

# Ud med motorikkens facitlister ...

**D**et er ren spildtid, når børn sidder fastspændt i autostolen, sidder i indkøbsvognen eller står i en lang kø til træning. I hvert fald i forhold til børnenes bevægeudvikling. Det mener blandt andre ergoterapeut Gudrun Gjesing, der har speciale i børn. Og i børnenes hverdag er der meget tid, der går tabt på den måde.

»Børn begynder ikke bare at bevæge sig, fordi det står i bøgerne, at de gør. De lærer ved at eksperimentere og øve sig, og med tiden forbedrer de kvaliteten af bevægelsesmønstrene - noget, man i øvrigt gør det meste af livet,« forklarer Gudrun Gjesing.

## Idrevet af nysgerrighed

Den nyeste viden om bevægeudvikling bygger på, at børn udvikler sig i et dynamisk samspil mellem deres forudsætninger, deres omgivelser og de krav, de møder i deres hverdagsliv.

»Det er børnenes nysgerrighed, der får dem til at bevæge sig for at kunne trække omverdenen inden for rækkevidde, så de kan lære den at kende,« forklarer Gudrun Gjesing og tilføjer, at det dog ikke er børnenes medfødte nysgerrighed, der gør det alene. Helt fra de er spæde, er kommunikationen med de nære omsorgsgivere vigtig. Når de oplever succes med bevægelse, mærker den gode fornemmelse i kroppen og får positiv feedback fra andre, oplever de glæde ved at bevæge sig og får mod på mere.

»Positiv respons og gensidigt samspil er en utrolig vigtig motivator for barnet til fortsat at erobre verden med kroppen i spil og i bevægelse,« påpeger Gudrun Gjesing og gør opmærksom på, at det ikke kun gælder for småbørn.

## Idæld milepælene

»Hvis der er noget, børn ikke kan, er det ofte, fordi de endnu ikke har haft muligheden for at lære det,« fastslår Gudrun Gjesing og bekræfter dermed tidligere teorier om, at børnenes motoriske udvikling er forprogrammeret og modnes på særlige tidspunkter i en bestemt rækkefølge. Før mente man, at

når et barn havde en vis alder, skulle det kunne rulle, krybe, kravle og sidenhen gå. Det var en slags milepæle i barnets udvikling, der skete nærmest automatisk. Og hvis rækkefølgen blev brudt, ville det få konsekvenser senere hen, også på andre udviklingsområder, for eksempel i form af læsevanskeligheder.

»Sådan var teorien, men i praksis ser man jo noget andet. Der er ikke nogen facitliste over "normal" motorisk udvikling,« siger Gudrun Gjesing, der har 30 års erfaring fra sit arbejde som børnergoterapeut og derudover har sin viden fra feltstudier, hun har gjort rundt om i verden i andre kulturer. Hun har set småbørn i Afrika, der blev båret på morens ryg dagen lang, asiatiske småbørn uden plads på gulvet til at rulle rundt og danske børn, der ikke har rullet og kravlet, før de begyndte at gå.

»Selvom de ikke gennemgik "milepælene" i den foreskrevne rækkefølge, lærte de alle at gå, og hvis de kom i skole, lærte de fleste også at læse,« forklarer Gudrun Gjesing.

Derfor appellerer hun til, at både fagfolk, forældre og trænere dropper fejlfinderkulturen, hvor børnene bliver stempet som motorisk svage, umodne eller med "dårlig motorik" med behov for særlig træning af det, de ikke kan.

## Idmulighedernes landskab

Når børnene skal udvikle deres bevægelseskompetencer, gælder det om at skabe muligheder og rum, hvor børn frit kan følge deres nysgerrighed.

Ifølge Gudrun Gjesing skal man tilbyde børn rekvisitter, redskaber og aktiviteter, et mulighedernes landskab, der giver børnene lyst til selv at eksperimentere og øve sig kropsligt.

»De skal føle sig trygge og føle, at aktiviteten er spændende og tilpas udfordrende. At vide, hvad "tilpas" er, kræver kyndighed og erfaring fra forældre, pædagoger, trænere og instruktører med flere,« lyder det fra Gudrun Gjesing. Hun ser gerne, at voksne skaber og tilpasser opgaverne og omgivelserne, så ALLE børn får lyst til og mulighed for at eksperimentere med bevægelsesmønstre og øve sig. ■

## Idtips til træneren


Der er mange elementer, der spiller ind i forhold til børns glæde ved at bevæge sig og udvikling af bevægelseskompetence. Som instruktør kan du være med til at skabe gode rammer.

- Hjælp børnene med at danne forestillingsbilleder, så de kan planlægge deres bevægelsesmønstre. Sig for eksempel: prøv at gå som i dyb sne, at liste som en kat, at klatre i tovene som en abe m.m.
- Brug rekvisitter, som er sjove, udfordrende og er en støtte for børnene. For eksempel kan de holde en ærtepose fast under hagen, når de slår kolbøtter, så de får støtte til at holde hovedstillingen.
- Tilrettelæg aktiviteter, så alle kan være med. Både de øvede og de mindre øvede skal udfordres på et passende niveau. Børn lærer blandt andet ved at imitere andre, der er lidt mere øvede, og derefter eksperimentere selv.
- Læg vægt på, at der ikke er noget, der hedder forkerte bevægelser, så husk den positive respons. Bevægelsesmønstre vil altid kunne øves yderligere og forfines, så der er ikke noget i vejen for at vise, hvordan de kan lære et bevægelsesmønster anderledes, så de for eksempel får mere fart på, kan kaste længere m.m.
- Forklar en opgave på flere måder. Børn lærer forskelligt, for nogen vil det være nok at vise et bestemt bevægelsesmønster, mens andre skal have fysisk guide til at udføre det.
- Sørg for, at alle børn kan være i aktivitet hele tiden, så ingen står i en lang passiv kø foran det samme redskab. I undgår kø ved at arbejde med poster eller stationer m.m., hvor opgaverne er såkaldt "åbne opgaver", som børn kan løse på forskellige niveauer.

## IdGudrun Gjesing

Gudrun Gjesing er specialergoterapeut i børn, underviser og forfatter. Hun er medlem af DGI gymnastiks kompetencegruppe for børnegymnastik.

Se mere på [www.gjesing-haderslev.dk](http://www.gjesing-haderslev.dk)



Hvornår skal et barn kunne kravle?  
Hvornår kan det gribe en bold?  
Det kommer an på så meget –  
ikke mindst, om barnet har øvet sig.  
Motorisk udvikling har ingen  
bestemt alder

**vil du vide mere om børn og bevægelse?**

DGI's uddannelse "Krop, aktivitet og bevægelse" henvender sig til alle, der beskæftiger sig med børn i alderen 2-7 år. Uddannelsen bygger blandt andet på den nyeste viden om børns udvikling af bevægekompetence og giver dig viden om mulige sammenhænge i børns udvikling af motoriske, sociale og følelsesmæssige kompetencer. Undervisningen tager udgangspunkt i deltagerens hverdag og oplevelser på tværs af idrætter.

**Læs mere om uddannelsen på:**

[www.dgi.dk/gymnastik/traener](http://www.dgi.dk/gymnastik/traener)

De to hovedaktører bag uddannelsen, børneergoterapeut Gudrun Gjesing og lektor i idræt Edith Grunnet, holder desuden en kursusdag i Odense med titlen: "Børns udvikling af sansning & bevægelse – nyeste viden".

Se mere på [dgi.dk/kalender](http://dgi.dk/kalender)