

KLEUTERS & MOTORIEK

Extra informatie na het eerste systematisch contactmoment




Het CLB helpt.

Vrij CLB Leuven

www.vclbleuven.be

INHOUDS- TAFEL

01 Introductie

02 Thema's

Grove motoriek vierjarigen

Fijne motoriek vierjarigen

03 Aandachtspunten: onderste ledematen

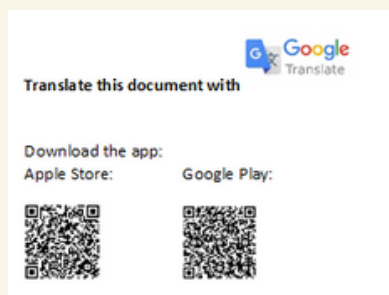
X-benen

Beenlengteverschil

Lopen met de voeten naar binnen

Platvoeten

04 Meer weten?



The screenshot shows the Google Translate app download page. At the top right is the Google Translate logo. Below it, the text reads 'Translate this document with'. Underneath, it says 'Download the app:' followed by 'Apple Store:' and 'Google Play:'. Below each platform name is a QR code for scanning.

01

Introductie



Kleuters hebben een aangeboren bewegingsdrang. Door verschillende bewegingen worden de diverse spieren en functies aangesproken. Zo leert een kleuter kracht ontwikkelen en doseren, bewegingen afstemmen op het doel en genieten van zichzelf uit te drukken.

Daarnaast ontwikkelt het kind ook op cognitief gebied. Zo krijgt het de mogelijkheid om ruimte- en tijdsbegrippen te ervaren, om te gaan met hoeveelheden, opdrachten te begrijpen en correct uit te voeren.

In het begin maakt een kleuter globale bewegingen, die vaak gepaard gaan met overbodige meebewegingen (vb. bij lopen, tekenen, werpen). Na verloop van tijd nemen de overtollige bewegingen af en neemt de efficiëntie van bewegingen toe.

In wat volgt zullen enkele uitdagingen rond motoriek worden opgesomd waarmee ouders van kleuters te maken kunnen krijgen. Er zullen telkens ook adviezen, tips en weetjes aan bod komen. Op het einde verwijzen we nog naar enkele nuttige websites en boeken.

02

Thema's

● Grove motoriek vierjarigen

Staan, stappen en lopen

- Kleuter stapt goed voorwaarts, achterwaarts en zijwaarts
- Kan op tenen stappen
- Kan enkele seconden op 1 voet staan, vaak nog wiebelend
- Stapt vlot op of over kleine hindernissen
- Kan lopen (waarbij voeten gelijktijdig een moment van de grond zijn), de armbewegingen maken tijdens het lopen gecoördineerd deel uit van de beweging
- Kan lopend over een eenvoudige hindernis springen
- Schopt tegen een bal zonder evenwichtsverlies



Springen en landen

- Kleuter springt met beide voeten meermaals, moet nog leren knieën te buigen bij landen na sprong
- Op 1 voet ter plaatse eventjes op en neer, maar nog wel met bijzetten van de andere voet om het evenwicht te bewaren
- Kan hinkelen tot driemaal
- Kan 1 of enkele huppelpasjes



Gooien, rollen en vangen

- Kleuter gooit meer gericht voorwerpen naar een vast doel met grote oppervlakte (deur, tussen twee touwen)
- Kleuter grijpt grote rollende voorwerpen die niet te snel bewegen (banden, ballen, wielen)
- Kind vangt een voldoende grote en goed opgegooide bal die naar het lichaam gegooid wordt, vaak gebeurt het vangen nog te laat omdat de kleuter te weinig rekening houdt met de bewegingssnelheid.

Klimmen en fietsen

- Alternierend (= met wisselende voet) een trap met leuning oplopen, naar beneden gebeurt dit nog vaak met voetje bijzetten
- Kan op een driewieler fietsen en sturen

● Fijne motoriek vierjarigen



Algemeen

- Kleuter kan het materiaal (potlood, penseel) op de juiste manier gebruiken, het kennen van de hand- en palmgrepen
- Kan kleine parels rijgen op een metaaldraad
- Kan mozaïek figuren met aangepaste noppen naleggen volgens kleur, vorm of een eenvoudig patroon
- Gaat gericht om met sluitingen: rits, knopen, veters openen, deuren openen
- Bouwt een toren van een 9-tal blokken

Tekenen

- Tekent een horizontale en verticale lijn en een cirkelvormige figuur

Scheuren, vouwen en plooiën

- Kleuter kan zwaardere papiervormen verfrommelen
- Je kan de techniek van scheuren demonstreren en de kleuter laten nabootsen (aangepast aan rechts- en linkshandigen)
- Kan papierstroken, taartdozen, ... vouwen

Knippen

- Kleuter kan knipbewegingen maken
- Je kan je kleuter ter voorbereiding de vingerspieren laten losmaken
- Knippen wordt verfijnd door het knippen met aangepaste scharen in licht karton of fijne papersoorten
- Kleuter kan blijven knippen en niet 'lopen' met de schaar



Geef je kind kansen om te bewegen door te fietsen, zwemmen, rollen, springen, klimmen, met de bal spelen... De meeste kinderen doen dit graag, maar sommigen hebben wat extra aanmoediging nodig. Meespelen maakt het voor hen nog leuker, maak bijvoorbeeld een wandeling en laat je kleuter onderweg grote en kleine stappen zetten. Laat je kleuter schommelen of van de glijbaan gaan. Spring samen met je kleuter (voorwaarts, achterwaarts, van een trapje). Laat je kind de bal wegtrappen of met (sneeuw)ballen gooien. Rol de bal naar elkaar.



Je kan met je kind allerlei knutselactiviteiten doen : knippen, kleven, schilderen, boetseren, tekenen...
Als je kind nog moeite heeft met die fijnere bewegingen gebruik je best eerst grover materiaal, zoals : grote rijgpapels, grote blokken, wasco's, dikke stiften, krijt... Je laat ze dan best eerst grote tekenbewegingen maken op behangpapier of in een zandbak.



Laat je kind zich zo veel mogelijk zelf aan- en uitkleden, wassen, zijn boterhammetjes smeren, eten,... zo wordt het zelfredzaam. Laat je kind helpen bij huishoudelijke taken, zoals: tafel dekken, eten klaarmaken, klusjes in de tuin,... zo leert het zijn 2 handjes samen te gebruiken.
Benoem de dingen die je samen doet en gebruik woorden, zoals: boven, onder, achter, voor, naast,... dit bevordert het ruimtelijk inzicht. Beeld samen een verhaal uit als je voorleest





03

Aandachtspunten: onderste ledematen

● X-benen

X-benen komen meestal voor bij jonge kinderen en zijn te beschouwen als een normale fase in de ontwikkeling. X-benen die gepaard gaan met platvoeten komen vaker voor bij kinderen met overgewicht. Knielast op latere leeftijd kan hiervan het gevolg zijn. Indien geen spontane verbetering optreedt, vragen uitgesproken X-benen verder onderzoek op eventuele afwijkingen van het beenderstelsel. Voor het einde van de groei kan men zo nodig de stand verbeteren door een chirurgische ingreep ter hoogte van de knie.

● Beenlengteverschil

Een groot deel van de bevolking heeft een gering beenlengteverschil. Tot een verschil van 2 cm spreekt men van een fysiologisch verschil. De betrokken persoon ondervindt daarvan geen hinder en er moet meestal niets gebeuren. Wel is controle tot het einde van de groei aangewezen. Is het beenlengteverschil groter dan 2 cm dan is verder onderzoek aangewezen. Deze ongelijkheid kan immers een weerslag hebben op de rug. Meestal wordt als behandeling het kortste been opgehoogd door een zooltje in of onder de schoen.

● Lopen met de voeten naar binnen

Een veel voorkomend verschijnsel bij jongeren is het naar binnen zetten van de voeten bij het stappen. Dit is meestal het gevolg van een te grote draaiing in de heup of in het onderbeen. Met de groei verdwijnt dit meestal spontaan. Het naar binnen draaien kan in de hand gewerkt worden door een slechte zithouding: de zogenaamde TV-zit. Hierbij zit men op de knieën met de voeten naar buiten gekeerd terwijl het zitvlak de grond raakt. Een betere houding is de kleermakerszit.



● Platvoeten

Bij kleuters zien we vaak platvoeten. Deze verdwijnen normaal gezien vanzelf voor de leeftijd van 9 jaar. Voor een goede ontwikkeling van de voetspieren wordt het aangeraden om je kleuter veel op blote voeten te laten lopen, bijvoorbeeld op gras of op zand.

Meer weten?

Als je meer wil weten, vind je hieronder onze bronnen, alsook nuttig en interessant materiaal over kleuters en motoriek waarin je je kan verdiepen.

Indien u nog vragen hebt neem dan gerust contact op met de CLB-arts of uw huisarts.

Bronnen

- Groei- en leerlijnen in de kleuterschool (Boone, 2012)
- Kleuters met extra zorg (Boone, 2014)
- [Kind & Gezin: motorische ontwikkeling](#)

Liever een gesprek? Weet dat je altijd terecht kunt bij het **CLB** of andere instanties.

- [Gesprek met een CLB-medewerker](#)
- [CLB chat](#)
- [Opvoedingslijn](#)
- [Huis van het Kind](#)

