

ריפוי בעיסוק, פיתוח יכולות ביצוע ומשחק

במסגרת המשפחה

חוברת הדרכה בנושא:

כיצד ניתן לשפר אחיזת עיפרון?

צפים אלה נכתבו על מנת להכניס אתכם.

הורים אהבים.

לסוז הפיפוי בעיסוק

הפיפוי בעיסוק הינו מקצוע המתמקד בעיסוק האנושי ומרכיביו.
מטרתו לשפר את תפקודי היומיום של הילד בהתאם לשילוב
וסביבתו. בכדי לבנות בסיס איתן להתפתחותו.

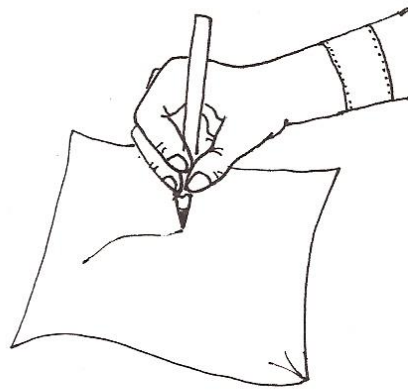
תקוותי היא שצפים אלה יאפשרו לכם להבין מעט יותר את
המקצוע ויתנו בידיכם כלים נוספים על אלה הקיימים בידיכם
לשיכול וחינוך ילדכם

נכתב על ידי גילה רפאפורט, מרפאה בעיסוק

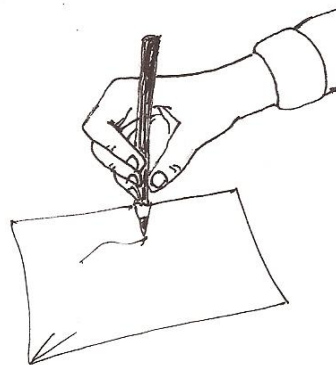
איורים: אדיט מיש

כיצד ניתן לשפר אחיזה עיפרון?

יש אפשרויות רבות לאחוז את העיפרון, האחיזה היעילה והנפוצה ביותר הינה אחיזת טריפוד – אחיזה עם שלוש אצבעות.

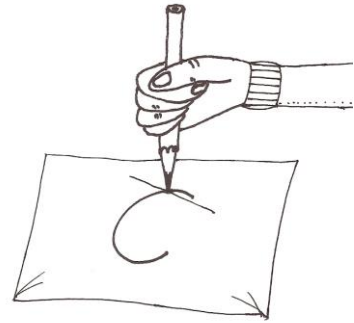


רוב הילדים רוכשים אחיזה זאת עד גיל 5.
חלק מהילדים ישתמשו באחיזת קוואדריפוד – אחיזה עם ארבע אצבעות.

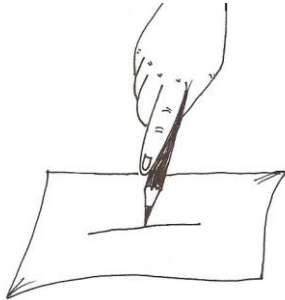


ישנן אחיזות נוספות פחות יעילות, כלומר כאלה המאפשרות פחות תנועתיות באצבעות ופחות שליטה בעיפרון:

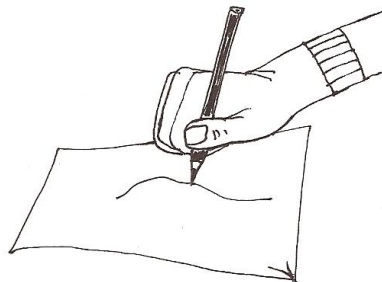
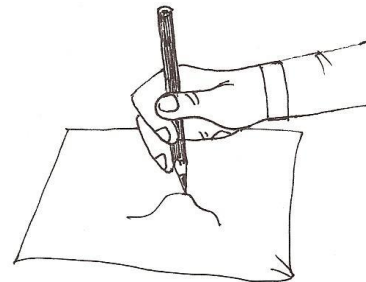
אחיזת אגרופ:



אחיזת מברשת:



אחיזות לטרליות:



חשוב לעודד אחיזת עיפרון יעילה, אך יש לעשות זאת תוך התייחסות לעקרונות הבאים:

1. לא מומלץ לשנות אחיזת עיפרון לפני גיל 4.
2. לא כל ילד יאפשר לשנות את האחיזה שלו ועליכם לכבד זאת.
3. לא תמיד נכון לשנות אחיזה, יש לבדוק עד כמה מסרבלת האחיזה את שליטתו של הילד בכלי הכתיבה. אם מאפשרת לו שליטה טובה על העיפרון אין טעם לשנות את האחיזה.
4. אל תכוונו פיזית את אצבעותיו של הילד על העיפרון, כווננו אותו לכך

מילולית או על ידי הדגמה: "תאמץ את העיפרון באופן שיהיה

אָק נאָמ: "קאמאָ אַת דעײַפּרױן כּך שטאָל אַזײק". יז לאַחוּז

את העיפרון על החלק הצבעוני (לרוב צהוב) של העיפרון. כווננו את הילד לאחיזה כשאגודל ואצבע מייצבות את העיפרון כשהן ניצבות אחת מול השנייה. ניתן להדגים, אך כאמור רצוי לא לכוון פיזית את אצבעותיו של הילד ולאפשר לו להחליט.

תהליך השינוי עשוי להמשך זמן רב, אין טעם ללחוץ, אלא שוב ושוב להציע באופן משחקי.

דוגמאות:

- ניתן לבדוק אחיזות שונות, קודם ינסו הילד וההורה את האחיזה של הילד, לאחר מכן ינסו שניהם את האחיזה של ההורה. ניתן להשתמש באמירות כמו "נראה כמה זמן תוכל לאחוז את העיפרון בצורה שהדגמתי".
- במשחק נוסף ניתן להדגיש את יציבות האצבעות (אצבע ואגודל אחת מול השנייה) על העיפרון. הילד יאחז את העיפרון בצורה יציבה, וההורה ינסה למשוך את העיפרון מידו של הילד. חשוב לכוון את הדברים כך שכשהילד אוחז נכון ההורה לא יצליח לשלוף את העיפרון מבין אצבעותיו אך כשלא אוחז נכון, העיפרון יחליק החוצה...

ניתן להעזר באחיזונים:



עיבוי – לאחיזה יציבה, מונע את החלקת האצבעות על העיפרון.



אחיזון – לאחיזה דינאמית ויציבה - מלמד את הילד למקם את אצבעותיו בצורה שתאפשר לו טווח תנועה רחב ויציבות בציור וכתיבה. חיסרון: רוב הילדים מתנגדים להשתמש באחיזון זה.

לפני שמציירים חשוב להתארגן לקראת הציור: לשבת בצורה נוחה ולמקם את האצבעות על כלי הכתיבה באופן שיאפשר יציבות. חשוב לייצב גם את הגפה ולהניח אותה על השולחן.

לאחר שהתארגנתם לקראת הציור – ניתן להתחיל לצייר, ציירו יחד עם ילדכם עיגולים קטנים (אבנים, מסלולים, בריכת כדורים ועוד). כווננו את הילד לצייר/לצבוע בשימת לב, הדגימו לו באופן מהנה כיצד אתם עושים זאת. לדוגמה, אם צובעים אריה והצביעה לא מוקפדת ניתן להגיד: "אוי לאריה חסרה פרווה (במקום שאינו צבוע), בוא נלביש אותו היטב היטב", על ידי הצביעה 'תלבישו' את האריה.

פעילויות המעודדות את יכולת התנועה בכף היד ועשויות לשפר את אחיזת העיפרון:

- משחק בטפטפת.
- משחק בפלסטלינה/בצק – גלגול כדורים או נחשים קטנים בקצות האצבעות, מריחה של חומר על ציור בעזרת האצבעות.
- הסתרה של חרוז בתוך פלסטלינה/בצק.
- איסוף מטבעות/גולות עם יד אחת בלבד, כמה שהיד מכילה מבלי להפיל. לאחר מכן החזרת המטבעות/גולות אחת אחת למקום ללא עזרת היד השנייה.
- איסוף קורנפלקס עם פינצטה.
- תלייה של אטבי כביסה על חוט או דופן קופסה.