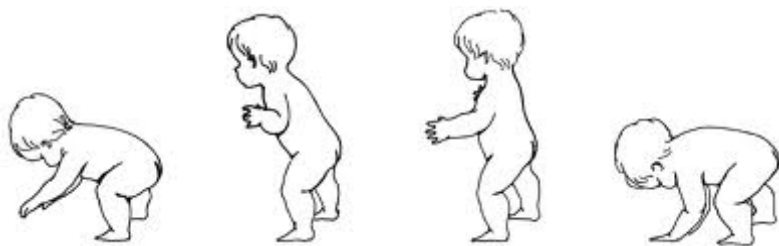




Nagyon fontos egy gyermek életében a mozgás, a saját teste, a saját képességeinek felfedezése! Ha ezt biztosítjuk számára, akkor tiszteletben tartjuk személyiségét, elismerjük őt, mint önálló identitást. Azt sugalljuk számára, hogy olyannak fogadjuk el amilyen, nem pedig olyanná szeretnénk formálni, ami nekünk kényelmes... Éppen ezért akkor járunk el helyesen, ha gyermekünknek már a legelső időktől lehetővé tesszük a szabad mozgást.

A mozgás fiziológias folyamat. Már születésünkkor magunkban hordozzuk az egyes mozgásformák kivitelezésének „programját”. Ezért az egészséges gyerekeknek nincs szüksége arra, hogy közvetlenül beavatkozzunk a mozgásfejlődésébe. Nem kell egy gyereket sem ülni, állni vagy járni tanítani! Nem kell vele gyakoroltatni a különböző mozgásformákat, nem kell tornáztatni! Arra sincs szükség, hogy biztassuk, hogy csináljon valamit.



Az sem jó, sőt kifejezetten káros, ha nem engedjük, hogy egy számára biztonságos mozgásformát végezzen, és helyette mást követelünk tőle (például nem engedjük, hogy másszon, mert mi azt szeretnénk, hogy már járjon). Kifejezetten a rossz tartás kialakulásához vezethet, ha egy olyan gyereket ültetünk rá valamire, aki még nem tud ülni.

Gyakran látni, a még csak lépegető, önállóan járni nem tudó gyereket, a felnőttek a karjánál fogva vezetik. Így akarja a jó szándékú szülő megóvni a sérülésektől, és így akarja megtanítani járni. Ez a segítség azonban inkább gátolja a gyereket az önálló járás megtanulásában és sokkal több sérülésnek is okozója. Hiszen, ha vezetjük a babát, akkor kevésbé ura a saját testének, mozgásának, nehezebben tanul meg egyensúlyozni.

Ha egy még ülni nem tudó gyermeket ültetünk, vagy belerakjuk egy „bébikompba”, ahelyett biztosítanánk számára a lehetőséget, hogy tökéletesítse „tudását” – azaz forogjon, kússzon, másszon, stb.- akkor megfosztjuk a szabad választás lehetőségétől, ráerőltetjük a saját akaratunkat. Mert ugyan mit tud tenni a baba, ha már nem érzi jól magát abban a

bébikompban? Semmit. Sírással jelezhet, hogy mentsük meg... Nem tanulja meg, hogy ő ÖNÁLLÓAN mire is képes, nem érzi majd magát kompetensnek és végeredményben mindig arra vár majd, hogy mások megoldják helyette a problémákat... Arról nem is beszélve, hogy a bébikomp a [mozgásfejlődését](#) nem segíti, sőt károsan befolyásolhatja.

Bárhol is tart gyermekünk a fejlődésben, az a legfontosabb, hogy örömét lelje a mozgásban. És az a gyerek, akinek elegendő tere és lehetősége van a mozgásra az élvezni is fogja azt. Egymás után fedezi majd fel az új mozgásformákat és hihetetlen kitartással és örömmel gyakorolja is azokat. Az elején még görcsösen, erőlködve próbálkozik, de ahogy egyre többet gyakorolja úgy lesz egyre harmonikusabb az adott mozgás. Ne felejtsük, úgy segítünk neki a legtöbbet, ha biztosítjuk számára a lehetőséget, hogy sokat mozogjon és kitapasztalja a saját határait.

Kapcsolódó cikkek:

[Le a földre!](#)

[Az erőszakmentes nevelés gyakorlata](#)

[Mozgásfejlődés](#)