

MOTORIČNI RAZVOJ V PREDŠOLSLEM OBDOBJU

Motorični razvoj predstavlja pomemben proces učenja, kjer se otrok nauči uporabljati mišice za gibanje telesa. Motorični oziroma gibalni razvoj otroka je precej predviljiv in napreduje po določeh zakonitostih. S pomočjo mejnikov lahko bolj ali manj napovemo, kako se bo otrok razvijal. Gre za določena vedenja, ki se pojavljajo v posameznem razvojnem obdobju in se pojavljajo po točno določenem zaporedju - usvojitev ene spretnosti pomaga otroku pri usvajanju nove spretnosti. Z njihovo pomočjo spremljamo razvoj otroka, pri čemer moramo upoštevati individualne razlike med otroki. Nekateri otroci napredujejo hitreje, nekateri rabijo za usvojitev določenih spretnosti nekoliko več časa. Gibalni razvoj pa ne pomeni zgolj usvajanje posameznih ločenih gibov, ampak njihovo združevanje v bolj celovite in zahtevne gibe (npr. otrok usvoji naprej posamezne gibe zgornjih in spodnjih okončih, ki jih nato združi v hojo), kar se kaže tudi v razvoju drobnih gibov. Razvoj gibanja se kaže tudi v vse večji moči, hitrosti, ravnotežju in usklajenosti gibov.

Motorični razvoj predšolskih otrok poteka večsmerno in hkrati na različnih področjih. Pomembno se povezuje z drugimi razvojnimi področji:

- zaznavanim – npr. gibanje po prostoru je pomembno za razvoj zaznavanja prostora,
- čustveno-socialnim – npr. hoja in tek otroku omogočata dodatne priložnosti za socialno interakcijo,
- spoznavnim – npr. prijemanje in upravljanje s predmeti otroku omogočata nova spoznanja o zaznavnih in delovanjskih značilnostih premetov.

Razvoj grobe motorike

Gibanje se prične že v prenatalnem obdobju, kar mamice še kako dobro občutimo. Ko pa otrok enkrat pride na svet, gibanje novorojenčka v začetku temelji na refleksnih gibih in spontanem gibanju. Nekje okrog 3. meseca postanejo njegovi gibi zavestni in z razvojem postajajo tudi bolj koordinirani. Prvo leto poteka največji razvojni napredek na področju grobe motorike, saj v enem letu preide iz horizontalnega v vertikalni položaj. Najprej otrok usvoji nadzor nad gibanjem glave, vratu in ramen, nato trupa in rok, in na koncu še nog. Usvoji tudi motorične vzorce kotaljenja preko boka, plazenja po trebuhu, kobacanja po štirih, preko katerega dalje prehaja v sedenje in samostojno hojo. Nekje med 9. in 13. mesecem otrok že samostono hodi.

Približno do tretjega leta starosti usvojijo otroci večino naravnih oblik gibanja – hojo, tek, plazenje, skoke, poskoke, dviganje, nošenje, valjanje, vlečenje, metanje, lovljenje. Vendar znajo biti na tej razvojni stopnji še precej negotovi v svoje gibalne sposobnosti. Sedaj se pričnejo otroci tudi uriti v obvladovanje svojih finih gibov, ročnih spretnosti, koordinaciji celega telesa, hitrosti, ravnotežja, gibljivosti, moči in vzdržljivosti.

Pri treh letih se otrok že samostojno vzpenja po stopnicah z izmenjujočimi se koraki, je sposoben za krajši čas stati na eni nogi in sonožno skakati. Nekoliko težav mu delata še lovljenje in metanje žoge. Pri štirih letih otrok obvlada že tudi spuščanje po stopnicah z izmeničnimi koraki, skakanje po eni nogi, plezanje v vse smeri in obvladovanje žoge do te mere, da lahko zadeva različne cilje.

Petletni otrok je sposoben med tekom spreminjati smer, sposoben je uskladiti hojo in tek z metanjem in lovljenjem žoge. S šestim letom že brez težav preskakuje kolebnico in izvaja skoke na mestu ali v gibanju.

Razvoj fine motorike

Razvoj fine motorike se začne že pri 4. mesečnem dojenčku, ko z rokami sega po predmetih in se igra s svojimi prsti. Z razvojem gibov, povezanih s koordinacijo oko-roka, postaja otrok med 2. in 4. letom vse bolj spreten.

Pri 2. letu otrok že samostojno je z žlico in z eno ali obema rokama trdno drži kozarec ali skodelico, s 3. letom zmore držati skodelico že tudi za ročaj in si sam natočiti pijačo. Za nabiranje začne uporabljati vilico, pri 5. letu že zna uporabljati nož za mazanje hrane na kruh.

Med 2. in 3. letom se otrok začne samostojno oblačiti, čeprav še pogosto narobe. Če pri 3. letu zmore sam odpneti gumb, pa do 4. oziroma 5. leta usvoji tudi zapenjanje gumbov, do 6. in 7. leta pa še zapenjanje zadrg in zavezovanje vezalk.

Razvoj finih gibov se lepo kaže pri risanju in pisanju. Med 8. in 12. mesecem otrok riše tako, da najprej drži pisalo s celo roko in šele kasneje z blazinicami prstov. Okrog 9. meseca se pojavi pincetni prijem. Otroci med 3. in 4. letom zmorejo posnemati risanje preprostih likov, zgibati papir in rezati s škarjami po črti, pri 4. letu prerisujejo nekatere tiskane črke in številke in do 5. leta že usvojijo napisati svoje ime. Ročnost oziroma prevlada uporabe roke, s katero pišejo, se pojavi nekje do 3. oziroma 4. leta starosti.

Podrobneje so značilnosti razvoja grobo- in fino-motoričnih značilnosti predstavljene v spodnji tabeli.

	1-2 LET	2-3 LET	3-4 LET	4-5 LET	5-6 LET
GROBA MOTORIKA	<p>Samostojno hodi. Teče. Počepne, vstane, sede. Brcne žogo brez izgube ravnotežja. Med hojo za sabo vleče igračo. Ob opori se spušča po stopnicah. Vzpenja se po stopnicah brez opore. Ko hodi, prenaša predmete. Pobere igračo s tal. Odpira vrata. Brez pomoči spleza na stol ali kavč in z njega. Meče predmete, ne zmore vreči v zeleno smer. Vrže žogo nad glavo.</p>	<p>Po stopnicah se spušča brez opore, z izmenjevanjem nog. Sonožno poskakuje. Hodi po prstih in peti naprej in nazaj. Preskoči oviro, visoko 5cm. Nekaj sekund stoji na eni nogi. Teče stabilno in hitro. Vozi poganjalca. Vrže in ulovi žogo s celim telesom (s stegnjenima rokama). Meče predmete v zeleno smer.</p>	<p>Hodi po ravni črti, z eno nogo pred drugo, z razširjenimi rokami, v različne smeri. Samostojno hodi gor in dol po stopnicah. Koraka v ritmu glasbe. Skoči iz druge stopnice. V teku brca veliko žogo. Vozi tricikel. Za tenutek zadrži ravnotežje na eni nogi. Preskoči oviro, visoko 20cm. Samostojno hodi gor in dol po stopnicah, z izmeničnimi koraki. Sam se guga. Ulovi veliko žogo z obema iztegnjenima rokama.</p>	<p>V teku menja smer. Poskakuje po eni nogi. Stoji na eni nogi več sekund. Stoji na prstih. Pleza po lestvi. Teče, starta, se ustavi. Naredi preval naprej. Preskoči 12-15cm velike ovire, pristane z obema nogama.</p>	<p>Skače po eni nogi. Z žogo zadane cilj. Vozi se s kolesom. Hodi nazaj. Skoči z višine 40 cm. Skloni se do tal, ne da bi upognil kolena. Hodi po gredi. Sonožno preskakuje kolebnico. Lovi žogo z eno roko.</p>

FINA MOTORIKA	<p>Razvija ročnost in pogosteje uporablja dominantno roko. Postavi stolp iz 3-6 kock. Kotali žogo, valj. Ima pincetni prijem. Krožno čečka. Posnema navpično črto. Drži papir z roko. Svinčnik drži s celo roko. Prepogne papir na pol. Obrača liste slikanice, stran za stranjo. Niza kroglice na nit. Je z žlico. Pije iz kozarca. Odpne zadrgo.</p>	<p>Gradi stolp iz 7, 8 kock. Navija igrače s ključem. Riše navpične, vodoravne črte, naredi križ. Razporeja oblike v skupine (krogi, kvadrati, trikotniki). Nenatančno reže s škarjami. Oblikuje klobaso iz plastelina. Naredi harmoniko iz papirja. Riše z vodenimi barvicami. S tipanjem razlikuje oblike. Pobira majhne predmete. Zlaga kocke v niz. Oponaša risanje vodoravne in navpišne čete ter kroga. Oponaša risanje križa. Drži pisalo s tremi prsti. Odvije navojno igračo. Nalije vodo iz vrča. Nese kozarec, ne da bi polil. Pri hranjenju uporablja vilico.</p>	<p>Preriše krog in kvadrat. Oponaša risanje diagonalne črte. Nariše človeka – glavonožca. Med risanjem premika dlan in ne več cele roke. Prepogne papir po diagonalni. Reže papir s škarjami. Vrže obroč na palico. Svinčnik drži tako, da loči palec od ostalih prstov – s tremi prsti. Zgradi stolp iz desetih kock. Preriše nekaj tiskanih črt. Sam si umiva roke in obraz. Sam si obleče in sleče majco in hlače. Pod nadzorom reže kose hrane in namaže kos kruha. Odpira zamaške. Uporablja kljuko na vratih.</p>	<p>Riše človeka (shematsko, v smislu geometrijskih oblik). Sam se obleče. S škarjami reže po ukrivljenih črtah. Loči težje od lažjega. Prerisuje trikotnik. Riše hišo, drevo, človeško figuro (tri do šest podrobnosti). Gradi stolpe iz 10 in več kock. Prerisuje enostavne oblike in črke. Barva znotraj črte. Na vrstico niza majhne kroglice. Pri dejavnostih, vezanih na koordinacijo oko-roka, postaja bolj točen (npr. udarjanje po žeblju). Z eno roko naredi kroglico iz papirja. Sam si umiva roke in obraz. Z obema rokama ujame majhno žogo.</p>	<p>Šiva z iglo. Navija nit na tulec. S palcem se dotakne vseh prstov. Reže in lepi enostavne oblike iz papirja. Dela pahljačo iz papirja. Zaveže vezalke. Zapne zadrgo. Uporablja šilček. Zabija s kladivom. Prepisuje vse tiskane črke.</p>
--------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Viri in literatura:

Drev, A.. (2012): Gibanje v predšolskem obdobju. V Pucelj, V. idr. (Ur.): *Promocija zdravja za otroke in mladostnike v Republiki Sloveniji. Predšolski otroci: priročnik za izvajalce vzgoje za zdravje ob sistematskih pregledih predšolskih otrok* (str. 19-24). El. knjiga. - Ljubljana : Inštitut za varovanje zdravja, 2012. Dostopno na: https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/publikacije-datoteke/predsolski_otroci_-_prirocnik_za_izvajalce_vzgoje_za_zdravje.pdf

Ivić, I., Novak, J., Atanackanović, N. in Ašković, M. (2002): Razvojni koraki – Pregled osnovnih značilnosti otrokovega razvoja od rojstva do sedmega leta. Ljubljana: Inštitut za psihologijo osebnosti.

Marjanovič Umek, L. in Zupančič, M. (ur.) (2004): Razvojni psihologija. Ljubljana: Znanstveni inštitut Filozofske fakultete.