

Hoofdstuk 16: Bewegen en zintuiglijk ervaren

Bewegen is de basis

Meteen na de geboorte leert een kind met zijn lichaam en zintuigen de wereld kennen. Hij zoekt de borst van zijn moeder, ruikt haar geur en voelt haar huid. Vanaf dat moment begint de ontwikkeling van de motoriek en de zintuiglijke ervaring. Een ontwikkeling die je niet los kunt zien van andere leer- en verzorgingsgebieden. Want of je nou een kind verschoont, zelf leert eten of voorleest, in de kern gaat het altijd om beweging en zintuiglijk ervaren. HELEEN VAN DER VELD

Het hoofdstuk Bewegen en zintuiglijk ervaren werd geschreven door Hanneke Poot en gaat over *Kijk, ik kan het zelf* en *Kijk, ik voel, denk & ontdek*. Maar ook over de bewustwording van de eigen ik en de relatie met anderen: *Kijk, ik mag er zijn*, en *We kunnen het samen*.

Ontwikkelingsfasen

De ontwikkeling van de motoriek en zintuigen is grotendeels genetisch verankerd. Dit betekent dat de meeste kinderen tussen nul en vier jaar dezelfde ontwikkeling doormaken, maar in een verschillend tempo. Soms zelfs in een andere volgorde. Daar hebben sommige bewegingstherapeuten moeite mee. Zij vinden het belangrijk dat een baby zich in 'de juiste volgorde' ontwikkelt. Dat wil zeggen: na het optillen van het hoofd en de buikligging volgt het omrollen en zitten zonder steun. Daarna gaat het kind lopen door zelf

houvast te zoeken aan richeltjes en meubels. Als het kind dat beheerst, zal het vanzelf los gaan lopen.

Pedagogisch medewerkers moeten baby's de kans geven elke fase van de eerste motorische ontwikkeling te doorlopen. Dit betekent dat je een kind op de buik moet leggen, ook als hij in eerste instantie protesteert. Want alleen vanuit buikligging, steunend op armen en handen, leert een kind goed kruipen. Rond de eerste verjaardag zie je duidelijke verschillen in voorkeuren tussen kinderen. Waar de een zich bekwaamt in de grove motoriek, richt de ander zich op de fijne motoriek. Op hun achtste jaar hebben ze allemaal dezelfde ervaringen opgedaan en is het zenuwstelsel gerijpt.

De ontwikkeling van de grove en fijne motoriek is een ononderbroken proces, waarbij de ene vaardigheid voortbouwt op de volgende. Een belangrijke rol is weggelegd voor het zenuwstelsel. Dit informatiecentrum verwerkt de zintuiglijke waarnemingen om ze vervolgens door te sturen naar de spieren of interne organen. Voor een optimale ontwikkeling van het zenuwstelsel geldt dat:

- kinderen niet alleen veel, maar ook

veelzijdig moeten bewegen

- kinderen verschillende positieve zintuiglijke prikkels moeten ervaren
- herhalingen cruciaal zijn voor het leggen van verbindingen tussen zintuiglijke prikkels en bewegen. Een kind dat oogcontact heeft met een pedagogisch medewerker en zijn armpjes uitstrekt, ontdekt na verloop van tijd dat deze beweging ervoor zorgt dat hij wordt opgetild.
- kinderen rust en tijd nodig hebben om hun ervaringen te verwerken en op te slaan in hun geheugen.

Veiligheid en welbevinden

Bij kinderen die lekker in hun vel zitten, gaat de motorische en zintuiglijke ontwikkeling grotendeels vanzelf. Je helpt een kind de goede richting op door:

- een uitdagende, maar veilige, omgeving aan te bieden; buiten en binnen!
- een gevarieerd spelaanbod te bieden
- aan te sluiten bij het spontane spel van kinderen
- goed te observeren waar een kind aan toe is en daar op in te spelen
- niet te focussen op prestaties; het plezier staat voorop
- het kind letterlijk en figuurlijk de ruimte te geven.

**Kinderen moeten
veel én veelzijdig
bewegen**



Fijne motoriek

Baby's hebben nog weinig controle over hun bewegingsapparaat. Ze zijn vooral afhankelijk van hun automatische reflexen. Ze zuigen als ze melk krijgen en draaien hun hoofd 'vanzelf' in de richting van een vertrouwde stem. De volgende stap is de ontwikkeling van gerichte bewegingen. Die gaat gepaard met vallen en opstaan. Letterlijk en figuurlijk. Door bewegingen vaak te herhalen, krijgen ze lastige bewegingen onder de knie. Dat is goed te zien bij de oog-handcoördinatie. Eerst grijpt de baby 'mis' als hij een speeltje wil aanpakken, maar na verloop van tijd heeft hij het direct te pakken.

De ontwikkeling van de fijne motoriek is een fascinerend proces. Als kinderen vanaf acht maanden hun handen gericht gaan gebruiken, ontdekken ze in rap tempo wat ze er allemaal mee kunnen. Pakten ze in eerste instantie objecten met de hele hand vast, nu gebruiken ze duim en wijsvinger. Ze leren de handen te spreiden, zodat ze makkelijker kleine bewegingen kunnen maken. Stapelspelletjes en het rollen van grote ballen oefent ze hierin.

Balans

Een ontwikkeld balansgevoel is belangrijk voor de ontwikkeling van je bewegingsapparaat. Door te oefenen, leer je welke spieren je moet spannen om jezelf staande te houden in verschillende posities. Je kunt kinderen helpen hun evenwicht te trainen door:

- baby's op je schoot te laten paardrijden. Maar niet te snel, anders heeft het kind geen controle over zijn spierbewegingen.
- dreumesen buiten in de wind te laten spelen. Hoe makkelijk blijven ze staan?
- te zoeken naar stoeprandjes, kuilen, heuvels, ongelijke ondergronden, schommels en glijbanen. Er zijn eindeloos veel situaties waarin het houden van je evenwicht onontbeerlijk is.

Zintuigen

Tast

Door huid- en lijfcontact voelt een kind zich geborgen. Een aai of een arm biedt veiligheid en troost. Maar overval een kind niet. Probeer, voor je een kind aanraakt, oogcontact te maken. En kijk uit met kietelen. Dat kan soms te overweldigend zijn. Kleine kinderen leren op de tast de wereld verkennen. En omdat in de mond veel gevoelige zenuwuiteinden zitten, stoppen ze daarbij van alles in hun mond. Volwassen vinden dat vaak vies, maar als er geen gevaar is, kun je een kind beter zijn gang laten gaan. Bovendien is het een fase; zodra het kind zijn handen opent en leert gebruiken, worden die het belangrijkste tastzintuig.

Er zijn genoeg activiteiten te verzinnen waarbij je kinderen kunt laten voelen.

- Een spelletje waarbij ze moeten voelen aan verschillende vormen en soorten materialen: steen, zand, schuurpapier, en wol. Hoe voelt het? Fijn, vies of zacht?
- Raak het kind op verschillende manieren aan: strelen, kriebelen, kleine drukjes op de rug.
- Laat kinderen met hun handen eten. Dat is ook goed voor de oog-handcoördinatie.

Horen

Baby's vinden het moeilijk om te achterhalen waar een geluid vandaan komt. Het onderscheiden van verschillende geluiden tegelijk, is moeilijk voor alle kinderen. Door overprikkeling neemt de concentratie af.

Zien

Een pasgeboren baby ziet weinig, maar met zes maanden is zijn zicht even goed als dat van een volwassene. Baby's kijken het liefst naar een menselijk gezicht. Als ze beginnen te kruipen, kunnen ze ook diepte zien. Kinderen kunnen visueel overprikkeld raken. Kies in dat geval voor weinig spullen in een rustig gekleurde omgeving. Voor de spullen die wel aandacht mogen trek-

ken, kies je een primaire kleur. Rood is de kleur die een baby als eerste ziet.

Proeven en ruiken

Door smaken en geuren te onderscheiden leert een kind zijn omgeving kennen. Een gevarieerd aanbod is dan ook heel belangrijk. Neem een kind veel mee naar buiten. Elk weertype heeft zijn eigen geur. Op een regenachtige dag ruikt de tuin heel anders dan op een stralende zomerdag. «

Pedagogisch kader kindercentra 0 – 4 jaar

Het Pedagogisch kader is een leidraad voor pedagogisch werk in de kindercentra waarmee instellingen en pedagogisch medewerkers hun eigen weg kunnen vinden.

Het maakt aan de hand van theorie en voorbeelden uit de praktijk zichtbaar wat het pedagogisch werk in kindercentra inhoudt.

Er is opgeschreven hoe we in Nederland kinderen in kindercentra en peuterspeelzalen opvoeden en vanuit welke uitgangspunten er wordt gewerkt.

In deel 1 komt de theorie aan de orde en deze wordt geïllustreerd en uitgelegd aan de hand van praktijkvoorbeelden. De hoofdstukken in deel 2 gaan over de praktijk. Deze zijn opgebouwd volgens een vast stramien, waarin de theorie wordt gekoppeld aan praktijksituaties zoals bijvoorbeeld verschoneren, samen spelen of bewegen.

Vaste aandachtspunten zijn hierbij: de belangrijke ontwikkelingen van kinderen op dit gebied, veiligheid en welbevinden, leren en ontwikkelen, diversiteit, samenwerken met de ouders en observeren en plannen.

Het Pedagogisch kader is een initiatief van het Pedagogenplatform en werd uitgewerkt door Elly Singer en Loes Kleerekoper.

Het boek Pedagogisch kader kindercentra 0 – 4 jaar wordt uitgegeven door Elsevier Gezondheidszorg en is te bestellen via www.kinderopvangtotaal.nl > shop.

De prijs is (tijdelijk) € 19,95. De tekst van het boek is ook terug te vinden op www.curriculumkinderopvang.nl.