

## WAT IS PALMAIRE EN PLANTAIRE REFLEX:

De palmaire reflex is als het ware een voorloper van de latere bewuste grijpbeweging. Naarmate een baby ouder wordt, leert het voorwerpen bewust vast te grijpen en los te laten wanneer hij dat zelf wil. De palmaire en plantaire reflex moeten dus geleidelijk verdwijnen en plaats maken voor de bewuste grijpreflex en gecontroleerde spierspanning.

Het ontwikkelen van de plantaire reflex is belangrijk om vlot te leren lopen. Als er nog een sterke plantaire reflex aanwezig is, dan gaan kinderen onstabiel lopen.

## VRAGEN:

### BODYMAPTEAM:

- Juf Jessie



- Juf Jenny



- Juf Kelly



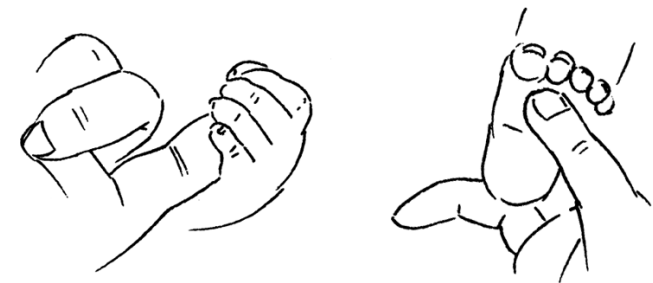
## ONTWIKKELINGSLAB

VAN

BODYMAP

Palmaire en

Plantaire Reflex



## SPEELFORMULES (6-8jarigen)

Laat je kind regelmatig zijn/haar hand helemaal openen, en dan weer helemaal sluiten tot een vuist. Laat ze dit enkele keren traag en enkele keren snel achter elkaar uitvoeren.



Laat je kind in langzit op de grond zitten met blote voeten en 5 keer de voeten buigen en strekken. Bij het strekken zijn de tenen uit elkaar gespreid, bij het buigen krullen de tenen helemaal mee naar binnen. Laat ze deze opdracht traag uitvoeren.



Laat je kind met een mix van verschillende ballen spelen. Zo zal hij/zij de grip steeds moeten aanpassen.



Laat je kind op de buik liggen en zich vastgrijpen aan jou enkels. Stap nu met je kind, zich vasthoudend aan je enkels, rond de tafel. Let wel dat je een gladde ondergrond hebt, zodat het schuiven over de vloer vlot kan gebeuren.



Laat je kind in elke hand een knikker klemmen. Jij probeert de knikkers er uit te halen. Je kind probeert zoveel mogelijk weerstand te bieden met beide handen tegelijkertijd. Wissel ook van rol en laat je kind bij jou de knikkers uit je vuist proberen te halen. Varieer in de weerstand die je biedt.



Geef je kind in elke hand een isolatiebuis en neem er zelf ook twee vast. Laat je kind met de isolatiebuizen tegen jouw isolatiebuizen slaan. Je kind zal een stevige grip moeten hanteren om met kracht te kunnen slaan.



De isolatiebuizen doen ook helemaal geen pijn als je daar een slag van krijgt.

Vul ballonnen met water, ter grootte van de handpalm van je kind. Laat je kind met de waterballonnen spelen, mikken en vangen.

