



**Lege og aktiviteter
- der styrker blinde småbørns
fingerkræfter**

REGION SJÆLLAND
SYNSCENTER REFSNÆS



- vi er til for dig

Indboldsfortegnelse

Lege og aktiviteter - der styrker blinde børns fingerkræfter	side 3
Blinde børns finmotoriske udvikling	side 5

Udarbejdet af:

Lene Kreuter
synskonsulent/
mobilityinstruktør
Synscenter Refsnæs 2008

Synscenter Refsnæs
trykkeri
Ordre nr. 4043



Kystvejen 112
4400 Kalundborg
Tlf. 59 57 01 00

Lege og aktiviteter - der styrker blinde småbørns fingerkræfter

Indledning

Mange blinde småbørn er dygtige til taktil skelnen i forhold til de nære ting, som omgiver barnet i dagligdagen. Er det blinde barn fra ganske lille blevet opmuntret og stimuleret til at bruge sine hænder, så vil det normalt falde barnet naturligt fortsat at berøre og undersøge taktilt. Mange blinde småbørn behøver blot berøre en genstand ganske let, for at kunne genkende og diskriminere.

Når det gælder fingerkræfter, så ses det ofte, at mange blinde småbørn har for slappe hænder. Børnene har svært ved at tage ordentligt fat, når der skal trækkes, skubbes, trykkes eller bæres noget tungt.

Blinde børn har ofte svært ved selvstændigt at klare almindelige daglige færdigheder, bl.a. på grund af, at de ikke får udviklet fingerkræfter på niveau med jævnaldrende seende børn.

For de blinde småbørn, som skal lære at skrive punktskrift på Perkinsmaskine, som er en tung maskine med taster der er svære at trykke ned, så er det særdeles vigtigt, at barnet har veludviklet finmotorik og gode fingerkræfter.

Skal det blinde barn have mulighed for at udvikle fingerkræfter på lige fod med seende børn, så er det nødvendigt, at det blinde barn får samme udfordringer. Hvis ikke barnet selv tager initiativer, er det vigtigt at vi voksne inspirerer barnet og tilrettelægger aktiviteter og lege, som er hensigtsmæssige for barnets udvikling af fingerkræfter.

Som voksne er vi måske tilbøjelige til, i for høj grad at hjælpe det blinde barn med for mange praktiske gøremål. Nogle gange skal vi naturligvis vælge at hjælpe barnet, idet der altid vil være situationer, hvor det ikke er hensigtsmæssigt at barnets skal selv. Men det er vigtigt at være opmærksom på, at vi gør det blinde barn en bjørnetjeneste, hvis ikke barnet får mulighed for at tilegne sig nødvendige færdigheder på det tidspunkt, hvor barnet er modent til det.

Når jeg vælger at sætte fokus på lege og aktiviteter som fremmer udvikling af fingerkræfter, så er det naturligvis med det i mente, at den grovmotoriske udvikling er grundlæggende for håndens finmotoriske udvikling. Det er vigtigt at barnet har kontrol over hele armen, skulderområdet og nakken. Det vil sige før vi sætter fokus på den finmotoriske udvikling, skal vi sikre os, at barnet grovmotorisk er parat til det.

For at kunne inspirere og motivere det blinde barn til aktiviteter og lege, som er relevante i forhold til barnets udvikling af fingerkræfter, er det en forudsætning at man kender til den finmotoriske udvikling.



Blinde børns finmotoriske udvikling

Efter bl.a. Kuno Beller's udviklingsbeskrivelse af småbørn, redigeret udgave til blinde småbørn.

0-3 mdr.:

Det nyfødte barn har refleksbevægelser i hele kroppen og er i stand til via griberefleksen, at holde om f.eks. en voksens finger.

Efterhånden begynder barnet at gribe efter en genstand, hvis hånden berøres og puffe til f.eks. uroer/legetøj, men barnet taber endnu de ting, man giver det i hænderne.

3-6 mdr.:

Ca. 3 måneder gammelt har barnet ukoordinerede massebevægelser. Med åben hånd kan barnet række ud efter ting i sin nærhed og forsøge at gribe f.eks. en rangle.

Senere bliver barnet i stand til at gribe, ryste og måske slå med f.eks. en rangle. Barnet griber fortrinsvis med lillefingersiden.

Efterhånden kan barnet holde lidt større ting med begge hænder, f.eks. sutteflasken. Barnet undersøger sig selv mere, og leger med egne hænder og fødder.

I 4-6 måneders alderen rækker og griber barnet bevidst med hele hånden efter f.eks. legetøj.

5-6 måneder gammelt flytter barnet genstande/legetøj fra hånd til hånd.

Barnet er nu i stand til at kramme et stykke papir sammen.

6-9 mdr.:

Ca. et halvt år gammelt anvender barnet tværgreb, dvs. tommelfingeren er fri af håndfladen og medvirker i grebet.

Med hver af sine hænder kan barnet skiftevis løfte en ting og lade den falde igen.

Flasken er barnet efterhånden selv i stand til at holde, samt drikke af den og trække flasken ud af munden. Barnet kan nu holde to ting samtidig. f.eks. ske eller legetøj i hver hånd.

I 7-8 måneders alderen samler barnet alt op, alt slås mod hinanden eller hårdt op og ned mod et underlag. Håndledet har nu større bevægelighed, så legetøjet vendes og drejes. Alt kastes på gulvet.

Barnet har nu nået en alder, hvor det stikker fingrene i alt hvad det kan finde af små huller.

9-12 mdr.:

Pincetgreb anvendes nu, små dele bliver samlet op med tommelfingerspidsen mod en eller to andre fingerspidser.

I kortere tid kan barnet nu selv holde sit krus af f.eks. plast med to hanke, løfte det fra bordet til munden og forsøge at drikke. Barnet kan desuden selv putte sin ske i munden og øve sig i at spise.

Klappe kage lege mestrer barnet nu.

I denne periode er barnet optaget af at tage legetøj, ting, mad osv. ud af beholdere og æsker.

Senere begynder barnet at vise interesse for at lægge ting tilbage i beholdere, æsker, kurve m.m. At åbne og lukke skuffer og skabsdøre er in lige nu, samt at komme låg på gryder, beholdere m.m. 10 - 11 måneder gammelt anvender barnet pegefingern meget..

Omkring 10-12 måneders alderen bruges der kræfter. Barnet hiver sig op ved møbler, sengen, kravlegården og lignende. Legetøj bliver trukket og skubbet.

1-1½ år:

Ved spisning kan barnet selv føre skeen til munden, men har brug for lidt hjælp til at få mad på sin ske. Barnet kan selv drikke af krus ved at holde på det med begge hænder og barnet kan selv sætte det tilbage på bordet, uden at spilde ret meget.

1½-2 år:

I denne periode er barnet optaget af at skille f.eks. forskellige typer klodser ad.

Der bliver stablet, bygget og væltet igen. Det er muligt for barnet at lave et tårn af 2-3 klodser.

Forskelligt legetøj anvendes som værktøj eller trommestikker. Barnet hamrer og banker.

I denne periode kan barnet trække store perler på snor, pind, piberenser, ståltråd eller lignende. Barnet kan blade i en bog af f.eks. pap, stof, plast m.m. og er efterhånden i stand til at trykke på taster, dreje på drejeskiver m.m. når barnet leger med aktivitetscenter eller legetøjstelefon.

Barnet kan nu lege med puttekasse med enkle former og lægge brikker i et formbræt med få cirkler, firkanter og trekkanter.

Det er endnu for tidligt at sige noget om dominant hånd, men barnet bruger ofte den samme hånd.

Når barnet kaster med bolde, legetøj og lignende er det ikke retningsbestemt.

På dette alderstrin er barnet optaget af at læsse forskellige ting i skubbevogn, på sin scooter, cykel eller lignende.

Barnet spiser nu selv med ske.

2-2½ år:

Skruelåg på bøtter, tuber, glas osv. kan barnet nu åbne og lukke med mindre de er skruet for fast.

Barnet er efterhånden i stand til at lægge lidt sværere brikker i et puslespil eller formbræt, f.eks. figurer med biler, dyr og lign. samt sværere former som ovaler, sekskanter, stjerner m.m.

Med en børnesaks kan barnet klippe lidt, der holdes rigtigt på saksen, og den åbnes og lukkes.

- Barnet kan selv medvirke ved af og påklædning ved at knappe enkelte dele af sit tøj op og lyne lynlåse ned.
- Barnet begynder at lære tandbørstning ved selv at komme tandbørsten i munden og øve sig i børstebevægelser.
- 2½-3 år:** Barnet kan uden hjælp spise med ske og drikke af krus.
- I leg med almindelige små træklodser kan barnet bygge et tårn af fire klodser. I et taktilt spil er barnet i stand til, at finde to ens brikker med forskellige strukturer/overflader i f.eks. stof, sandpapir, kork, træ, papirer osv.
- Når barnet skal finde genstande i en bakke på bordet, kan barnet afsøge bakken fra side til side og op og ned.
- Når barnet skal gribe en lydgivende bold, forsøger barnet med fremstrakte arme. Barnet kaster retningsbestemt.
- 3-3½ år:** Barnet er i stand til at holde rigtigt på en gaffel eller ske, dvs. med tommelfingeren øverst. Barnet finder maden med den ene hånd og bruger den anden hånd til at stikke med gafflen. Når barnet skal skære med kniv presses kniven som regel igennem, skærebevægelser er endnu ikke indlært. Barnet øver sig i at smøre et stykke brød.
- I følebøger og lignende kan barnet følge en ophævet linje i simple former/linjer. Barnet er i stand til at lime og lave taktile mønstre og collager af forskellige materialer og strukturpapirer.
- Barnet kan sammensætte en togbane som f.eks. brio-bane.

- 3½-4 år:** Barnet kan stort set selvstændigt klæde sig af og på. Vanskelige knapper, snørebånd, lynlåse samt ret og vrang skal der dog gives hjælp til.
I garderoben, på madkasser og lign. kan barnet genkende sit navn på punkt, barnet læser det ikke men genkender symbolet/følelsen af det.
Efterhånden er barnet i stand til at bygge/stable med flere enheder af byggeklodser, som kræver fingerfærdighed, f.eks. et tårn på 6 klodser eller flere.
- 4-4½:** På opfordring kan barnet forme, trille og rulle store og små kugler af trylledej, ler eller modellervoks.
Med forskellige klodser som f.eks. lego, duplo, nopper osv. er barnet i stand til at bygge små komplicerede modeller af ting fra omgivelserne, f.eks. garager, huse, båse til dyr osv.
Små perler kan barnet trække på en snor.
- 4½-5 år:** Barnet bruger begge hænder uafhængigt af hinanden, når der leges med klodser og lign.
Barnet kan klippe med saks, bl.a. efter en ophøjet linje.
Større knapper og lidt vanskeligere knapper klares nu.
Låse og nøgler kan barnet anvende, f.eks. selv stikke en nøgle i låsen og selv låse op.
- 5-5½ år:** Barnet kan tegne enkle figurer på en gummitavle og f.eks. med en nål eller pen udprikke en trekant eller lignende figur på et stykke pap eller tykt papir.
Med fingrene kan barnet følge en ophævet labyrint.
Ud af fire næsten ens små figurer, er det muligt for barnet at mærke hvilken af figurerne, som er en smule anderledes.

Barnet er nu i stand til at binde knuder.

Lege/aktiviteter som kan styrke barnets fingerkræfter

Det 0-1 årige barn:

Legetøj barnet kan:

- puffe til tilfældigt eller senere bevidst skubbe til
- gribe og holde fast i og senere slippe bevidst
- hive og trække i - og ryste
- finde huller i, som man kan putte sine fingre i

Små puder/poser syet af stof som føles forskelligt og med forskelligt indhold, som barnet bl.a. kan puffe til, gribe, kramme, løfte, kaste osv. Indholdet kan f.eks. være ris, perler af plast eller træ, småsten, bjælder, små klodser, forskelligt slags papir osv.

Føletæpper med påsyede legesager som barnet kan mærke på, skubbe til, trække i osv. Det påsyede legetøj forsvinder ikke så let for barnet og er til at finde samme sted hver gang.

Folie/foliebakker bl.a. fra chokoladeæsker og lign., stanniol, små spejle, og f.eks. julepynt med glimmer. Det blinde barn med lyssans vil være interesseret i lysreflekserne og få lyst til at puffe/mærke.

Balloner med en lille kugle, bjælde, kartoffelmel eller ris i er fint som uro og giver lyd når barnet puffer. Er barnet bange for pludselige høje lyde, skal man naturligvis passe på at ballonen ikke springer.

Snore og kæder af f.eks. perler, bånd, knapper, bjælder, store hønseringe og lignende som barnet kan puffe til, trække i og vikle rundt. Dette skal ske under opsyn af en voksen.

Papir i forskellige kvaliteter f.eks. madpapir, aviser, glanspapir, silkepapir, karton, bølgepap, plast m.m., som barnet kan puffe til, kramme, vride og kaste.

Gribevenlige rangler i forskellige materialer bl.a. lette, tunge, glatte, ru som der giver gevinst f.eks. lyd når de rystes, bankes med eller kastes. Gerne legesager/rangler som har flere funktioner f.eks. kunne samles og skilles ad.

Forskellige børster som barnet kan mærke, måske banke med og som kan sættes sammen to og måske skille dem igen.

Under spisning er det oplagt at lade barnet eksperimentere ved selv at holde/løfte sutteflaske, ske osv. Barnet kan bl.a. have en anden ske i hånden mens det bliver madet af den voksne.

I leg med samtlige materialer er det vigtigt, at barnet placeres i forskellige stillinger bl.a. jævnlige maveliggende.



Det 1 - 2 årige barn:

Hammerbræt eller andet legetøj hvor det er tilladt for barnet at hamre med en genstand og slå ting i.

Forskellige former for trykknapelegetøj dvs. f.eks. telefoner med drejeskiver eller trykknapper, aktivitetslegetøj og andre rangler hvor der kan trykkes, flyttes med noget, puttes i osv.

Forskellige musikinstrumenter f.eks. lille legetøjs piano, klaver, trommer og andet som frembringer lyd når barnet trykker og bevæger fingrene.

Bolde med forskellig vægt og størrelse som barnet kan få lov at eksperimentere og kaste med, evt. efter et givent mål som f.eks. en kasse eller blikspand som giver lyd når den rammes. Bolde kan bl.a. også være bolde med snor i som ved stangtennis eller f.eks. en boksepude.

Kasse/kurv eller lignende hvorpå der er påsat tøj-klemmer, således at barnet må bruge fingerkræfter for at fjerne klemmerne og senere sætte på igen.

Alle former for store klodser som barnet kan stable, vælte og flytte rundt på. Det kan være store træklodser eller f.eks. store skumgummiklodser/hynder.

Legesager som kan skilles og måske samles f.eks. store hønseringe, ”nopper klodser” m.m.

Legetøj/genstande med velcro eller anden binding, hvor barnet skal trykke og hive til for at skille det ad.

Forskellige puttekasser, sparegrise og dåser hvor man kan komme/presse ting i bl.a.. være plastdåser med lille hul til f.eks. spagettiskruer og måske sten, hvor nogle passer og andre er for store og må sorteres fra.

Det 2 - 4 årige barn



Noget som skal knækkes/brækkes i mindre stykker f.eks. spagetti/pastaplader. Deltage ved madlavning er oplagt.

Magneter med magnetiske ting f.eks. magnettavle med klodser eller f.eks. lege med magneter og metalgenstande gerne både lette og tunge ting som kæver brug af fingerkræfter.

Modellervoks, ler, kartoffelmel, sand, vand, trylledøj, bolledej, og andre ingredienser fra køkkenet, hvor barnet med sine fingre kan forme, trille, rulle, trykke, hive, skille, samle, røre, piske, øse, hælde, skære ud osv. Samlebakker evt. med inddelte rum kan være hensigtsmæssigt for barnet.

Sandkassen, køkkenet, badeværelset og dukkekøkken er oplagte til disse legeforslag.

Følepuslespil og huskespil med f.eks. 6 til 10 rum med varieret indhold f.eks. noget som skal parres og samles parvis. Noget der skal skrues sammen, puttes ind i hinanden, trykkes sammen osv.

Rummene kan f.eks. være æsker/samlebakker med rum, bakker fra flødeboller, æggebakker, flamencokasser fra potteplanter osv.

Gummitavle som blinde børn kan tegne på.

Puslespil, brætspil osv. hvor brikker/genstande skal trykkes i/på plads.

Punge, tasker og lign. med forskellige lukketøj f.eks. knapper, lynlåse, trykkapper, vrider lukning, bindinger osv.

Æsker, flasker, bøtter med skruelåg, vippe låg, osv. af forskellig størrelse, vægt og materiale.

Store bolte med møtrikker som kan skrues af og på.
Legetøjsværktøj/værktøj som barnet kan save med, skrue osv.

Plastpapir og andet plast med bobler som kan trykkes ned. Barnet kan evt. få til opgave, i læseretningen at, at trykke den øverste række ned, trykke 5 ned, de 3 sidste osv.

En gammeldags skrivemaskine med tangenter som giver lyd, og hvor der skal skues og arbejdes for at sætte papir i. Brug af Perkins maskinen kræver gode fingerkræfter.

Hæftemaskine, hullemaskine og andet hvor barnet skal presse og trykke.

Ting som kan vrides f. eks. våde klude, peberkværn og måske en pruttepude, der kan klemmes/vrides til at give lyd.

Sprøjter af forskellige slags f.eks. vandpistoler, vandforstøvere og engangssprøjter (uden nål) med forskelligt indhold.



Tunge ting som barnet kan flytte/bære og evt. kaste med f.eks. klodser i murstensstørrelse, sten som f.eks. kan kastes i vandet, bolde med forskellig vægt og størrelse, evt. forskellige former for keglespil, kast efter dåse, ”det muntre køkken” osv.

Forskellige låsetøj som f.eks. nøgler til døre, skabe bokse osv. samt skydelåse, hængelåse, cykellåse, hængsler, håndtag, kroge m.m.

Et vækkeur /æggeur og en telefondrejeskive som barnet kan skrue/dreje på og frembringe ringetone.

Persillehakker, hjulpisker, en gammeldags spilledåse og f.eks. en skralde.

Tovtrækning, pudekampe og andre lege hvor barnet skal holde godt fast.

Ribbe som barnet kan kravle og hænge i.

Lege trillebør hvor barnet får vægtbæring på hænderne.

Sanglege hvor barnet skal vende og dreje sine hænder og bruge sine fingre til at illustrere med.

Afslutning

For småbørn med fuldt syn er det lettere at indlære nye færdigheder, idet meget af indlæringen foregår ved, at børnene imiterer det de ser.

For blindfødte småbørn foregår indlæringen via barnets øvrige sanser, dvs. børnene får ikke ”foræret” noget via synet. Derfor ses det ofte, at blindfødte børn ikke udvikler sig alderssvarende på alle udviklingsområder set i forhold til jævnaldrende seende børn. Bl.a. på det grovmotoriske område har blindfødte børn brug for særlige tiltag, det har naturligvis en afsmittende virkning på finmotorikken og barnets evne til at udvikle gode fingerkræfter. Det er derfor ikke sikkert, at man skal skele til aldersopdelingen i mine legeforslag, men tage udgangspunkt i de legeforslag som passer til barnets samlede udviklingsniveau.

Lene Kreuter

synskonsulent/mobilityinstruktør

Synscenter Refsnæs

REGION SJÆLLAND
SYNSCENTER REFSNÆS



- vi er til for dig

Kystvejen 112, 4400 Kalundborg
Telefon 59570100, Fax. 59570101
www.synref.dk