

## Descrizione dello strumento

Una tavola inclinata è molto utile per facilitare il movimento del polso, della mano e delle dita. È quindi un buon aiuto per una migliore posizione di scrittura.

## Perchè è una sfida per i DSA?

Una postura corretta di tutto il corpo è essenziale per superare le difficoltà del processo di scrittura a mano, che mobilita le capacità motorie fini ma anche la motricità grossolana necessaria per avere:

- il concetto di schema corporeo;
- la percezione di direzionalità e lateralità;
- l'orientamento spaziale e temporale.

Le difficoltà di coordinazione motoria dei bambini con DSA spesso impediscono loro di avere una buona posizione di scrittura.

## Come aiuta i DSA?

Per quanto riguarda la scrittura a mano, si ritiene che la mano abbia due lati. Uno è il lato "mobile", che include il pollice, l'indice e il medio. Queste dita si muovono durante la scrittura. L'altro lato è il lato "stabile", che comprende l'anulare e il mignolo. Queste due dita sono generalmente chiuse ed è su di esse che la mano poggia sulla superficie.

Una tavola inclinata facilita una corretta posizione su entrambi i lati della mano e facilita il movimento delle dita.

Il loro uso combinato con l'uso di impugnature sullo strumento di scrittura (matita o penna) contribuisce fortemente a migliorare le abilità grafico-motorie dei soggetti.

## Esempi di utilizzo nella vita quotidiana

La tavola inclinata può essere in qualsiasi materiale rigido. In situazioni in cui è difficile da trasportare, può essere sostituito da un raccoglitore/quaderno ad anelli fissi di almeno 7 cm per fornire un'inclinazione sufficiente. L'uso di un elastico può impedire ai fogli di scivolare.

Questo video mostra l'uso della tavola inclinata e spiega la posizione corretta per un buon coordinamento motorio-grafico:

[https://www.youtube.com/watch?v=FZ0v\\_gAzV2o](https://www.youtube.com/watch?v=FZ0v_gAzV2o)