



Af Nanett Borre

Bevægelse, rytme og sprog

Vores motoriske udvikling er i høj grad afhængig af en god rytmeformemmelse. Der ligger rytme bag den gode bevægelseskoordination.

Vores liv er styret af rytmer. Vores søvnrytme, døgnrytme, dagsrytme, uge-, måneds- og årsrytme, hvor årstidernes skift rytmisk afløser hinanden og viser os, at tiden går. Når det lille barn kommer til verden, er det allerede et rytmisk væsen, der i ni måneder har vugget i sin moders mave og oplevet, hørt og sanset rytme. Blodets susen, moderens hjertes regelmæssige slag, de vuggende rytmiske bevægelser, når moderen går. Efter fødslen genskaber vi rytmen fra fostertilstanden, når vi rytmisk vugger barnet i armene eller i barnevognen. Rytmen gør barnet trygt.

Der ligger rytme bag den gode bevægelseskoordination. Tænk bare på en simpel bevægelse som gang. Hos et lille barn, der endnu ikke har automatiseret gangen, er bevægelsen hakkende, langsommelig og afbrudt af pauser. Arme og ben kan endnu ikke samarbejde, for at få et gangmønster, der er glidende, ubesværet, perfekt automatiseret – og rytmisk.

Rytme og automatisering

Grundbevægelserne bygger i høj grad på en rytmisk gentagelse af bestemte bevægelsesmønstre, gang, hop, løb, kravl osv. En god rytme i bevægelserne betyder, at bevægelserne udføres nemmere og mere hensigtsmæssigt, og at de derfor bliver hurtigere automatiseret.

Det er et væsentligt skridt for børn at få automatiseret alle grundbevægelserne, så de kan udføre dem uden bevidst opmærksomhed og koncentration, og så de kan sætte dem ind i mere avancerede bevægelseskæder eller foretage sig andre ting, mens de udfører dem. Fx synge, le og danse mens de går ved siden af bedstevinden, løbe og sparke til en fodbold, mens de overskuer banen. Som en del af automatiseringen er målet ikke bare at udføre den givne bevægelse kvantitativt, men også kvalitativt, så den udføres med så stort overskud, minimal bevægelses-

økonomi og i forskellige tempi, sammenhænge og rækkefølge. I denne proces betyder rytmeformemmelsen umådeligt meget.

Intention, krop og omgivelser

Bevægelseskoordination er en harmonisk samordning mellem intention, krop og omgivelser. En bevægelses-

Særligt om på krydsbevægelser

Bilateral integration er samlebetegnelsen for alle bevægelser og bevægelseskæder, der koordinerer højre og venstre side af kroppen. Langt de fleste af vores bevægelser kræver et godt samarbejde mellem de to sider, for at bevægelserne bliver så flydende, ubesværede og godt koordinerede som muligt. Manglende samarbejde mellem højre og venstre hjernehalvdel har negativ indvirkning på udviklingen af krydsbevægelser, krybe, kravle, løbe, udføre fagter til sange og meget andet.

Krydsbevægelser træner hjernens højre og venstre side i at samarbejde, hvilket har stor betydning for vores evne til at tilegne os skriftsprog. Hjernebjælken er den "bro", informationerne fra henholdsvis venstre og højre hjernehalvdel skal passere for at kunne skabe mening i en række af små sorte skrifttegn. At læse kaldes derfor med rette den ultimative hjernebjælkeøvelse.

Derudover giver ekstraordinær stimulation af finmotorikken et slags overflow, der gavner og støtter sprogområdet. Det kan være leg med legoklodser, magnetkugler, tegne, lave perleplader, samle små insekter op fra skovbunden eller lignende.



kvalitet og udførelse afhænger altså af fx barnets lyst til komme fra A til B (intentionen), barnets aktuelle motoriske kapacitet og rytmiske fornemmelse (kroppen) og de fysiske og sociale rammer, som barnet indgår i, fx underlagets beskaffenhed og om der er en voksen, der opmuntrer og støtter (omgivelserne).

Vi lægger oftest mærke til andres eller vores egen bevægelseskoordination, når den ikke fungerer. Når linedanseren snubler på linen, når tennisspilleren slår bolden ud af banen, eller når et barn prøver at slå en vejrmølle, men ender med at tumle rundt på græsset i stedet. Når bevægelseskoordinationen fungerer, lægger vi derimod slet ikke mærke til den. Når bevægelserne foregår i samordning mellem intention, krop og omgivelser, er de rytmisk afstemte og dermed glidende og ubesværede.

Rytme og sprog

Rytmen er et bærende element i sproget, og det tætte bånd mellem rytme og krop har også betydning for barnets udvikling og mestring af sproget. Hos børn udløser mange bevægelser rytmiske lyde eller sang, fx når barnet løber, gynger eller sjipper. Med sangen og dens iboende rytme understreges bevægelsens rytme og krop; lyd og sprog smelter sammen.

At lade børn lege, eksperimentere, opleve og høre rytmer er væsentligt for barnets sprogtilegnelse. Dette kan fx gøres gennem sange, leg med ord og rim. Rytme styrer børns opmærksomhed og understøtter samtidig ordenes mening.