



Af Nanett Borre

Den motoriske udvikling

Børns sansemotoriske udvikling kan påvirkes. Den afhænger af de fysiske rammer, og af, at de voksne er gode rollemodeller for børnene og giver børnene mulighed for at bevæge sig. De voksne skal også rose, støtte og anerkende børnene, når de bruger deres krop.

Førhen forstod man børns udvikling sådan, at alle udviklede sig efter et fast skema, der altid fulgte den samme rækkefølge og samme tidsplan.

I dag ved vi, at den sansemotoriske udvikling er påvirkelig, og afhængig af flere både udefra og indefra kommende faktorer. De udefra kommende faktorer, der har betydning er: det fysiske miljø, og det sociale miljø, som barnet færdes i dagligt. De indefra kommende faktorer er barnets krop, engagement, deltagelse og lyst til at bruge kroppen. Forenklet sagt, så lærer børn kun de motoriske færdigheder og bevægelseskæder, som de får mulighed for at øve sig i.

Miljøets betydning

Det fysiske miljø:

Hvilke muligheder har barnet for at bruge krop og sanser i sin hverdag både hjemme og i dagtilbuddet? Hvordan er de fysiske rammer indrettet – både indendørs og udendørs? Er der både plads til store armbevægelse, vild tumlen og gang i den? Og er der små åndehuller af stilhed og ro, som man kan trække sig tilbage til og få både hjerte og hjerne til at slappe af? Er der mulighed for at lege på forskellige planer? Er der mulighed for at kante sig over, under og gennem noget? Kan man kravle, mose og mosle sig op af fx en bakke på legepladsen, en bunke af store puder eller på en til lejligheden opstillet forhindringsbane? Giver hverdagen mulighed for, at man kan sanse, opleve og lege med mange forskellige materialer: Vand, sand, mudder, dej, modellervoks, træ, sten, papir, perler, klodser?

Hvilke regler hersker der i hjemmet og dagtilbuddet, som begrænser muligheden for at bruge krop og sanser så aktivt og mangfoldigt som muligt? Må man løbe på gangene,

hoppe i sofaen, og er det tilladt at afprøve egne grænser ved fx at få lov til at klatre i træer, hoppe ned fra vindueskarmen eller trille rundt i en efterårsmudderpøl?

Er der mulighed for at deltage aktivt omkring dagligdags opgaver tilpasset efter barnets motoriske og kognitive formlåen? Som fx at dække bord, selv at komme op på stolen, af- og påklædning, oprydning, personlig hygiejne osv.?

Hvordan er dagen struktureret? Er der plads til fordybelse og børnenes egenleg? Er der planlagte strukturerede aktiviteter, der tager udgangspunkt i sanser, krop og bevægelse?

Det sociale miljø:

Det sociale miljø udgøres af ros, anerkendelse, støtte, hjælp, motivation og inspiration fra opmærksomme voksne, legekammerater og primære omsorgspersoner. Voksne der gennem brugen af deres egen krop viser glæden, lysten og muligheden for at involvere sanser og krop i det levede liv i barnets dagligdag.

Taler vi som primære omsorgspersoner ikke kun med vores stemme og via ord, men viser vi også vores interesse og deltagelse ved at kommunikere med vores krop, mimik, gestik og aktiv fysisk medleven?

Den motoriske udviklings fire faser

Den amerikanske bevægelsesforsker David Gallahue illustrerer den motoriske udvikling ved at sammenligne den med et timeglas¹. Timeglasset får tilført "sand" fra to forskellige kilder, der symboliserer arven og miljøets påvirkning på udviklingen.



Læg mærke til, at beholderen, der symboliserer arv, har et låg på, hvilket betyder, at indholdet er forudbestemt og ikke kan ændres. De arvemæssige anlæg, der har betydning for vores motoriske udvikling er vores egen individuelle anatomi. Beholderen, der symboliserer miljø, har derimod intet låg, hvilket betyder, at vi til stadighed kan hælde mere i beholderen, og dermed være med til at påvirke indholdet.

Timeglasset er desuden opdelt i de fire forskellige faser, der kendetegner den motoriske udvikling.

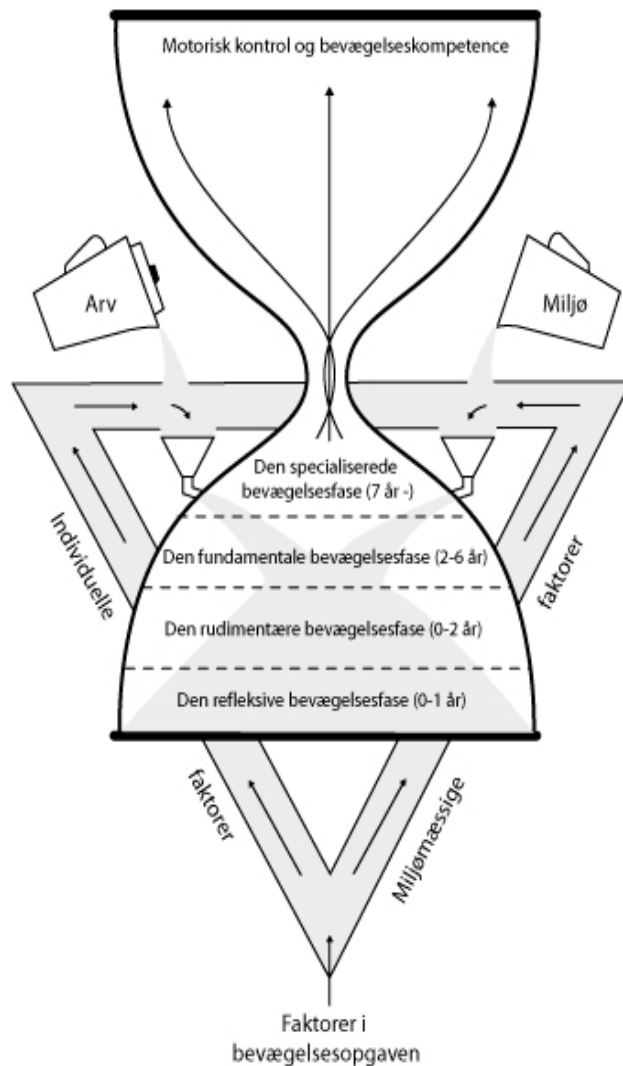
Den refleksive fase 0-1 år:

Denne fase strækker sig over barnets første leveår, og er først og fremmest domineret af ubevidste reflekser. Forskellige sansepåvirkninger udløser ubevidste reflekser hos det lille barn, der i første omgang har til hensigt at sikre barnets overlevelse og sikkerhed. Et par eksempler, på en ubevidst refleks hos det lille barn, kan fx være sutrefleksen, der udløses ved et strøg eller en berøring af barnets kind. Berøringen vil automatisk få barnet til at vende hovedet til den side berøringen kom fra, i søgen efter et bryst eller en flaske – det næste måltid. Synkereflexen er en anden af de ubevidste reflekser, der sørger for, at når barnet får noget i munden, som fx mælk, vil det automatisk synke den og dermed sikre, at barnets indtager næring.

Refleksbevægelserne giver desuden barnet en masse sanseindtryk, som hjernen trænes i at sortere i, analysere og sætte ind i større sammenhænge, for dermed at give barnet en større forståelse af sin egen krop og dens interaktion med omgivelserne. Denne begyndende sanseintegration er med til at skabe hele fundamentet for barnets motoriske udvikling. Endelig er reflekserne med til at opretholde og styrke kropsspændingen, som er forudsætningen for al motorisk aktivitet.

Den rudimentære fase 1-2 år:

I denne fase får barnet gradvist kontrol over sine egne bevægelser, og i sit andet leveår lærer det forstadierne (rudimenterne) til nogle af de grundbevægelser, som det gerne skulle videreudvikle i den fundamentale fase. Dette sker ved, at nogle af de refleksive bevægelser, der sættes i gang, er forløberer for, at barnet går fra at være et lille sprællende og relativt hjælpeløst væsen, uden de store



(Kilde: Gallahue og Ozmun 2006 – Modellen er oversat til dansk af Andersen, og Brønsted 2009²)

bevægelsesmæssige muligheder, til at blive en gående og ivrigt undersøgende tumling.

Et eksempel herpå kan være, at et maveliggende barns første forsøg på at skubbe overkroppen op fra gulvet. Den taktile stimulation, der foregår på forsiden af barnets krop fra underlaget, udløser en refleks, der støder armene i gulvet og skubber fra, så overkroppen løftes op, udsynet bedres og er et af de første skridt på vejen mod at komme op at stå.

¹ Gallahue, D. og Ozmun, J.C. (2006): "Understanding motor Development – infants, children, adolescents. McGraw-Hill Education.

² Andersen, K. og Brønsted, B. (2009): "Leg så hjernerne banker". Dafolo Forlag.



Den fundamentale fase 2-6 år:

I denne fase videreudvikler og udvider barnet det basale bevægelsesrepertoire, som det har tillært sig i de første to år af sit liv. Nye bevægelsesfærdigheder øves igen og igen, tillæres og udbygges, så både kvantitet og kvaliteten af udførelsen hele tiden forbedres.

Målet med denne fase er at lære og øve sig i alle grundbevægelserne: At kravle, krybe, løbe, balancere, klatre, svinge, gynge, trille, trække, snurre, skubbe, springe, kaste, vippe, gribe, gå hoppe, hinke. Disse bevægelser er væsentlige at beherske på en sådan måde, at de er præcise, velkoordinerede og mekanisk effektive.

Grundbevægelserne er ens for alle børn jorden rundt, og uafhængige af tidsalder, sociale tilhørsforhold, race, økonomi, personlige præferencer og kultur. Denne fase lægger, sammen med de to forrige, hele fundamentet for det enkelte menneskes fortsatte bevægelsesudvikling.

Den specialiserede fase 6 år -resten af livet:

Fra og med dette stadie, vil hver enkelt udvikle sig i mange forskellige retninger. For denne specialiserede fase, der består af bevægelsesmæssige færdigheder, er i modsætning til grundbevægelserne fra forrige fase, i høj grad farvede af, hvilken etnicitet, kultur, økonomi, sociale og familiære tilhørsforhold og personlige interesser den enkelte har. Den består nemlig af alle de bevægelser og bevægelseskæder, vi kan foretage os med vores krop, og som er baserede på grundbevægelserne herunder blandt andet: forskellige former for dans, idrætsgrene med hver deres unikke og specifikke bevægelser, cykling, håndtering af alverdens forskellige redskaber som hæklenåle, motorsave, pincetter, perler, loddekolber og mange mange flere.

Evnen til at lære nye bevægelser bygger på det motoriske fundament, som børnene har skabt i løbet af de foregående faser. Jo mere de har øvet sig og jo flere motoriske erfaringer, de har gjort sig, des lettere er det at lære nyt og bygge videre på tidligere motoriske og sanssemæssige erfaringer. Netop derfor er det så vigtigt, at børn i de første 6 år af deres liv får mulighed for at udvikle et så solidt og stærkt motorisk fundament som overhovedet muligt.

På intet andet tidspunkt i vores liv har et halvt år eller bare nogle måneder så stor betydning for, hvad vi er i stand til at forstå, udføre og deltage i, som i de første 6 år af vores liv. Udviklingen går så hurtigt, at den på visse tidspunkter næsten kan tage kvantespring fra den ene dag til den næste.

Børn udvikler sig på forskellig vis og i forskellige tempi. Et barn rejser sig og går de første skridt allerede i 10 måneders alderen. Et andet barn venter med at tage det første skridt til det er 1 1/2 år gammelt. Begge børn kan stadig være indenfor normalgrænsen af den sansemotoriske udvikling.

Mestring

At kunne mestre sin egen krop og indgå i det daglige fællesskab, rutiner og aktiviteter har stor betydning for barnets forståelse af sin egen position i livet. Mestring dækker over en hel masse forskellige kompetencer og evner, der er forskellige alt efter hvilken alder, motorisk og kognitiv udviklingsniveau, man har. Det er evnen og muligheden for at kunne deltage aktivt i eget og andres liv

At kunne klare flere dagligdags aktiviteter som fx af- og påklædning giver barnet mulighed for selvstændigt at navigere gennem dagen, føle sig værdsat og anerkendt og en følelse af at være en del af "flokken", der bidrager til fællesskabet. At kunne hjælpe sig selv giver barnet en værdifuld oplevelse af mestring.

Dagligdags handlinger og aktiviteter er handlinger, der omhandler områder i barnets liv, hvor det er i stand til at udføre disse til varetagelse af egne behov. Som fx personlig hygiejne, spisning, af- og påklædning, at kunne tilvejebringe genstande eller legetøj, som man måtte have brug for. Men det er også opgaver, som barnets forventes at kunne, for at man kan være en del af et aktivt fællesskab med de mennesker, der omgiver en. Det kan være borddækning, deltagelse i fællesaktiviteter og oprydning efter leg.

Disse aktiviteter kræver både en kognitiv bevidsthed omkring processen: Hvorfor skal man gøre som man gør? I hvilken rækkefølge skal opgaven løses? Samt en masse motorisk planlægning, så opgaven kan udføres så hensigtsmæssigt som overhovedet muligt.