

Quan parlem de moviment lliure ens referim al fet de deixar que l'infant es mogui lliurement sense que l'adult intervingui.

Aquest moviment sorgeix de manera **autònoma i espontània**, ja que tot i que sembla una obvietat, a vegades cal recordar que quan a un infant se'l deixa, es mou. No es tracta d'un mètode en si, és el que faria qualsevol infant quan se li ofereix unes condicions òptimes.

Aquest desenvolupament motriu no el podem deslligar de la resta de desenvolupaments que ha de fer l'infant a nivell global, tot és important i s'influeixen entre si. El que realment importa és la seqüència, l'evolució i la qualitat del moviment, el com ho fa més que la quantitat. **Cal que els adults canviem la mirada i ens acostumem més a veure el que fan, i no pas el que no fan.** Cada infant té la seva normalitat, si el volem comparar ha de ser amb ell mateix i no amb els altres.

Cal que els adults canviem la mirada i ens acostumem més a veure el que fan, i no pas el que no fan.

EMMI PIKLER



L'iniciadora i màxima referent d'aquest moviment lliure és Emmi Pikler.

Aquesta pediatra va estudiar principalment a Viena i es va veure molt influenciada pels seus professors que li van inculcar la idea que una bona pediatra ha de poder examinar a un infant sense que aquest plori.

En un moment on a Centre-Europa hi havia una eferescència de pensament a nivell pedagògic, de salut, d'art, d'organització social... Pikler es començà a plantejar com es desenvoluparien els infants si els

toquessin d'una altra manera. Exercia de pediatra en una consulta privada però era ella la que anava a casa dels infants per tal de veure'ls com es

desenvolupaven en el seu entorn on feia un **acompanyament i seguiment de la família**.

Creia que no només s'havia de prevenir malalties sinó que calia també **proveir als infants d'un entorn saludable**. Gràcies a la seva filla, va poder veure que sense una intervenció directa tot era positiu. Si els infants tenien llibertat de moviment i dominaven el seu cos, tenien menys accidents.

Posteriorment es va encarregar de la direcció de l'Institut metodològic d'Educació i Cures de la primera infància (Institut Loczy) de Budapest, on va tenir l'oportunitat d'observar i fer estudis a centenars d'infants acompanyats i cuidats amb les seves creences sobre el **desenvolupament del moviment, l'autonomia i un vincle segur amb l'adult**.

LES CONDICIONS PER A UN DESENVOLUPAMENT MOTRIU HARMÒNIC

Per a que aquest desenvolupament motriu es faci de manera harmònica i natural, han de donar-se unes condicions que també Emmi Pikler considerava importants:

- **El nostre acompanyament i el temps:** Cal que els adults estiguem a terra, al costat de l'infant, estant presents perquè **se senti mirat, important i segur**. Ajudant-los a aconseguir la seguretat amb un bon vincle d'aferrament amb la persona referent perquè ells puguin fer la seva feina: conèixer el cos... Alhora hem de deixar que els infants passin el temps necessari en cada postura per a poder avançar a la següent amb més seguretat. Cal que **respectem cada etapa** i deixem la idea de preparar-los per a la següent.
- **L'espai i els objectes:** L'infant necessita un terra ferm i ampli. Hem d'intentar que aquest espai sigui el més segur possible. Un **espai segur** és aquell que si la persona referent es quedés tancada a fora, no li passaria res a l'infant: hi haurà petits accidents però no grans. Els objectes s'han **d'adaptar en qualitat i quantitat a la seva curiositat**, ja que això el motiva a moure's i afavoreix la manipulació però sense caure en una sobreestimulació.
- **La roba i les sabates:** Hem de procurar que allò que l'infant porti al seu cos li **permeti moure's**, aixecar els genolls tant com vulguin, separar-los, que no s'enganxi per sota del seu cos, etc. Seria recomanable que l'infant no portés sabates fins al moment que camina pel carrer, simplement com un element de seguretat perquè no prengui mal. **Tenir els peus descalços** els ofereix un millor recolzament i evita

que rellisquin. Els infants poden percebre gran part de la informació sensorial pels seus peus.

COM FOMENTAR EL MOVIMENT A CASA

Les preguntes que ens venen al cap, tot seguit, són: **I com podem fomentar aquest moviment a casa? Què els hi podem oferir als infants en les diferents etapes del desenvolupament motriu?**

En la primera etapa en què es trobarà al nadó partirà de la posició **panxa enlaire** (a partir d'ara, posició inicial) aquesta li permet que la seva musculatura i articulacions estiguin més relaxades sense tensions. En aquest moment caldrà que li oferim una base de recolzament rígida i ferma com és el terra (podem aïllar-lo amb una catifa de foam per exemple si ens fa por que agafi fred, tot i que cal tenir en compte que el termòstat dels infants és diferent del dels adults).

Amb el transcurs dels primers mesos **començarà a descobrir les seves extremitats**: mans i peus. Ara és important no donar cap element per a que explori, ja que el que necessita explorar és el seu propi cos sense interferències.



Quan aquest infant comenci a mostrar interès pels estímuls que passen a prop i giri el cap cap aquell soroll que ha sentit, aquella ombra que ha vist... podem començar a oferir elements que pugui agafar còmodament per la seva ergonomia i no surtin rodolant, com per exemple **un mocador** aixecat del pla horitzontal (en forma de piràmide), **una pilota Pikler o Montessori**...

De mica en mica anirem introduint objectes intentant sempre oferir un ventall el més ampli possible de varietat sensorial que li aporti noves descobertes.

A mida que l'infant mostri interès pels estímuls propers, podem oferir un ventall el més ample possible de varietat sensorial, que li aporti noves descobertes.

És degut a aquest interès pels elements que li envolten que l'infant acabarà **assolint el volteig i posant-se bocaterrosa**. Moment que a més de continuar explorant els objectes des d'una nova perspectiva podem incorporar d'altres com elements que rodolin però sempre que tinguem present que no surtin disparats si li cauen: **les ampolles sensorials són un bon recurs**.

Només caldrà disposar d'ampolles transparents buides (adequades al tamany de l'infant) i una mica d'imaginació per omplir-les amb materials diversos com aigua, colorant, purpurina, pompons, canyetes tallades, picarols, botons, pedretes, etc. Les que pesin una mica com les que s'omplin amb aigua no marxaran gaire lluny si el nadó les empenta.

En el moment en què l'infant ja **s'arrossega** i/o **repta** podem també imitar estructures que trobem en el mercat d'una manera casolana sempre que ho fem amb seguretat recolzant els elements i/o protegint-los. Podem fer el nostre propi **laberint Pikler** amb unes cadires en fila recolzades a la paret i/o amb la taula del menjador.

Un cop l'infant adopta la postura de quatre grapes i **gateja**, és interessant que els objectes que li oferim, els anem repartint per tot l'espai i a diferents alçades on pugui arribar per afavorir aquest desplaçament i la posterior bipedestació.

Des d'aquesta nova postura l'infant podrà arribar a una nova: **seure**. És una fita important, ja que li permet fer una major **exploració i manipulació dels objectes**, doncs té les mans lliures.

L'infant ha d'assolir cada postura per si mateix, al seu ritme, sense que l'adult l'avanci. Cada infant té la seva normalitat.

Cal que els adults tinguem molt present que un cop més cal que arribi aquí per si mateix i que no li avancem la postura amb les nostres interpretacions des del món adult. A l'infant que seiem li provoquem càrregues i tensions musculars, una adopció en forma de C de la seva columna i dificultats respiratòries. Tampoc tindrà les mans lliures per a poder explorar, ja que les necessitarà per recolzar-se i no perdre l'equilibri.



Serà segurament un infant que ens reclamarà perquè l'ajudem a agafar objectes, a no caure i/o a sortir d'aquella posició. Si els hem assegut, alguns trobaran una altra manera de desplaçar-se com és el culeig moguts pel desig d'agafar quelcom.



En el moment que l'infant es **verticalitza** serà important que pugui trobar **mobiliari on recolzar-se** i posar-se dempeus com un puf de vímet, un sofà, una caixa plena de llibres perquè tingui pes i no llisqui... Veurem en primera instància que la **marxa** que iniciarà serà **lateral**. Aquesta és molt important per al seu desenvolupament i per adquirir estratègies que

necessitarà en el futur per a desenvolupar la marxa convencional amb seguretat i confiança. És per aquest motiu que és de summa importància que no els agafem de les mans i els forcem a **caminar**, ja que desestabilitzarem el seu punt d'equilibri i ens saltarem una fita bàsica i important. Quan ell se senti preparat i comenci a fer passes cal que pugui fer parades segons la seva necessitat i és per això que, igual que els objectes, també cal que trobi aquests punts de recolzament repartits per l'espai.

Altres elements que podem oferir per al joc motriu dels infants són **els túnels i amagatalls** que podem construir amb elements tan variats com caixes de cartró, cadires, taules i teles, retirar el sofà de la paret...

Un cop l'infant domini la marxa els seus reptes i necessitats de moviment continuaran existint, ja que voldrà **córrer, enfilarse, saltar**, fer proves amb el seu **equilibri**... En aquests moments caldrà tenir enginy i oferir estructures on sigui possible que ho porti a terme sense perill. No deixarem que pugin pel moble del menjador o la calaixera de l'habitació però



podem donar una alternativa com el puf de vímet, una caixa de cartró plena de llibres, caixes de plàstic de la fruita i/o verdura...

QUÈ PODEM FER SI JA ENS HEM SALTAT UNA ETAPA?

El primer és el benestar de l'infant i **no l'hem de posar en una situació d'angoixa**. Tot i això, és interessant que pugui experimentar l'alegria de descobrir el plaer de moure's per si mateix i gaudir totes les postures. El que convindria fer és **posar-lo en la posició inicial** per tal que ell pugui fer tot el recorregut de moviment fins a arribar a la postura desitjada per si mateix. Si plora no hem d'acompanyar la postura per a completar-li sinó que la manera de tranquil·litzar-lo serà agafar-lo a coll **aportant-li la seguretat que estem amb ell** i, quan s'hagi relaxat, podrem tornar a provar.

Cal tenir present que tota aquesta tasca i el respecte al ritme ens serà més fàcil si ens acostumem a **observar als infants**, conèixer-los i saber en quin moment estan, com són, què necessiten, què els hi agrada...

Pensem que tot el procés motriu és una gran ocasió per aprendre i nosaltres, com adults, som els responsables d'oferir-li l'oportunitat de dur a terme el moviment sent tota la seva activitat i també el seu llenguatge.