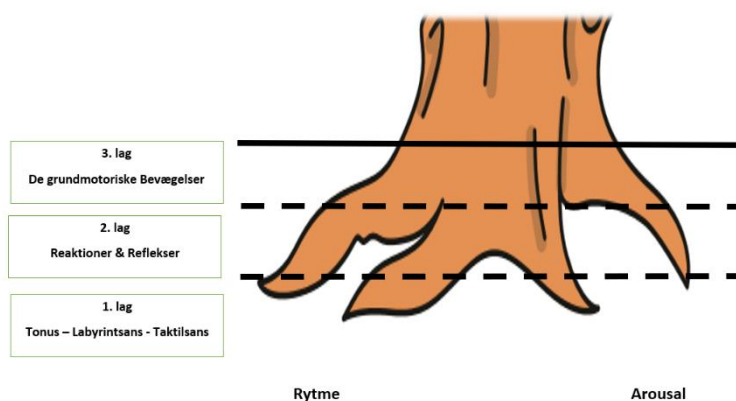


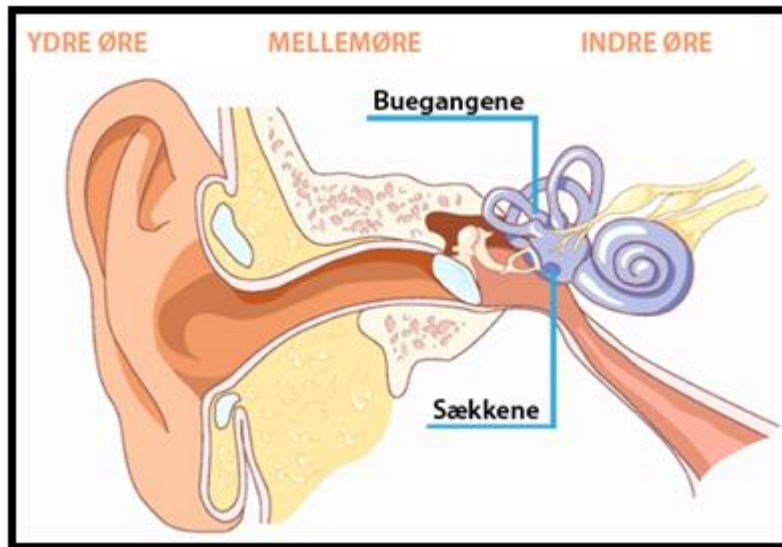
En beskrivelse af de tre primære sanser

Som beskrevet under teorien om Motoriktræet, så dækker rodnettet på Motoriktræet over *Grundmotorik*, i rodnettet ligger der tre lag. Det første lag er bestående af *tonus (muskelled-sansen)*, *labyrintsans* og *taktilsans* – **de primære sanser**. Det andet lag er bestående af *reaktioner* og *reflekser*. Det tredje lag er de *grundmotoriske bevægelser*. Under alle lagene, helt nede under rødderne, ligger *rytme* og *arousal*. Når vi arbejder med motorikken i Snurretoppen, starter vi altid på 1. lag, da det er grundlaget for, at barnet får en god motorik og et godt fundament at vokse fra.



Labyrintsansen – også kaldet *Vestibulærsansen* eller *Hovedbalancesansen*. *Labyrintsansen* er placeret i første lag.

Fysiologisk 'bor' *Labyrintsansen* i det indre øre. Det indre øres buegange er opbygget som et 3D vaterpas. Der løber en sej væske i de tre buegange. De er med til at fortælle hjernen, hvilken retning man har og hvilken fart man har på. I Labyrinthorganet sidder små fimrehår der giver besked til labyrintorganet om hvad der sker. Hvis der sker noget ukendt, giver organet besked til hjernen om, at man bliver svimmel/utilpas. I øret findes der små krystaller som giver hjernen besked om man er i lod – det er dem der mærker når man kører hurtigt op, eller ned og hvor langt man kan svaje ud, uden at falde. Buegangene i øret registrerer rotationer i tre plan. Sækkene inde i øret registrerer lineære bevægelser. Sækkene og buegangene snakker sammen. Altså, labyrintorganet giver hele tiden hjernen besked om, hvilken stilling hovedet er i og hvilken fart man har på.



Labyrintsansen skal stimuleres og holdes ved lige hele livet, hver dag. Forestil dig, at du eksempelvis har været sengeliggende pga. af sygdom. Når du er rask og rejser dig fra sengen igen, vil du uden tvivl blive svimmel, af den simple årsag, at din labyrintsans ikke er blevet stimuleret.

Labyrintsansen stimuleres ved at væsken i labyrintorganerne sættes i bevægelse, hvilket betyder, at hovedet skal bevæges i 3 planer: vertikalt (kolbøtte), horisontalt (snurre rundt), frontalt (vejrmølle).

Labyrintsansens bevægelser aktiveres ved f.eks. at: hoppe, glide, rutsje, snurre rundt, gynge, slå kolbøtter, trille, hænge med hovedet nedad osv.

Labyrintsansen har betydning for bl.a.:

- Balancen.
- Registrering af hovedets bevægelser.
- Aktivitetsniveau.
- Krydsbevægelser.
- Socialt samvær.
- Øje/hånd koordination.
- Rotation.

- Kropsfornemmelse.

Følesansen også kaldet *taktilsansen*. Følesansen er ligesom Labyrintsansen placeret i det første lag i Motoriktræets rødder. Følesansen sidder i hud og slimhinder.

Følesansen har to spor:

- **Indre:** de sanser man opfatter sig selv med.
- **Ydre:** de sanser man opfatter andre og omverdenen med.

Følesansen er delt i to:

- Den **overlevende/beskyttende:**

Eksempelvis ses den overlevende hos små babyer, der søger efter moderens bryst - overlevelse.

Den beskyttende del sørger for, at hvis man rører noget der er varmt, vil man trække hånden til sig.

- Den **undersøgende:**

Rører og undersøger ting, dufter og smager.

Et "Må jeg lige se/smage den der" følges næsten altid med et par fremstrakte hænder til at undersøge med.

Små børn sanser særligt gennem munden, derfor skal man ikke nægte børnene at smage på forskellige ting, de er i gang med at indsamle vigtig viden. Den viden de samler ind, bliver gemt i hjernen og kan hives frem senere. Hvis du kigger rundt der, hvor du er nu, vil du med højst sandsynlighed have en idé om, hvordan tingene smager? Vi gætter på, at det er lang tid siden du f.eks. har smagt på et bordben, men som barn har du indsamlet vigtig viden om forskellige elementer og gemt det i hjernen – Smart, ikke? Det er også via følesansen at børnene lærer sprog og kommunikation: først mærker de på bilen, så smager de på bilen, så leger de med bilen og så siger de som bilen – og derefter ved de det er en bil, og de kan genkende bilen i forskellige sammenhænge

Man kan have en overreagerende eller underreagerende følesans - hvis dette er tilfældet, så enten mærker man for meget eller for lidt stimuli. Begge dele giver sig udslag i den adfærd barnet udviser.

Hvis barnet har en overreagerende følesans, vil dets adfærd være, at trække sig fra andre mennesker, være meget kilden, være urolige. Disse børn søger berøring men kan ikke holde ud at være i det, derfor ender det tit med udadreagerende adfærd som bid, spark og slag.

Har barnet derimod en underreagerende følesans, vil dets adfærd være passivt, have en nedsat kropsfornemmelse, kun være lidt eller slet ikke kilden og vil søge berøringer i overdreven grad for at mærke sig selv og sine omgivelser. Barnet vil, både hvis det har en overreagerende og en underreagerende følesans, godt kunne holde berøring ud, hvis de selv vælger det.

Børn der ikke er gode venner med sin følesans vil f.eks.:

- Ikke gå på bare fødder.
- Synes at sømme i tøjet er irriterende.
- Sove dårligt.
- Ikke have lyst til, at andre kommer for tæt på.
- Trække sig fra fællesskabet.
- Være meget kildne eller slet ikke kildne.
- Være udadreagerende.
- Have dårlige balance og kropsfornemmelse

Følesansen stimuleres når huden berøres, bl.a. ved at give massage (hårdt, blødt), i vand (svømmehal, fodbad) og ved forskellige sanseindtryk (f.eks. koldt, varmt, jord, græs, mudder, børster, bolde osv.)

Følesansen har betydning for bl.a.:

- Balancen
- Følelseslivet
- Undersøgelse af omgivelser
- Overlevelse
- Reflekser og reaktioner

- Præcise bevægelser
- Aktivitetsniveau
- Kropsfornemmelsen

Tonus og Muskelled-sansen bor sammen med følesansen og labyrintsansen på 1. lag i rødderne. Fysisk findes de i led-enderne, i senerne og musklerne.

Andre steder bliver Muskelled-sansen kaldt kinæstesisansen. Kinæstesisansen kaldes også for den proprioceptive sans, som arbejder tæt sammen med labyrintsansen og følesansen. Denne sans fortæller om menneskets fornemmelse af sig selv. Tonus er et udtryk for muskelspændtheden - tonus er den ubevidste del af muskelled-sansen og vi er alle sammen født med forskellig muskelspændthed, hvilket har betydning for hvor mange/hvor meget stimuli, der skal til for at påvirke spændingen i musklerne.

Muskelled-sansen fortæller kroppen om bevægelse og har betydning for, at man hele tiden ved besked om kroppens stilling og bevægelsernes præcision. Muskelled-sansen snylter på føle- og labyrintsansen og er afhængig af, at disse to er velfungerende.

Muskelled-sansen stimuleres ved alle former for bevægelse, og det er derfor vigtigt, at børnene får lov til at eksperimentere selv og tumle - og gerne lige til grænsen.

Barnet får sikre bevægelser og kroppsbevidsthed igennem øvelse og gentagelser.

Muskelled-sansen har indflydelse og betydning for:

- Balancen – i samarbejde med labyrintsansen, følesansen og synet
- Rum og retning
- Kropsbevidsthed
- Muskelspænding
- Manipulation
- Visse reflekser og stabilitet
- Bevægelsernes præcision
- Reflekser og reaktioner
- Musklernes hvilespænding, altså tonus.
- Det autonome nervesystem

