

Qu'est-ce que la manipulation dans la main?

- Il s'agit de la capacité de tenir et de déplacer un objet dans la main.

Pourquoi les habiletés de manipulation dans la main sont-elles importantes?

- Elles sont essentielles à l'écriture, car elles permettent à un enfant de déplacer un crayon de la paume aux doigts, d'ajuster le crayon comme il se doit pour écrire et de tourner le crayon d'une main pour effacer ou pour écrire.
- Les habiletés de manipulation dans la main sont divisées en trois principales catégories : la translation, le glissement et la rotation.
- Chaque catégorie peut inclure la « stabilisation » d'objets, laquelle consiste en la capacité de tenir des objets avec l'annulaire et le petit doigt, tout en déplaçant un objet avec le pouce, l'index et le majeur.

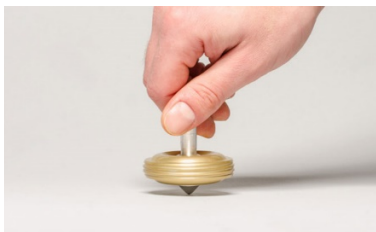
La **translation** est la capacité de déplacer des objets du bout des doigts à la paume ou de la paume au bout des doigts. Par exemple, déplacer des pièces de monnaie de la paume au bout des doigts pour les déposer dans une distributrice ou ramasser des pièces de monnaie et les déplacer des doigts à la paume.

Le **glissement** est la capacité de déplacer un objet avec le pouce et les doigts. Par exemple, avancer le bout des doigts plus près de la pointe du crayon ou déplacer les doigts le long d'une clé pour l'insérer dans une serrure.

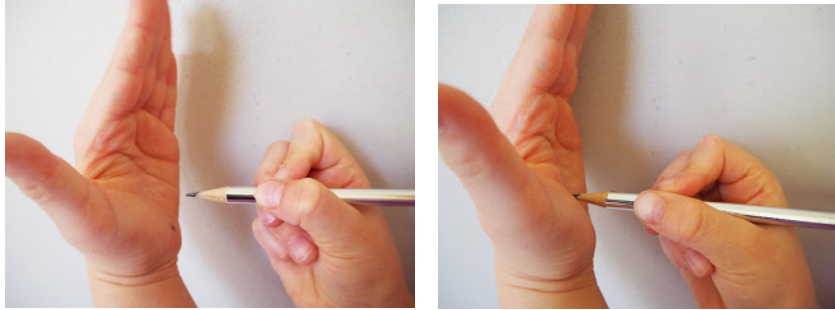
La **rotation** est la capacité de tourner un objet avec le pouce et les doigts (rotation simple) ou de tourner un objet d'une extrémité à l'autre (rotation complexe), comme retourner un crayon de l'extrémité mine à l'extrémité efface.

Idées pour renforcer les habiletés de manipulation dans la main

- **Froissement d'une serviette** : Demandez à l'enfant de placer les poignets sur la table, devant une serviette reposant à plat, de tenir une extrémité de la serviette des deux mains, puis de chiffonner la serviette en un long rouleau (fonctionne également pour froisser du papier journal ou faire des boules de papier).
- **Toupies** : Demandez à l'enfant de tenir le haut de la toupie avec le pouce et l'index, puis de faire tourner la toupie.



- **Le pivot** : Demandez à l'enfant de tenir un crayon/stylo vers le bout pointu et d'utiliser ses trois doigts de préhension pour pousser le crayon/stylo vers l'avant, puis pour le tirer vers l'arrière. L'enfant peut prétendre que le crayon/stylo est un pivot qui picore un arbre (son autre main étendue). Assurez-vous que l'enfant ne bouge pas la main et qu'il utilise uniquement les muscles des doigts pour pousser le crayon/stylo vers l'avant et le tirer vers l'arrière.



- **La chenille** : Demandez à l'enfant de tenir un crayon vers le bout pointu et d'utiliser ses deux doigts supérieurs (pouce et index) pour pousser le crayon vers l'avant et le faire glisser le long du majeur sur lequel il repose, jusqu'à ce que les doigts atteignent l'extrémité avec la gomme à effacer (comme si les doigts rampaient le long du crayon). L'enfant doit ensuite tirer le crayon vers l'arrière, en faisant glisser les doigts jusqu'à ce qu'ils atteignent l'extrémité pointue du crayon encore une fois. Demandez à l'enfant de répéter cet exercice à quelques reprises, en allant jusqu'aux extrémités du crayon.



- **L'hélicoptère** : Demandez à l'enfant de tenir un crayon/stylo au centre des trois doigts de préhension et d'essayer de le faire tourner, comme les pales d'un hélicoptère, en passant les doigts, un à la fois, d'un côté à l'autre du crayon/stylo.



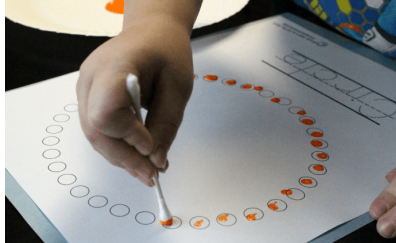
- **Clic de stylo** : Demandez à l'enfant de tenir le stylo à l'extrémité et d'abaisser le bout du pouce vers le bas pour cliquer sur le stylo (à répéter plusieurs fois).



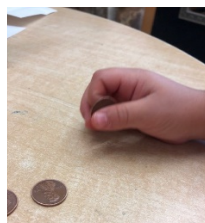
- **Renforcement** : Demandez à l'enfant de tenir de la pâte à modeler dans une main et d'y enfoncer le pouce, puis de le retirer (assurez-vous que l'enfant plie l'extrémité des doigts). Demandez à l'enfant de refaçonner la pâte à modeler et de répéter l'exercice.



- **Peinture avec un coton-tige** : Demandez à l'enfant de peindre avec des cotons-tiges en utilisant une couleur de peinture différente à chaque bout. Faire la rotation pour utiliser l'autre couleur.



- **Pièces de monnaie** : Demandez à l'enfant de ramasser une pièce de monnaie, de la cacher dans la paume de sa main, puis de la déplacer jusqu'au bout de ses doigts.





- **Pompons** : Demandez à l'enfant de tenir deux pompons dans une main, d'essayer de les faire tourner dans la main de façon à ce qu'ils changent de place (à répéter à plusieurs reprises). Augmentez le niveau de difficulté en utilisant des billes.

