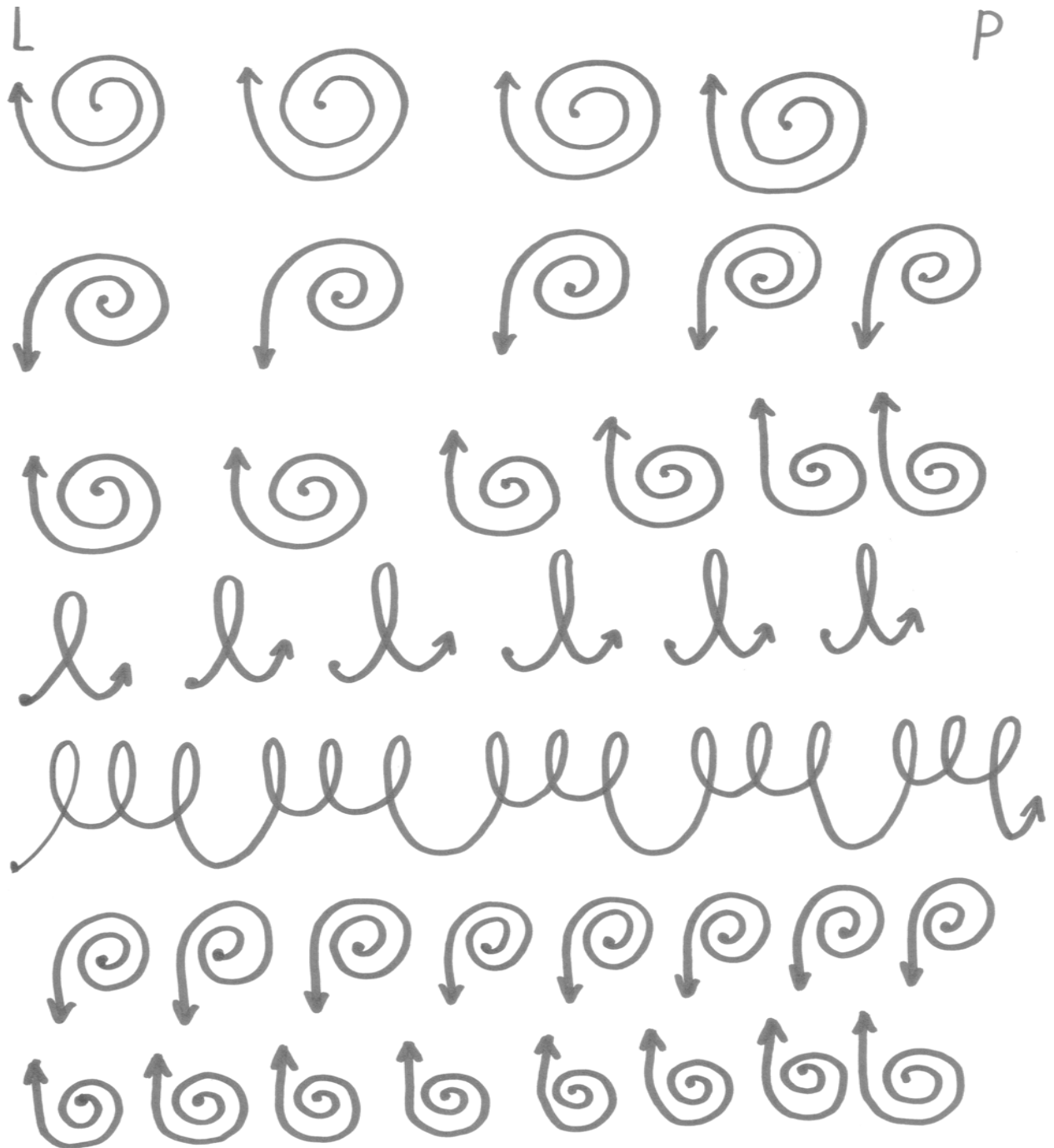
<https://youtu.be/-ak1avYncgE>

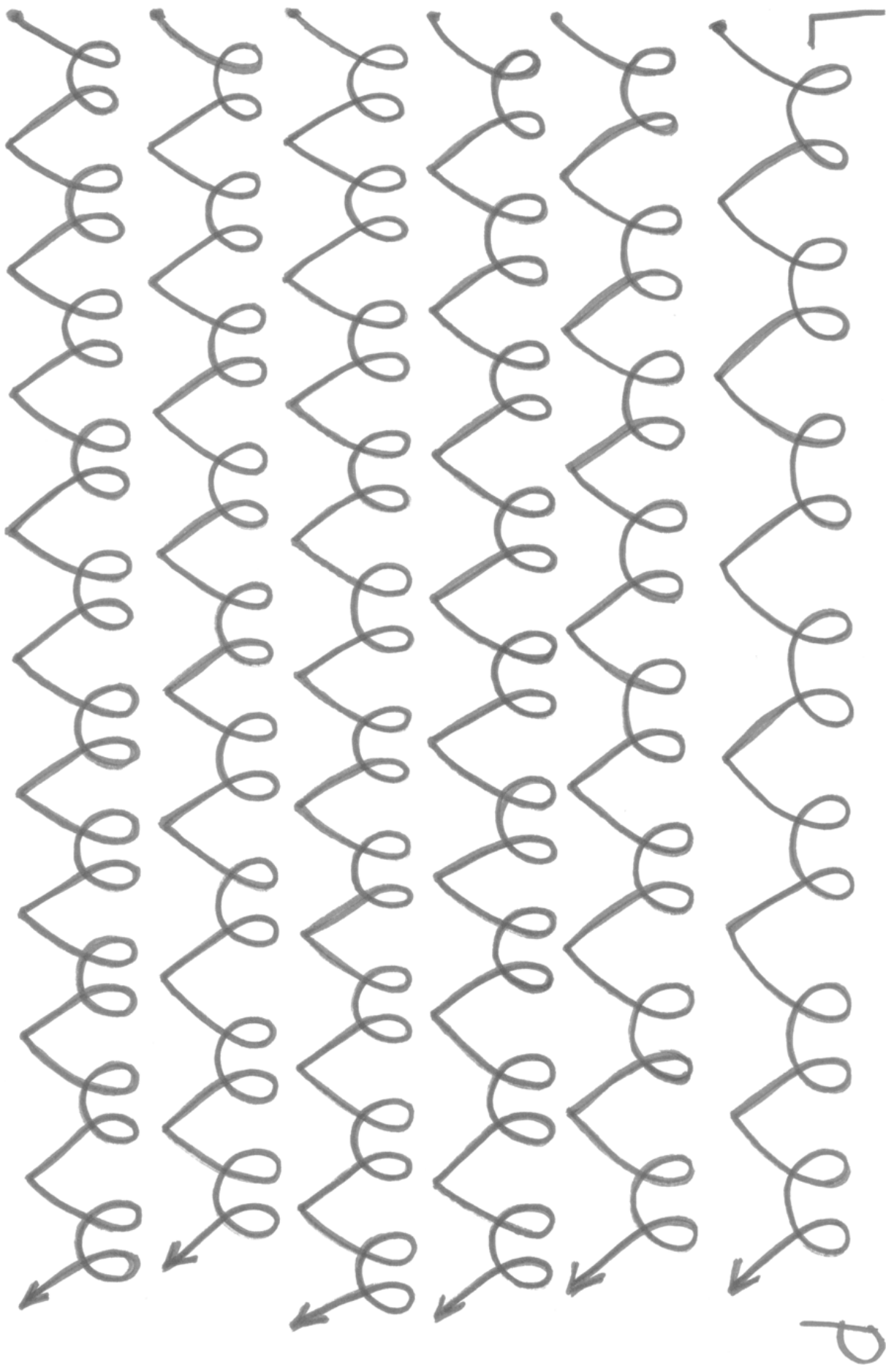
<https://youtu.be/Qx11vVXsZ1I>

<https://youtu.be/qxQ8n9OpDj0>

2. Ćwiczenia – rysowanie po śladzie:

Narysuj po śladzie, a następnie spróbuj samodzielnie na osobnej kartce.





L



P

