Volop kansen voor motorische en zintuiglijke ontwikkeling!

Auteur: *Maaike van der Ploeg-Feenstra*

Jonge kinderen leren met hun lichaam. Ze verkennen hun omgeving door te grijpen, bewegen, proeven en ruiken. De gewone dagelijkse situaties in een kindercentrum bieden dus volop kansen. Juist daarom zorgt *Uk & Puk* bij élke activiteit voor een motorisch of zintuiglijk moment. Als pedagogisch medewerker kun je kinderen met *Uk & Puk* doelbewust activiteiten aanbieden, waarmee ze nieuwe motorische en zintuiglijke ervaringen opdoen. Hoe werkt dat precies?

Lichamelijke ontwikkeling

De lichamelijke ontwikkeling kent verschillende aspecten: *grote motoriek* (kruipen, zitten, staan, lopen), *fijne motoriek* (gebruik van vingers en mondspieren) en *sensorische (of zintuiglijke) ontwikkeling*. Bij sensorische ontwikkeling gaat het over de ontwikkeling en het gebruik van de zintuigen. Mond, neus en oren zijn bekende voorbeelden. Maar ook in onze spieren zitten zintuigen die de hersenen informatie geven over bijvoorbeeld onze lichaamshouding. Onze huid is het zintuig dat aangeeft hoe dingen voelen (koud, warm, nat, zacht). En in ons oor zit het evenwichtszintuig dat de hersenen informatie geeft over onder meer het rechtop houden van ons hoofd.

Oefenen met zintuigen

Vanaf het moment dat een kind geboren wordt, start de grote en fijne motorische ontwikkeling en ook de zintuiglijke ontwikkeling. Dat lijkt vanzelf te gaan. Toch is het belangrijk een kind de tijd en ruimte te geven om bewegingen te oefenen én ervaringen op te doen met alle zintuigen. Want na verloop van tijd gaan handelingen dan automatisch. En pas als kinderen de ene vaardigheid onder de knie hebben, kunnen ze over naar het uitproberen van een andere (moeilijkere) vaardigheid. *Kortom: hoe meer een kind doet, hoe meer het kan.*

© Uitgeverij Zwijsen B.V. - www.ukpuk.nl - www.pukenko.nl

Leeftijd	Fijne motoriek	Grote motoriek
3 maanden	Handen blijven in rust geopend.	Hoofd blijft achter als het kind tot zit wordt opgetrokken.
6 maanden	Pakt speeltje van de ene in de andere hand (als het kind op de rug ligt).	Speelt met voeten (als het kind op de rug ligt).
9 maanden	Grijpt blokje met vingers, niet meer met handpalm.	Kruipt op handen en knieën of voeten. Zit zelf, met handen vrij om te spelen.
12 maanden	Bouwt toren van twee blokken. Gebruikt volwassen greep (duim en topje van de wijsvinger).	Staat alleen zonder hulp. Zet eerste stapjes.
15 maanden	Kan kleine blokken in het juiste gaatje van de blokkendoos doen.	Speelt op de hurken zittend. Gaat staan zonder zich vast te hoeven houden.
18 maanden	Slaat de bladzijden van een boek om, twee of drie tegelijk.	Kan zelf in laag stoeltje gaan zitten. Klimt de trap op met hulp van de leuning.
24 maanden	Bouwt een toren van zeven blokken. Rijgt kleine kraaltjes.	Schopt bal vooruit. Springt met beide voeten van de vloer.
30 maanden	Heeft voorkeur voor gebruik van rechter- of linkerhand.	Staat even op één been. Rijdt op een driewieler.
42 maanden	Kan binnen 25 seconden tien knikkers of rozijntjes in flesje stoppen.	Staat 10 seconden op de tenen. Huppelt.
4 jaar	Knipt binnen 1 mm speling langs een lijn van 25 mm.	Kan kopjeduikelen. Kan ongeveer een halve meter ver springen.

Bron: De motoriek van kinderen, Lisa A. Kurtz

Motorische mijlpalen

De ontwikkeling van de motoriek verloopt in mijlpalen. Voorspelbare stappen die elk (gezond) kind doorloopt. Bovenstaand schema geeft een overzicht van de mijlpalen voor kinderen van 3 maanden tot 4 jaar.

Eigen tempo

Geen kind is hetzelfde. Ook niet in de ontwikkeling van motoriek en zintuigen. Niet alle kinderen halen een mijlpaal op dezelfde leeftijd. Waar het ene kind vlot is, is het andere kind wat trager. Jongens lopen bijvoorbeeld vaak wat later dan meisjes. Er mag dus best variatie in de ontwikkeling zitten, want elk kind ontwikkelt zich in een eigen tempo. Tegelijkertijd verloopt de motorische ontwikkeling wel volgens een voorspelbaar patroon. En daarmee zijn de motorische mijlpalen een goed hulpmiddel om te zien of de ontwikkeling van een kind (te) langzaam verloopt of (te) snel ten opzichte van het gemiddelde.

Kansen in Uk & Puk

Uk & Puk biedt in elk thema activiteiten om gericht de motorische en zintuiglijke ontwikkeling van jonge kinderen te stimuleren. Deze activiteiten passen altijd binnen het onderwerp van het thema dat aan de orde is.

- Bijvoorbeeld het spel 'Koffer van Puk' in het thema *Wat heb jij aan vandaag?*. Dat is niet alleen een verstopspelletje, maar ook een zintuiglijke ervaring. De kinderen voelen aan de kleding van Puk (lekker zacht, nog zachter) en mogen later in de activiteit 'Puk gaat logeren' de koffer tillen. Dat doet dan weer een beroep op hun grote motoriek en de zintuigen die zorgen voor lichaamsbesef.
- In 'Nieuwe kleren voor Puk' mogen de kinderen proberen Puk aan te kleden. Tijdens deze activiteit benoemen de kinderen verschillende kledingstukken en oefenen ze de oog-handcoördinatie.

© Uitgeverij Zwijsen B.V. - www.ukpuk.nl - www.pukenko.nl

Ook gedurende de dag is het goed alert te blijven op voldoende beweegmomenten. Stel daarbij de volgende vragen:

- Komen allerlei vormen van bewegen goed aan bod?
- Zijn er genoeg momenten om even buiten te spelen?
- Welke kinderen hebben misschien wat meer stimulans nodig?

Bewegen is voor elk kind een must. Hoe meer beweging hoe beter.

Kinderen observeren

Uk & Puk gebruikt een speciale observatielijst motoriek voor baby's en peuters. Deze lijst: *Zo beweeg ik* is te bestellen bij de CED-Groep: www.cedgroep.nl. Hiermee is heel precies in beeld te brengen hoe een kind zich motorisch ontwikkelt. Wijkt de ontwikkeling van een kind af van de norm, dan is dat niet direct een reden tot zorg. Elk kind heeft namelijk zijn eigen ontwikkeltempo. Wel is het goed om veel te kijken naar de kinderen en daarbij na te gaan of de kwaliteit van bewegen goed is.

- Doorlopen ze alle mijlpalen?
- Kan het kind rollen en kruipen?
- Kan het kind zitten en staan?

Bespreek zorgen altijd met de ouders. Zij kunnen advies vragen op het consultatiebureau. Of u kunt – na overleg met de ouders – een deskundige het kind laten observeren.

Motoriek en Puk & Ko

Het programma van *Puk & Ko* bevat geen expliciete motorische activiteiten. Maar *Puk & Ko* is zo speels en betekenisvol van opzet, dat binnen de thema's in een handomdraai motorische en sensorische activiteiten te bedenken zijn:

- Zo kan bij het thema *Wat heb je aan vandaag?* een lange bank als 'catwalk' dienen. Stimuleer kinderen – tijdens een modeshow – over de bank te lopen (met of zonder hulp); een mooie kans om al lopend evenwicht te zoeken.
- Of zorg bij het thema *Eet smakelijk!* dat kinderen goed gevulde boodschappentassen verplaatsen. Het duw- en trekwerk stimuleert de spierzintuigen en beïnvloedt de lichaamshouding en het lichaamsbesef.
- In het thema *Reuzen en kabouters* kunnen kinderen als kabouters in de zandbak kruiwagens vol met zand scheppen. Of maak van matten een klim-, klauter- en kruipparcours waarlangs de kabouters hun weg naar huis moeten zoeken.

Beweegkriebels

Een interessante site bij dit onderwerp is: www.beweegkriebels.nl. Professionals en ouders kunnen op deze site ideeën, tips en informatie vinden over bewegen met baby's, dreumesen en peuters.

Pedagogisch kader

In *Pedagogisch Kader Kindercentra 0-4 jaar* van Elly Singer en Loes Kleerekoper vind je in het hoofdstuk 'Bewegen en zintuiglijk ervaren' informatie over de motorische en zintuiglijke ontwikkeling van jonge kinderen.

© Uitgeverij Zwijsen B.V. - www.ukpuk.nl - www.pukenko.nl