



Stimulering til lek og aktivitet

Olga de Vries

Fysioterapeut

2020




Utgangspunktet vårt

- Barn er forskjellige
- Ulike forutsetninger
- Utvikler seg forskjellig
- Har forskjellige diagnoser
- Diagnose innvirker ofte utvikling, funksjon, behov for tilrettelegging med mer.
- Barn er unike 😊

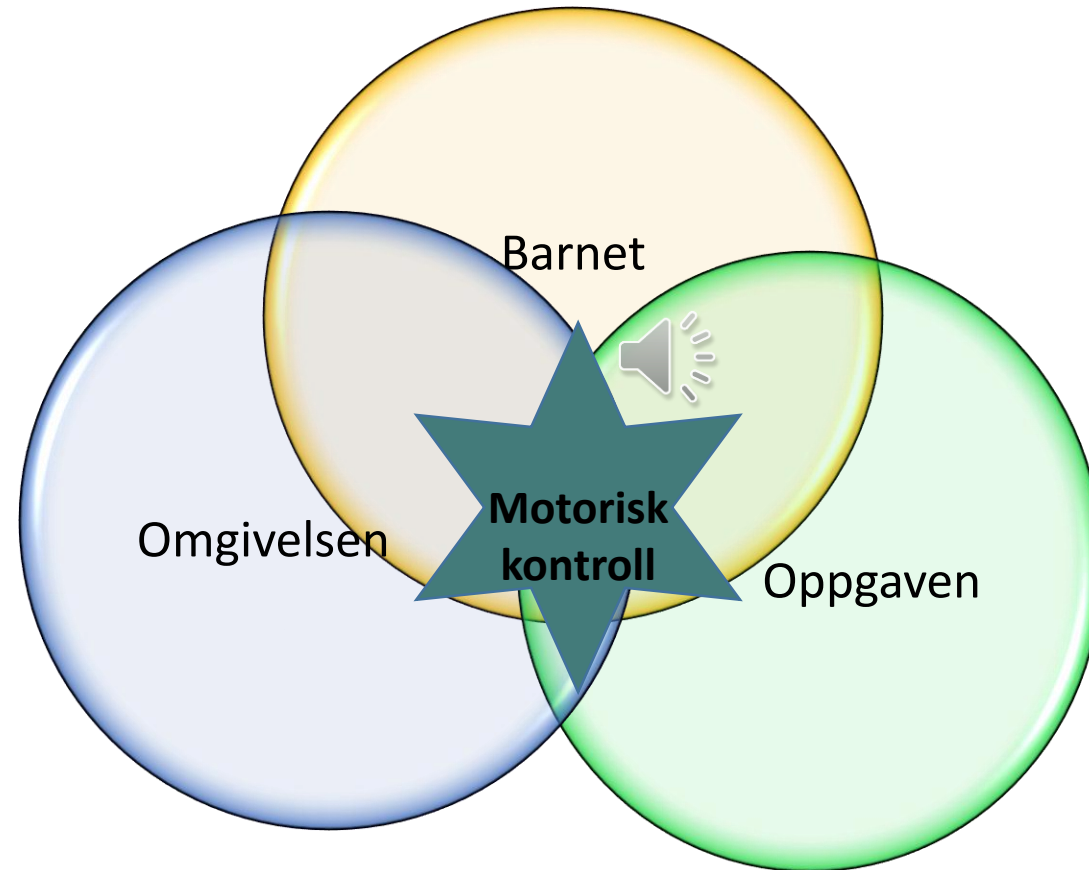


Motorisk kontroll



- **Motorisk utvikling** er evnen vi har til å få kontroll over våre bevegelser.
 - finmotorikk
 - grovmotorikk
- **Motoriske utvikling** styres av hjernen og påvirkes av lek og fysisk aktivitet som stimulerer nervesystemet som videre styrer kroppens muskler.
- Motoriske ferdigheter er viktig for barns deltakelse i aktiviteter, praktiske oppgaver og for selvbildet.
- Barnets utvikling går i faser hvor ferdighetene gjerne erverves i kronologisk rekkefølge.
- Ferdighetene utvikles i et kontinuerlig samspill med miljøet, og at det er store, normale variasjoner når ferdighetene oppnås.
- <https://www.youtube.com/watch?v=xTbDqH4KBYE>

Hva påvirker motorisk utvikling



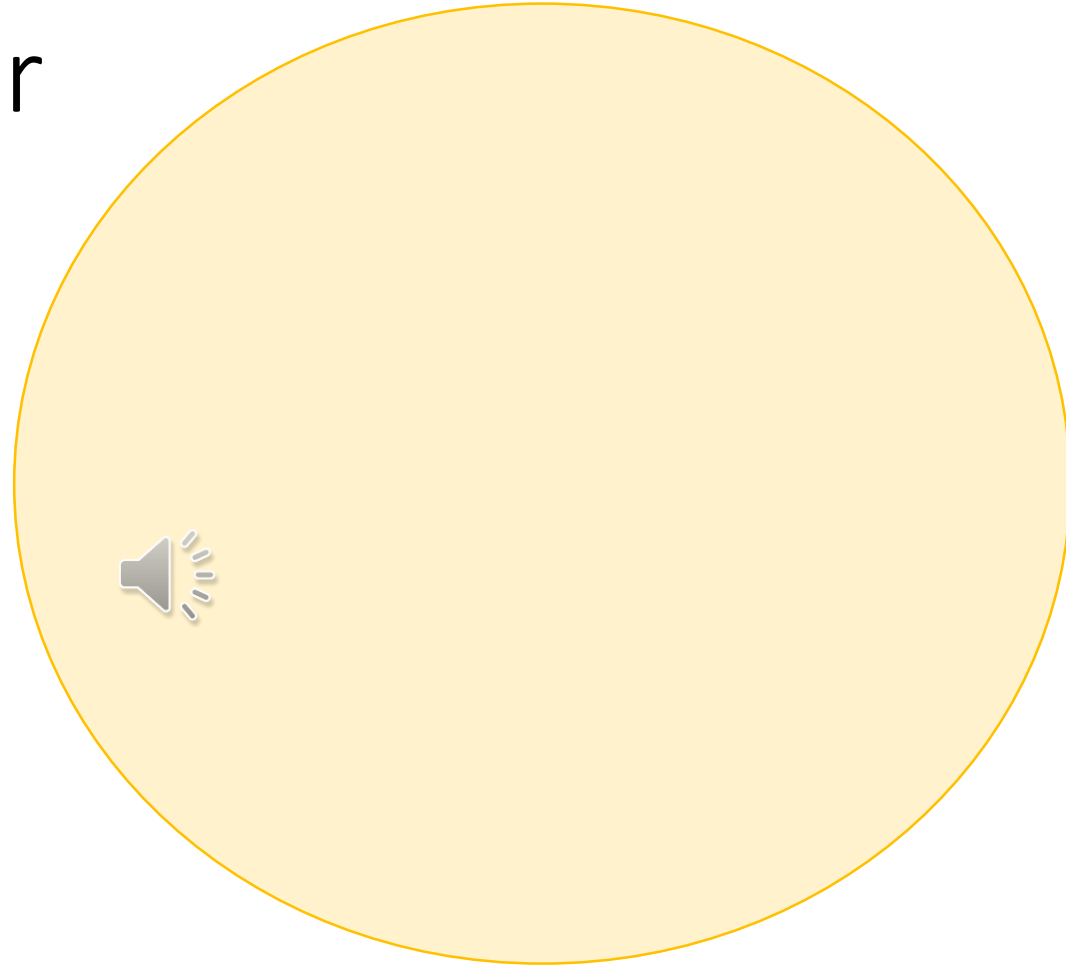
Barnets forutsetninger

Barnet

Kroppslige forutsetninger

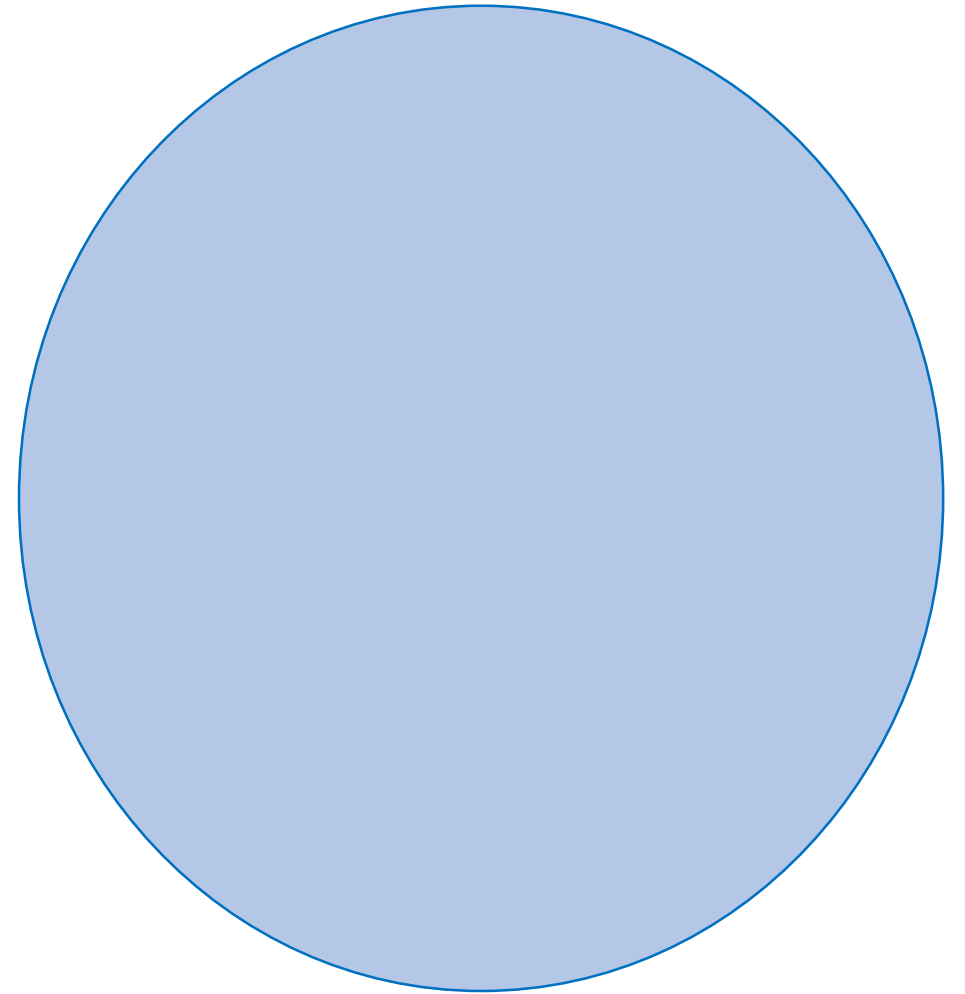
Personlig stil og "driv"

- Muskelstyrke
- Leddbevegelighet



Tilrettelegging av omgivelsen for å fremme motorisk utvikling

- Tilrettelegging av miljøet
- utfordringer og tilpasninger
- Variasjon
 - Underlag
 - Uendt
 - Mykt eller fast



Valg av oppgaver for å fremme motorisk utvikling?

- Alder tilsier hva de er interessert i
- Hva er mulig og hva er morsomt?
- Stimulere (mage, rygg, side, se variasjon)

