



## Rozwój ruchowy a rozwój mowy dziecka

Obserwując rozwój dzieci, coraz częściej można u nich zauważyć zaburzenia w obrębie motoryki dużej i małej. Znaczenie ma tutaj fakt, że dzieci coraz więcej czasu spędzają przed telewizorem, smartfonem, zapominając o aktywności ruchowej i zabawach z rówieśnikami. **A to właśnie ruch jest najważniejszym elementem stymulującym rozwój mowy.** Dlatego tak ważne jest, aby poświęcać dziecku czas na zabawy ruchowe, zachęcać je do biegania, skakania czy rysowania.

### Czym jest motoryka duża?

Motoryka duża to tzw. duży ruch. **Są to wszystkie aktywności ruchowe, w które zaangażowane jest całe ciało.** Przykładem motoryki dużej jest np. **bieganie, skakanie, jazda na rowerze, gra w piłkę.** Motoryka duża kształtuje prawidłową postawę ciała, odpowiada za równowagę oraz koordynację wzrokowo-ruchową.

### Czym jest motoryka mała?

Oprócz motorki dużej mamy również motorykę małą. **Motoryka mała to sprawność dłoni i palców dłoni.** A zatem **malowanie, rysowanie, kolorowanie, pisanie, nawlekanie koralików, zapinanie i odpinanie guzików to właśnie motoryka mała.** Aby rozwój motoryki małej przebiegał harmonijnie, niezbędna jest prawidłowo rozwinięta motoryka duża.

### Wpływ motoryki dużej i małej na rozwój dziecka

Ruch to podstawa prawidłowego rozwoju dziecka, a rozwój motoryki dużej i małej ma ogromne znaczenie dla rozwoju fizycznego, społecznego, psychicznego i poznawczego.

Rozwój motoryczny dziecka zaczyna się od pierwszych dni jego życia. Każdy nowy etap rozwoju motorycznego wpływa na kształtowanie się kolejnych funkcji.

Dziecko ćwiczy motorykę dużą już od pierwszego miesiąca, kiedy próbuje **unosić główkę**. W kolejnym miesiącu pojawia się **symetryczne i naprzemienne wymachiwanie nogami**. Jest to przygotowanie do pełzania i raczkowania. **Pełzanie i raczkowanie** mają przygotować dziecko do zdobywania przestrzeni. **Chodzenie za rękę** ma na celu przygotowanie do poznania świata. **Umiejętność kopania piłki** przez dziecko pozwala przygotować je do jazdy na hulajnodze, rolnach, łyżwach.

Równie ważna dla rozwoju dziecka jest motoryka mała. **W mózgu ośrodek odpowiedzialny za mowę leży w sąsiedztwie ośrodka, który jest odpowiedzialny za precyzyjne ruchy rąk, czyli za motorykę małą**. Dlatego też motoryka mała ma ogromne znaczenie dla rozwoju mowy.

Podobnie jak w przypadku motoryki dużej, motoryka mała rozwija się od pierwszych dni. Na początku dłonie dziecka są zaciśnięte, ale wraz z rozwojem następuje ich otwarcie, aby ok. 2-3. miesiąca życia dziecko mogło przez chwilę utrzymać w rękach grzechotkę. Jest to etap przygotowujący malucha do **koordynacji wzrokowo-ruchowej**. W kolejnych miesiącach życia dziecko bawi się rękoma, dzięki czemu przygotowuje się do manipulacji i artykulacji. Wkładanie rąk do ust sprawia, że dziecko poznaje świat, dlatego warto pozwolić dziecku na **stymulację jamy ustnej za pomocą rąk i zabawek**. Umiejętność samodzielnego odwracania kartek w książkach, oglądanie ich i wskazywanie palcem na obrazki to przygotowanie do nauki czytania.

**Odpowiednia ilość ruchu wpływa na wzrost i uwapnienie kości, polepsza krążenie krwi i ukrwienie mięśni, dzięki czemu zapewnia dziecku prawidłowy rozwój fizyczny.**

### **Wpływ motoryki dużej na mowę**

Etapy rozwoju ruchowego idą w parze z etapami rozwoju mowy. Kiedy dziecko zaczyna podnosić główkę pojawia się **głuzenie**. **Gaworzenie** następuje wraz z umiejętnością siadania, a pierwsze słowa występują razem z pierwszymi krokami. Warto zauważyć, że aby dziecko nauczyło się mówić, musi najpierw naśladować ruchy naszego aparatu artykulacyjnego, a do tego niezbędny jest prawidłowym rozwój ruchowy. **Należy pamiętać, że mowa to nie tylko ruchy narządów artykulacyjnych**. To także ruchy całego naszego ciała. Swoje emocje i potrzeby możemy wyrażać za pomocą mowy niewerbalnej, np. za pomocą **mimiki, gestów, postawy ciała**. Wyciągnięcie ręki, zgarbienie ciała, tupanie nogą czy kiwanie głową to nic innego, jak wyrażanie siebie za pomocą ruchu.

### **Problemy rozwoju motorycznego**

O tym, że rozwój motoryczny przebiega nieprawidłowo, mówimy wówczas, gdy umiejętności ruchowe dziecka odbiegają od ogólnie przyjętych norm.

**Przykładami nieprawidłowości w zakresie motoryki dużej są:**

- opóźnienia w rozwoju ruchowym w pierwszych latach życia (unoszenie główki, odwracanie się, siadanie, stanie)
- nieprecyzyjne ruchy ciała
- trudności z wchodzeniem po schodach i schodzeniem z nich
- trudności z rzucaniem i/lub łapaniem piłki
- unikanie zabaw ruchowych
- problem z utrzymaniem równowagi, w tym trudność w jeździe na rowerze
- potykanie się o przedmioty

### **Przykładami nieprawidłowości w zakresie motoryki małej są:**

- unikanie prac plastycznych: rysowania, malowania, kolorowania, wycinania
- prace plastyczne wykonane w sposób niedbały, nieadekwatny do wieku dziecka
- trudność z chwytem i/lub utrzymaniem narzędzia pisarskiego
- silny nacisk na narzędzie pisarskie (np. na kredkę)
- nieczytelne pismo
- rysunki nieadekwatne do wieku dziecka
- trudności z zapinaniem guzików
- trudności z zapinaniem zamków

Jeżeli widzimy, że zdolności motoryczne są nieodpowiednie do wieku dziecka, należy zgłosić się do specjalisty na konsultację.

### **Jak kształtować rozwój motoryki u dzieci?**

Rozwój motoryczny jest niezwykle ważny dla prawidłowego rozwoju dziecka, dlatego ważne są czynności stymulujące motorykę dużą i małą. Należy przy tym pamiętać, aby wszystkie zabawy z dzieckiem dostosowywać do wieku i możliwości dziecka.

### **Przykłady kształtowania motoryki u dzieci**

- Pozwalajmy dziecku na pierwsze próby samodzielności w zakresie samoobsługi.
- Budujmy z dzieckiem wieże z klocków.
- Dajmy dziecku możliwość do tworzenia pierwszych rysunków.
- Bawmy się z dzieckiem we wrzucenie klocków w otwory.
- Zachęcajmy dziecko do samodzielnego jedzenia z użyciem łyżeczki i kubeczka.
- Proponujmy zabawy z wykorzystaniem biegania, skakania.
- Organizujmy tory przeszkód.
- Bawmy się w zawody „kto dłużej utrzyma się na jednej nodze” „kto szybciej dobiegnie do mety”.
- Zachęcajmy do jazdy na rowerku.
- Organizujmy zabawy tematyczne.
- Dajmy dziecku możliwość samodzielnego ubierania się.
- Stwórzmy możliwości do rysowania, kolorowania, wycinania.
- Wykorzystujmy do zabawy masy sensoryczne, mąkę, kaszę, piasek itp.
- Wybierzmy się z dzieckiem na basen.

- Organizujemy zabawy i aktywności, w których dziecko będzie musiało powtarzać sekwencje ruchowe.
- Proponujemy zabawy z nawlekaniem elementów na sznurek w ustalonej sekwencji.
- Zachęcamy dziecko do samodzielności w czynnościach codziennych np. w myciu się, wycieraniu, ubieraniu, zawiązywaniu butów.
- Proponujemy tworzenie rysunków tematycznych.

Opracowała: Patrycja Pusek - logopeda