

4 år - 6 år

Normal motorik:

Springa o vända
startar och stanna lätt

Kasta o fånga boll

Siktar bra

Följer med i bollens rörelse
riktning

Rita

bra utgångsställning,
stödhand,

bra pennngrepp

Avvikande motorik:

Korta steg
Svårt att stanna
Ramlar oftare än förväntas
Flåsar, koordination andning -
rörelse

Kastar riktninglöst
Fångar mot kroppen
Stel

Koordination dåligt armar ben

Sitter snett

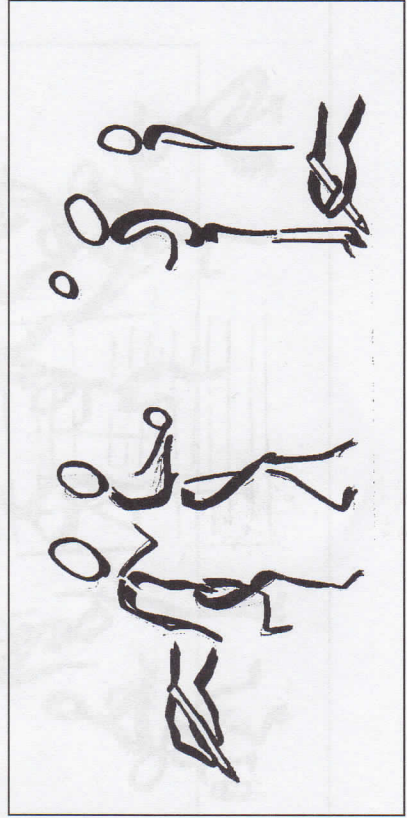
Saknar stödhand

Flerfingersgrepp

Stel handled

Hackiga rörelser

Vrider runt pappret



Barns normala utveckling

0 - 6 år

Motorisk utveckling med Motoskopi

Jenny Weibull
leg. sjukgymnast
Specialist i nueropsykiatri

Normal motorik! Vad är det?

Motorik:

Vad man kan!

1: Basfärdigheter:

Medfödda förmågor som alla utvecklar oberoende av kulturell tillhörighet. Automatiserade rörelser.

Ex: greppa, sitta, gå, hoppa, springa

Motorik är vad musklerna gör:

- En muskel kan spänna sig och slappna av.
- Musklerna styrs från hjärnan via nerver. Neurologi detta påverkar Tonus, (grundmuskeltonus, aktiveringstonus).
- Muskelgrupper samverkar. Alla muskler (agonist) har en motsattningsmuskel (antagonist) inom samma kroppsdel. Bra samverkan ger smidiga rörelser.
- Svårigheter med detta ger hackiga, darriga rörelser.
- Kroppsdelarna koordineras och styr balans och koordinatation ex. 2 – hands koordinatation, arm – ben koordinatation, rörelse - andningskoordinatation.

Kroppsuppfattning:

Objektivt, kroppsdelars placering

Kinestetiskt, signaler från led – muskelsinnet om kroppsdelens position och rörelsessekvens

Subjektivt, hur nöjd man är med sin kropp

Autonoma systemet, registrering av kroppens egna signaler, såsom temperatur, hunger.

Motorisk kontroll:

Hur man använder det man kan i all dagliga situationer (ADL), Sport och idrott samt sociala situationer

Ex: Rita, av o påklädnig, bolla, cykla, simma, skidåkning

2: Inlärd färdigheter:

Förmågor som utvecklas genom träning och stimulans och är därför beroende av kulturella förutsättningar.

Träningen kräver koncentration och repetition för att rörelsen skall automatiseras. Förmågan kvarstår efter att rörelsen är automatiserad utan mer träning
Rörelser i förhållande till fasta redskap
Rörelser i förhållande till rörliga redskap
Rörelser i sociala situationer såsom samverkan och samspela med någon annan.

3. Kondition, smidighet och styrka,
är färskvvara och måste hela tiden underhållas.
Förskolebarn har sällan problem inom detta område.

4. Värk problem:

Det är sällan som små barn klagar på värk i onödan.
Det kan däremot vara svårt att få adekvata proportioner och en liten skrämma kan då upplevas som mycket ont. Barn som ramplar ofta kan vara mycket tåliga

Barn med normal motorik:

- * Normala rörelsesekvenser
- * Varierat rörelse mönster
- * Avvägda rörelseutslag
- * Adekvata balansreaktioner
- * Centerar rörelserna mot kroppens mitt punkt
- * Isolera rörelser ex. vrida huvudet utan bålvridning
- * Harmoniska rörelser, lagom kraft och intensitet.
- * Väljer utgångsställning efter aktivitet
- * Anpassar rörelsen till den givna situationen
- * Använder synen för att planera rörelsen
- * Alla kroppsdelar jobbar mot samma mål
- * Timing, får flyt i rörelsen
- * Lätt att starta och stoppa en rörelse
- * Hjälper till vid lyft och påklädning.
- * Kan göra flera saker samtidigt
- * Repeterar rörelse för att automatisera den
- * Korrigerar och kompenserar
- * Imiterar och härmar
- * Vill lära sig nya saker och prövar nya sätt.
- * Väljer tidigt dominant hand
- * Litar på sin kropp
- * Tycker om beröring
- * Kan växla mellan att vara stilla och full fart

Barn med avvikande motorik:

- * Avvikande rörelse (spänningar, darrningar)
- * Ensidiga rörelser. Okoordinerat.
- * Begränsat rörelseutslag
- * Avvikande, överdrivna, långsamma balansreaktioner
- * Agerar i ytterlägen
- * Rör sig ofta åblock (i ett stycke)
- * Tar i med fel kraft
- * Anpassar ej utgångsställningen till aktiviteten
- * Överdrivet eller inskränkt rörelseutslag
- * Tittar på föremålet i stället för riktningen
- * Oberäkneliga, flaxiga rörelser
- * Saknar flyt. Upphakningar
- * Svårt att starta och stanna, ffa. balansreaktioner
- * Passiv vid hjälp ex. ADL
- * Gör ofta en sak i taget
- * Gillar inte att repetition och träna,
- * Upprepar fel utan att korrigera eller kompensera
- * Egna annorlunda lösningar
- * Håller sig till det de kan, prövar ogärna nya saker
- * Ambivalent handdominans.
- * Osäker kroppsuppfattning
- * Gillar inte beröring från andra
- * Oftast allt för stilla eller hyperaktiv

Motoriska åldersgrupper och de mest dominerande motoriska normala utvecklingsfaser, som är viktigt att observera

0 – 9 månader

Variationsrikedom (böj-sträck-vrid)
Positioner

9 månader – 2 år

Postural utveckling (uppresning, frånskjut)
Förflyttning mellan positioner

2 år – 4 år

Rörelser i förhållande till fasta redskap
(Klättra, bygga med klossar)

4 år – 6 år

Rörelser i förhållande till rörliga redskap
(Bolla, penna)

Inom samtliga åldersgrupper är det viktigt att observera barnets förmåga till att hämta, vara nyfiken, repetera och korrigera samt vidareutveckla sina rörelser

0 – 9 månader

Normal motorik:

Ty sig till

Lätt böj mönster

Positioner

Centrering mot mittlinjen

Varierade rörelsesekvenser

Finger o hand rörelser

Avvikande motorik:

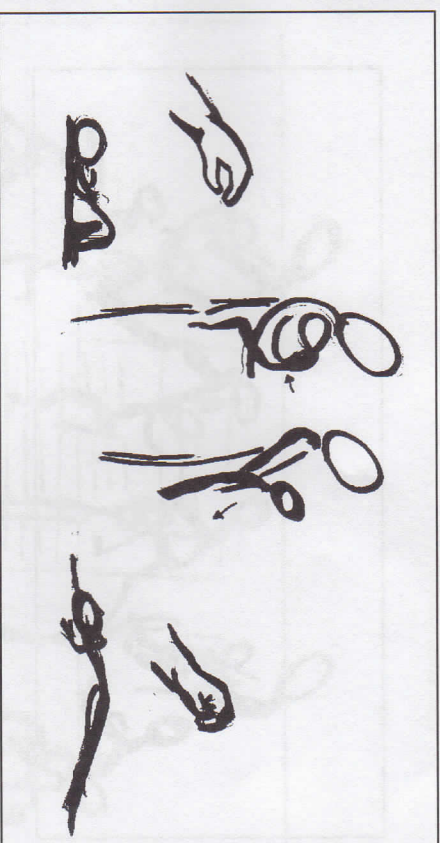
Drar - strävar ifrån

Sträck mönster

Assymmetriska positioner

Drar bakåt i ytterlägen

Ensidiga stereotypa rörelser
Tummen ofta "låst"



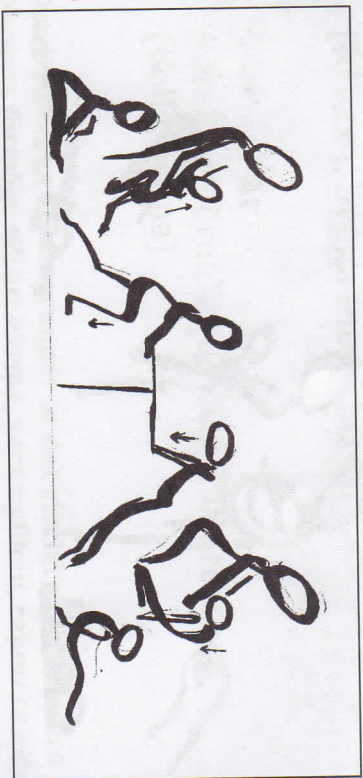
9 månader – 2 år

Normal motorik:

Sitter med rak rygg
god höftvinkel,
vrider fritt bål o huvud lätt

Förflyttar sig lätt emellan
olika positioner
Reser sig och sätter sig ner
med reciproka ben rörelser
Huksittande

Hjälper till vid lyft



Avvikande motorik:

Sitter med krum rygg
Dålig höftvinkel
Vrider sig åblock

Svårare att sätta sig ner
än att resa sig upp
Använder handstöd
Lägger tyngden på
armarna vid uppresning
Klarar inte att leka i
huksittande ställning

Skjuter inte ifrån vid lyft
Känns "tung"
Axillarhäng

2 år – 4 år

Normal motorik:

Klättra
förflyttar arm
och ben samtidigt

Hoppa
lättar från underlaget

Bygga med klössar
avvägd kraft
och precision



Avvikande motorik:

Osäker
Förflyttar armar och ben,
en i taget

Svårt att lämna från
underlaget - frånskjutet
Koordinerar inte armar och
ben

Flerfingergrepp
Darrningar
Överdrivna finger rörelser
när handen släpper klössen
Dåligt öga/hand
koordination