

Checklista för finmotorik och taktila färdigheter**För unga vuxna med synnedsättningar****Stöd för punktskrift, självständigt liv och handfärdigheter****Namn:** _____**Datum:** _____**Pedagog/Tränare:** _____**Betygsskala**

- ☐ Självständigt
 - ☐ Uppträder med verbal vägledning
 - ☐ Kräver fysiskt stöd
 - ☐ Färdigheter behöver vidareutvecklas
-

1. Handgrepp och objektkontroll**Mål:**

Utveckla handstyrka, kontroll och precision som behövs för taktil utforskning, punktskriftsanvändning och vardagliga uppgifter.

Aktiviteter:

- ☐ Öppna och stänga olika behållare
- ☐ Hantera föremål i olika storlekar och texturer Använda
- ☐ verktyg (sax, hålstansmaskin, häftapparat, linjal)
- ☐ Klämma och manipulera material (stressbollar, terapiputta, lera)
- ☐ Hålla och kontrollera skriv-/ritverktyg
- ☐ Använda köksredskap säkert (stekspade, sked, visp etc.)
- ☐ Att bära och placera objekt noggrant

Observationsanteckningar:

2. Fingerfingerteknik och precisionsrörelser

Mål:

Förbättra fingerkoordinationen för punktskriftsläsning, teknikanvändning och dagliga uppgifter.

Aktiviteter:

- ☐ Plocka upp små föremål med fingertoppar
- ☐ Sortera små föremål efter form, storlek eller textur
- ☐ Hantera mynt, knappar och nycklar
- ☐ Använda dragkedjor, knappar och fästen
- ☐ Hantera smycken, klämmor eller små tillbehör
- ☐ Trä pärlor eller liknande precisionsuppgifter
- ☐ Använda tangentbord, telefon eller pekskärm
- ☐ noggrant Hantera små hushållsföremål

Observationsanteckningar:

3. Bilateral handsamordning

(Använder båda händerna tillsammans)

Mål:

Utveckla koordinerade handrörelser som krävs för självständiga aktiviteter.

Aktiviteter:

- ☐ Skära material medan man stabiliserar med andra handen
- ☐ Öppna paket och behållare
- ☐ Vika kläder eller papper
- ☐ Slå in eller organisera föremål
- ☐ Använda köksutrustning som kräver två händer
- ☐ Hålla ett föremål medan man hanterar en annan del
- ☐ Organisera personliga tillhörigheter
- ☐ Utföra hantverk, reparation eller praktiska uppgifter

Observationsanteckningar:

4. Hand- och fingerstyrka

Mål:

Öka uthållighet och kontroll för punktskriftsläsning och dagliga aktiviteter.

Aktiviteter:

- ☐ Använda motståndsverktyg eller terapikitt
- ☐ Klämma ihop föremål med kontrollerat tryck
- ☐ Öppna täta lock Använda
- ☐ klämmor, tappar eller fästen
- ☐ Bära föremål säkert
- ☐ Trycka på knappar och reglage
- ☐ Använda verktyg som kräver kontrollerad kraft

Observationsanteckningar:

5. Fingerisolering och kontroll

Mål:

Förbättra de oberoende fingerrörelser som behövs för taktil läsning.

Aktiviteter:

- ☐ Att röra enskilda fingrar oberoende
- ☐ Att trycka på specifika knappar eller kontroller
- ☐ Utforska objekt med fingertopparna
- ☐ Följa upphöjda former och mönster
- ☐ Identifiera detaljer med ett eller två fingrar
- ☐ Öva kontrollerade fingerrörelser över ytor

Observationsanteckningar:

6. Taktil känslighet och lätt beröring

Mål:

Utveckla känsligheten som behövs för att känna igen punktskriftspunkter och taktil information.

Aktiviteter:

- ☐ Utforska texturer med fingertoppar
- ☐ Identifiera objekt endast
- ☐ genom beröring Känna igen skillnader i material
- ☐ Röra fingrarna lätt över texturerade ytor
- ☐ Behålla mjukt fingertryck under utforskning
- ☐ Upptäcka upphöjda mönster och symboler

Observationsanteckningar:

7. Taktila spåringsfärdigheter

Mål:

Förbättra förmågan att följa information genom beröring.

Aktiviteter:

- ☐ Följa upphöjda linjer från vänster till höger
- ☐ Spåra mönster och banor med fingertoppar
- ☐ Följa taktila symboler i följd
- ☐ Lokalisera specifika objekt bland liknande objekt
- ☐ Identifiera förändringar i mönster eller texturer
- ☐ Öva rörelse över punktskriftsceller
- ☐ Upprätthålla konsekvent fingerrörelse

Observationsanteckningar:

8. Taktil diskriminering

Mål:

Förbättra igenkänning och tolkning av information genom beröring.

Aktiviteter:

- ☐ Sortering av objekt efter textur
- ☐ Sortering av objekt efter storlek
- ☐ Sortering av objekt efter form
- ☐ Identifiering av material genom beröring
- ☐ Att känna igen vardagliga föremål utan syn
- ☐ Jämförelse av liknande objekt och identifiering av skillnader
- ☐ Identifiering av upphöjda mönster, symboler eller punktskriftstecken

Observationsanteckningar:
