

A Beautiful Balance

Innerlijke schoonheid en balans rondom zwangerschap
www.a-beautiful-balance.nl

Motorische ontwikkeling

Een baby heeft nog weinig controle over het lichaam. Alle bewegingen zijn reflexen, zoals de zuigreflex, de grijpreflex en de slikreflex. Tijdens het ouder worden verdwijnen de reflexen langzaam en maken ze plaats voor gecontroleerde bewegingen. De motorische ontwikkeling gaat van boven naar beneden, dus eerst gaat de baby de armen gecontroleerd gebruiken voordat de benen aan de beurt zijn. En verder gaat de ontwikkeling van binnen naar buiten, dus eerst maakt de baby grove bewegingen met de hele arm en later worden dat verfijnde bewegingen met de vingers. Bewegingen bestaan in het begin uit op zichzelf staande bewegingen en later voegen die zich samen tot ingewikkelde bewegingspatronen. De motorische ontwikkelingen zullen uiteindelijk allemaal nodig zijn om te kunnen lopen. Dat begint met het hoofd rechtop kunnen houden, rollen, tijgeren, zitten, kruipen, staan en ten slotte dus lopen.

Eerste maand:

- * Zowel op de buik als op de rug liggend zijn de armen en benen meestal gebogen in de gewrichten (schouder, elleboog, heup, knie, enkel)
- * Vuistjes gebald
- * Grijpreflex: wanneer de handpalm wordt aangeraakt klemt het kind de hand dicht; kan niet loslaten
- * In rugligging is het hoofd nog opzij gedraaid
- * Symmetrische, a-ritmische reflexbewegingen van armen, vnl. vanuit de schouders (gewrichten kunnen nog niet afzonderlijk gebruikt worden)
- * In buikligging wordt het hoofd in een reflex opzij gedraaid
- * Tilt het hoofd even op (reflex)
- * Na 4 weken kan het kind, wanneer in zittende houding gehouden, het hoofd enkele seconden overeind houden

Tweede maand:

- * In rugligging a-ritmische trappelbewegingen met benen
- * In rugligging: zwaaibewegingen met armen
- * Symmetrische stootbewegingen met armen en benen
- * Ogen volgen bewegende objecten
- * Fixatie ogen op schommelend speeltje
- * In buikligging: hoofd en schouders opgetild tot het gezicht 45° geheven is
- * Knieën niet meer steeds opgetrokken tegen de buik, strekbeweging van de heupen
- * Ongerichte kruipbewegingen met armen en benen
- * In zittende houding gebracht kan het hoofd iets langer omhoog gehouden worden

Copyright © Jacqueline Luchtmeijer-Zwaal, 2020. Alle rechten voorbehouden.

Het cursusmateriaal en/of delen daarvan mogen uitsluitend worden gebruikt onder expliciete vermelding van

"Het concept voor 'Fit & in balans met je baby' en de online cursus 'Fit & in balans met je baby' zijn ontwikkeld door Jacqueline Luchtmeijer-Zwaal, A Beautiful Balance"

en voorts dient bij het gebruik van deze materialen op websites een link naar de website van

A Beautiful Balance, www.a-beautiful-balance.nl, te worden toegevoegd.

A Beautiful Balance

Innerlijke schoonheid en balans rondom zwangerschap
www.a-beautiful-balance.nl

Derde maand:

- * Hoofdbalans: in rugligging kan het hoofd in het midden gehouden worden
- * Spel met vingers na 'toevallige' ontmoeting
- * In buikligging zijn kin en schouders even opgericht, steunend op de onderarmen; handen licht gebald; heupen meer gestrekt
- * Drukke beweging in bad
- * De grijpreflex kan passief onderbroken worden
- * Typerend bij verticaal houden zijn de gebogen gewrichten van de onderste ledematen: hurkhouding
- * Houdt iets met 3e, 4e en 5e vinger vast (ulno-palmaire greep)
- * Pakt iets alleen als dat de hand raakt

Vierde maand:

- * In rugligging kan het hoofd even opgericht worden
- * Wanneer het kind op de zij ligt, rolt het zich op de rug. In buikligging kan het hoofd en de borst tot 90° opgericht worden, kind kijkt om zich heen; heupen kunnen volledig worden gestrekt
- * In zithouding gebracht kan het zelf het hoofd rechtop houden; blijft zitten met steun
- * Bij het grijpen zijn er meebewegingen in de andere hand
- * Het handje is meestal open
- * Speelt met de handen midden voor zich
- * Houdt iets met de hele hand vast
- * Slaat met de handen op b.v. de tafel
- * Draait het hoofd bij het nakijken van een bewegend object tot 90°

Vijfde maand:

- * In rugligging kan het hoofd tot 45° opgericht worden
- * Wanneer aan de handen uit rugligging opgetrokken, komt het met hoofd en schouders mee omhoog
- * Kan de benen omhoog gestrekt heffen
- * Kan van de buik naar de rug rollen
- * In buikligging overwegend steun op de onderarmen
- * Begint te steunen op de handpalmen
- * Kan met enige steun zitten

Copyright © Jacqueline Luchtmeijer-Zwaal, 2020. Alle rechten voorbehouden.

Het cursusmateriaal en/of delen daarvan mogen uitsluitend worden gebruikt onder expliciete vermelding van

"Het concept voor 'Fit & in balans met je baby' en de online cursus 'Fit & in balans met je baby' zijn ontwikkeld door Jacqueline Luchtmeijer-Zwaal, A Beautiful Balance"

en voorts dient bij het gebruik van deze materialen op websites een link naar de website van

A Beautiful Balance, www.a-beautiful-balance.nl, te worden toegevoegd.

A Beautiful Balance

Innerlijke schoonheid en balans rondom zwangerschap
www.a-beautiful-balance.nl

- * Bij het grijpen doen de ogen mee
- * Grijpen met de vlakke hand; 'pakt' toevallige voorwerpen in de buurt
- * Brengt een voorwerp middenvoor, gebruikt de beide handen tegelijk
- * Kan iets doelbewust -maar wel langzaam- loslaten

Zesde maand:

- * Het hoofd energiek omhoog wanneer je aanstalten maakt het kind tot zittende houding op te trekken
- * In buikligging steunt het op de handen, armen en vingers gestrekt; bewegingsvrijheid voor hoofd en schouders
- * Indien het iets wil pakken trekt het een been bij, zonder dat het al kruipen kan
- * Kan eventjes alleen zitten
- * Kan staan met steun onder de armen, benen dragen gewicht grotendeels; de voetzolen moeten plat neergezet kunnen worden
- * Bij het grijpen pakt het kind voorwerpen van de ene in de andere hand over
- * De handpalm kan zowel met de duim en vingers worden gebruikt wanneer het kind een voorwerp vastpakt (is radiaal-palmair grijpen). Dit is het begin van de duimoppositie (het tegenover de andere vinger plaatsen van de duim en het roteren van de duim om zijn eigen as, zodat de duimnagel naar boven gekeerd blijft).

Zevende maand

- * Kan zich makkelijk van buik naar rug rollen, en van de rug via de zij naar de buik (moeilijker dan 't eerste)
- * In staande houding (steun onder armen) kan het afwisselend de ene voet na de andere omhoog tillen
- * Bij het grijpen pakt het alles, slaat ermee op tafel recht naar beneden
- * Pakt handig en rechtstreeks een voorwerp op
- * Uni-lateraal reiken naar objecten: vaker met één hand dan met beide tegelijk, echter niet consequent links of rechts; nog geen sprake van dominantie
- * Radiaal digitaal-greep

Achtste maand:

- * In buikligging kan het kind nu op één hand steunen, waarbij de andere vrij is om iets te pakken
- * Probeert door armen en benen te bewegen een voorwerp te pakken

Copyright © Jacqueline Luchtmeijer-Zwaal, 2020. Alle rechten voorbehouden.

Het cursusmateriaal en/of delen daarvan mogen uitsluitend worden gebruikt onder expliciete vermelding van

"Het concept voor 'Fit & in balans met je baby' en de online cursus 'Fit & in balans met je baby' zijn ontwikkeld door Jacqueline Luchtmeijer-Zwaal, A Beautiful Balance"

en voorts dient bij het gebruik van deze materialen op websites een link naar de website van

A Beautiful Balance, www.a-beautiful-balance.nl, te worden toegevoegd.

A Beautiful Balance

Innerlijke schoonheid en balans rondom zwangerschap
www.a-beautiful-balance.nl

- * Zit los, heeft tendens om op naar voren gerichte hand te steunen
- * Wanneer het met steun staat is er een loopbeweging, zonder echter vooruit te komen
- * Het kind gooit alles op de grond
- * Het kan twee voorwerpen vasthouden, ieder in één hand

Negende maand:

- * 'Kruipt' enigszins, met het lijfje op de grond
- * Zit los met rechte rug en kan naar voren leunen zonder het evenwicht te verliezen
- * Goede coördinatie in zithouding
- * Kan staan met steun
- * Bij het grijpen gebruikt het de juiste kracht
- * Pakt kleine dingen met de vingers
- * Begin van de pincetgreep: een precieze greep met toppen van duim en wijsvinger
- * Gebruikt de wijsvinger veel
- * Opponeert de duim

Natuurlijk gaat de motorische ontwikkeling hierna verder. Echter in deze cursus 'Fit & in balans met je baby' richten we ons op jou als mama met een babytje tot ca. 9 maanden ☺

Zintuiglijke (sensorische) ontwikkeling

Nadat een baby geboren is, werken zijn zintuigen nog niet optimaal. Zo ziet hij vlak na de geboorte dingen nog niet zo scherp en vaag. Hij ziet wel het verschil tussen licht en donker en de omtrekken van dingen. Na ongeveer twee maanden gaat hij meer gericht kijken. Het gehoor is wel goed ontwikkeld bij de geboorte. Hij hoort alleen niet zoals wij horen. Wij kunnen een betekenis geven aan een geluid en dat kan een baby nog niet. Het enige wat hij herkent qua geluid is de stem van zijn ouders.

Bij wat een baby zoal kan op het gebied van zien, horen, voelen, ruiken en proeven zie je een verband met het belang van de ouders. Zo is de afstand waarop een baby scherp kan zien precies die van de moederborst naar het gezicht van de moeder. Zodat hij tijdens het drinken goed oogcontact met de moeder kan hebben. Omdat mensen zo belangrijk zijn voor hem heeft hij ook een voorkeur voor ronde vormen, duidelijk contrast en duidelijke lijnen. Zo ziet de baby het menselijke gezicht en kan hij dus altijd zijn vader en moeder vinden. Hij heeft een duidelijke voorkeur voor de menselijke stem en zal al snel de stem van de ouders herkennen. Ook de geur van zijn ouders zal hij snel herkennen. Verder heeft een baby voorkeur voor een zoete smaak en omdat borstvoeding en babyvoeding zoet zijn, zal hij dat dus graag willen drinken. Voor baby's zijn vooral zijn handen en zijn mond belangrijk. Alles wordt onderzocht met de handen en vooral met de mond, omdat die gevoeliger is. Hij leert hoe

Copyright © Jacqueline Luchtmeijer-Zwaal, 2020. Alle rechten voorbehouden.

Het cursusmateriaal en/of delen daarvan mogen uitsluitend worden gebruikt onder expliciete vermelding van

"Het concept voor 'Fit & in balans met je baby' en de online cursus 'Fit & in balans met je baby' zijn ontwikkeld door Jacqueline Luchtmeijer-Zwaal, A Beautiful Balance"

en voorts dient bij het gebruik van deze materialen op websites een link naar de website van

A Beautiful Balance, www.a-beautiful-balance.nl, te worden toegevoegd.

A Beautiful Balance

Innerlijke schoonheid en balans rondom zwangerschap

www.a-beautiful-balance.nl

verschillende voorwerpen voelen en kan op die manier voorwerpen herkennen en onderscheiden. Het tastzintuig is voor een baby heel belangrijk. Zijn huid is heel gevoelig voor aanraking, daarom is het belangrijk dat een baby aangeraakt en geknuffeld wordt. Ook zijn mond is belangrijk. Hiermee ontdekt hij de wereld om zich heen. Zo ontdekt hij de eigenschappen van verschillende materialen.

Copyright © Jacqueline Luchtmeijer-Zwaal, 2020. Alle rechten voorbehouden.

Het cursusmateriaal en/of delen daarvan mogen uitsluitend worden gebruikt onder expliciete vermelding van

"Het concept voor 'Fit & in balans met je baby' en de online cursus 'Fit & in balans met je baby' zijn ontwikkeld door Jacqueline Luchtmeijer-Zwaal, A Beautiful Balance"

en voorts dient bij het gebruik van deze materialen op websites een link naar de website van

A Beautiful Balance, www.a-beautiful-balance.nl, te worden toegevoegd.