

Info om motorisk utvikling

fra fysioterapeuten

«Bevegelsesutviklingen er nært knyttet til mulighetene, tryggheten og utfordringene som barnet får».

Gulvet er den beste lekeplassen for barnet. Det gir nødvendig variasjon og gode forutsetninger for motorisk utvikling. Ved å finne ut a nye ferdigheter på egen hånd, opplever barnet bevegelsesglede og mestringsfølelse.



Mageleie:

Det er viktig å gi barnet tidlig erfaring i mageleie. Siden barnet alltid skal sove på ryggen, er det viktig at barnet ligger på magen når det er våkent. Dette vil være en viktig variasjon, og tidlig erfaring i mageleie er viktig for videre utvikling. Fra mageleie vil barnet finne ut av åling/krypning og etter hvert krabbing. Manglende erfaring i mageleie kan derfor vise seg som forsinkelser i disse ferdighetene.

Barn som er uvant med mageleie, orker ikke mye. Legg barnet på magen flere små økter hver dag. Ikke la barnet ligge så lenge at det begynner å gråte av trøtthet eller ulyst. Det kan hende at 10 sekunder er nok for barnet ditt i

begynnelsen, men 10 sekunder mange ganger om dagen gir resultater. Det kan være litt lettere å ligge på magen dersom du gir støtte på rumpa. Det er også viktig at armene til barnet ligger langt nok frem. Plasser albueene på linje med, eller foran skuldrene. Etter hvert som barnet klarer å løfte hodet, kan et speil være en fin motivasjon til å ligge på magen.

Sitting:

Det er viktig å skille mellom det å sitte og det å bli satt opp. Et barn kan først sitte når det kommer seg opp i sittende stilling selv. Tidspunktet for når dette skjer, varierer veldig fra barn til barn, men et gjennomsnitt er rundt 10mnd. Dersom et barn sitter særlig før den tid, er barnet blitt satt opp. Hvis barnet ikke er veldig tidlig ute motorisk.

Når barnet blir plassert i sittende, blir dette en passiv stilling. Barnet har ingen mulighet til å komme ut av stillingen på egenhånd og vil derfor hemme barnets naturlige utfoldelsestrang.

Frata ikke barnet muligheten til å finne ut av sittende stilling selv, om dermed oppleve mestring. Ha tålmodighet til å vente på barnets utvikling og unngå å forsere utviklingen ved å plassere barnet i sittende.

Utstyr:

Alt utstyr som ikke tillater barnet og forandre stilling, hemmer barnets mulighet for bevegelse. Overdreven bruk av bilstol, vippestol eller bæresele, vil virke hemmende på barnets utvikling. Det er derfor viktig å begrense bruken av slikt utstyr. Utstyret kan være til hjelp for dere som foreldre, men det er ikke nødvendig for barnets utvikling.

For motorisk utvikling er det viktig med erfaring ved bruk av egen kropp. Denne erfaringen får barnet best når det ligger fritt på gulvet. Dette vil gi nødvendig variasjon og mulighet til å finne ut av nye ferdigheter når barnet er modent for det. Ved å finne ut av nye ferdigheter på egenhånd, vil barnet oppleve bevegelsesglede og mestringsfølelse. Unngå derfor å forsere utviklingen ved å plassere barnet i stillinger de ikke er modne for.