

Psychomotorický vývoj dítěte - 15.-17. měsíc

CO BY MĚLO DĚTÁTKO UMĚT

Znovu opakují to, co v textu k minulým měsícům. Je třeba zdůraznit, že **každé miminko je jiné**. Následující řádky jsou pro vás informací, ne zákonem.

©

Stojí-li vaše zlatíčko na svých vlastních nohou, pak nastal jeho čas prozkoumávání světa a váš čas nezměrné trpělivosti a pevných nervů. **Dítě je, alespoň zdánlivě, svým vlastním pánem a jeho radost z pohybu je neutuchající.**



Obr. 1 - Hurá, já už chodím!

V těchto měsících by již nemělo dítě chodit do široka. Čím je stabilnější, tím více se nožičky přibližují, až se ustálí na úrovni kyčlí. Znovu upozorňuji na osu kyčel- koleno- kotník.

© V začátcích samostatné chůze se vám může zdát, že dítě nemá uvolněné ručičky a jakoby se stále přidržuje. Nic se neděje, ve chvíli, kdy si bude opravdu jisté, ručičky povolí a pak už budete muset vy za ním utíkat.

© Na procvičování stability a rovnováhy je úžasné **zdolávání nerovností**. Malý kopeček, schody, i jeden schůdek, da-

jí dítěti dostatek prostoru k tréninku. Když ucítí vaši podporu, bude velmi opatrné.



Obr. 2 – Zdolávání nerovností

A poté, po velkém tréninku, se pustí do velkého prvovýstupu.



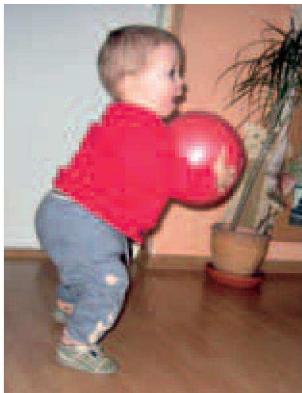
Obr. 3 – Náročný výstup

Zkuste zahodit strach a dát dítěti důvěru, že vše zvládne. Chápu, že vždy toto nefunguje a velmi důležitá je povaha dítěte. Některé děti se vrhají střemhlav ze schodů a jako by v sobě neměli kousek pudu sebezáchovy. Neházejte flintu do žita a trpělivě jim ukazujte, jak na to. Pomáhejte jim co

Psychomotorický vývoj dítěte - 15.-17. měsíc

nejméně i za tu cenu, že budou samá boule a šrám. Až budou velcí, odvděčí se vám sebevěrou a pevnými postoji. Budete-li jim zametat cestičku a příliš usnadňovat cestu životem, bude pro ně příliš těžké spoléhat se sami na sebe a budou stále potřebovat berličky a pomocníky.

© V tomto věku **děti milují přenášení čehokoli kamkoliv**



Obr. 4 – Využijte záliby svého dítěte v přenášení věcí

Můžete toho využít k náviku jednoduchých domácích povinností. Třeba odnést počůranou plínku do koše, uklidit hračky na svoje stálé místo, tatínkovi donést pantofle atd. Budete překvapeni, jak rychle se děti učí a jak neuvěřitelně si pamatují vaše pohyby a návyky. Nedělejte z nich cvičené opičky a vše jim donekonečna nepopisujte. Vyzkoušejte si jednoduchý test. Jen tak, mimoděk, poproste dítě, aby vám přineslo věc, kterou jste mu nikdy neukazovali a nepojmenovávali. Budete velmi překvapeni. Děti s námi totiž žijí a tak buďme přirození a učme je praktickým životem, ne umělým návikem.

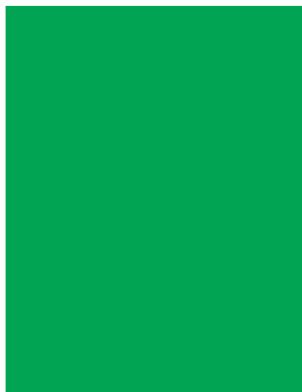
CO BY NAOPAK DĚTÁTKO UMĚT NEMĚLO

0 Je nesmírně důležité, **jaký pohybový vzorec si děťátko zapíše do hlavičky** při náviku samostatné chůze. Pokud dítě při obcházení kolem nábytku zatěžuje více vnitřní plošku chodidla, nebo je velmi prohnuté v zádkách a má povolené bříško, a nebo chodí-li po špičkách, pak ho prosím vůbec nenutíte do samostatné chůze! Potřebuje ještě čas, opravdu není kam spěchat. Za pár měsíců se dítě s rychlejšími vrstevníky krásně srovná a vy za pár let nebudete s ním muset běhat po ortopediích a rehabilitacích. **0** Možná již vaše malé samostatně chodí, ale „šmajdá“. Vtáčí špičky dovnitř a nebo zatěžuje vnitřní strany chodidla, tzn. má plochou nohu. Nenechte se ukolébat, že je na řešení problému čas a že ortoped vám pomůže až ve třech letech.

MŮŽETE MU UŽ TEĎ POMOCI:

0 Stále ho **masírujte** a hlavně oblast kolem kotníků. Nebojte se přitom i použít reflexní terapii, tzn. stlačíte vašim palcem a ukazováčkem oblast pod kotníkem. Hned uvidíte, jak se chodítko srovnává.

- Je-li to jen trochu možné, nechávejte **běhat venku děťátko bosé**.
- **Posilujte svaly bříška**, a to plaváním, cvičením na balónu atd. Špatné postavení nožiček souvisí se špatným postavením pánve a svaly bříška mohou pomoci tento disbalanc vyrovnat.
- Výborná je **kranio-sakrální terapie**, která uvolňuje bloky na páteři a tak lépe propojuje mozek s kostí křížovou.
- Jste-li nakloněni **jízdě na koni**, vyhledejte centrum hipoterapie. Na zpevnění tělič-



Obr. 5 –

ka děťátka je to úžasná věc.

DOBRÁ RADA:

- Nebojte se, láskou a doteky děťátka *nerozmazlíte*. Naopak.

Autor: Mgr. Blanka Kolářová Sudíková
BC Plaváček