

KỸ NĂNG VẬN ĐỘNG TINH

(FINE MOTOR SKILLS)

TÀI LIỆU GIÁO DỤC

Kỹ năng vận động tinh là gì?

Kỹ năng vận động tinh là những chuyển động liên quan đến các cơ nhỏ ở ngón tay, bàn tay và cổ tay.

Tại sao các kỹ năng vận động tinh lại quan trọng?

Kỹ năng vận động tinh cần thiết cho các nhiệm vụ hàng ngày trong việc học tập, vui chơi và tự chăm sóc của trẻ. Ngón tay và bàn tay giúp trẻ rửa tay, tô màu, ăn và ôm cha mẹ. Một đứa trẻ gặp khó khăn về vận động tinh có thể có thái độ học tập kém ở trường, cảm thấy bức bối khi không thể tự mình thực hiện một nhiệm vụ và có lòng tự trọng thấp khi không thể thực hiện một nhiệm vụ mà bạn bè hoặc thành viên gia đình của chúng có thể làm được.

Nghiên cứu nói gì?

- 5-10% trẻ ở lứa tuổi tiểu học chậm phát triển kỹ năng vận động tinh.
- Trẻ em cần tiếp xúc với nhiều hoạt động vận động tinh để phát triển lực ngón tay và bàn tay.
- Kỹ năng vận động tinh có mối liên hệ chặt chẽ với sự phát triển nhận thức.

Kỹ năng vận động tinh được tạo thành từ một số yếu tố liên quan đến ngón tay và bàn tay. Ví dụ:

Lực

Sử dụng đúng lực của ngón tay và bàn tay để thực hiện một nhiệm vụ.

Ví dụ:



- Điều khiển dây kéo



- Bóp kem đánh răng lên bàn chải đánh răng

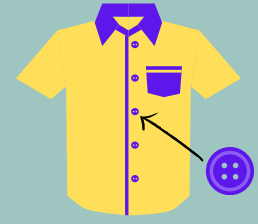
Tính chính xác

Sự phối hợp và chuyển động nhịp nhàng của ngón tay và bàn tay.

Ví dụ:



- Viết chữ theo dòng

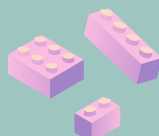


- Cài nút áo

Phối hợp tay hai bên

Sử dụng phối hợp cả hai tay cùng làm việc.

Ví dụ:



- Kéo các khối xếp hình ra



- Giữ một trái banh

Trẻ có vấn đề về vận động tinh có thể trông giống như hoặc trải nghiệm việc:

- Bài vở bừa bộn
- Chữ viết xấu
- Vẽ hoặc tô màu nguệch ngoạc
- Mất nhiều thời gian để nhặt các vật nhỏ
- Khó khăn trong việc sử dụng cả hai tay cùng lúc
- Tránh hoặc khó khăn khi dùng nĩa và muỗng
- Dễ mệt mỏi khi thực hiện một nhiệm vụ vận động tinh như chơi, viết và ăn

Sau đây là một số ví dụ về các hoạt động giúp trẻ cải thiện các kỹ năng vận động tinh:

Nặn và tạo hình từ đất nặn



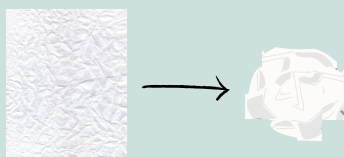
Xếp khối



Chơi xếp hình



Vò giấy



Xé giấy



Làm nổ bong bóng



Để biết thêm thông tin hoặc có thắc mắc về kỹ năng vận động tinh của con bạn, vui lòng tham khảo ý kiến chuyên gia hoạt động trị liệu của con bạn hoặc liên hệ với bác sĩ nhi khoa của bạn. Bạn cũng có thể tham khảo www.aota.org để biết thêm thông tin.

Tài liệu tham khảo:

- Brons, A., de Schipper, A., Mironcika, S., Toussaint, H., Schouten, B., Bakkes, S., & Kroese, B. (2021). Assessing children's fine motor skills with sensor-augmented toys: Machine learning approach. *Journal of Medical Internet Research*, 23(4), 1-12. <https://doi.org/10.2196/24237>
- Caramia, S., Gill, A., Ohl, A., & Schelly, D. (2020). Fine motor activities in elementary school children: A replication study. *American Journal of Occupational Therapy*, 74(2), 1-7. <https://doi.org/10.5014/ajot.2020.035014>
- Case-Smith, J., & Exner, C. E. (2015). Hand Function Evaluation and Intervention. In Case-Smith, J., O'Brien, J. C. (Eds.), *Occupational Therapy for Children and Adolescents* (7th ed., pp. 220-257). St. Louis, MO Elsevier.
- Cuffaro, M. (2011). Fine Motor Skills. In Goldstein, S., Naglieri, J.A. (Eds.), *Encyclopedia of Child Behavior and Development*. Springer
- Michael, M. (2016). Fine Motor. In Gale (Eds.), *Gale Encyclopedia of Children's Health: Infancy Through Adolescence* (3rd ed.). Gale.
- Marr, D., Cermak, S., Cohn, E. S., & Henderson, A. (2003). Fine motor activities in Head Start and kindergarten classrooms. *American Journal of Occupational Therapy*, 57(5), 550-557. <https://doi.org/10.5014/ajot.57.5.550>