



Ferramentas e técnicas para grafo-motricidade



Descrição da ferramenta

Apresenta-se uma visão geral de ferramentas e técnicas para desenvolver habilidades grafo-motoras e exercitar a pré-escrita.

O que pode ajudar a resolver

Exercícios de motricidade ampla e fina e técnicas multissensoriais são fundamentais para desenvolver:

- A capacidade visual-espacial, com o objetivo de:
 - - identificar as formas das letras;
 - - distinguir formas semelhantes;
 - - organizar o espaço da escrita.
- A capacidade grafo-motora, com o objetivo de controlar:
 - - o desenho da letra;
 - - a pressão da mão no instrumento de escrita.

Como beneficia as pessoas com Dys

O processo da escrita manual implica o desenvolvimento de vários tipos de capacidades e habilidades psicomotoras.

No quadro seguinte indicam-se quais são e que tipos de atividades são aconselháveis para minimizar ou ultrapassar dificuldades.

Capacidades / Habilidades

MOTRICIDADE AMPLA

Noção do esquema corporal

Percepção de direccionalidade e lateralidade

Orientação espacial e temporal

MOTRICIDADE FINA

Coordenação da movimentação de ombro / braço / antebraço / punho / mão / dedos

Atividades

Estimular atividades motoras em geral com:

- brincadeiras e jogos físicos
- ginástica e desportos
- danças e música

Estimular a memória motora escrevendo letras e números no ar, com grandes movimentos do braço. Escrever também letras e números menores, movendo apenas a mão ou os dedos.

Estimular a atividade motora fina com:

- exercícios manuais de precisão
- manipulação de pequenos objetos em exercícios que apelem à imaginação e criatividade.

Treinar a postura corporal correta.



Capacidades / Habilidades

DESTREZA MANUAL

Preensão e manipulação dos instrumentos de escrita

Atividades

Desenvolver atividades pictográficas com diferentes técnicas de pintura, desenho e modelagem.

Experimentar diversos diferentes tipos de pincéis e de instrumentos de escrita (lápiz grossos e finos, canetas, marcadores).

Experimentar tipos de adaptadores.

Exercitar a capacidade de traçar / desenhar.

COORDENAÇÃO

VISUAL-MOTORA

Utilizar técnicas multissensoriais para aprender as letras, formas e números.

Estimular a memória visual através de quadros com letras do alfabeto, números, famílias silábicas.

Usar o caderno de caligrafia, porém de forma não exaustiva.

Usar papel pautado especial



Como usar na vida diária

Você encontra vários exemplos de exercícios e atividades em:

<https://www.understood.org/en/school-learning/partnering-with-childs-school/instructional-strategies/6-multisensory-techniques-for-teaching-handwriting>

E também em:

<https://www.youtube.com/watch?v=9oHq-joy22w>

Handwriting Without Tears é um programa de escrita que fornece instruções explícitas sobre como desenhar letras usando estratégias multissensoriais. As letras são agrupadas por traços semelhantes usando o sequenciamento de cima para baixo e da esquerda para a direita. Dessa forma, as crianças praticam bastante o mesmo movimento inicial, criando memória muscular.