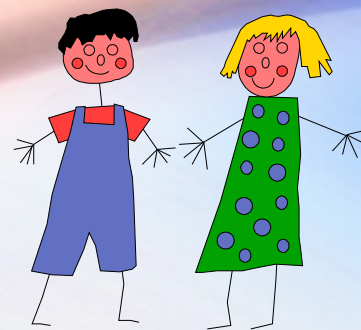


A csecsemő és kisgyermek mozgásfejlődése

Budapest,

2008. november 8.

Sümeeginé Hamvas Enikő



A csontos váz és a mozgatórendszer fejlődése

Csontosodás, izomzat és ízületek

- a csontos vázrendszer az embryonális kötőszövetből
- a harántcsíkolt és simaizmok a középső csíralemezből
- az ízületek kötőszövet tömörülésekből alakulnak ki



Szülés, születés, reflexek

A szülés három szakasza:

- tágulás
- kitolás
- lepényi

- Újszülött:

legtöbb megnyilvánulásában az egész teste részt vesz, megfeszül kivörösödik, keze-lába-törzse egyszerre mozog.

Reflexek: szopó mozgás, fogó reflex, Moro-reflex



A mozgás

A mozgás fogalma

Aktív mozgást értünk alatta, ami segítség nélkül véghezvihető. A vázizomzat akaratlagos működtetése következtében lehetséges. A mozgás térbeli helyzet ill. helyváltoztatás, melynek okozója valamilyen személy, élőlény, természetes szándék.



A mozgás

A mozgás feltételei:

- ép idegrendszer
- ép izomzat
- ép csontozat
- a szervezet egybehangolt működése



A mozgás

Érés:

A mozgásfejlődést az érés befolyásolja. Az érés jelen esetben a különböző izomcsoportokhoz futó mozgatóidegek velőhüvelyesedését jelenti. Az érés iránya kefalokaudális, vagyis először a fejhez közelebbi izomcsoportok kezdik el a működésüket, majd a fejlődés fokozatosan halad a végtagok felé.



A mozgás

Jelentősége:

- kihat az értelmi fejlődésre
- a környezet megismerését segíti
- a tapasztalás egyik feltétele
- kihat az egészségre, táplálkozásra, szomatikus fejlődésre



A mozgás

Jellegzetes testhelyzetek:

- háton fekvés
- oldalon fekvés
- hason fekvés
- négykéztérdőn, négykézतालpon tartózkodás
- térdelés
- oldalon könyöklés
- félig ülés
- ülés
- állás
- guggolás



A mozgás

Jellegzetes helyzetváltoztató mozgások:

- hátról oldalra és visszafordul
- hasra és visszafordul
- négykéztérdre emelkedés, leereszkedés
- négykéztafra állás és újra lefekszik
- felkőnyököl, félig felül, lefekszik
- felülés-leülés
- feltérdelés-letérdelés
- felállás-leguggolás, leereszkedés

A mozgás

Helyváltóztató módok:

- háton csúszás
- elfordulás háton
- elfordulás hason
- hempergés
- gurulás
- kúszás
- mászás
- térden járás
- járás
- futás
- ugrás



Mozgásfejlődés

Az újszülött testtartása:

- háton fekszik
- fejét kissé oldalra fordítja
- törzsét oldalra dönti
- két karját törzsétől távolítja, könyökben behajlítja
- két kezét ökölbe zárja és feje mellett helyezi el
- két lábát térdben, csípőben behajlítja, hasa fölé emeli vagy keresztezi



Mozgásfejlődés

1. szakasz: a hasrafordulást megelőző szakasz

- *A gyermek kora: 0-5 és 7 hónap*
- *Időtartam: 5-7 hónap*
- *Alaphelyzetek: háton fekvés, oldalon fekvés*
- *Helyzetváltoztatás: hátról oldalra és visszafordul (fejlettebb: esetleg hasra billen)*
- *Helyváltoztatás: háton elcsúszás a fej irányában, elfordulás a függőleges tengely körül (fejlettebb: hason elfordulás függőleges tengely körül)*

Mozgásfejlődés

4-6 hetes:

- Szemével követi a fénylő tárgyakat, személyeket.
- Fejét forgatja (jobbra-balra).
- Ébrenléti idejét változatos mozgással tölti.
- Kezeit, lábait élénken mozgatja.

Mozgásfejlődés

3. hónapig:

- *beidegzi a keze mozgását, összekapcsolja a szemmozgással*

3-4 hó:

- *kezével kisebb tárgyakat megfog (de elengedni még nem tudja)*

4-6 hó:

- *észreveszi a lábát*
- *lábát magasra emeli*
- *vállát kezdi elemelni az alaptól (nyúl kál)*
- *fej irányában a hátán elcsúszik vagy „lépeget” oldalra váltott lábbal*
- *fejét minden irányban forgatja, sőt dönteni is képes*
- *oldalra kezd fordulni, vállát, medencéjét elemeli az alaptól, visszafordul a hátára*
- *megfog, elenged*



Mozgásfejlődés

5-6 hónapos:

- **Oldalra fordul-vissza (ez már gyakorló jellegű).**
- **Hasra fordul.**
- **Kezdetben oldalon fekvésből fordul hasra.**
- **Visszafordulás könnyebb addig, amíg a kezek a törzs alatt vannak.**
- **Ha a kezei már nem a törzse alatt vannak – új visszafordulási technikát kell megtanulnia.**



Köszönöm a figyelmet!

