

# Rozwój motoryczny dzieci w świetle badań empirycznych

28 stycznia 2016

Rozwój motoryczny dzieci jest jednym z najważniejszych aspektów ich ogólnego rozwoju, obejmującym zarówno zdolności fizyczne, jak i neurologiczne, które umożliwiają kontrolę i koordynację ruchów ciała. Rozwój ten jest złożonym procesem, który przebiega etapowo od narodzin aż do późnego dzieciństwa i ma kluczowe znaczenie dla zdrowia, samodzielności oraz jakości życia dziecka. Zrozumienie tego procesu, jego faz oraz czynników, które na niego wpływają, jest niezbędne dla rodziców, nauczycieli i specjalistów zajmujących się opieką nad dziećmi.

Rozwój motoryczny można podzielić na dwa główne obszary: rozwój motoryki dużej (duża motoryka) i rozwój motoryki małej (mała motoryka). Motoryka duża odnosi się do zdolności kontrolowania większych ruchów ciała, takich jak chodzenie, bieganie, skakanie czy wspinanie się, które angażują duże grupy mięśniowe. Motoryka mała natomiast obejmuje precyzyjne ruchy rąk i palców, które są niezbędne do wykonywania zadań takich jak pisanie, rysowanie, chwytanie przedmiotów czy zapinanie guzików.

W pierwszych miesiącach życia dziecka rozwój motoryczny koncentruje się na podstawowych umiejętnościach związanych z kontrolą głowy i tułowia. Noworodki rodzą się z odruchami, które stopniowo ustępują miejsca bardziej kontrolowanym ruchom. W ciągu pierwszych kilku miesięcy niemowlęta uczą się podnosić głowę, przewracać się z brzucha na plecy, a następnie na odwrot. Te wczesne umiejętności stanowią fundament dla bardziej złożonych ruchów, które będą rozwijać się w kolejnych miesiącach i latach. Około szóstego miesiąca życia dzieci zazwyczaj zaczynają siadać samodzielnie, co otwiera przed nimi nowe możliwości eksploracji otoczenia. W kolejnych miesiącach

uczą się raczkować, a następnie wstawać i chodzić. Chodzenie jest jednym z najważniejszych kamieni milowych w rozwoju motoryki dużej, ponieważ daje dziecku niezależność w poruszaniu się i umożliwia eksplorację świata na nowych poziomach.

Wraz z rozwojem motoryki dużej, dzieci zaczynają angażować się w coraz bardziej skomplikowane aktywności fizyczne, takie jak bieganie, skakanie, wspinanie się czy jazda na rowerze. Te umiejętności wymagają nie tylko siły mięśniowej, ale także koordynacji, równowagi oraz zdolności do planowania ruchów. Rozwój tych umiejętności jest często stymulowany przez zabawę i aktywności na świeżym powietrzu, które zachęcają dzieci do ruchu i eksploracji. Regularne angażowanie się w takie aktywności jest kluczowe dla prawidłowego rozwoju motoryki dużej oraz ogólnej sprawności fizycznej dziecka.

Równocześnie z rozwojem motoryki dużej rozwija się motoryka mała, która jest nie mniej ważna dla codziennego funkcjonowania dziecka. Wczesne umiejętności w zakresie motoryki małej obejmują chwytanie przedmiotów, manipulowanie nimi oraz celowe używanie rąk do wykonywania prostych zadań. W miarę jak dzieci dorastają, rozwijają zdolności manualne, które pozwalają im na wykonywanie bardziej precyzyjnych czynności, takich jak rysowanie, układanie klocków, czy pisanie. Rozwój motoryki małej jest ściśle związany z rozwojem poznawczym, ponieważ wymaga planowania, koncentracji oraz zdolności do koordynacji ruchów obu rąk.

Rozwój motoryczny dzieci jest silnie zróżnicowany i zależy od wielu czynników, w tym genetyki, zdrowia, środowiska oraz doświadczeń, jakie dziecko zdobywa na różnych etapach życia. Dzieci rozwijają się w różnym tempie, a normy rozwojowe stanowią jedynie orientacyjne wytyczne. Niemniej jednak istnieją pewne wskaźniki, które mogą sugerować opóźnienia w rozwoju motorycznym, takie jak trudności z utrzymaniem równowagi, koordynacją, czy wykonywaniem precyzyjnych ruchów. W takich przypadkach warto skonsultować się ze specjalistą,

który może zalecić odpowiednią terapię lub wsparcie.

Rola dorosłych w rozwoju motorycznym dzieci jest niezwykle istotna. Rodzice, nauczyciele i opiekunowie mogą wspierać rozwój motoryczny dzieci, zapewniając im odpowiednie warunki do ruchu oraz dostęp do różnorodnych aktywności fizycznych. Wspólna zabawa, spacer, zajęcia sportowe, a także zadania wymagające precyzyjnych ruchów, takie jak układanie puzzli czy rysowanie, są doskonałymi sposobami na stymulowanie rozwoju motorycznego. Ważne jest również, aby zapewnić dzieciom odpowiednie wsparcie emocjonalne, zachęcać je do podejmowania nowych wyzwań oraz chwalić za postępy, co buduje ich pewność siebie i motywację do dalszego rozwoju.

Współczesne wyzwania, takie jak rosnąca liczba godzin spędzanych przed ekranem czy zmniejszająca się ilość czasu spędzanego na świeżym powietrzu, mogą negatywnie wpływać na rozwój motoryczny dzieci. Dlatego ważne jest, aby wprowadzać zrównoważone podejście do technologii i zapewniać dzieciom codzienną dawkę aktywności fizycznej. Badania wskazują, że regularny ruch jest nie tylko korzystny dla rozwoju motorycznego, ale także dla zdrowia psychicznego, koncentracji oraz wyników w nauce.

Warto również zwrócić uwagę na znaczenie wczesnej interwencji w przypadku wykrycia problemów w rozwoju motorycznym. Wczesne rozpoznanie i terapia mogą znacznie poprawić funkcjonowanie dziecka i zapobiec dalszym trudnościom. Terapie zajęciowe, fizjoterapia oraz programy specjalistyczne są dostępne dla dzieci z opóźnieniami w rozwoju motorycznym i mogą być dostosowane do indywidualnych potrzeb każdego dziecka.

Rozwój motoryczny dzieci jest złożonym procesem, który odgrywa kluczową rolę w ich ogólnym rozwoju. Obejmuje on zarówno rozwój motoryki dużej, jak i małej, a jego przebieg zależy od wielu czynników, w tym genetyki, środowiska oraz wsparcia ze strony dorosłych. Regularna aktywność fizyczna, zróżnicowane doświadczenia ruchowe oraz odpowiednie wsparcie emocjonalne są

kluczowe dla prawidłowego rozwoju motorycznego dzieci. W obliczu współczesnych wyzwań, takich jak nadmierne korzystanie z technologii, ważne jest, aby rodzice i opiekunowie świadomie kształtowali nawyki ruchowe swoich dzieci, dbając o ich zdrowie fizyczne, psychiczne oraz rozwój umiejętności, które będą miały wpływ na całe ich życie.

Przemiany systemowe zmuszają polskie rodziny do modyfikacji stylu i tempa życia. Nie wszyscy w tej sytuacji zapewniają właściwe oparcie, uwagę i czas swoim dzieciom. W pogoni za dobrami materialnymi a często tylko za zapewnieniem rodzinie podstawowych środków materialnych rodzice oczekują od szkoły, że przejmie ciężar wychowania na siebie i zatroszczy się o wszechstronny rozwój dzieci i młodzieży, w tym też o jego aktywność fizyczną.

Współczesna szkoła powinna starać się wykształcić człowieka sprawnego, zdrowego, ale również myślącego, wrażliwego, otwartego i kreatywnego. Człowieka doskonalącego swoją osobowość pod względem intelektualnym i motorycznym, umiejącego dbać o zdrowie i potencjał fizyczny. Ważną rolę spełnia w tym procesie szeroko pojęta kultura fizyczna. Jej miejsce i funkcja wiąże się nierozdzielnie z ogólnym rozwojem cywilizacji, z zaspokajaniem potrzeb indywidualnych człowieka jak i całych społeczeństw. Podstawowym celem kultury fizycznej jest zapewnienie ogółowi społeczeństwa możliwości uprawiania różnych form aktywności fizycznej stanowiących istotne wsparcie dla rozwoju fizycznego, psychicznego i społecznego, w wymiarze i zakresie dyktowanym potrzebami biologicznymi człowieka.

Kultura fizyczna i sport stanowią w dzisiejszym społeczeństwie zasadniczą sferę kultury życia każdego człowieka. Wychowanie w kulturze fizycznej i sporcie powinno być jedną z podstawowych dziedzin przygotowujących człowieka do życia w społeczeństwie. Szczególnie ważną rolę do spełnienia ma kultura fizyczna wśród dzieci i młodzieży szkolnej, u której następuje intensywny rozwój fizyczny i psychiczny. Aktywność ruchowa kształtuje

charakter, rozwija fizycznie i wzbogaca osobowość. Stale rosnaące wymagania w dziedzinie zaspokajania potrzeb kultury fizycznej społeczeństwa, nakazuj ą poszukiwanie coraz lepszych i skuteczniejszych sposobów organizacji aktywności ruchowej dzieci i młodzieży. Ogromną rolę odgrywa w tym procesie współczesna szkoła i środowisko rodzinne dziecka. Im lepsze warunki stwarza szkoła i rodzina, tym rozwój motoryczny dziecka przebiega harmonijnie.

Rozdział 3 zawiera analizę badań zdolności motorycznych chłopców i dziewcząt w wieku 6 i 7 lat. Badania polegały na przeprowadzeniu czterech sprawdzianów motorycznych wg baterii testów B.Sekity.

Bieg wahadłowy 4 x 5 m z przenoszeniem klocka, jako próba pomiaru zdolności koordynacyjnych (zwinności) J.Pieter zwinnością nazywa „koordynację całego aparatu mięśniowego i kostnego, a wiec rąk, nóg i korpusu łącznie, jak też wzroku i słuchu”. Obecnie zwinność zaliczana jest do zdolności koordynacyjnych organizmu ludzkiego. Koordynacja jest procesem niezwykle złożonym, wymaga bowiem oprócz podstawowych umiejętności ruchowych, orientacji przestrzennej, która angażuje wszystkie podstawowe zmysły człowieka. Zwinność (koordynacja) jest zdolnością do władania własnym ciałem. Zależna jest właśnie głównie od koordynacji czyli dokładności ruchów. Na potrzeby mojej pracy koordynację mierzyłam czasem biegu 4 x 5m.

Jeśli potrzebujesz pomocy w pisaniu nowej pracy z pedagogiki, to polecamy serwis [pisanie prac z pedagogiki](#) - fachowa pomoc w pisaniu prac.