



# Koncept for rytmik med mindre børn



## 0-5 år

### Sange, lege, danse og lave øvelser, der

- Motorisk stimulerer (især lemmer og nakke).
- Bevidstgør hele kroppen (arme, ben, ryg, mave, led).
- Skabe kendskab til, og bevidstgør ansigtet (øjne, næse, mund, kinder etc.).
- Stimulerer bevidste bevægelser og støtter de menneskelige relationer (knus, kæl, klap).
- Sanserne bør styrkes (lytte-, lugte-, smage-, føleøvelser).
- Øvelser der aktiverer kreativiteten og fantasien ("hittepåsomheden" og billeddannelsen).
- Øvelser med socialt sigte, så man lærer, at man er een blandt flere.

## 5-8 år

### Sange, lege, danse og lave øvelser, der

- Grovmotorisk kropslig udfoldelse.
- Koordinering af bevægelser.
- Finmotoriske øvelser.
- Omsætte sange og fortællinger til kropsligt udtryk.
- Hukommelses- koncentrations- og sanseskærpende musiklege.
- Spil på rytmeinstrumenter.



## Børns behov

At udforske, at bevæge sig, at få tryghed, omsorg, oplevelser af tale og lytte, begrebsindlæring, være sammen med andre, krav, konsekvens, være nyttig, meningsfuld beskæftigelse, succes, kreativitet, udfordring, spænding, uha- og aha-oplevelser, problemløsning, tænkning.

Kilde: Fysioterapeut Annika Dessau

Du behøver ikke have farveprintere  
for at udprinte disse sider