

Motoriske forudsætninger for at kunne holde på en blyant

Mange børnehaveklasseledere har de seneste år stillet mig spørgsmålet, hvordan får vi børnene til at holde "rigtigt" på blyanten?



Af Chalotte Runge.
Foto: Per Ølholm.

Jeg har været så heldig at deltage i mange forskellige projekter, hvor jeg har haft mulighed for at kigge på børns motorik. Det er super spændende, og jeg lærer hele tiden noget nyt. Udover at kigge på børnenes grovmotorik i gymnastiksalen og til diverse tests, har jeg også været "flue på væggen" i klasselokalet både i børnehaveklassen og indskoling.

Her er jeg blevet opmærksom på, at mange børn bruger uforholdsmæssigt meget energi på at løse de fin-



Foto: Chalotte Runge.



Foto: Chalotte Runge.

motoriske opgaver såsom at skrive, klippe og lege med perler. Det betyder ofte, at de ikke kan holde koncentrationen i så lang tid ad gangen og dermed begynder at lave uro. Ved at kende de bagvedliggende motoriske forudsætninger for at kunne lave finmotoriske opgaver, bliver det ofte lettere at hjælpe børnene, således at de lærer at mestre aktiviteterne. De får derved mulighed for at få en succesoplevelse med eksempelvis at skrive, tegne og klippe. Det kan være med til at give dem lyst til at øve sig på aktiviteterne i fritiden.

Som det fremgår af casen, bruger Peter meget energi på at få fingrene til at gribe rigtigt om blyanten. Min indgang til emnet vil derfor handle om hvilke motoriske forudsætninger, det kræver, for at kunne udføre finmotoriske aktiviteter, og derefter vil jeg komme med et bud på, hvad man kan gøre for at hjælpe Peter.

De kropslige forudsætninger for at disse finmotoriske opgaver kan lykkes, består af fire motoriske grundelementer. De fire grundelementer kan sammenlignes med en taburet med fire ben, hvor hvert ben udgør et grundelement. Mangler eller fungerer det ene af benene ikke godt, vil taburetten være ustabil eller vælte. Alle fire ben er vigtige for, at opgaven kan lykkes.

CASE

Peter i børnehaveklasse U er i gang med at løse en opgave, hvor han skal tegne en streg mellem to linjer uden at røre linjerne. Han holder på blyanten med alle fem fingre i et meget krampagtigt greb. Han ligger ind over bordet og arbejder meget tæt på papiret. Børnehaveklasselederen har flere gange i samme time bedt ham sætte sig op på stolen og vist ham, hvordan han skal placere fingrene på blyanten. Han lytter til instruktøren, og det lykkes ham også kortvarigt både at sidde op og holde på blyanten med et pincetgreb. Et par minutter senere kommer læreren tilbage, og Peter ligger igen ind over bordet, er tilbage ved sit favoritgreb og fingrene er helt hvide af at trykke på blyanten, Hvorfor hører Peter ikke efter?

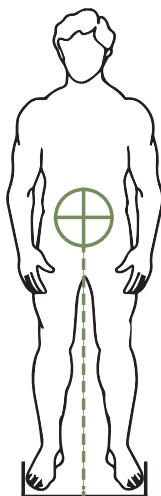
De 4 grundelementer består af:

1. Balance
2. Taktil diskriminering
3. Bilateral koordination
4. Håndfunktion

Prøv at identificere hvilket af benene, der er ustabile, når finmotorikken driller.

Hvor er Peter udfordret indenfor disse fire områder?

1. Balance handler om at kunne balancere sin krop på den understøttelsesflade, man står eller sidder på.



Balancen er afhængig af, at mange systemer fungerer godt i samspil herunder synet, sansesystemerne og muskel-skeletsystemet.

Peter er udfordret i forhold til sin balance, idet han hænger ind over bordet og kun kan holde sig oprejst i kort tid ad gangen. Det kan hænge sammen med manglende stabilitet omkring mave og ryg.

Årsagen kan være, at han aktiverer de forkerte muskler til at holde kroppen stabil, og disse muskler egner sig ikke til at arbejde i lang tid ad gangen.

En måde at kompensere for den manglende stabilitet omkring kropstammen kan være at holde krampagtigt på blyanten, dvs. når han ikke har stabiliteten omkring kropstammen, finder han stabiliteten et andet sted.

2. Taktil diskriminering er følesansens evne til at kunne registrere og



Foto: Chalotte Runge.

genkende specifik berøring på huden. Den har betydning for barnets evne til at mærke overfladen på, hvad de har mellem hænderne – om det er rundt, kantet, spidst o.s.v. Den taktile diskriminering spiller en vigtig rolle, når børn skal manipulere små genstande (f.eks. blyant, viske-

læder, mønter, knapper og lign.) mellem fingrene.

Peters fingerstilling er ikke så hensigtsmæssig, idet han bruger alle fem fingre, hvilket kan hænge sammen med at han har svært ved at mærke overfladen på blyanten. At have problemer indenfor taktil diskriminering kan sammenlignes med at have plastichandsker på. Det er svært at mærke detaljerne.



Foto: Bjørn Pierri Enevoldsen.

3. Bilateral koordination: Bilateral koordination handler om samarbejdet mellem de to kropshalvdele. Den bilaterale koordination har bl.a. betydning for barnets evne til at udvikle hånddominans og løse opgaver, der kræver samarbejde mellem højre og venstre side af kroppen.

Peter ser ikke ud til at have problemer på dette område, idet hans støttehånd arbejder fint med at holde papiret, mens den anden skriver.



Foto: Bjørn Pierri Enevoldsen.

4. Håndfunktion: Barnets håndfunktion består i stærke fingermuskler, som kan arbejde velkoordineret ved en given opgave. Muskelkoordinationen i hånden er vigtig for evnen til at kunne lave præcise bevægelser samt at kunne arbejde over længere tid uden at blive udtrættet.

Hvis der er problemer på dette område, vil barnet ofte udtrættes hurtigt i fingermusklerne, og barnet vil lave bevægelsen fra skulderen. Peter ser umiddelbart heller ikke ud til at have problemer her.

Som det fremgår af ovenstående, er det en ret krævende opgave at holde på en blyant. Vi kan sammenligne det med, at vi står øverst på en stige, der vakler, og er i gang med at male loftet, og der hele tiden kommer en forbi os og forsøger at lave vores fingerstilling rigtig. Vi kan holde retelsen i kort tid, før vi må skifte tilbage til det, der umiddelbart tjener os bedst.

Hvad kan vi gøre for at hjælpe Peter?



Foto: Bjørn Pierri Enevoldsen.



Foto: Bjørn Pierri Enevoldsen.

Ideer til tiltag:

1. Nedsat balance:

- Siddemøbler, der kan vippe lidt, så muskler i mave og ryg stimuleres.
- Styrkelege, der stimulerer stabiliteten i mave og ryg ex"klappe fingre"
- Balancelege
- Lege, der træner skulderstabilitet
- Lad barnet skrive stående på en lodret flade ex. tavlen/stort stykke papir på væggen, det tillader, at barnet bruger hele kroppen.

2. Nedsat taktildiskrimination:

- Gætte ting i pose med lukkede øjne, herved trænes evnen til at kunne mærke de forskellige tings overflade uden synets hjælp
- Lad barnet skrive med tykke blyanter eller med en fortykker
- Lege med perler, det stimulerer evnen til at kunne manipulere små genstande.

Afsluttende:

En vigtig pointe i alt det her er, at vi ikke gør det til et for stort problem for børnene, at de eksempelvis holder akavet på blyanten, så de føler sig helt forkerte over det. Det essentielle er, at vi har en forståelse for, hvad årsagen er til, at de har svært ved en finmotorisk opgave, så vi kan hjælpe dem den vej.

Vigtigst af alt er at have fokus på den gode oplevelse – hvordan gør vi det sjovt for børnene at lære de motoriske grundelementer både indenfor fin- og grovmotorik – i klasselokalet og på legepladsen? Den gode oplevelse giver børnene succesoplevelser, og det giver lyst til mere.

Chalotte Runge

Chalotte Runge er fysioterapeut og Bach.Scient i idræt. Hun ejer virksomheden motorikcenter.

Motorikcenter laver videreuddannelse af pædagoger og lærere indenfor leg, bevægelse og motorisk observation.

Til efteråret udbyder Motorikcenter en ny uddannelse til Bevægelses Mentor. Målet er at uddanne ambassadører indenfor bevægelse med særligt fokus på, hvordan bevægelse kan bruges til at skabe mere sjov og bedre inklusion.

Målgruppe: Voksne der arbejder med børn i alderen 5-10 år.

Praktisk info: Start september 2014, slut juni 2015.

Moduler: 10 moduler hvor hvert modul er en dag.

Læs mere på www.motorikcenter.dk
Kontakt os på info@motorikcenter.dk
Telefon: 30341384.

