



8 - 18 måneder

KØBENHAVNS KOMMUNE
Børne- og Ungdomsforvaltningen

Illustrationer
Annette Carlsen

Udviklet af
Fysioterapeut, Laura Marie Pedersen
Ergoterapeut, Claire Haigh Ludvigsen

Layout
KKdesign

2018

Indledning

Understøt Udvikling er en samling af motorikkort, udviklet til Tidlig Indsats i Københavns Kommune 2018.

Materialet er udarbejdet som en del af bevægelsesprojekt Børn og Bevægelseskultur. Formålet med materialet er at inspirere til daglige aktiviteter med det lille barn.

Aktivitetsforslagene er valgt med intentionen om at fremme barnets grov- og finmotoriske færdigheder.

Derudover ønsket om at den motoriske udvikling understøttes i samspil mellem barn og forældre.

Det er en vejledende guideline med respekt for, at børn udvikler sig forskelligt.



TUMLE-LEG

Krammeleg



Barnet tumler sig fri af
den voksnes favn

8-18 mdr.

TUMLE-LEG

Rulle



Barnet ruller fra ryg til mave
og fra mave til ryg med eller
uden støtte fra en voksen

8-18 mdr.

TUMLE-LEG

Dansetid/svingtur



Barnet og den voksne danser
sammen til musik

8-18 mdr.

I KAN OGSÅ

Lege gemmeleg under tæppe

Slå kolbøtter

Kravle op og ned ad sofa

LEG MED BOLD

Kaste bold



Barnet kaster med en bold

8-18 mdr.

LEG MED BOLD

Trille bold



Barnet og den voksne triller
bolden til hinanden

8-18 mdr.

LEG MED BOLD

Fange bold



Barnet øver sig i at fange
en trillende bold

8-18 mdr.

I KAN OGSÅ

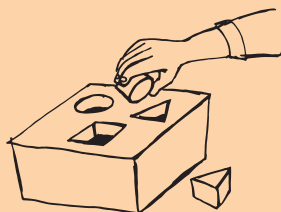
Lege med ballon

Lege med store og små bolde

Ligge på maven oven på fodbold

LEG MED HÆNDERNE

Puttekasse



Barnet leger med puttekasse

I KAN OGSÅ

Lege med duplo

Lege med føle - og pegebøger

Stable og vælte tårn af klodser

LEG MED HÆNDERNE

Samle ting op



Barnet samler små ting
op og slipper eller kaster
tingene igen

LEG MED HÆNDERNE

Trillebørgang



Den voksne hjælper barnet med at
gå trillebør. Hold barnet
om lår eller hofte

SELV- HJULPENHED

Spise og drikke



Barnet spiser selv med ske
og drikker selv af kop

8-18 mdr.

SELV- HJULPENHED

Af/påklædning



Barnet øver sig i at tage sko
og strømper af

8-18 mdr.

SELV- HJULPENHED

Motivation



Den voksne opmuntrer
barnet til selvstændigt at
komme rundt

8-18 mdr.

I KAN OGSÅ

- Lade barnet øve sig i at hælde vand
op i koppen
- Lade barnet vaske sig selv om munden
efter et måltid
- Give barnet god tid til at forsøge selv,
før du hjælper

LEG UDENFOR

Vand og sand



Barnet kan lide at lege med sand og plaske med vand

8-18 mdr.

LEG UDENFOR

Op og ned ad bakker



Barnet kravler/går op og ned ad bakker

8-18 mdr.

LEG UDENFOR

Gynge



Barnet sidder i gyngen. Den voksne står foran barnet

8-18 mdr.

I KAN OGSÅ

Sparke til blade

Plukke blomster

Rutsje

NOTER



KØBENHAVNS KOMMUNE
Børne- og Ungdomsforvaltningen