

# De motoriske milepæle:

---

## 0-3 måneder:

- Drejer hovedet fra side til side i maveliggende
- Armene holdes ind til kroppen Hænderne er knyttede
- Maveliggende er en sikker stilling
- Rygliggende er ustabil

## 3-5 måneder:

- I maveliggende løfter barnet hovedet i midtstillingen
- Støtter symmetrisk på armene og de udad roteres
- Begynder sidst i perioden at gribe i midtlinjen og skifter mellem hænderne
- I rygliggende holdes hovedet i midt stillingen, drejer hovedet frit
- Laver bækkenløft – løfte numsen i rygliggende

## 5-7 måneder:

- Koordineret vending fra ryg til mave og tilbage
- Støtter på strakte arme i maveliggende
- Skubber sig bagud i maveliggende
- Højre/venstre kryds begynder
- Ligger i flyver
- Pivotere – drejer rundt om sig selv på maven

## 7-9 måneder:

- Griber målrettet efter legetøj, med begge hænder
- Vender legetøj i hænderne
- Sidder kortvarigt uden støtte
- Kryber - kravler evt.
- Står kortvarigt uden støtte

## 9-12 måneder:

- Kravler i det reciproke mønster
- Kan selv komme til siddende og sidder uden støtte
- Går sidelæns langs borde, vægge
- Står og går de første skridt uden støtte
- Klapper
- Kan putte små ting i en æske

## 12-24 måneder:

- Går op/ned af enkelte trin
- Kaster og sparker en bold

- Hopper et enkelt hop med begge fødder
- Går baglæns
- Skruer et låg af og på
- Tegner krastegninger

#### 24-36 måneder: (2-3 år)

- Begynder at løbe med koordination
- Går op af trapper uden at sætte til på hvert trin
- Hopper ned fra lille trappetrin eller lav skammel
- Griber en stor bold i favn mod kroppen
- Cykler på 3-hjulet
- Tegner cirkelbevægelser

#### 3-4 år:

- Hopper fremad med samlede ben, mere og mere koordineret
- Går på trapper uden støtte ved skiftevis at sætte højre og venstre fod op
- Kan stå kortvarigt på et ben uden støtte
- Kan grib mere koordineret, men fortsat mod kroppen
- Bruger fingerspidsgreb, når de tegner
- Holder papiret med modsat hånd

#### 4-5 år:

- Barnet kan stå på et ben og hinke
- Det kan gribe en mindre bold med hænderne forment som en skål
- Kan kaste en bold mere retningsbestemt
- Barnet kan klippe efter en streg
- Det kan klæde sig rigtigt på nu

#### 5-6 år:

- Kan køre på tohjulet cykel
- Gynger selv
- Laver gadedrengløb/hop
- Kaste en bold med overhåndskast, med mere præcision og styrke
- Griber en bold med hænderne ud i luften
- Sparke til en bold med stor kraft