

Nieuwsbrief van Ergotherapiepraktijk De Oplossing



BEWEEG ME TE LEREN

BMTL - motoriek, sensoriek en diactiek

Beweeg me te leren is gericht op het handelende kind in de school situatie. Het kind dat participeert in de klas, betrokken is bij activiteiten, vaardiger wordt in samenwerken en verschillende ontwikkelingsgebieden, en schoolse taken leert te beheersen. Hierdoor gaat het kind zich steeds competentier voelen.

In dit ontwikkelingsproces wordt het ondersteund in het "onder de knie krijgen" van schoolse taken door deze veel en gevarieerd te oefenen. Als start wordt de taak op cognitief niveau uitgelegd door de leerkracht. Vervolgens vindt veel en gevarieerd oefenen ervan plaats in een sensomotorisch parcours, waarbij het kind spelenderwijs en met inzet van zijn sensomotoriek de schoolse taken uitvoert. Het parcours wordt gecoördineerd door de kinderergotherapeut en wordt onder diens toezicht begeleid door ergotherapiestudenten. Wil je meer informatie, neem dan vrijblijvend contact op.

Het BMTL parcours

Op school wordt er iedere 2 weken een nieuw parcours opgebouwd!
Iedereen geniet van "Bewegend leren"

INHOUD VAN DEZE NIEUWSBRIEF

BEWEGEND LEREN ZORGT VOOR
BETERE RESULTATEN

BMTL

BMTL ook wel als Beweeg Me Te Leren!

Beweeg me te leren is een sensomotoriek parcours in het basisonderwijs, waarbinnen kinderen van de onderbouw uitgedaagd worden om cognitieve leertaken uit te voeren in combinatie met sensomotorische activiteiten. Hierdoor ontstaat er een positieve invloed van het bewegen op de hersenwerking, waardoor het leren wordt bevorderd.

Kinderen hebben beduidend (meer)plezier in het uitvoeren van de opdrachten gebaseerd op de cognitieve leertaken aangeboden door de leerkracht. Zij handelen doelgerichter en meer uit eigen initiatief. De uitgesproken indruk van onderbouwleerkrachten is dat kinderen daadwerkelijk vaardiger worden. De leerkrachten ervaren de ondersteunende oefening in het parcours bij het aanleren van bepaalde cognitieve onderdelen, met name het automatiseren, inslijpen en schrijven als krachtig.

KINDERBREIN

Waarom het kinderebrein moet bewegen? Lees snel meer over de uitleg van Erik Scherder (p.02)

SCHRIJVEN

Schrijven is een super complexe vaardigheid die veel aandacht vraagt, want je stimuleert hiermee enorm veel processen. Toch lijkt schrijven meer bijzaak te worden met het gebruik van de computer, maar is dit wel goed voor de ontwikkeling? (p.03)

PENGREEP

Er zijn veel verschillende pengrepen, maar wat zijn nu de juiste grepen om een kind aan te leren en waarom? Wij leggen het graag uit! (p.04)

ERGOTHERAPIE PRAKTIJK



SPECIAAL VOOR KINDEREN



Nieuwsbrief van Ergotherapiepraktijk De Oplossing

WAAROM HET KINDERBREIN MOET BEWEGEN!

Webinar van hoogleraar neuropsychologie Erik Scherder op 10 maart 2021

“Op 10 maart jl. volgden enkele collega’s vanuit de praktijk het Webinar “Waarom het kinderbrein moet spelen” van Erik Scherder. Hier werd veel mooie informatie gedeeld die wij vanuit de praktijk herkennen en aansluit op ‘Bewegend leren’, een interventie die wij binnen de praktijk veel inzetten.

Je hersenen bestaan als het ware uit drie delen;

- de hersenstam; deze zorgt voor de vitale functies zoals ademhaling, temperatuur en bloeddruk.
- de grijze stof; dit zijn de hersengebieden waar informatie wordt verwerkt (de schors).
- de witte stof; dit zijn de verbindingen tussen de hersengebieden.

Tijdens het webinar werd de focus gelegd op het belang van buitenspelen voor kinderen.

Tijdens het buitenspelen en in beweging zijn, wordt de schors (grijze stof) van je hersenen continu geprikkeld. De functie van de schors is remming van gedrag, emotie en geheugen. Hoe meer de schors gestimuleerd wordt, hoe beter deze functies worden geremd/ gefilterd/ gecontroleerd. Dit zorgt bijvoorbeeld voor minder impulsiviteit.

Filteren van informatie is nodig, want als je belangrijke informatie goed kan onderscheiden van onbelangrijke informatie kun je je beter op je taak focussen!

Buitenspelen, en dan bij voorkeur samen, zorgt voor veel activatie in het brein. Hierdoor worden de verbindingen (witte stof) in de hersenen gestimuleerd. Dat komt ten goede aan de ontwikkeling van ruimtelijk inzicht, taal, motorplanning, aandacht en empathie. Deze vaardigheden heb je nodig bij schoolse taken, zoals bijvoorbeeld rekenen en samenwerken.

Bij spelen is het van belang dat het spelen:

- kinderen moeite kost (het mag niet te makkelijk gaan),
- vernieuwend is,
- in een verrijkte (en natuurlijke) omgeving plaatsvindt.

Hierdoor ontstaat variatie, want buitenspelen is nooit hetzelfde!

Uit onderzoek is gebleken dat kinderen die het moeilijk hebben op school het meest profiteren van bewegend leren. Vooral het filteren van informatie en richten van aandacht gingen beter. (UIT: Improving Academic Performance of School-Age Children by Physical Activity in the Classroom: 1-Year Program Evaluation; 04-2015)

Binnen de ergotherapie zetten wij vaak ‘Bewegend leren’ in. Dit doen we in de praktijk binnen een één op één situatie, maar ook met ‘Beweeg Me Te Leren’ op school. Door beweging te combineren met cognitieve taken, is er meer activiteit in de witte stof van de hersenen waar de verbindingen worden gelegd. Zo laten we de kinderen regelmatig in parcoursvorm aan hun eigen behandeldoelen werken, maar kun je ook heel goed rekensommen of spelling ‘Bewegend leren’.





Nieuwsbrief van Ergotherapiepraktijk De Oplossing

SCHRIJVEN

Schrijven is een belangrijk communicatie middel, waarbij de leesbaarheid erg belangrijk is!

Naast communiceren stimuleert schrijven heel veel vaardigheden in de ontwikkeling van een kind!

Schrijven is het maken van bewegende vormen in een tweedimensionale ruimte. Het is een complexe psychomotorische vaardigheid, die vraagt om verfijnde vaardigheden en een mate van coördinatie. Daarnaast spelen controle en besturing, sensomotorische aspecten en waarneming een grote rol (Derwig, 2013). In de loop van de jaren wordt door vele mensen gespeculeerd dat schrijven zal worden vervangen door het typen, maar in vele opzichten blijft schrijven een belangrijke vaardigheid. Zo is uit onderzoek gebleken dat kinderen sneller leren lezen wanneer ze schrijven en daarnaast ze ook beter in staat zijn om op ideeën te komen of om informatie op te slaan (Konnikova, 2014). Daarom zal in het onderwijs schrijven altijd belangrijk blijven en op latere leeftijd zal het ook niet zomaar worden vergeten.

De schrijfontwikkeling is het ontwikkelen van het schrijfgedrag.

Dit gebeurt in de ontwikkeling in de vroege levensjaren en bestaat uit verschillende fasen:

1. Het tekenen: nog geen verschil zichtbaar tussen tekenen en schrijven.
2. Krabbelen: woorden worden weergegeven d.m.v. krabbels. Er wordt een verschil gemaakt tussen tekenen en schrijven.
3. Ketens letterachtige vormen/letters: besef dat woorden weergegeven worden door een verzameling tekens en dat de volgorde kan verschillen per woord.
4. Gebruik van één of enkele letters voor het hele woord: schrijven gaat net zo goed van links naar rechts en van boven naar beneden, als van rechts naar links en van beneden naar boven.
5. Invented spelling: schrijven van klanken zoals deze gehoord worden. Deze spontane spelling verandert geleidelijk in spelling volgens de gebruikelijke regels. (Bus e.a., 1991).

De schrijfbewegingen

Bij het schrijven worden diverse basisbewegingen gebruikt: punten maken, strepen zetten, ronde en hoekige patronen en vormen maken. Deze basisbewegingen zijn belangrijk om uiteindelijk letters te vormen. Door deze bewegingen te automatiseren, ondersteunen ze een vloeiende schrijfbeweging. Er zijn verschillende schrijfpatronen die je kunt gebruiken bij het maken van de basisbewegingen: de doorgaande beweging (open guirlande en arcade) en bewegingen met een stop of terugkaatsbeweging (gesloten guirlande en arcade, de zaag). Doorgaans hebben kinderen meer moeite met patronen waar een stop of een terugkaatsbeweging in zit (Derwig, 2013).

Aandachtspunten bij het schrijven

Bij het oefenen van schrijven dient er rekening gehouden te worden met verschillende aspecten, namelijk:

- Starten en stoppen, waarbij je controle moet houden over de snelheid.
- Herhalen en automatiseren, zo komen bewegingen in de autonome fase.
- Verschillende materialen, om te anticiperen op de typische eigenschappen van materialen.
- 'Glij-oefeningen', het vloeiend laten verlopen van een beweging en niet onderbreken.
- Hard-zacht en snel-langzaam, tempowisseling en verschil in druk.
- Verticaal en horizontaal werkvlak, wordt verschillend ervaren op ieder werkvlak.
- Grootte, bepalen van een passende grootte per materiaal en per oefening.
- Staan en zitten, de houding heeft invloed op de uitvoering en beleving van een beweging.
- Ogen open en ogen dicht, een sterke visuele controle is nodig.
- Ademhaling en stem, kan gebruikt worden bij het ondersteunen van de oefeningen.
- Bewustwording en eigen inbreng, helpt om bewegingen en ervaringen te verinnerlijken. (Derwig, 2013).



Nieuwsbrief van Ergotherapiepraktijk De Oplossing

SCHRIJVEN (VERVOLG)

Schrijven is een belangrijk communicatie middel, waarbij de leesbaarheid erg belangrijk is!

Schrijfproblemen

Schrijfproblemen leveren op den duur negatieve gevolgen op in de verdere ontwikkeling van een kind.

Zo kan er het volgende ontstaan:

- Pijn in de handen, armen en schouders tijdens het schrijven;
- Het tempo om notities te maken tijdens de les en daardoor een deel van de leerstof niet kunnen volgen/noteren;
- Onleesbaar handschrift waardoor studeren lastig wordt en schoolresultaten kunnen verslechteren;
- Schoolmoeheid;
- Faalangst;
- De les verstoren;
- Onzekerheid t.o.v. klasgenoten;
- Minderwaardigheidscomplex;
- Moeilijk gedrag op school en thuis tonen;
- Etc.

(Pelikan, z.d.).

PENGREPEN

Er zijn meerdere goede pengrepen, maar de dynamische 3-vingergreep is de beste!

Waarom is de juiste pengreep zo belangrijk?

Wie zich als kind aanwent om een pen/potlood op de juiste manier vast te houden, heeft daar het hele leven profijt van. Een juiste pengreep voorkomt kramp en vermoeidheid (de bekende 'lamme arm van het schrijven') en zorgt bovendien voor een netter handschrift.

Hoewel steeds vaker stemmen opgaan dat goed kunnen schrijven tegenwoordig niet meer zo erg belangrijk is - we gebruiken immers voor heel veel zaken de computer - is het belang van een net handschrift en een soepele manier van schrijven nog altijd groot zolang schrijven een rol speelt in ons onderwijssysteem en onze maatschappij.

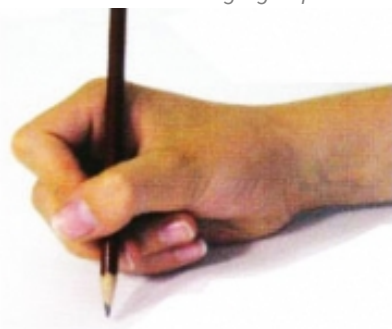
Voor kinderen is vlot en krampvrij kunnen schrijven van groot belang voor een succesvolle schoolcarrière. Zonder de juiste schrijftechniek kunnen kinderen in de hogere groepen van de basisschool vaak niet het benodigde schrijftempo halen of ze beginnen in hun haast zo slordig te schrijven dat het haast onleesbaar wordt.

Op de middelbare school en het hoger onderwijs geldt dat nog veel sterker. Daar ligt het tempo nog hoger, zodat ze het helemaal niet meer kunnen volgen en soms een zware leerachterstand oplopen of onleesbare antwoorden opschrijven bij proefwerken en tentamens.

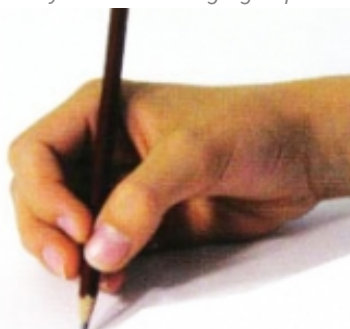
Dynamische 3 vingergreep



Laterale 3 vingergreep



Dynamische 4 vingergreep



A la Ronde greep

