

Etapy rozwoju chwytu narzędzia pisarskiego

Chwyty pisarski to sposób trzymania narzędzia pisarskiego - kredki, długopisu, ołówka. Umiejętność ta nabywana jest stopniowo w trakcie rozwoju dziecka już od okresu niemowlęcego.

Chwyty pisarski to czynność nabywana w toku rozwoju nie tylko motoryki małej, ale również dużej. Chwyty zabawek, manipulowanie nimi, stymulacja sensoryczna, dotykane różnych faktur, raczkowanie, chodzenie, jeżdżenie na rowerze są to niezbędne czynności do prawidłowego wykształcenia się umiejętności chwytania. Jeśli dziecko prawidłowo się rozwija, ma prawidłową postawę ciała, normatywne posturalne napięcie mięśniowe i stale wzmacnia dłoń, wtedy można oczekiwać, że proces ten nastąpi samoistnie i prawidłowo.


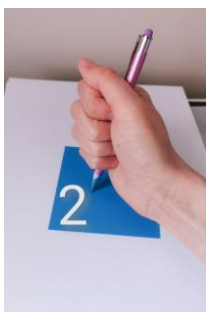



Proces rozwoju chwytania kończy się około szóstego roku życia. Dziecko osiąga całkowitą dojrzałość ruchów palców ale nadal doskonali złożoność i precyzję ruchów.

Chwyty pisarski można podzielić na trzy etapy: chwyt prymitywny, przejściowy, dojrzały.

Prymitywny chwyt pisarski: rozwija się między 1-4 rokiem życia, opiera się głównie na użyciu siły. W trakcie rysowania obserwuje się aktywny ruch wynikający z mobilności stawu barkowego, a nie nadgarstka. Dziecko malując porusza całą ręką, a nie dłonią czy palcami. Dłoń nie opiera się o podłoże, kciuk dąży do opozycji.

Rodzaje prymitywnych chwytów pisarskich:

1. Chwyty cylindryczny odwrócony - chwyt ten pojawia się jako pierwszy około 1 roku życia, nadgarstek oraz przedramię nie mają podparcia, aktywny jest staw barkowy.
2. Chwyty cylindryczny - chwyt ten obserwujemy około 1,5 rocznego dziecka, nadgarstek oraz przedramię nie mają podparcia, aktywny jest jedynie staw barkowy.
3. Chwyty wskazicielem - dzieci prezentują go między 2 a 3 rokiem narzędzie pisarskie obejmuje całą dłoń, palce są zgięte, palec wskazujący jest wyprostowany, kciuk jest wyprostowany wzdłuż narzędzia. Nadgarstek oraz przedramię wciąż nie mają podparcia, aktywny jest nadal staw barkowy.
4. Chwyty pędzlowy - chwyt ten występuje około 2- 3 roku życia, dziecko chwytając narzędzie wszystkimi opuszkami palców mogą być ustawione w lekkim zgięciu. Podobnie jak w pozostałych chwytach prymitywnych, ruch wychodzi ze stawu barkowego, nadgarstek zablokowany, przedramię bez podparcia.
5. Chwyty z wyprostowanymi palcami - pojawia się około 4 roku życia, kciuk powoli ustawia się w opozycji do pozostałych palców. Palce od strony łokciowej mogą być lekko ugięte ale nie są zamknięte w dłoni. Przedramię ma podparcie na stole, ruch wychodzi z nadgarstka. Staw barkowy przestaje być aktywny.




chwyt cylindryczny odwrócony	chwyt cylindryczny	chwyt wskazicielem	chwyt pędzlowy	chwyt z wyprostowanymi palcami
				

Przejściowe chwyt pisarski rozwijają się około 3 roku życia. Charakterystycznym elementem jest już oparte przedramię na stole, co daje możliwość rozwoju ruchomości

nadgarstka. Ruchy palców jeszcze nie występują, są to wciąż chwyt siłowe kontrolowane przez mięśnie długej ręki w obrębie przedramienia.

Rodzaje przejściowych chwytów pisarskich:




1. Statyczny chwyt czteropalcowy - kciuk ustawia się w opozycji, trzyma narzędzie wraz z palcem wskazującym i środkowym, serdeczny stanowi podporę. Przedramię oparte o podłoże, nadgarstek wyprostowany jednak nie całkowicie mobilny. Nacisk długopisu, ołówek jest bardzo silny na kartkę.
2. Chwyt skrzyżowanego kciuka - narzędzie trzymane jest pomiędzy palcem wskazującym od strony promieniowej a kciukiem. Staw barkowy jest stabilny, przedramię oparte na podłożu, przedramię i nadgarstek są aktywne.
3. Statyczny chwyt trójpalcowy - najbardziej ergonomiczny. Chwyt tworzy kciuk oraz palec wskazujący na którym opiera się narzędzie, środkowy stanowi podporę, pozostałe palce są ugięte. Staw barkowy stabilny, przedramię z podporem a nadgarstek i przedramię mobilne.

statyczny chwyt czteropalcowy	chwyt skrzyżowanego kciuka	statyczny chwyt trójpalcowy
		

Dojrzałe chwyt pisarskie, charakteryzują się tym, że przedramię leży na stole oraz odpowiednią ruchliwością nadgarstka i palców. Dysocjacją palców, odpowiednią dystrybucją napięcia mięśni do wykonywanego zadania, precyzją, szybkością i płynnością ruchu.

Rodzaje dojrzałych chwytów pisarskich:

1. Chwyt trójpalcowy i czteropalcowy boczny- chwyt stanowi kciuk i palec wskazujący. Palec środkowy daje podporę, pozostałe są ugięte i schowane. Palce nadgarstek i przedramię są aktywne, staw barkowy stabilny.
2. Dynamiczny chwyt trójpalcowy- jest to najbardziej pożądanym chwyt. Jest on identyczny jak statyczny chwyt trójpalcowy z tym, że istotny element stanowi ruch palców. Staw barkowy stabilny, przedramię z podporem również stabilne, nadgarstek oraz palce aktywne.
3. Dynamiczny chwyt czteropalcowy- narzędzie trzyma kciuk, palec wskazujący oraz środkowy, podpór daje palec serdeczny. Mobilny jest nadgarstek oraz palce.

chwyt trójpalcowy boczny	dynamiczny chwyt trójpalcowy	dynamiczny chwyt czteropalcowy
		

Warto też pamiętać, że nie każde dziecko przechodzi przez wszystkie typy chwytów. Zdarza się, że niektóre z nich zostają pominięte i dziecko „przeskakuje” szybciej na kolejny poziom. Nie ma w tym nic złego!

Najważniejsze, aby nie zmuszać dziecka do określonego chwytu w momencie, gdy nie jest ono na to fizjologicznie gotowe.

Natomiast w momencie, gdy dziecko nie przechodzi do danego etapu rozwoju, mimo, że osiągnęło odpowiedni wiek, warto skonsultować się ze specjalistą i poszukać występującej przyczyny oraz ustalić odpowiednią strategię działań terapeutycznych.

Jeśli dziecko niewłaściwie posługuje się narzędziem pisarskim, wtedy dochodzi do sytuacji, w której szybciej się męczy, a tym samym jakość pisma jest znacznie obniżona, co przekłada się na frustracje spowodowane niepowodzeniami.

Bardzo często nieprawidłowy chwyt wynikać może z większych trudności. Ważnymi elementami, aby osiągnąć poprawny chwyt, są ćwiczenia doskonalące stabilizację posturalną, stabilizację obręczy barkowej i ruchomości nadgarstka. Dopiero po zadbanie o wszystkie elementy, można wprowadzić dodatkowe wspomaganie w postaci nakładek na narzędzie pisarskie.

We wspieraniu rozwoju poprawnego chwytu pisarskiego pomocne będą ćwiczenia usprawniające:

- ✓ darcie i gniecie papieru,
- ✓ układanie klocków,
- ✓ odkręcanie i zakręcanie nakrętek,
- ✓ przyczepianie spinaczy, klamerek,
- ✓ mieszanie i przesypywanie (kasze, ryż, piasku itp.),
- ✓ malowanie palcami, pędzlem, patyczkiem itp.,
- ✓ rysowanie kredkami, kredą, patykiem, węglem, obrysowywanie szablonów, kalkowanie,
- ✓ rysowanie po śladzie,
- ✓ stemplowanie, posługiwanie się dziurkaczem, zszywaczem,
- ✓ zabawy folią bąbelkową,
- ✓ rozpoznawanie przedmiotów tylko za pomocą dotyku,
- ✓ zabawy w kapsle, bierki, tworzenie z zapalek,
- ✓ podbijanie balona,
- ✓ wydzieranie, wycinanie, wyklejanie,
- ✓ nawlekanie koralików, makaronu, przeplatane sznurków, tworzenie z drucików,
- ✓ nawijanie i rozwijanie włóczki, sznurka na rolkę, zawijanie i rozwijanie cukierków i innych przedmiotów w papierek, owijanie ręki bandażem,
- ✓ zapinanie i odpinanie guzików, rzepów, suwaków, sznurowanie,
- ✓ lepienie, wałkowanie, ugniatanie różnych struktur, mas plastycznych, ściskanie gniotów,
- ✓ piłeczek,
- ✓ wprawianie w ruch bączka; nakręcanie mechanizmów zabawek, zegarka; zakręcanie piłek na stole, podłodze; wkręcanie i odkręcanie śrubek, zabawa w piłkarzyki,
- ✓ kilkukrotne ściskanie sprężynek,
- ✓ zabawy w pranie – ugniatanie, szorowanie, strzepywanie,
- ✓ stukanie rytmu palcami,
- ✓ posługiwanie się pincetą, szczypcami przenosząc różne drobne przedmioty,
- ✓ ubieranie się, posługiwanie sztućcami, mycie się, wyciskanie pasty z tubki.

Opracowano na podstawie:

E. Górniewicz „Diagnozowanie trudności w czytaniu i pisaniu”.

K. Piotrowska-Madej, A. Żychowicz „Smart Hand Model”.

<https://kreatywnewrota.pl/>

<https://www.nauczycielkazpasja.pl/>