

# LEZIONE 40

## ESERCIZI DI CATEGORIA SUPERIORE Recupero presa

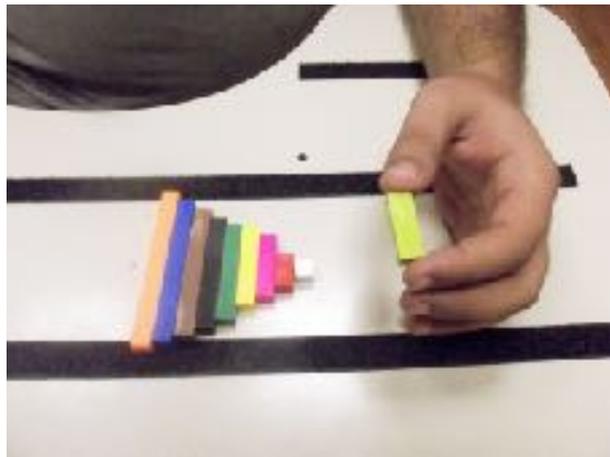


### INDICE

8.1 Esercizio: "i regoli per la presa" Pag. 2  
prima parte

## 8.1 "I REGOLI PER LA PRESA"

 [Guarda Il Video](#)



### Introduzione all'esercizio:

Sapete benissimo come **l'opposizione del pollice con le altre dita** sia **fondamentale** per la nostra vita quotidiana.

Quasi la totalità delle prese di oggetti che eseguiamo tutti i giorni richiedono l'abilità di opporre il pollice alle altre dita.

Questo meccanismo é inoltre una particolarità che distingue la nostra specie. É per questo che non poteva non essere presente un **esercizio specifico per questo meccanismo**.

## Posizionamento e Presa:

Il paziente e terapeuta in questo esercizio si troveranno seduti a tavola l'uno di fronte all'altro.

paziente: avrà la sua mano poggiata con il bordo del mignolo sul piano ( di taglio).

Terapista: di volta in volta posizionerà il regolo da riconoscere tra i polpastrelli del dito pollice e quelli del dito scelto. Durante il periodo necessario per il riconoscimento offrirà un lieve sostegno a dita e regolo per permetterne il mantenimento della presa.



## L'attrezzatura

Per questo esercizio saranno sufficienti dei semplici regoli reperibili in cartoleria.

## La Calibrazione

**1° livello** dimmi se hai un regolo tra le dita?

**2° livello** dimmi QUALE regolo hai tra le dita?

**3° livello** dimmi QUALE regolo hai e tra quali dita?

**4° livello** dimmi QUALE regolo hai e tra quali dita? ( fino a 10 regoli)

**5° livello** dimmi QUALE regolo hai tra le dita e quale vuoi sentire?

**6° livello** dimmi QUALE regolo vuoi sentire a destra e confrontalo a sinistra?



## 1° livello

**Domanda:** la domanda che il terapeuta farà al paziente sarà

***"Dimmi se hai il regolo tra le dita? "***

**In breve:** in questo 1° livello chiederemo se tra le dita c'è il regolo oppure no

**Variabili:** presenza o meno del regolo n°5 (5 cm)

**Esecuzione:**

- Il terapeuta preparerà al compito il paziente, che dovrà riconoscere se tra pollice ed indice verrà posizionato il regolo (5) oppure se i polpastrelli andranno semplicemente a contatto tra di loro.
- Il paziente si troverà ad occhi chiusi mentre il terapeuta distanzierà i polpastrelli del dito indice e pollice fino a raggiungere l'ampiezza di circa 5 cm per poi decidere se posizionare il regolo oppure semplicemente tornare alla posizione di partenza con i polpastrelli delle due dita a contatto.
- A questo punto il paziente dovrà semplicemente riconoscere la presenza del regolo o meno

## 2° livello

**Domanda:** la domanda che il terapeuta farà al paziente sarà

**"Dimmi *QUALE* regolo hai tra le dita? "**

**In breve:** in questo 2° livello chiederemo quale regolo è posizionato all'interno della "pinza" di pollice ed indice.

**Variabili:** regolo piccolo (1), medio (3), grande (5)

**Esecuzione:**

- La modalità di esecuzione è simile alla precedente, ora il riconoscimento sarà più raffinato ed avverrà tra 3 regoli che per semplicità potranno essere denominati: piccolo, medio e grande.
- Ogni qualvolta che il terapeuta proporrà il riconoscimento di un regolo al paziente dovrà aver cura di partire dalla posizione di contatto dei due polpastrelli.
- Questo accorgimento sarà valido lungo l'esecuzione di tutti i livelli.

## Nella prossima lezione

### INDICE

8.1 Esercizio: 'regoli per la presa' Pag. 2  
seconda parte