

Het belang van een goede motorische ontwikkeling



Er gebeurt erg veel in de ontwikkeling van motoriek in de leeftijd van 4 tot 7 jaar. Een kind maakt verschillende fasen door in deze leeftijdscategorie. Het is belangrijk dat een kind ook daadwerkelijk deze verschillende fasen doormaakt, omdat indien dit niet gebeurt er dan bv in groep 3 problemen kunnen ontstaan met fijn motorische activiteiten.

Het is belangrijk dat een kleuter leert klimmen, klauteren, schommelen, hinkelen, ritmisch kan springen op twee voeten, balanceren, fietsen etc. Gelukkig leren heel veel kinderen dit spelenderwijs zelf heel goed. Er is ook een groep kinderen die deze basisvormen van motoriek niet goed gaat beheersen. Het is vaak lastig om hier een duidelijke oorzaak voor te vinden. Het blijkt dat jongetjes veel meer problemen hebben met grof motorische activiteiten dan meisjes.

Indien zich problemen voor doen in de motoriek dan is het belangrijk als ouder om je kind te stimuleren. Je kan bv door een bos gaan wandelen en kijken naar de prachtige bomen, maar je kan ook door het bos lopen en af en toe eens over een omgevallen boom gaan balanceren of van boom naar boom springen of hinkelen of een wedstrijdje gaan doen wie het eerste bij de volgende boom is. Het kind leert op die manier op een speelse manier zijn motorische vaardigheden ontwikkelen. Kinderen in de leeftijdscategorie van 4 tot 7 jaar zullen niet zo snel zeggen: “pap of mam, ik kan niet rennen of hinkelen, wil je me helpen?”. Ze voeren de vaardigheid gewoon niet uit, omdat ze denken of ervaren dat ze het niet kunnen. Zo kunnen ze in een negatieve spiraal terecht komen en kunnen bv faalangstig worden tijdens gymles.

Voor kleuters en kinderen uit groep 3 en 4 is het ook van belang dat ook de oog-hand-coördinatie en fijne motoriek goed ontwikkeld worden. Het is dan ook heel goed om thuis b.v. te gaan gooien of stuiten met een bal om balvaardigheden te ontwikkelen. Belangrijk is ook om eens met een kind te gaan knippen, vouwen en plakken, prikken, kleien, figuren natekenen en voorbereidende schrijfoefeningen te gaan doen. Spelletjes als mikado, spelen met knex of lego, puzzelen en mozaïekfiguren maken zijn niet alleen goed voor de fijn motorische ontwikkeling maar ook voor de ruimtelijke ontwikkeling en dit alles is weer belangrijk om te leren schrijven in groep 3.

Om thuis ook wat bewuster bezig te zijn met de motoriek zijn er tips op de website geplaatst.

Met vriendelijke groet,

Anita Hart
Kinderfysiotherapeute