GONGE®

INSIGHTS

Kruhy Aktivity a koordinácia ruka - oko

Podľa fyzioterapeutky - Hannah Harboe

Týmto Vám predstavíme a vysvetlíme, ako môžu byť Kruhy Aktivity (GN2190) a kužele využité na precvičovanie detskej koordinácie ruka - oko.

Koordinácia ruka - oko: Pri tejto kordinácii, pracujú ruka a oko spoločne za účelom vykonania istej činnosti, alebo dosiahnutia istého cieľa.

Dieťa nie je schopné naučiť sa správne jesť ak má slabú korodináciu pohybov ruka - oko. Pri jedení, musí dieťa jedlo vidieť, natiahnuť ruku a preniesť jedlo do svojich úst.

Inými slovami, koordinácia ruka - oko je jednou z prvých funkcií, ktorá dáva deťom pocit dosiahnutia cieľa - dieťa robí niečo pre seba a tým rozvíja svoj zmysel pre nezávislosť.

Pri tréningu koordinácie ruka - oko sú aktivované tri zmysly. Okrem zraku a hmatu, sa detský proprioceptívny zmysel podieľa na pohybe jeho rúk, ramien a niekedy aj celého tela.

Proprioceptívny zmysel sa aktivuje na reguláciu sily a pohybu potrebného na stabilizáciu tela a jeho udržanie v pokoji.

Dôkladná manipulácia s malými vecami, jedenie a písanie závisia od schopnosti stabilizovať ruku a telo.

Koordinácia ruka - oko sa vyvíja od batoľaťa a počas detstva sa spresňuje a zdokonaľuje.

V detstve sa funkcie vyvíjajú pomocou hry, pri ktorej dieťa manipuluje s hračkami, objavuje ich rukami a ústami. Táto funkcia sa neskôr zdokonaľuje. Deti sa učia uchopiť predmet v rôznych smeroch, ak je hodený chytajú ho vždy inak.

Koordinácia ruka - oko má pre dieťa zásadný význam, pretože mu umožňuje používať pri jedle príbor, kresliť obrazne a písať čitateľne, čo je veľmi užitočné ako prostriedok komunikácie.

Ak má dieťa problémy s koordináciou svojich rúk a očí, čelí problémom spojených s jedným alebo viacerými so zmyslov uvedenými vyššie. Dieťa musí byť starostlivo testované a kontrolované.

winther® LEARNING BY MOVING

GONGE

© Gonge Creative Learning ApS, 2016

Príklad:

Robko má 6 rokov, dosť nato, aby začal chodiť do školy. Jeho rodičia sa o neho obávajú, nakoľko sa absolútne nezaujíma o obľúbené školské aktivity.

Má nekonečnú energiu a najviac sa zaujíma o hranie hier vonku, ktoré si vyžadujú silu a rozsiahly pohyb.

Nikdy nemal rád kreslenie a písanie. Dokáže držať príbor, ale je pre neho ťažké pekne jesť, a sedieť počas jedla na mieste. Buď lezie po stole alebo stojí.
Mojím vyšetrením som zistila, že Robko má normálne hmatovo - senzorické schopnosti. Očný lekár otestoval jeho zrak, ktorý je tiež v poriadku. Po úvodnom stretnutí som zistila, že pre Robka je ťažké udržať telo v pokoji, pokiaľ sa nehýbe tak sa utiahne. Čoskoro mi je jasné, že Robko nie je schopný vydržať dlhšie v pokoji. Dieťa, ktoré nie je schopné registrovať proprioceptívne zmyslové podnety, dáva často prednosť aktivitám, ktoré si vyžadujú silu a rozsiahly pohyb.

Vysvetľujem jeho rodičom, ako Robkova schopnosť manipulovať s malými predmetmi závisí na jeho vnímaní seba samého a svojej schopnosti udržať svoje telo v pokoji.
Začneme jeho tréning tým, že budeme cvičiť jeho stabilizáciu tela a reakciu na proprioceptívne podnety. Pri cvičení využije stohovateľné kužele, z ktorých je ľahké postaviť vežu, ale rovnako je ľahké ju aj zbúrať, čo sa deťom samozrejme veľmi páči. Spolu s Robkom postavíme vežu z piatich kužeľov. Postavenie stabilnej veže si vyžaduje trpezlivosť a presnosť, čo je rovnako súčasťou nášho tréningu.

Keď je veža hotová, Robko sa postaví 3 metre od veže. Stojí na malej veži (GN2226), aby sa predišlo jeho pádu, Robko musí na tejto vežičke stabilizovať svoju dolnú časť tela. Ak nebude jeho telo stabilné, bude pre neho ťažké hodiť krúžok Aktivity (GN2190) tak aby zvalil vežu.

Ukážem Robkovi kruh Aktivity (GN2190), požiadam ho, aby ho chytil keď poviem: „Teraz!“ Nabudím ho, aby pohyboval očami a zároveň sa natiahol za krúžkom, ktorý držím v rôznych výškach, vpravo a vľavo od jeho tela, zatiaľ čo on precvičuje udržiavanie stability tela. Jeho prvé dva hody boli neúspešné a Robko z vežičky spadol. Prvý krát spadol, keď sa natiahol za krúžkom. Druhý krát príliš hojdal rukami a stratil rovnováhu. Pri ďalších dvoch pokusoch zostal stáť na malej vežičke, ale netrafil vežu s kužeľmi. Pri svojom piatom pokuse, Robko udržal rovnováhu a stabilitu svojho tela na malej vežičke a zároveň zasiahol a zvalil vežu kužeľov, ktorá spadla. Boli sme radi, že počujeme pád a patrične sme Robkov úspech oslávili.

Dohodli sme sa, že úloha bude príliš jednoduchá ak Robko zvalí vežu kužeľov na jeden alebo dva pokusy. Robko dosiahol tento cieľ veľmi rýchlo, preto sme úlohu zťažili. Presunuli sme malú vežičku na ktorej stojí o meter ďalej od veže s kužeľmi. Keď sa Robko viac zabehne v mierení, môže byť vzdialenosť od veže s kužeľmi ešte zväčšená a krúžky, ktorými hádže môžeme nahradiť loptičkou, čo mu sťažuje úlohu trafiť a zvaliť kužele. Robko sa čoskoro naučí stabilizovať svoje telo. Jeho cieľom je byť presnejší, dosiahnuť na krúžky bez pádu a straty stability. Rodičom sme dali domov krúžok, aby mohol Robko precvičovať z nejakej podstavy alebo stoličky, chytanie a hádzanie krúžka na vzdialenosť 3 metrov,

Ak sa Robko naučí udržať telo pokojné a stabilné, postupne sa naučí aj sedieť počas jedla pri stole. Po ôsmych sedeniach je Robkov tréning u konca. Doniesol mi darček. Jeho prvú kresbu - obrázok slniečka.

© Gonge Creative Learning ApS, 2016