



### Klaar voor groep 3

Kleuters zijn in de onderbouw al volop bezig met de voorbereidingen op lezen, schrijven en rekenen voor in groep 3. Zij maken op een speelse manier kennis met letters, klanken, cijfers en tellen. Vaak zie je dat kinderen in groep 2 interesse beginnen te krijgen voor wat meer 'schoolse' werkjes. Bij de overgang van groep 2 naar groep 3 is het volgen van de ontwikkeling van het kind van groot belang.

De meeste kinderen kunnen met de basis die ze in de kleutergroepen hebben meegekregen een goede start maken in groep 3. In groep 3 moet een kind over bepaalde vaardigheden beschikken om de hele dag op school te kunnen functioneren en leren. Daarom maken leerkrachten uit de onderbouw een inschatting of een kind klaar is voor groep 3. Zij letten hierbij op de fysieke, zintuiglijke, cognitieve en sociaal-emotionele ontwikkeling van een kind. Het beleid voor zittenblijven en kleuterbouwverlenging verschilt per school. Soms kiezen scholen voor combinatiegroepen 2/3, waarbij spelend leren nog steeds centraal staat.

Samen met de leerkrachten en de school kunnen wij vanuit onze expertise ook mee kijken en denken wat een leerling mogelijk nog nodig heeft om over te kunnen gaan naar groep 3. Hierbij kijken wij naar de ontwikkeling op het gebied van:

- fijne en grove motoriek
- keuze in voorkeurshand
- juiste zithouding voor het werken achter zijn/haar tafel
- integratie van lichamelijke en geestelijke aspecten om tot leren te komen

 kinderfysio  
nelissen



## Reflexintegratie

De ontwikkeling van het bewegen begint al in de baarmoeder en ontwikkelt zich verder als het kind is geboren. In eerste instantie laat hij nog ongecontroleerde bewegingen zien maar gedurende de tijd ontwikkelt het kind mooie, gevarieerde en soepele bewegingen zodat het de wereld om hem of haar heen kan ontdekken.

Een van de belangrijke onderdelen die hier van grote invloed op is zijn de reflexen. De reflexen leggen de basis voor de bewegingen om controle te krijgen over het lichaam. Dit leidt tot de mogelijkheid om te focussen, concentreren, organiseren, begrijpen, leren en goed sociaal emotioneel gedrag. Door het integreren van de reflexen zorg je voor een goed evenwicht, juiste manier van verwerken van zintuigelijke prikkels en goed lichaamsbesef/gevoel.

Voor de geboorte en de eerste maanden na de geboorte zijn de eerste (primitieve) reflexen actief en aanwezig. Zij leggen de basis waardoor een baby kan bewegen. Deze eerste reflexen horen langzaam te verdwijnen waardoor een baby en het kind zelfstandig de controle krijgt over zijn bewegingen zonder meer gebruik te hoeven maken van zijn reflexen.

Als deze niet goed integreren dus nog te veel op de voorgrond zijn/actief zijn, dan kan dit een belemmering geven voor de verdere ontwikkeling.

Reflexintegratie heeft als uitgangspunt om het fundament/het integreren van de reflexen te bevorderen. Je gaat op zoek naar de reflexen die nog teveel op de voorgrond aanwezig zijn en mede verantwoordelijk zijn voor de achterstand in de ontwikkeling. Dit kan je terug zien in een achterstand in bewegen, verstoord evenwicht en houdingsgevoel, moeite met verwerken van zintuigelijke prikkels maar ook op het leergedrag en sociaal-emotionele gedrag.

Enkele voorbeelden die op school zichtbaar kunnen zijn:

- Moeite met concentreren
- Moeite met schoolvaardigheden zoals lezen, rekenen, spelling, geheugen maar ook schrijfproblemen of lateralisatieproblemen (samenwerking tussen links en rechts).
- Onhandig, struikelt vaak
- Lage spierspanning/weinig spierkracht in het lichaam
- Gevoelig voor zintuigelijke prikkels
- Moeite met contact maken



### Lateralisatie

Lateralisatie is een fase in de ontwikkeling van de hersenen en de motoriek van een kind. Het kind leert onderscheid maken tussen de linker- en de rechterkant van het lichaam. Er ontstaat ook een voorkeurshand. De voorkeurshand voert de fijn motorische handelingen uit (zoals eten, gooien, kleuren, knippen etc. met die hand) en de andere hand assisteert daarbij. De samenwerking tussen beide lichaams helften wordt steeds beter afgestemd.

Enkele voorbeelden als de lateralisatie nog niet goed is ontwikkeld:

- Niet duidelijk of ze rechts- of linkshandig zijn
- Moeite met evenwicht zoals het leren fietsen of bepaalde gymonderdelen
- Vinden het lastig om stil te zitten of rechtop te zitten bij hun tafel in de klas
- Schrijven de letters in spiegelbeeld

De behandeling die wij toepassen bij het versterken van de lateralisatie is psychomotorische trainingen. De uitdrukking 'al doende leert men' kent iedereen. Eigenlijk wil dit zeggen dat we bij elke beweging (onbewust) moeten nadenken over hoe we die gaan uitvoeren. Psychomotoriek betekent dus: het samengaan van geest (psyche) en bewegen (motoriek).

Psychomotoriek begint dus zeer vroeg en is een onmisbare voorwaarde voor het latere leven. Daarom is het erg belangrijk dat alle motorische mijlpalen juist bereikt en doorlopen worden om een vlot lichaamsbesef te hebben dat als bouwsteen zal dienen voor onder andere de schoolse vaardigheden.

 kinderfysio  
nelissen



## Schrijven

Een kind kan niet leren stappen als hij nog niet rechtop kan staan. Zo kunnen kinderen niet leren schrijven als zij niet aan bepaalde voorwaarden voldoen. Zoals het potlood goed vasthouden, strepen en lijnen van links naar rechts over het papier trekken en figuren onderscheiden. Voor het schrijven moet het kind hun lichaam volledig beheersen; zijn motorische ontwikkeling moet dus in orde zijn. Om schrijfrijp te zijn moet het kind voldoen aan verschillende voorwaarden.

Onderstaande voorwaarden zijn degene waar wij het kind in kunnen ondersteunen op het moment dat het nog niet geautomatiseerd is:

- **CONCENTRATIE:** Complexe motorische taken vereisen veel aandacht. Het kind moet zich volledig op de opdrachten kunnen concentreren. Dit kan absoluut worden geoefend om de spanningsboog te vergroten maar vooral ook te onderzoeken waardoor het voor het kind lastig is om zich te concentreren.
- **GROVE MOTORIEK:** Een goed ontwikkelde grove motoriek heeft ook duidelijk invloed op de ontwikkeling van het schrijven. Hierdoor krijgen wij ook een vertrouwde houding met ons eigen lichaam en dat is nodig voor het handhaven van een goede schrijfhouding. De grove motoriek zorgt ervoor dat wij ons evenwicht vinden op de stoel; dat wij stabiel zijn en ons voortdurend kunnen aanpassen aan de positiewijziging van de schrijfarm tijdens het schrijven.
- **FIJNE MOTORIEK:** Dit is het samenspel tussen de zenuwen en de handspieren en zorgt voor soepele bewegingen van hand en vingers. Het goed vasthouden van het potlood en de besturing van dit instrument door middel van fijne bewegingen in vingers en hand vereisen een goed ontwikkelde fijne motoriek.
- **LICHAAMSBESEF:** Om goed te kunnen bewegen in de ruimte is het nodig dat een kind zijn eigen lichaam kent. Hij moet zijn lichaamsdelen kunnen aanwijzen en benoemen. Ook moet hij bepaalde houdingen en bewegingen kunnen imiteren. Dit lichaamsbesef groeit door veel te bewegen.
- **OOG-HANDCOORDINATIE:** Dit is de samenwerking tussen de ogen en de schrijfhand, dus de samenwerking tussen het zien van letters en woorden en het bewegen van de hand en het potlood. Deze zaken moeten duidelijk op elkaar afgestemd zijn om te kunnen tekenen en schrijven.
- **LATERALISATIE:** Het kind heeft een duidelijke voorkeur voor linker- of rechterhand. Het is belangrijk voor het schrijven dat hij een voorkeurshand heeft en deze steeds gebruikt tijdens het schrijven.
- **MOTIVATIE:** Sommige kinderen zien niet in wat er leuk is aan leren. Bij het leren schrijven zien wij vaak dat dit komt omdat zij het schrijven nog moeilijk vinden of weinig ervaring in hebben opgedaan. En hierdoor het liever ontzien maar als zij merken dat zij het onder de knie krijgen, groeit de interne motivatie en komt het tot een leesbaar handschrift.



## Bewegend leren

Iedereen is het erover eens: voldoende bewegen heeft grote positieve gevolgen voor de ontwikkeling van het kind. Beweging zorgt voor meer zuurstof in de hersenen waardoor o.a. meer kennis opgeslagen kan worden en kinderen kunnen ook beter hun aandacht erbij houden kijkend naar schoolvaardigheden. Daarnaast zorgt bewegend leren voor sociale interactie, vrij spel en ontdekkend leren. Vanuit onze expertise sparren wij samen met leerkrachten hoe dit te kunnen inrichten tijdens de lessen in de klas of buiten op het schoolplein.

Wat doet bewegen:

- **Bewegen is gezond**  
Bewegen is erg goed voor je. Door te bewegen voorkom je overgewicht en blijf je gezond.
- **Betere concentratie**  
Door bewegen en leren af te wisselen of zelfs te combineren kun je je beter concentreren.
- **Betere schoolprestaties**  
Uit steeds meer onderzoeken blijkt dat meer bewegen leidt tot betere schoolprestaties.
- **Beter zelfbeeld**  
Bewegen heeft bij kinderen ook een positief effect op zelfvertrouwen, zelfbeeld en sociaal gedrag.
- **Meer plezier**  
Bewegen toepassen in de klas maakt school leuker voor leerlingen en voor docenten.
- **Gemaakt om te bewegen**  
We doen onszelf en ons lichaam een groot plezier met bewegen. We zijn ervoor gemaakt.

Ook binnen onze behandelingen hanteren wij het concept van Bewegend leren om de motoriek te stimuleren maar ook dit te combineren met schooltaken zoals rekenen en taal/spelling. Vanuit wetenschappelijk onderzoek komt namelijk naar voren dat vooral deze schooltaken verbeteren door Bewegend leren. En hoe leuk om door bewegen te kunnen zorgen voor het verbeteren van het leren?!

Ook de reden waarom wij Peutergym hebben opgezet; bewegend leren! Samen met leeftijdsgenoten lekker bewegen. Voor nu maar ook voor straks op school en verder in de toekomst.

 kinderfysio  
nelissen





### Prikkels in de klas

Het verwerken van alle prikkels die binnenkomen via onze zintuigen is iets wat continue doorgaat en aanstaat. Het is een prachtige samenwerking tussen zintuigen en hersenen, die ermee aan de slag gaan en beoordelen of en welke reactie nodig is. Door prikkels te registreren en te verwerken zijn wij in contact met de wereld, onze omgeving, met elkaar en met onszelf. Toch weten we er zelf maar weinig over en merken we er weinig van. Je bent altijd bezig met zintuiglijke prikkels van buiten en binnen in het lichaam.

Bij sensorische (zintuiglijke) integratie wordt informatie die het kind opneemt met ogen, oren, neus, mond, spieren/gewrichten, huid en evenwichtsorgaan door de hersenen verwerkt. Hierdoor ontstaat een beeld van de wereld om het kind heen zodat hij of zij er op de juiste manier op kan reageren. Als dat niet gebeurt dan is er sprake van een sensorisch informatieverwerkingsprobleem. Kinderen met sensorische informatieverwerkingsproblemen hebben zintuigen die minder makkelijk samenwerken. Dat heeft invloed op het gedrag van een kind, op de motorische ontwikkeling, het leren op school en mogelijk de thuissituatie.

Veel voorkomende hulpvragen die wij hieruit tegenkomen op school zijn:

- Moeite met concentreren
- Snel afgeleid zijn
- Niet goed meekomen met het werktempo van de klas
- Moeite hebben met stilzitten op hun stoel

Samen met ouders en de leerkracht kunnen wij onderzoeken welke zintuigen een rol spelen bij bovenstaande hulpvragen middels een uitgebreide vragenlijst en intake maar ook door een observatie te doen in de klas. Om vooral ook leerkrachten adviezen te kunnen geven voor de leerling in de klas.

 kinderfysio  
nelissen



### Peutergym

Op meerdere locaties bieden wij intern op de school Peutergym aan voor 2 en 3 jarigen. In eerste instantie omdat wij zien dat het op jonge leeftijd al speel- en sportplezier geeft aan kinderen. Daarnaast stimuleert het peuters van 2 & 3 jaar op spelenderwijze middels parcours, spelletjes en bewegen op muziek in hun motorische ontwikkeling en zelfvertrouwen. Daarnaast zijn interactie met leeftijdsgenootjes en het fysiek sterker worden bijkomende pluspunten.

De lessen bieden een uitdagende leer- en speelomgeving. Door het stimuleren van het bewegen leren de kinderen hoe zij hun lichaam kunnen gebruiken en worden zij sterker in hun fysieke vaardigheden die zij straks goed kunnen gebruiken in de dagelijkse activiteiten zoals o.a. school en sport. Door de omgang met de andere kinderen bewegen zij vrijer en maken zij beter contact met elkaar. Zij doen meer zelfvertrouwen op en het zelfbeeld groeit hierdoor.

 kindervsio  
nelissen