

LAPSEN LIKKUMINEN JA SENSOMOTORINEN KEHITYS

Liikkuminen on lapselle tärkeää fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen kehityksen kannalta. Liikkumisen kautta lapsi tutustuu omaan kehoonsa ja ympäristöönsä. Hän saa iloa ja tyydytystä uuden oppimisesta ja liikkumisen välityksellä saavuttamista asioista (esim. pääsee äidin luokse, tavoittaa haluamansa tavaran). Monipuolisten liikemallien hallinta ja molempien kehon puolten käyttö luovat valmiuksia myöhemmälle oppimiselle, esim. lukemiselle ja kirjoittamiselle. Hyvät liikkumisen taidot helpottavat sosiaalista pärjäämistä päiväkotij- ja kouluikässä.

Liikkumisen kehitys etenee vaiheittain helpommista taidoista vaativampiin, hermoston kehityksen suorien valmiuksien mukaan. Jokainen lapsi on yksilöllinen, eikä kehitys etene aina samassa järjestyksessä kuin kirjallisuudessa on mainittu. Normaalissa sensomotorisessa kehityksessä on laaja vaihteluväli. Tämän vuoksi ei kannata verrata lasta toisiin lapsiin. Mikäli jokin askarruttaa lapsen kehityksessä, ota rohkeasti asia puheeksi ammattihenkilöiden kanssa, esim. neuvolassa.

Lapsen ollessa virkeä hän nauttii monipuolisesta käsittelystä, minkä avulla hän saa kokemuksia erilaisista asennoista. Kanna lasta monipuolisesti puolta vaihdellen. Näin myös omat hartiasi kuormittuvat tasaisemmin. Pidä vauvaa kantaessasi niin ylhäällä, että molemmat kädet tulevat hartiasi taakse. Kanna vauvaa vuoroin molemmilla hartiollasi.



Kun kannat vauvaa edessäsi, katso että vauvan molemmat kädet tulevat oman käsivartesi yli vauvan näköpiiriin. Muista kantaa lasta molemmin puolin.

Anna lapsen olla runsaasti vatsallaan ja selällään, jotta lapsi saa harjoitella kehittymässä olevia taitojaan. Vatsamakuulla olon harjoittelu on hyvä aloittaa jo vastasyntyneellä mahdollisimman varhaisessa vaiheessa esimerkiksi sylissä pitäen. Jos vauva ei viihdy vatsallaan 3-4 kuukauden ikäisenä, voit auttaa häntä laittamalla kiilan tai pyyheliinarullan kainaloiden alta. Katso, että vauvan kyynärpäät tulevat kiilan/rullan etupuolelle.



Yli puolivuotias lapsi nauttii liikkumisesta (kääntymisestä selältä vatsalle, nousemisesta käsien varaan, kierimisestä, asentojen vaihtamisesta). Lapsi on harvoin tyytyväinen paikallaan (selällään) ollessaan, jos hänellä on vaihtoehto päästä liikkumaan.

Lapsi nousee lattialla itse istumaan ja seisomaan harjoiteltuaan riittävästi aiempia taitojaan ja ollessaan siihen valmis. Liian aikainen istumaan nostaminen saattaa vaikeuttaa muiden liikkumisen taitojen opettelu. Syöttötuolissa, rattaissa ja sylissä lapsi voi istua, kun selkä pysyy istuessa suorana.

Erilaisten apuvälineiden (kuten sitteri, bumbo-tuoli, hyppykiikku ja kävelytuoli) runsas käyttö voi hidastaa lapsen liikkeelle lähtemistä. Lapsi voi harjoitella askelten ottamista esimerkiksi kärryä tai tuolia työntäen.

Vauvan sensomotorista kehitystä tukevaa käsittelyä:

Nosta vauva alustalta kääntämällä hänet ensin rauhallisesti kyljelleen. Nosta vuoroin kummankin kyljen kautta. Laske vauva alustalle vastaavasti kyljen kautta selälleen. Kätesi tulevat vauvan olkavarsien ympärille, älä tue niskan takaa.



Pukiessa käännä vauvaa selältä molemmille kyljille. Ohjaa päällimmäinen lonkka ja polvi koukkuun. Jos hartia / yläraaja jää taakse, ohjaa se vauvan vartalon eteen.



Leikkiasento: Tue vauvan pää ja selkä reisiäsi vasten ja ota häneen katsekontakti. Leikkikää vauvan käsillä ja jaloilla, laulele, loruttele, juttele vauvalle.

Leikkiasento: Ohjaa vauvan jalat ja kädet yhteen vatsan päälle. Ota vauvaan katsekontakti ja keinuttele häntä nilkoista ja käsistä kiinni pitäen kyljeltä toiselle tai itseesi päin. Tee keinuttelu rauhallisesti, vaikkapa samalla hyräillen tai loruillen.

