

FINMOTORIKENS GRUNDER

Finmotoriken är något barn dagligen använder sig av i olika miljöer. När vi pratar om finmotorik menar vi förmågan att använda fingrar, ögon och mun på ett medvetet och ändamålsenligt sätt. För att ett barn ska utveckla sin finmotorik måste musklerna lära sig hur de ska fungera på ett koordinerat sätt. Detta uppnås genom att använda övningar som stärker musklerna och förbättrar koordinationen. För att barn ska kunna greppa en penna måste de ha både koordination och styrka i arm och hand, vilket de kan lära sig från fingerövningar och lekar som stimulerar finmotoriken i fingrarna. För att kunna läsa och forma ljud och bokstäver behöver barnen ha en utvecklad ögon- och munmotorik.

En komplicerad aktivitet kan delas upp i delar som först tränas separat och sedan sätts ihop till en helhet. Aktiviteterna ska helst vara lagom utmanande men ändå på den nivån så att barnet får känslan av att lyckas. Positiv återkoppling kan ges av en person som i ord eller handling visar hur rörelsen kan förändras i utförande.



HANDENS MOTORIK

Vi vill att barnen ska kunna skriva och rita på ett enkelt sätt och glädjas åt dessa aktiviteter. För att det ska vara möjligt att rita och skriva med precision är det nödvändigt att ha god kontroll över fingrarna. Genom att träna kroppens grov- och finmotorik skapar man förutsättningar för barnen.

Många barn har svårt att knäppa knappar och plocka upp små pärlor, greppa tag om tunga dörrar och öppna dem, samt att skriva och rita. Det kan vara svårt att hålla en penna på rätt sätt och barnen blir därmed trötta i armen efter en stunds skrivande. Att utföra små rörelser på ett korrekt sätt kräver mycket energi och barnen tröttnar lätt på att göra dessa uppgifter eller undviker dem helt och hållet. Barns utveckling är en process som ofta går naturligt, men ibland behöver vuxna gå in och medvetet stimulera barnen för att de inte ska få svårigheter framöver. Finmotoriken är ett område som barnen kommer att använda i flera situationer i livet. Därför är det otroligt viktigt att utveckla barns finmotorik under utvecklingsstadiet för att förbereda dem väl för kommande uppgifter. Passa på att tidigt stimulera handens och fingrarnas motorik i olika övningar.



MUNNENS MOTORIK

När vi pratar om munnens motorik handlar det om förmågan att bilda ljud med hjälp av tunga, mun, läppar, gom och ansiktsmuskler. Många barn har svårt att forma sina läppar och sin tunga. Vissa tecken på att det kan vara bra att arbeta med munnens motorik kan vara då barnet dreglar mycket, får mycket mat kring munnen och har svårt att bilda ljud på rätt sätt när de är små. Tungan är den rörligaste delen av vårt talorgan och tungans muskler kan behöva träning för att musklerna ska bli starkare och rörligare. Genom att gymnastisera barnens talmuskler lär sig barnen hitta rätt i munnen samt förbättra sitt uttal. Med munmotoriken kan vi äta, dricka, prata, göra grimaser och mycket mer. Ofta går utvecklingen helt naturligt, men för vissa barn är det svårt. Då kan vi gå in och stimulera deras motorik på ett medvetet och lustfyllt sätt. Har barnen uttalade svårigheter ska kontakt tas med utbildad logoped för ytterligare stöd och hjälp.

FINMOTORIKENS GRUNDER

Man brukar ibland koppla ihop munnen och handens motorik. Detta kan man ofta se på ett tydligt sätt, då munnen rör sig samtidigt som man klipper med en sax eller då ena handens fingrar ska utföra en rörelse men andra handens fingrar följer med. Kroppen har svårt att separera rörelserna och det kallas då medrörelser. Detta kräver mer energi från barnen och det är svårt för dem att utföra rörelsen med precision.



ÖGATS MOTORIK

Synen men även ögats motorik har stor betydelse för inläring. Synen hjälper till med kroppskoordination samt förmågan att urskilja olika former och figurer. Den hjälper oss också hur man uppfattar sig själv. Många synproblem kan lösas med hjälp av glasögon. Det finns dock de som har problem med ögonrörelser och därmed ögats motorik. Ett rörligt föremål kan vara svårt att följa och det kan vara svårt att bedöma avstånd. Detta kan göra det svårt att kasta och fånga en boll, bedöma avstånd, balansera, läsa och forma bokstäver.

Har ni ett barn som ni upplever har svårigheter kopplade till ögonen, som exempelvis kasta och fånga en boll, läsa och liknande? Se på hur deras ögonmotorik fungerar och stimulera dem tidigt genom att träna ögonmotoriken.

Självklart kontaktar ni en optiker och gör en avstämning kring om glasögon är det som behövs.