

FIJNE MOTORIEK

PULKEN, PEUTEREN & PRIEGELEN

Tekst: Weija Steffens Foto: AdobeStock

Vaak wordt gedacht dat je de fijne motoriek vooral stimuleert door te knutselen. Maar is dat wel zo? Kinderoefentherapeut Marieke Regeling vertelt hoe het óók kan, zelfs al bij baby's.

FIJNE MOTORIEK, DAT IS TOCH VOORAL KNUTSELEN EN PRIEGELEN?

'Het is een misvatting dat fijne motoriek alleen daar om gaat. Fijne motoriek draait om het ontdekken wat je allemaal kunt doen met je handen en armen. En daar hoort bijvoorbeeld ook bij: goed kijken. Dat is waarschijnlijk minder bekend. Soms zie je baby'tjes opeens stoppen met bewegen en heel gericht kijken naar een voorwerp dat ze blijven volgen met hun ogen. Wij denken dan: waarom pakt 'ie het niet of reikt hij er niet naar? Maar eigenlijk is dat stilvallen en heel gefocust kijken al fijne motoriek. Dat is het eerste begin van die motorische ontwikkeling. Daar zie je ook de link met grove motoriek. Hoe beter de hoofdbalans wordt - in zit of buiklig - hoe beter het kijken gaat, hoe beter een kind afstanden kan inschatten en hoe beter het grijpen wordt. Daar moet je kinderen soms de tijd voor

geven. We willen soms te snel een speeltje in hun handen duwen in de hoop dat ze daar iets leuks mee gaan doen, maar dat komt later wel. Het verkennen met de ogen is het begin.'

KUN JE DE FIJNE MOTORIEK PRIKKELEN, OF KUN JE DIE ONTWIKKELING BETER OP Z'N BELOOP LATEN?

'Er gaat inderdaad een heleboel vanzelf, maar je kunt baby's prima uitlokken en uitdagen, zolang het ontdekken van de handjes maar het uitgangspunt is. Nog te vaak zie je dat de allerjongsten een simpel speeltje of knuffeltje aangereikt krijgen waar ze even zoet mee zijn. Wil je de motoriek echt mee laten profiteren, dan kun je andere dingen aanbieden die net iets waardevoller zijn. Zo kun je kleintjes verleiden tot gericht kijken als je de ruimte donker maakt en met een zaklamp op de muur of het plafond schijnt. Als



baby's op hun buik liggen, kun je een dienblad met een laagje water erin voor ze neer zetten zodat ze erop kunnen slaan met hun handjes. Vaak gaan ze eerst voelen, het proberen vast te grijpen en daarna pas slaan. Voordoen is niet nodig, laat ze het maar ontdekken! Kinderen zijn ook dol op peuteren, en laat dit nu juist heel goed zijn voor de ontwikkeling van de fijne motoriek!

'Voordoen is niet nodig, laat ze het maar ontdekken!'

Stop bijvoorbeeld een lang breed lint of een doek in een plastic gaten-bal, met alleen een beetje van het uiteinde zichtbaar. Laat de kinderen het er vervolgens uit pulken. Dit kun je ook prima met een plastic garde doen. Als een baby zo'n bal of garde nog niet goed zelf beet kan houden, verstop dan het lint opgerold in je hand, zodat het kind eraan kan trekken. Dit soort spelletjes kun je al prima doen met baby's vanaf 5 tot 6 maanden. Haha, ja, ik pleit voor meer pulkende, peuterende en priegelende baby's!

KUN JE EIGENLIJK MET BABY'S AL KNUTSELEN?

'Met kinderen vanaf ongeveer een jaar kun je best wat (knutsel)activiteiten doen. Laat ze bijvoorbeeld grote kwasten in emmers water dopen, zodat ze op de stoeptegels vegen kunnen maken. Of met de handjes 'stempelen' op de tegels. Of leg grote banen behangpapier op de grond - binnen of buiten - en laat kinderen lekker kliederen met verf. Ze kunnen grote penselen gebruiken of hun vingers en handen. Wil je bij de allerjongsten al meer naar het knutselen toe? Doe dan eens wat klodders verf op een vel papier en stop het hele vel in een afgesloten ziplockzakje, zodat de verf er niet uit kan. Vervolgens kan een kind dat op de buik ligt heerlijk met dat zakje spelen, erop slaan of erin knijpen en daardoor wordt de verf gemengd. Een kind is niet bezig met wat het wordt, maar beleeft er wel ontzettend veel plezier aan.'

IN HOEVERRE HEEFT FIJNE MOTORIEK TE MAKEN MET KRACHT, MET HET VERSTEVIGEN VAN SPIEREN?

'Fijne motoriek heeft zeker te maken kracht, maar dan vooral met het doseren van kracht. Als je bijvoorbeeld een flapjesboek voorleest, dat het

TIPS

- Fijne motoriek wordt nog te vaak gerelateerd aan knutselen, terwijl je het ontdekken van handen en armen op heel veel andere manieren kunt uitlokken. Ook al bij de allerjongsten.
- Biedt geen eenzijdige speeltjes aan. Kinderen leren meer van speeltjes waar iets aan te ontdekken valt. Bijvoorbeeld doordat ze het in elkaar kunnen zetten of uit elkaar halen, of iets wat groter of kleiner wordt. Ook het handenspel - draaien, bewegen - zelf is voor een baby al interessant: zo kunnen ze goed hun eigen handjes ontdekken!
- Als kinderen beginnen met reiken en grijpen, leg ze dan eens in zijligging. Zo zijn de armpjes van het kind al aan de voorkant en is het makkelijker om een speeltje te ontdekken.
- Blijf er natuurlijk altijd bij en let vooral op wat kinderen in hun mond willen stoppen.

kind de flapjes kan openen zonder dat het scheurt als het te hard trekt. Of als je een paar papieren bekertjes hebt gevuld met verschillende hoeveelheden water, dat een kind aanvoelt hoe hard of zacht het moet knijpen om het bekertje op te pakken zonder dat het water over de rand gaat. ■



MARIEKE REGELING

SPREKER TIJDENS
HET OPENINGSEVENT
WVHJK OP 8 APRIL

Marieke Regeling is (kinder)oefentherapeut en behandelde jarenlang kinderen met motorische problematiek. Nu geeft ze trainingen en workshops in de kinderopvang voor o.a. de Kinderopvang Academie. Zij is een van de sprekers op het openingsevent van de Week van het Jonge Kind. www.bureaudidactiek.nl