**Stymulacja dotykowa i usprawnianiem obrębie kończyn górnych.**

Do stymulacji dotykowej dłoni i rąk możemy wykorzystać szereg pomocy takich jak np.: gąbka do zmywania naczyń, szczoteczka do mycia rąk, pomponik z włóczki, szorstka rękawica do kąpieli, miękka szczotka do włosów np. taka dla niemowląt, piłeczka sensoryczna, twarda szczotka do szorowania podłogi lub szczotka do zmywania naczyń, miękka ściereczka do ścierania kurzu, szorstki i miękki ręcznik, kawałki materiału o różnej fakturze. Podane wyżej pomoce są propozycją. Ważne jest, żeby to były przedmioty nie używane -zwłaszcza gąbki do naczyń, szczotki czy ściereczki.

Dziecko sadzamy w wygodnej pozycji. Bierzemy np.: gąbkę do zmywania naczyń i wykonujemy delikatne ruchy (dotykania, pocierania, ruchy koliste), po wewnętrznej stronie dłoni dziecka -pozwalamy ściskać, lub ściskamy wspólnie   
z dzieckiem. Następnie podobne ruchy (dotykanie, pocieranie, ruchy koliste) wykonujemy po zewnętrznej stronie dłoni dziecka i dalej przesuwamy się   
w kierunku łokcia a nawet ramienia. Gąbkę do naczyń do tego masażu używamy zarówno z miękkiej jaki z szorstkiej strony. Bierzemy kolejny materiał sensoryczny i wykonujemy podobne ruchy po ręce dziecka.

Ważne zasady:

1. Materiały sensoryczne używamy naprzemiennie: raz miękka i przyjemna   
a następnie szorstka lub twarda.

2. Miękkimi materiałami możemy wykonywać wszystkie ruchy tzn. dotykania, pocierania i ruchy koliste, natomiast materiałami szorstkimi i twardymi tylko dotykamy punktowo. Nie pocieramy ani nie wykonujemy ruchów kolistych na ręce dziecka.

Zachęcam również do obejrzenia poniższych linków z zakresu usprawniania   
i stymulowania dłoni dziecka.

[**https://www.youtube.com/watch?v=s0flAhfnn7A**](https://www.youtube.com/watch?v=s0flAhfnn7A) – *link „Masaż dłoni”*

[**https://www.youtube.com/watch?v=IM4Y-1DvMBE**](https://www.youtube.com/watch?v=IM4Y-1DvMBE) – *link „Masaż Shantala kończyn górnych”*

**https://www.youtube.com/watch?v=uOf-OMbR6Fg** – *link „Zabawa farbą   
i Szczotką do zębów - stymulacja dotykowa masaż dłoni i kolorowy obrazek”*

[**https://www.youtube.com/watch?v=TSBRLnbOjNc**](https://www.youtube.com/watch?v=TSBRLnbOjNc) – *link „Stymulacja dotykowa, masy sypkie, malowanie kamienia”*

*D. Stygar*