

# TRABALHO COM PEÇAS DE ROUPA

Um pequeno caderno para trabalhos na escola e com a família.  
Para alunos com atraso mental moderado.



*Objectivo:*

Ensinar cada aluno a vestir-se com peças de roupa que tenham diferentes formas para fechar: botões – molas – fechos – atacadores.

**Nesta actividade deve participar a família e a escola, de forma a poderem ajudar a criança a realizar esta actividade tão necessária.**



### **Quando trabalhar com o seu filho, deve ter em conta o seguinte:**

- As ordens devem ser claras e simples.
- Mostre ao seu filho o que é que quer que ele faça, exemplificando primeiro.
- Não pretenda que de um dia para o outro o seu filho consiga abotoar a roupa, puxar o fecho ou fazer um nó nos atacadores. Estas actividades que para nós são muito simples, para os nossos filhos tornam-se mais difíceis uma vez que envolvem movimentos muito complexos. Somente com tempo e paciência, é que a criança conseguirá efectuar estes pedidos.
- As actividades devem apresentar passos pequenos. Cada vez que a criança conseguir alcançar um pedido, e só a partir daí, passaremos ao passo seguinte. Quando a actividade for correctamente executada, devemos recompensá-lo, uma vez que aumenta a possibilidade de ser repetida, recorrendo a vários tipos de recompensas: um beijinho, um abraço, um aplauso, uma comida preferida, um jogo, um passeio, ou seja, alguma coisa que a criança goste muito.
- A ajuda que damos inicialmente à criança, deve ir sendo retirada pouco a pouco.
- Ao conseguir realizar as actividades referidas, abotoar a roupa, puxar o fecho ou fazer um nó com os atacadores, a criança aumenta o seu nível de auto estima e de independência.

---

SÓ PASSA AO PASSO SEGUINTE SE TIVER REALIZADO CORRECTAMENTE O ANTERIOR

---

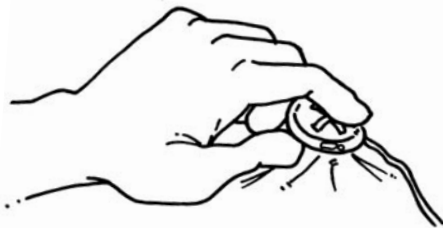
# 1. ACTIVIDADES COM BOTÕES

1.1. Para abotoar os botões deve colocar-se atrás do seu filho, passando o botão pela casa mas só até metade.

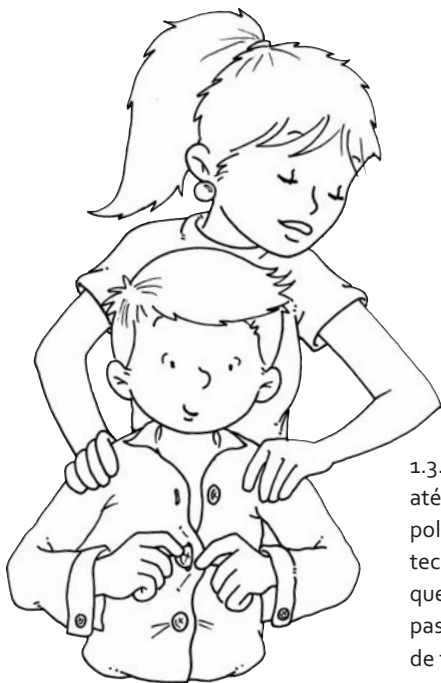


Maneira para agarrar o botão

1.2. Peça ao seu filho que com o dedo polegar e o indicador agarre no tecido que tapa o botão e que o destape. Quando ele terminar de fazê-lo, mostre-lhe o seu contentamento.



SÓ PASSA AO PASSO SEGUINTE SE TIVER REALIZADO CORRECTAMENTE O ANTERIOR



1.3. Coloque-se atrás do seu filho e passe o botão até metade da casa e peça-lhe que, com o dedo polegar e com o indicador de uma mão, agarre no tecido que tapa a metade do botão (passo 2), e que com a outra mão agarre o botão e continue a passá-lo pela casa do botão. Quando ele terminar de fazê-lo, mostre-lhe o seu contentamento.

---

SÓ PASSA AO PASSO SEGUINTE SE TIVER REALIZADO CORRECTAMENTE O ANTERIOR

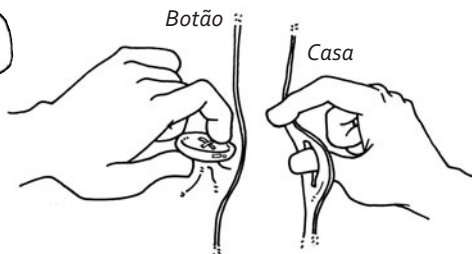
---



1.4 Ainda atrás do seu filho, ajude-o a agarrar o botão com o dedo polegar e com o indicador e abra você a casa.

Peça-lhe que passe o botão pela casa e faça os passos 2 e 3.

1.5 Continuando na mesma posição, atrás do seu filho, ajude-o a agarrar a casa utilizando os dois dedos (polegar e indicador) de maneira a que a ponta do polegar fique na casa. Ajude-o a meter o botão na casa. Quando sentir que o botão toca na ponta do dedo, faça os passos 3 e 4.

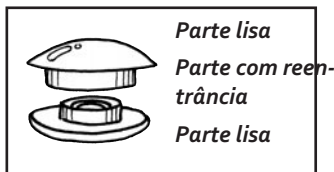
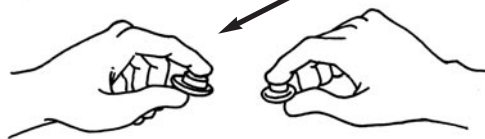
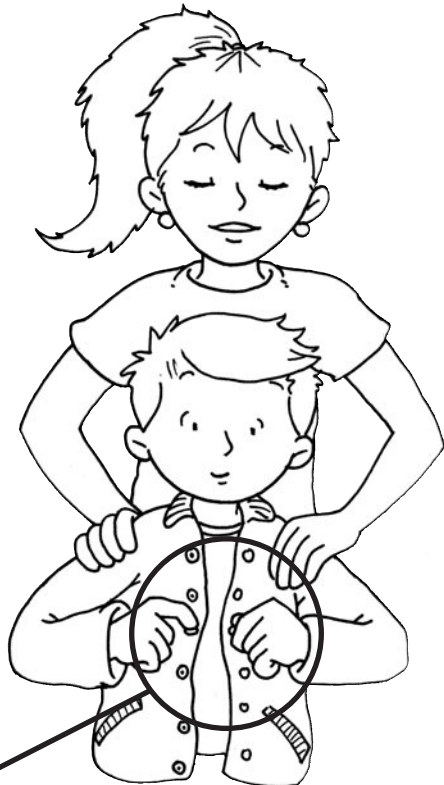


SÓ PASSA AO PASSO SEGUINTE SE TIVER REALIZADO CORRECTAMENTE O ANTERIOR

## 2. ACTIVIDADES COM MOLAS DE PRESSÃO

2.1 Colocando-se atrás do seu filho, ajude-o a agarrar as molas correspondentes, usando o dedo polegar e o indicador, de forma a que os dois polegares fiquem frente a frente (colocar os polegares em cima da parte lisa da mola e os indicadores sobre a outra parte que têm uma reentrância).

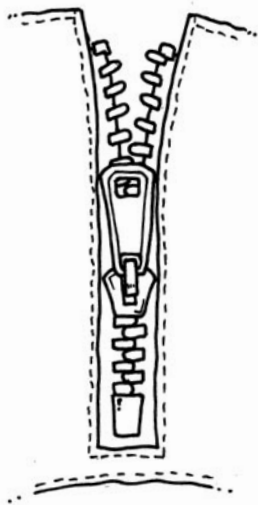
2.2 Colocando as suas mãos sobre as do seu filho, poderá ajudá-lo a ver como as duas partes da mola ficam frente a frente. Pode então apertá-las um pouco com os polegares para juntar as duas metades e assim fechar a mola. Pouco a pouco vá deixando de o ajudar.



SÓ PASSA AO PASSO SEGUINTE SE TIVER REALIZADO CORRECTAMENTE O ANTERIOR

### 3. ACTIVIDADES COM FECHOS

*Abertos ou separados (fechos de blusões, de casacos...) e com terminação/travão (fechos de calças, de estojos...).*



#### **a. Com terminação/travão.**

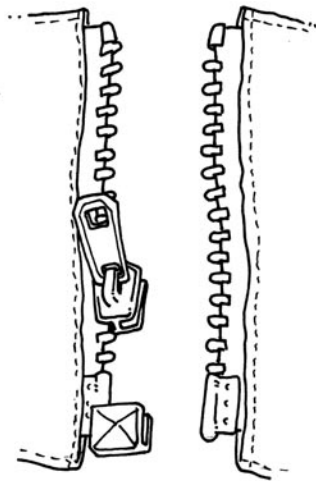
a1. Coloque-se atrás do seu filho e peça-lhe que com o dedo polegar e o indicador agarre a presilha do fecho e, com a outra mão, agarre a parte inferior do fecho; desta forma poderá subir ou descer o fecho, abrindo-o ou fechando.

*Se for necessário, coloque as suas mãos sobre as do seu filho e acompanhe o movimento de fechar e abrir.*

#### **b. Abertos (separados)**

Para utilizar fechos abertos (como os que usamos nos blusões), é necessário que saiba abrir e fechar os fechos.

b1. Coloque-se atrás do seu filho e verifique se ele está a olhar para o fecho. Peça-lhe que agarre com cada uma das mãos o extremo de cada um dos dois lados do fecho. Ponha as suas mãos em cima das do seu filho e ajude-o de forma a conseguir encaixar as duas partes.



---

SÓ PASSA AO PASSO SEGUINTE SE TIVER REALIZADO CORRECTAMENTE O ANTERIOR

---



Depois, peça-lhe que suba a presilha do fecho com uma mão enquanto segura, com a outra mão, a parte final do fecho.

b2. Ainda atrás do seu filho, e com as suas mãos em cima das dele, ajude-o a colocar a parte que se encaixa no extremo do separador. Quando ele começar a executar este movimento, pode retirar as suas mãos.

b3. Estando ainda atrás do seu filho, ajude-o a agarrar o extremo do separador e peça-lhe que, sozinho, coloque o outro extremo.

b4. Pouco a pouco vá retirando a sua mão para que ele consiga realizar sozinho esta actividade.

## 4. ACTIVIDADES COM ATACADORES

Para pôr os atacadores nos ténis, seguiremos os passos indicados nos desenhos, uma vez que é a forma mais fácil.

4.1. O seu filho deverá aqui estar sentado, apoiando no chão, num banco ou numa cadeira o ténis ao qual irá colocar os atacadores. Peça-lhe então que coloque os atacadores, puxando no sentido ascendente.

Se achar que é necessário, sente-se ao pé dele e realize lentamente os movimentos para que ele possa imitar.

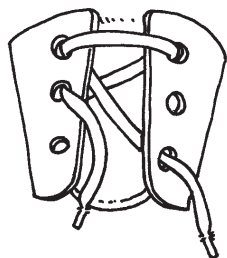
---

SÓ PASSA AO PASSO SEGUINTE SE TIVER REALIZADO CORRECTAMENTE O ANTERIOR

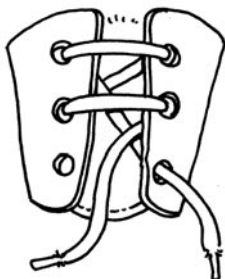
---



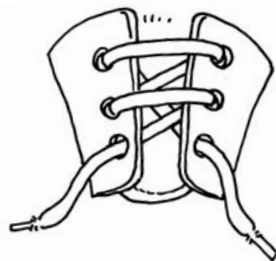
PASSO 3



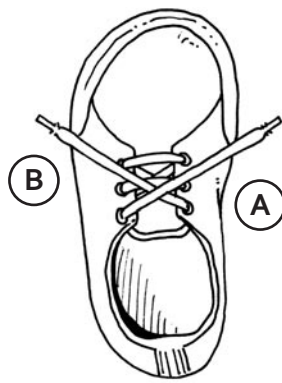
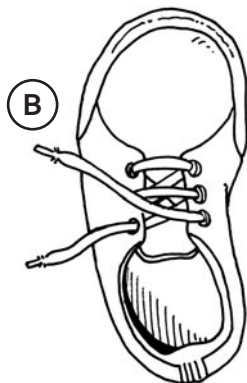
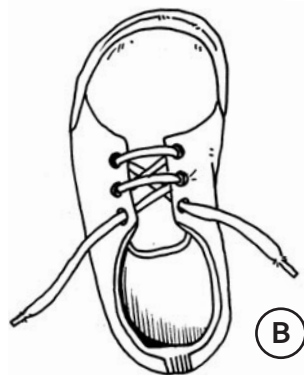
PASSO 4



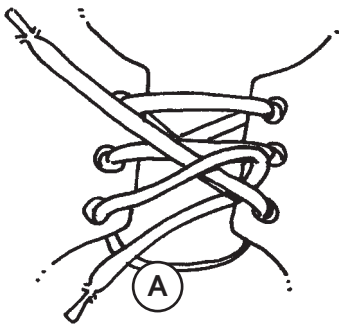
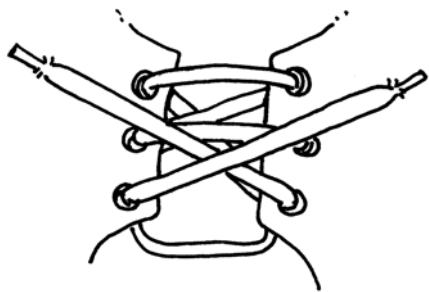
PASSO 5



4.2. Peça-lhe que agarre os atacadores com a mão e depois cruze primeiro um atacador e depois o outro, tal como indicam as figuras.

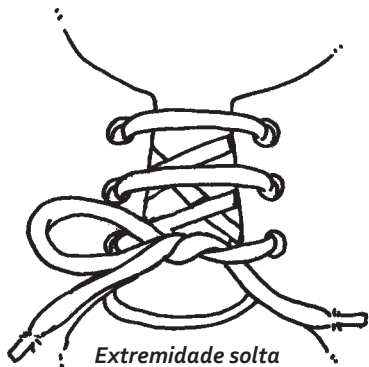


SÓ PASSA AO PASSO SEGUINTE SE TIVER REALIZADO CORRECTAMENTE O ANTERIOR

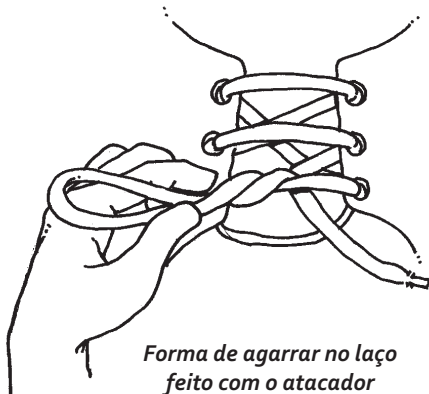


4.4. Agarrar nos dois extremos dos atacadores, um com cada mão, e esticar na direcção de cada um dos lados.

4.5. Agarrar no atacador da esquerda e fazer um pequeno laço que deverá pressionar um pouco com o polegar e o indicador. A extremidade do atacador deverá ficar solta.



*Extremidade solta*



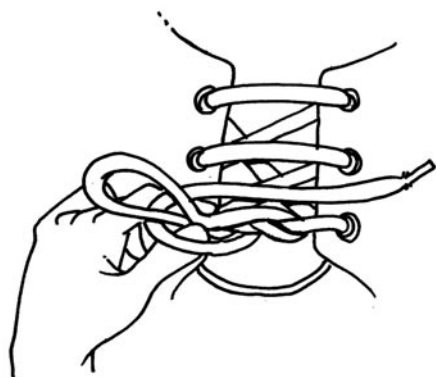
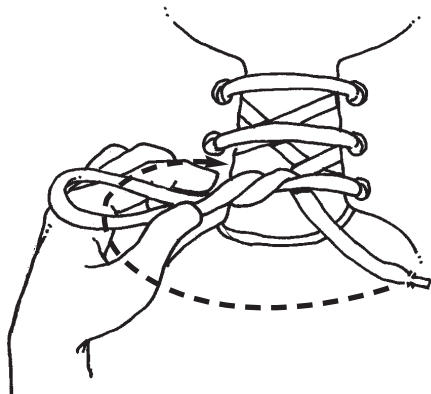
*Forma de agarrar no laço  
feito com o atacador*

---

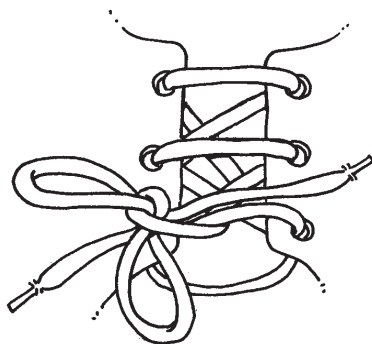
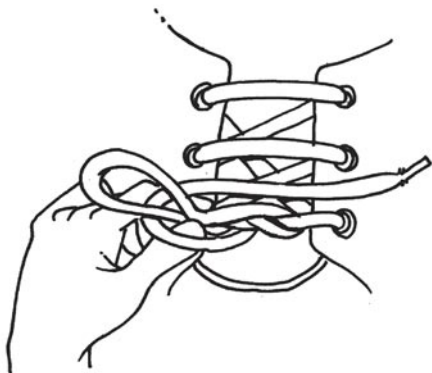
SÓ PASSA AO PASSO SEGUINTE SE TIVER REALIZADO CORRECTAMENTE O ANTERIOR

---

4.6. Com o polegar e o indicador, agarrar o outro extremo do atacador e com este rodear o laço formado.



4.7. Puxar para cada um dos lados.



---

SÓ PASSA AO PASSO SEGUINTE SE TIVER REALIZADO CORRECTAMENTE O ANTERIOR

---

**Nota:** atar os atacadores é uma das actividades mais difíceis. Os passos indicados devem ser respeitados e deverão ser executados um de cada vez.

É muito importante nunca saltar um passo. Só quando a criança aprender um passo, é que se deverá passar ao passo seguinte.



*“Não espere a perfeição”*