

Psychomotorický vývoj dítěte - 2. měsíc

CO BY MĚLO MIMINKO UMĚT

Na začátku je třeba zdůraznit, že **každé miminko je jiné**. Následující řádkyberte jako informaci, ne zákon. Když vaše děťátko něco nezvládá v daném věkovém rozmezí, neznamená to, že je hned něco špatně. Je třeba vzít v úvahu rodinnou anamnézu, povahu dítěte, rodinnou situaci a také se ptát babiček, jací jste byli vy jako miminko. Děti nás hodně často kopírují. Koneckonců jsou naše.

© V tomto měsíci tráví dítě hodně času v **leže na zádech**. Je důležité nechávat ho, když je vzhůru, prokopávat nožič -kama. Je-li v místnosti přiměřené teplo, dopřejte miminku vzduchovou koupel, tzn. že mu necháte nahatý zadeček. Je to výborná obrana proti opruzeninám a děti mají volný pohyb, který je prospěšný pro klouby. Když je miminko dobře nahladěné, začne šermovat ručičkami a nožičkami. Vypadá, jako když plave znak, ale je to vlastně příprava na lezení - miminko zkouší svoje reflexy. Dopřejte mu to a zkuste ho při této činnosti nerušit. Miminko má i svůj svět a naučíte-li se jej respektovat, moc vám to později pomůže.

© Nebojte se děťátko nechávat i v poloze **na bříšku**. Tato poloha je pro ně důležitá. Určitě i vy sami tuto polohu využíváte a víte, jak se při ní cítíte bezpečně. Tato poloha rozvíjí naše základní instinkty, propojuje nás se Zemí. Do jednoho roku věku dítěte se vyvíjí základní první čakra (čili energetická oblast pod kostrčí) a poloha na bříšku tuto čakru posiluje. Na bříšku snáze odcházejí prdíky a děťátko si může lépe odříhnout. Tato poloha je základem pro většinu dovedností, které miminko do jednoho roku zvládne:

vzpřímení na ručičkách, plazení, lezení a sed.

Možná vás v porodnici vylekali syndromem náhlého úmrtí, který je procentuálně vyšší u dětí, které spaly na bříšku. Zkusme se zamyslet a zjistíme, že toto někteří lékaři tvrdí na základě studie, která se dělala v době, kdy všechny děti musely povinně spát na bříšku (zeptejte se svých maminek, týká se to „husákových dětí“). A tak si jistě uděláte sami názor o věrohodnosti těchto informací.

© S malým miminkem můžeme trénovat **vzpřímení na ručičkách** v poloze na bříšku na mamince nebo tatínkovi. Správné vzpřímení je velmi důležité pro nácvič ostatních dovedností a velmi záleží, jak si ho miminko osvojí. Více se o něm zmíním ve 3. měsíci dítěte.

CO BY NAOPAK MIMINKO UMĚT NEMĚLO

0 Nepodporujte u svého miminka **záklon hlavičky a prohnutí zádíček**. Dítě si tento pohyb „zapíše“ do svého informačního systému a dá potom spoustu práce tento zápis přepsat či vymazat.

0 Moc se neradujte, když v poloze na bříšku miminko zakloní hlavičku a přepadne zpátky na záda. Toto není cílená dovednost, naopak, děťátko se má naučit přetáčet ze zádíček na bříško (cca 4. - 6. měsíc) a až potom obráceně a zcela jinou technikou než nyní. Miminko vám vydrží „pást koníčky“ jen chvíli, brzy se unaví.

Když miminku **padá hlavička** a ukázkově „nepase koníčky“, nic se neděje, má ještě spoustu času.

Psychomotorický vývoj dítěte - 2. měsíc

JAK MIMINKU MŮŽEME POMOCTI, NENÍ-LI VŠE V POŘÁDKU

Hned po narození začíná miminko velká dřina. Musí se naučit ovládat svoje tělo, do hlavičky si zapsat správné reflexy a má na to jen jeden rok. K tomu, aby vše správně probíhalo, je třeba, aby svaly děťátka nebyly v napětí. Proto podporujte u svého děťátka uvolnění. Vhodná je babymasáž s aromaterapií, plavání, baby vak, šátek na nošení dětí, zavinovačka a hlavně **nošení miminka v klubíčku**. I když se děťátko bude vzpouzet, vytrvejte a „klubíčkejte“.

Když je miminko moc uvolněné a má snížené svalové napětí (hypotonie) a nebo moc ztuhlé a má zvýšené svalové napětí (hypertonie), je dobré zajít na rehabilitaci. Najděte kvalitní fyzioterapeutku, ta vám miminko prohlédne a doporučí pár jednoduchých cviků (Vojtova metoda), které miminku pomohou vše zvládnout. Čím je miminko menší, tím je cvičení jednodušší a pomoc rychlejší. Dnes existuje i více technik – Bobhatova metoda, cranio-sacrální terapie, masáže.

JAKS MIMINKEM MANIPULOVAT, JAK HONOSIT

Nebojte se s miminkem manipulovat. Jste milující rodiče a jestliže jsou vaše pohyby pomalé a láskyplné, nemohou ublížit. Ublížit můžeme tehdy, když necháme dítě v nevhodné poloze dlouho a ono si tuto polohu zapíše do hlavičky jako tu správnou. Pak vzniká špatný pohybový návyk a ten se přenáší až do dospělosti.

Hlavičku děťátka jistěte, ale ne příliš. Ať se miminko také snaží. Nebojte se dítě vzít jen jednou rukou (viz. obr. 1).

Vezměte ho pod hrudníčkem, hlavička se mu převáží a bradička se opře o hrudníček.



Obr. 1 - Uchopení dítěte jednou rukou

Krček je uvolněný a miminko je jako v klubíčku. Děťátko sice vypadá velmi zkrouceně, ale opravdu se cítí velmi dobře.

Vůbec **nedoporučuji nosit děťátko na ruce hrudníčkem k sobě (viz. obr. 2)!**

Miminko je ve svislé poloze, veškerá váha jeho těla je na kyčlích, hlavička je hodně volně, krček jde do záklonu a vzniká velké napětí v krčních svalech. Dítě se točí za světlem a podněty, a tak rotuje v páteři. Tato poloha je úžasná pro mazlení a myslím si, že je důležitější pro nás rodiče. Cítíme v této chvíli velké naplnění, máme v náručí kousek sebe, dokázali jsme být rodičem. Ve chvíli, kdy k sobě přitisknete miminko, jsme ohromeni přívaly lásky a úcty k životu. Užívejte si tyto chvíle, ale miminko prosím

noste v klubíčku. Až bude velké,
poděkuje vám za pevné a zdravé
tělo, jehož základy se

budují od narození do jednoho roku věku.

Tak ne

Tak ano

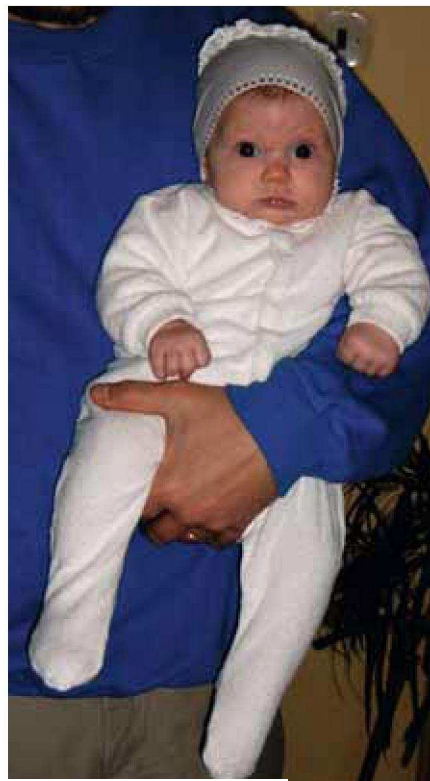
Obr. 2 - Špatné držení dítěte



Při nošení děťátka preferujte polohu v **klubíčku** (viz. obr. 3), kdy je miminko o vás opřené zádičky.

DOBŘE RADY:

- **Nezbavujte se zavinovačky.** Miminko potřebuje cítit bezpečí, které mělo v bříšku a které mu zavinovačka dává. Některé firmy nabízejí zavinovačky, do kterých se vám vejde i větší miminko. Když je děťátko neklidné a špatně usíná, můžete mu ručičky pevně sepnout do zavinovačky.



Obr. 3 - Správné držení dítěte

Uvidíte, jak se zklidní.

- Nestyd'te se miminku dávat doma plátěnou či bavlněnou **čepičku**. Hlavička nejvíc „topí“, a tak i tepelné ztráty jsou velké. Také fontanela a ouška jsou ve větším bezpečí.
- Nebojte se, láskou a doteky miminko **nerozmazlíte**. Naopak.

Autor: Mgr. Blanka Sudíková

#

#

