

שיפור אחיזת העיפרון

- על מנת שאחיזת העיפרון תהיה תקינה ויעילה יש צורך ב:
1. תפקוד תקין של חגורת הכתפיים.
 2. הפרדת תנועה בין כתף, מרפק ויד וכן, הפרדת תנועה תקינה בתוך כף היד.
 3. כח שרירים תקין.
 4. אופן אחיזת העיפרון יכול להשתנות מילד לילד. אין אחיזה אחת שהיא הנכונה. כל עוד הילד שולט בעיפרון ומגיע לתוצרים הרצויים, לא תמיד מומלץ לשנות את אופן האחיזה.

משחקי ידניים ואצבעות - גילאי 4+

- סחיטת ספוג / בגד רטוב, בתנועה סיבובית.
- נעיצת סיכות בלוח קלקר על דגם / ציור.
- משחק באטבי כביסה - תליית כביסה
- הרמת כדורי נייר עם אטב או פינצטה.
- קריעת ניירות משי צבעוניים והכנת כדורי נייר - הדבקת הכדורים על דגם הדיפת כדור נייר עם אצבע מול אגודל לכיוון "שער".
- איסוף של חפצים קטנים (חרוזים, קטניות), באחיזת פינצטה לתוך כף היד ושחרור ללא עזרת היד השניה והגוף. הכנסת החפצים לתוך פתח צר.
- תפיסת חפצים קטנים בין אצבע ואגודל והכנסתם לתוך פתח צר, תוך כדי אחיזת חפץ באצבעות 3-5.
- הפיכת מטבעות המונחים על שולחן.
- השחלת חרוזים קטנים על חוט (הכנת שרשרת).



שיפור אחיזת העיפרון

- רקמה - השחלת שרוכים צבעוניים סביב דוגמא - עם מחט עבה או ללא, תלוי בגודל החור.
- טיול לאורך העיפרון בעזרת האצבעות.
- סיבוב כלי הכתיבה בין האצבעות.
- ציור בצבעים קטנים (2-3 ס"מ).
- מריחות פלסטלינה וחריטה בתוכה.
- ניקוב חורים בעזרת מחורר והידוק הדפים בעזרת שדכן.
- ליפוף גומיה סביב האצבע והורדתה ללא היד השניה.
- ליפוף גומיה סביב שתי אצבעות - פתיחה וסגירה של האצבעות.
- לחיצה על כדור קטן וגמיש.

