

La **Salterina** è una plastilina divertente e colorata, che serve per allenare la mobilità e la forza della mano.

Usata regolarmente, la **Salterina**, permette di:

- rinforzare i muscoli intrinseci delle dita,
- migliorare l'opposizione e la stabilità del pollice,
- sviluppare la dissociazione e la coordinazione delle dita,
- sviluppare gli archi della mano,
- aumentare l'estensione funzionale del polso,
- sviluppare la coordinazione visuo-motoria,
- sviluppare la coordinazione bimanuale.

Tutte queste funzioni sono importanti per utilizzare in modo efficace gli strumenti della vita quotidiana: le posate, la matita, le forbici, lo spazzolino da denti ma anche i freni della bicicletta!

I bambini imparano meglio e più in fretta se gli esercizi provocano loro piacere. Approfittate quindi di momenti in cui siete rilassati e riposati per proporre i giochetti che vi proponiamo.

Buon divertimento!

SALTERINA : LA PLASTILINA BIRICHINA!



Lietta Santinelli
Paola Andreazzi

Studio di ergoterapia
Via Nizzola 7
6500 Bellinzona

091/825 24 42
ergoterapia@wambo.ch

La Salterina è una plastilina proprio speciale...

- ✦ Se la schiacci forte è molto dura
- ✦ Ma se la schiacci lentamente è piuttosto molle
- ✦ Se la tiri, diventa lunghissima e molto fine. Puoi arrotolarla intorno al tuo dito e fare un gomitolino di plastilina.
- ✦ Puoi anche girarla come un cavatappi! E poi...

Qualche idea per i più piccoli La Salterina contiene una sorpresa



Nella Salterina, sono nascosti due piccoli occhi di plastica. Nascondili bene e chiedi ai tuoi amici di cercarli.



Il salame

Fai una pallina, poi falla rotolare tra i palmi delle mani per ottenere un salame. Una volta che il salame è pronto, puoi arrotolarlo intorno alla mano con le dita chiuse e cercare di aprirlo. Oh ... issa!



La lumachina

Fai di nuovo il salame, ma stavolta molto più lungo. Poi appoggialo sul tavolo e fallo diventare un po' piatto. Piano piano, arrotola il salame ed ecco una lumachina. Non dimenticarti di fare le antenne e di mettere gli occhietti di plastica al posto giusto!

Qualche gioco per i più grandi

Rimbalza !

Fai una palla. Per farla diventare rotonda, prova a schiacciare la Salterina nel palmo della mano e farla girare tra i palmi delle mani o contro il tavolo. Una volta che è rotonda, se lanciata sul tavolo o per terra su una superficie piana (e pulita), RIMBALZA ! Ma attenzione: se la pallina che hai fatto non è proprio rotonda, la Salterina diventa Birichina. Prova a lanciarla per terra e riprenderla: quante volte riesci senza che ti scappi?



Scoppia!

Forse ti sei già accorto, ma dopo un po' che la usi diventa più molle e scoppietta anche un po'! se non ti è ancora successo, puoi provare a fare dei piccoli buchi con un dito dopo l'altro, sulla superficie della Salterina. Rimettila tutta insieme e impastala con energia... hai sentito?

Schiaccia le palline

Fai tante piccole palline di plastilina Salterina e mettile in fila sul tavolo. Schiacciale ad una ad una con la punta dell'indice, poi con il medio. Per schiacciarle con il pollice, avvicina le palline al bordo del tavolo e metti il resto della mano sotto il tavolo per avere più forza. Fai una gara con qualcuno che conosci, che è molto forte: chi vince?

Che rabbia, che noia!

Per finire, ricordati che la plastilina è un ottimo anti-stress, e puoi giocarci per sfogarti quando sei arrabbiato! Puoi usarla anche quando ti annoi un po'. Puoi usarla dappertutto e trasportarla grazie alla scatolina trasparente.

Le tue ergoterapiste conoscono altri giochetti con la salterina. Se hai finito questa lista o hai scoperto un nuovo gioco, parlane con loro!