

Baba beweeg én leer

2010-10-13 08:49

Daardie eerste, versigtige kruipslag of die eerste lomp tree van jou kleinding gaan jou altyd bybly. Jy behoort elke een-voetjie-voor-die-ander of knielangse ontdekkingstog wat jou kleuter daarna onderneem, ewe veel te koester.

Dr. Melodie de Jager, 'n ontwikkelingskenner wat die BabyGym-program ontwikkel en 'n gelyknamige boek geskryf het, sê babas leer in die eerste plek deur middel van beweging. "Sielkundiges verwys hierna as senso-motoriese baba-intelligensie, wat die verband tussen die sintuie en motoriese aksie beskryf," sê sy. "Dit beteken hoe meer motoriese bewegings jou baba onderneem, hoe meer sal haar sintuie daardeur gestimuleer word en haar kennis van ons wêreld verbreed."

Kruip-ontdek

Dié proses word deur beweging gestimuleer, want net soos jou baba se spiere en bene groei en versterk, terwyl sy haar nuwe wêreld leer ken, ontwikkel haar brein om alles in te neem, verduidelik De Jager.

"Kruip organiseer die nie-denkende dele van die sentrale senuweestelsel. Dié belangrike areas in die brein vorm die grondslag vir leer en ontwikkeling om maklik en natuurlik plaas te vind," skryf De Jager in *BabyGym*.

As dié gedeeltes van die brein nie voldoende ontwikkel nie, sal jou baba dalk sukkel om te leer en byvoorbeeld moeilik tussen links en regs onderskei. Die kruipfase is daarom baie belangrik, omdat dit die ontwikkeling van groot- en kleinspierbeheer aanmoedig en die sintuie verskerp, voeg De Jager by.

Terwyl jou baba beweeg, leer sy ook belangrike motoriese en waarnemingsvaardighede aan soos afstand en diepte, asook konsepte soos "in", "uit", "bo" en "onder".

Die breinverbindings of sinapse wat sodoende vorm, stel klein kruipertjies in staat om hul bewegings beter te beheer, sê De Jager. Terselfdertyd leer hulle die verskil ken tussen outomatiese bewegings en dié wat hulle uit vrye wil maak.

Sodra jou baba kruip onder die knie het en die opwinding van haar nuwe omgewingsperspektief verby is, sal haar natuurlike instink weer oorneem, sê De Jager.

Nuwe krag en balans sal haar toelaat om voorwerpe te gebruik om haarself op te trek in 'n staande

posisie.

“Ná heelwat oefening en aanmoediging sal jou baba die breinverbindings ontwikkel het wat haar sal toelaat om haar eerste, onafhanklike treetjie te gee,” sê De Jager.

– Inligting verskaf deur Pampers, wie se nuwe Active Baby-doekreeks ontwerp is om ’n baba groter bewegingsvryheid te gee, terwyl dit stewig en gemaklik pas.

Bykomende bron: *BabyGym: Brain and Body Gym for Babies* deur Melodie de Jager (ISBN: 9781920268169)

Breinkos

Om jou kind se ontwikkeling te bevorder, is baie breinkos in die vorm van stimulering nodig, skryf De Jager in *BabyGym*.

Wanneer jou kleuter begin kruip en loop, is daar baie stimulering in jou eie huis te kry.

Volgens De Jager is een manier waarop jou kleuter die wêreld leer ken deur daaglik rond te kruip op verskillende vloerooppervlakke – van sagte matte tot gepoleerde hout.

Deur aan dié materiale te raak, kan hulle begin oplet na die verskillende teksture.

Die leer-ervaring word volgens De Jager uitgebrei wanneer jou kleuter ’n verskeidenheid voorwerpe soos balle, boeke en selfs koppies en pierings begin skuif en manipuleer.

Ver pad

- Nuuskierige lyfies wat ’n halfuur lank rondkruip, kry net soveel oefening as wat jy tydens ’n twee uur lange sessie in die gimnasium kry.
- Navorsing toon babas kan daaglik tussen 1 028 en 3 198 kruiptreetjies neem.
- Kleuters wat al loop, lê binne sewe dae die afstand van ’n marathon af – 42 km.
- Kleuters wat kan loop, neem daaglik ongeveer 13 185 tree en val sowat 90 keer.

Sit-sit so

Deur daaglik ’n paar eenvoudige stappe te volg, kan jy jou baba motiveer om te begin kruip, meen De Jager.

“Plaas jou baba byvoorbeeld op ’n ferm oppervlak en gaan sit sodat jy op dieselfde oog- hoogte is as sy. Jy kan jou baba se bolyfie ondersteun deur ’n opgerolde handdoek onder haar te plaas sodat haar arms oor die voorkant hang.

“Op dié manier sien sy meer van haar omgewing,” sê De Jager.

“As jou baba geen tekens toon dat sy wil begin kruip nie, kan jy ’n kombuisvadoek in ’n driehoek vou, op die vloer plaas en jou baba op haar maag daarop, met die kante van die vadoek wat by haar sye uitsteek.

Lig die vadoek se hoeke op sodat die baba se lyfie van die grond lig en sy outomaties hande- viervoet staan. Wieg dit voor- en agtertoe totdat die baba vanself in die kruipposisie begin beweeg,” skryf De Jager in *BabyGym*.

Om jou kleinding aan te moedig om te begin loop, kan jy haar in ’n knielende posisie voor ’n lae, stabiele voorwerp plaas.

“Lig jou baba se een knie sodat haar voet plat op die grond is en lig haar dan versigtig op totdat haar gewig na dié voet verskuif. Lig haar dan stadig regop totdat haar gewig ferm op albei voete rus,” stel De Jager voor.

“Herhaal dié proses vir ’n paar dae, totdat sy dit self kan doen en om meubels kan begin rondskuifel. Dit lê die grondslag vir genoeg selfvertroue sodat jou baba sonder hulp kan begin loop.

“Speelgoed wat jou kind moet stoot, soos kinderstoetwaentjies, bied ook ideale geleenthede om te oefen.”



Babas se brein ontwikkel deur blootstelling aan nuwe dinge en ervarings. Foto: Theana Calitz