

Lépésről lépésre - A kúszástól a ceruzáig

Röviden a TSMT-ről, azaz a tervezett szenzomotoros tréningről

A kisgyermek mozgásfejlődése, a kúszás, mászás, ülés, állás, járás, majd futás tanulása nem csupán a mozgás ügyesedése szempontjából fontos. Ahogy egyre ügyesebben képesek elérni, játékokat, egyre könnyebben megközelítik azt, amire kíváncsiak, fejlődnek észlelési, érzékelési, megismerési funkcióik is.

Idegrendszerünk mozgásokért, egyensúlyérzékünkért felelős területe nagyon sok más agyi területtel áll kapcsolatban. A kúszó, guruló, később mászó, futkározó, bukfencező kicsi ezekkel a mozgásokkal tehát az idegrendszer egyéb területeit is "mozgásban tartja", nem csupán a testét ügyesíti, hanem az agyát is csiszolja. Az élet első éveiben elsajátított fizikai készségek, kihatnak a későbbi szellemi teljesítményre.

Az emberi agy százmillió idegsejtből áll, amelyek egymáshoz kapcsolódva alakítják, irányítják az ember magatartását. Az idegrendszer ezen sejtek összekapcsolódásainak szövevényes hálózata. Ez a hálózat bizonyos mértékben velünk született. Bizonyos részei - a létfenntartáshoz leginkább szükséges funkciókért felelős csatornák - előre programozottan működnek. Azonban a "finomabb" funkcióink működéséhez szükséges csatornák, hálózatok a környezetünkből érkező ingerek hatására tudnak fejlődni. Környezetünkből folyamatosan kapunk különböző ingereket, amelyeket érzékszerveink - hallás, látás, szaglás, ízérezékelés, tapintás, egyensúly érzékelése - segítségével befogadunk, illetve az érkező ingerekre a helyzetnek megfelelően reagálunk. Így alakul magatartásunk, viselkedésünk. Az élet első éveiben ezek a mozgásos, és érzékszervi úton érkező ingerek adják azt az előre mozgító erőt, aminek hatására az újszülött idegrendszere folyamatos fejlődésnek indul. S ha ezek az ingerek továbbra is kitartóan, változatos formában és mértékben érik a babák idegrendszerét, az idegsejtek közti szövevényes hálózat egyre bonyolódik, egyre összetettebb feladatokat, funkciókat lesz képes ellátni.

Kutatások igazolják, hogy egy ingerszegény környezetben növekvő gyermek nem kapja meg az egészséges fejlődéshez szükséges környezeti ingereket, motivációként is ható benyomásokat, így mozgás-, beszéd-, játékfejlődése időbeli eltérést, megkésettséget mutathat. Azok az idegrendszeri kapcsolatok, amelyeket nem használnak eleget, vagy gyengék, és ezáltal nem képesek megfelelően működni, egyszerűen elsorvadnak, éppúgy mint egy fa gyenge ágai. Ha viszont az idegsejtek megfelelő mennyiségű ingeráradatnak vannak kitéve, optimális mértékben "kondícióban tartják" őket, akkor az idegrendszer szerkezetébe való integráltságuk, kapcsolataik összetettsége, bonyolultsága fokozódik.

Minden képesség kialakulása

szempontjából létezik egy úgynevezett szenzitív periódus, amely a fejlődésnek olyan konkrét időszaka, amelyben az érési folyamatok már lehetővé teszik egy új tevékenység megjelenését. Ezen időintervallumon belül ki kell alakulnia az egyes képességeknek, pl. a stabil ülés 6-8 hónapos korban jelenik meg. Ellenkező esetben a gyermek agyában az adott funkcióhoz szükséges ideghálózat nem fejlődik ki teljes terjedelmében, ez az erre a funkcióra épülő, esetünkben az üléssel összefüggő további képességek kibontakozását akadályozza. Ha az ülés példájánál maradunk: ebben a pozícióban képes a gyermek az oldalról érkező hangokat fejelfordítással helyesen lokalizálni. Ez az irányhallás kialakulása szempontjából lényeges, amire később a beszédtanulásban is építhetünk, illetve a valóságban való tájékozódásunk alapja is.

Mint látjuk, "minden mindennel összefügg". Így jutunk hát el a kúszástól a bukfencen keresztül az írás tanulásáig.

Mivel a kisgyermekek fejlődése

sokáig a mozgással szoros összefüggésben, magába a mozgásba ágyazottan, vagy a mozgás által fejlődik, érdemes kihasználni a kicsik fokozott mozgásigényét. Az élet első néhány évében a motoros funkciók tökéletesítése járul hozzá leginkább az idegrendszer éréséhez, az agyi hálózat fejlődéséhez. Ehhez a gyermeknek minél több, az egész testet igénybe vevő mozgásra van szüksége. A szenzomotoros torna olyan speciális terápia, amelyben mozgásos feladatok által, játékos formában serkentjük az értelmi és a szociális funkciók fejlődését. A gyerekek természetes mozgásigényét kihasználva segíti az elmaradt, vagy lassabban fejlődő képességek kibontakozását, a szülőket bevonva, velük együttműködve.

TSMT - tervezett szenzomotoros tréning segít gyermekének:

- ha gyermeke beszéd- és mozgásfejlődése megkésett, a megszokottnál lassabb fejlődést mutat, a fejlődésmenetből hiányoznak a megszokott elemek (nem kúszott, mászott, azonnal felállt),

- ha gyermekének mozgáskoordinációs, nagy- és finommozgásos problémája van,

- ügyetlen mozgás, mozgásszegénység esetén,

- ha gyermeke az óvodában, iskolában magatartási,
beilleszkedési problémákkal küzd,

- ha gyermeke játéktevékenysége eltérően zajlik,
nem akar építeni, rajzolni, kirakózni,

- ha gyermeke ceruzahasználata nem megfelelő,

- tanulási problémák esetén: figyelme könnyen
elkalandozik, rövid ideig leköthető; a feladatból hamar kiugrik, megoldás
nélkül feladja a küzdelmet;

- az iskolára való felkészülésben,

- volt rizikós koraszülötteknek.

TSMT-vel hatékony az
iskolaelőkészítés , a finommotorika, grafomotorium fejlesztés és a
részképesség fejlesztés, mind egyénileg, mind kiscsoportban.

A foglalkozások előtt minden
gyermeknél egyéni felmérés történik, melyeket kiértékelve személyre szabott
fejlesztési terv készül.

Bendik Adrienn gyógypedagógus,
TSMT-terapeuta