

## **Noworodek**

Ponieważ głowa jest zawsze skrzyżowana w jedną stronę, opisuje się położenie na brzuchu jako asymetryczne. Powierzchnia położenia dziecka znajduje się przede wszystkim w okolicy mostka i stronie potylicznej tułowia.

Ramiona leżą zgięte w stawie ramiennym i łokciowym obok ciała (Henkelstellung), a dłonie są lekko zamknięte w pięści. W tym wieku nie może być jeszcze mowy o podparze na ramionach, dlatego dziecko „przetacza” swoją głowę przez podbródek z jednej strony na drugą. Po 4-6 tygodniach dziecko może „podeprzeć” się na swoich ramionach i krótko podnieść głowę, aby coś „schwytać” swoimi oczami.

Miednica noworodka jest poniesiona, nogi są zgięte w stawach biodrowych i kolanowych. W czasie, gdy dziecko wierzga nogami, wewnętrzne strony kolan i paluchy powinny od czasu do czasu mieć kontakt z podłożem.

Także leżenie na plecach jest w tym czasie asymetryczne, ale powierzchnia położenia znajduje się po stronie twarzowej tułowia. Noworodek leżący na plecach w związku ze swoim stopniem rozwoju, reaguje na różne bodźce ruchami uogólnionymi, to znaczy całe ciało znajduje się w ruchu.

To „najniższe” położenie zmienia się w wieku 4-6 tygodni, kiedy 50-75% dzieci zaczynają patrzeć. Są one wtedy zdolne przez określony czas koncentrować się na przedmiocie albo twarzy matki i starają się podążać za nimi oczami.

## **3 Miesiąc**

Powierzchnia położenia dziecka zmieniła się w ciągu ostatnich 3 miesięcy na powierzchnię podparcia. Dziecko jest teraz w stanie podparć się na położonych przed obręczą ramienną łokciach (symetryczny podpór na łokciach). Środek ciężkości przesunął się w stronę spojenia łonowego i głowa może zostać uniesiona przeciwko sile ciężenia. Kręgosłup w odcinku szyjnym jest wyprostowany, może się skręcać w obydwie strony i spojrzenie bez jednoczesnego skrętu głowy jest też możliwe.

Nie obserwuje się już początkowego „zwierzęciopodobnego” zgięciowego położenia miednicy, a nogi skrzyżowane na zewnątrz i lekko zgięte w biodrach i kolanach leżą na podłożu.

W tym czasie, także w położeniu na plecach, możemy mówić o pewnym i stabilnym położeniu. Górna część ciała tworzy razem ze stroną potyliczną powierzchnię podparcia i stwarza warunki do tego, aby dłonie mogły celowo chwycić oraz aby nogi zgięte w biodrach, kolanach i stopach mogły zostać uniesione przeciwko sile ciężenia. Podobnie jak w leżeniu na brzuchu spojrzenie bez jednoczesnego skrętu głowy jest też możliwe.

Oprócz skoordynowanego kontaktu obydwu dłoni, zauważalne jest także stowarzyszone chwytanie ustami oraz stopami tzn. kiedy dziecko chwyci dłońmi zabawkę i przesuwa w stronę ust, które najczęściej w tym momencie otwarte czekają, zbliżają się także obydwie stopy do siebie (chwytanie całym ciałem).

## **6 Miesiąc**

W ciągu ostatnich 3 miesięcy dużo się zmieniło.

Dziecko leżąc na brzuchu jest w stanie swój ciężar ciała przesunąć na bok i naprzemiennie podeprzeć się na jednym ramieniu, aby móc drugim chwycić. Głowa i jedno ramię mogą zostać uniesione i poruszane przeciwko sile ciężenia (podpór na jednym łokciu 4,5 miesiąc).

W wieku 6 miesięcy dziecko może z wyprostowanymi ramionami i biodrami podpierać się na otwartych dłoniach i całe tułowie unieść ponad podłoże (symetryczny podpór na dłoniach).

Także w położeniu na plecach dziecko odkryło przemieszczanie się na bok. W wieku 4,5 miesięcy zaczęło chwycić poza linię środkową ciała, co doprowadziło w wieku 6 miesięcy do celowego przekręcania się z pleców na brzuch. Dziecko może teraz w każdej podanej mu pozycji schwytać zabawkę, przemieszczać w dłoniach i jest na drodze chwytania własnych stóp i próbuje wsadzić je do buzi.

## **9 Miesiąc**

Następnych etapów rozwoju dziecka nie da się „oddzielnie“ opisać na brzuchu i na plecach.

Dziecko odkrywa pierwszy sposób przemieszczania się i zaczyna w wieku 7 miesięcy raczkować, albo rolować (pewne przekręcanie się z brzucha na plecy w wieku 8 miesięcy) w celu odkrywania własnego otoczenia.

Pierwsze próby odkrywania przestrzeni do góry obserwowane są w czasie pomiędzy 7 a 8 miesiącem życia, kiedy to dziecko przez „stabilne“ położenie i siedzenie na boku dochodzi do siadu bokiem. Wraz z osiągnięciem siadu podłużnego (ok. 9 miesiąca) mówi się o samodzielnym siedzeniu. W tym czasie dziecko jest w stanie w różny sposób przyjąć pozycję czworakowania. W przeciwieństwie do podobnej pozycji, w której dziecko w wieku 6 miesięcy przesuwa symetrycznie biodra do przodu i do tyłu, jest możliwe podniesienie nogi i rozpoczęcie czworakowania.

## **12 Miesiąc**

Dla dalszego odkrywania przestrzeni dochodzi przemieszczanie się do „góry“. Podczas, gdy dziecko podciąga się na ramionach przy ścianie, albo wciąga się na przedmiot, przechodzi poprzez podpór na jednej nodze do stania i zaczyna po krótkim czasie chodzić wzdłuż mebli.

To będzie jeszcze trochę trwało, dopóki dziecko zrozumie, że nogi mogą przenosić jego ciało i zacznie przemieszczać się pomiędzy różnymi podporami np. wędrować pomiędzy meblami.

W wieku 12 miesięcy potrafi około 50% dzieci zrobić pierwszy samodzielny krok i wypróbować tę nową umiejętność wraz z początkowym potykaniem się oraz błędzeniem, kiedy tylko mają do tego okazję. Oprócz czystego przemieszczania się, zdobywania oraz „chwytania“ przestrzeni, służy chodzenie napewno także „oddalaniu się“, rozwojowi własnego „Ja“, rozwojowi socjalnemu oraz komunikacji.

Rodzice muszą sprostać wyzwaniu, również jak w przeszłości, poprzez dostosowane, pewne oraz sprzyjające otoczenie, stworzyć dzieciom możliwość zbierania własnych doświadczeń, chwaleń w określonych sytuacjach, po małych nieudanych startach motywować i tylko wyciągać pomocną dłoń, kiedy rzeczywiście „się pali“.

To kosztuje z pewnością dużo czasu i nerwów, ale Państwa „Mały Odkrywacz“ na swojej drodze do samodzielności z pewnością Państwu podziękuję.

## **SENS I BEZSENS PRZYRZĄDÓW DLA DZIECI**

### **CZEGO POTRZEBUJE PAŃSTWA DZIECKO?**

Dobre łóżko, wózek dziecięcy, fotelik samochodowy do pewnego transportu autem, pewne krzeselko, jeśli tylko dziecko zdolne jest siedzieć przy stole. Na rynku dostępnych jest wiele przyrządów, które raczej szkodzą, niż pomagają. W poprzednich rozdziałach czytali Państwo o poszczególnych krokach w rozwoju Państwa dziecka, które przechodzi w pierwszym roku życia:

Leżąc na plecach, brzuchu, albo na boku dziecko zbiera pierwsze doświadczenia ze środkiem ciężkości: podnosi głowę, zaczyna chwytać, przekręcać się, raczkować albo czworakować, zaczyna podciągać się do góry i ostatecznie zaczyna chodzić. Jego ruchy stają się do tego coraz pewniejsze, a dziecko coraz mobilniejsze.

Przyrządy dla dzieci nie powinny przeszkadzać dziecku w poruszaniu się i zbieraniu doświadczenia. O wiele ważniejsze jest obserwowanie dziecka, wspieranie go w jego dążeniach, motywowanie i dzielenie się z nim radością z nauczonych rzeczy.

### **NIKTÓRE PRZYRZĄDY DLA DZIECI PRZY DOKŁADNIEJSZYM PRZYJRZENIU SIĘ- PRZYKŁADY:**

#### **Fotelik samochodowy**

W samochodzie dziecko w każdym wieku musi być stuprocentowo zabezpieczone, istnieje dużo dobrych modeli. Niektóre dzieci spędzają wiele godzin w foteliku samochodowym. Podobnie jak w huśtawce brakuje dziecku swobody ruchów. Dlatego należy stosować foteliki samochodowe tylko podczas transportu.

#### **Leżaczek- bujaczek (Wippe)**

Oparcie jest pod kątem i nie daje dziecku odpowiedniego wsparcia i już po krótkim czasie dziecko leży krzywo. To może spowodować zaburzenia w kręgosłupie. Szczególnie niekorzystnie, jeśli dziecko ma już ulubioną pozycję. Ona zostanie przez leżaczek pogorszona. Pole widzenia jest ograniczone i dziecko nie może zbierać doświadczeń ruchowych.

#### **Nosidelka**

Husta do noszenia może wspomóc obchodzenie się z dzieckiem. Ważny jest jednak dostosowany do wieku sposób wiązania husty, oraz odpowiednie wsparcie główki i kręgosłupa. Nosidelka, w których dzieci noszone są przed brzuchem mamy albo taty sprawiają, że dziecko zbyt wcześnie znajduje się w pozycji spionizowanej, co może być przy dłuższym używaniu problematyczne dla kręgosłupa. U osoby, która dziecko nosi może dojść do przeciążeń w kręgosłupie.

### **Huśtawka do podskakiwania (Babyhopser)**

Wiele dzieci siedzi już w wieku 6 miesięcy, albo nawet wcześniej w tym spodniach z materiału. Mniej albo więcej wyprostowane odpychają się cubkami palców od podłogi i „podskakują“ w górę i w dół. To może spowodować stopę końską z przykurczonymi mięśniami tylnymi podudzia- może dojść do tego, że dziecko to będzie chodziło na palcach.

### **Chodzik**

Pojęcie „do nauki chodzenia“ sugeruje rodzicom, że ich dziecko nauczy się z tym wcześniej chodzić. To jest szczególnie skomplikowane. W wieku, w którym dzieci czworakują, podciągają się do stania, uczą się chodzić bokiem, dostają chodzik..... W nim pomykają po mieszkaniu odpychając się palcami u stóp. Ważne elementy, takie jak przykucanie, zmiana kierunku, utrzymanie równowagi nie mają miejsca.

„Chodziki powinny zostać zabronione, ponieważ co roku powodują poważne wypadki“\*

\*Cytat: Dr. W. Hartmann, Präsident des Berufsverbandes für Kinder- und Jugendärzte

### **Krzeselko**

Kiedy dziecko zaczyna siadać, zaczyna się faza siedzenia przy stoliku. Najważniejsze: krzeselko musi być pewne, nie może się przewracać- potomek wykorzystuje ten mebel też do wspinania. Dlatego nie wolno pozostawiać dziecka bez opieki w krzeselku. Siedzisko krzeselka powinno być dopasowane do wielkości ciała dziecka, stopy mogą być postawione na podstawce.

### **Kojec**

Służy tylko ochronie dziecka przez krótki okres czasu, kiedy pozostaje bez opieki. Alternatywą jest łóżeczko ze szczebelkami, albo kratka w drzwiach.

Jeśli dziecko umie poruszać się do przodu, powinno tylko w szczególnych przypadkach przebywać w kojcu. Jeśli potrafi podciągać się do góry, albo chodzić, nie powinno przebywać już w więcej w kojcu- dzieci wspinają się chętnie na barierkę i mogą się przy tym zranić.

### **Buty**

Pierwsze buty powinno Państwa dziecko otrzymać, gdy potrafi już pewnie chodzić. W ten sposób może mała stopa się rozwinąć.

Buty mają za zadanie zabezpieczyć stopy, a nie uczyć chodzenia. Uważajcie Państwo na dobre buty, niezależnie od wieku dziecka.