

# Obsah

<b>1</b>	<b>O kouzlu začátku</b> .....	<b>1</b>	<b>2.5</b>	<b>Utváření všedního dne</b> .....	<b>37</b>
1.1	Prenatální vývoj .....	1	2.5.1	Ukažte dítěti, jak se může ve světě pohybovat .....	38
1.1.1	Pohyb jako zdroj vývoje .....	1	2.5.2	Zvedání a pokládání .....	38
1.1.2	Vývoj pohybu a smyslů v těhotenství ...	1	2.5.3	Oblékání a vysvlékání .....	40
1.2	Začátek .....	3	2.5.4	Koupání: kdy a jak potěší .....	40
1.3	Dotek a pohyb jako ústřední momenty dětského vývoje .....	3	2.5.5	Přebalování: jak se dostat trávení na kobytku .....	42
1.3.1	Člověk jako nošenec .....	3	2.5.6	Uspávání: co dítě uvolní .....	44
1.3.2	Kinestetika: koncepty k podpoře vývoje a vazby .....	6	2.5.7	Moje miminko pláče .....	45
1.4	Vývoj v prvním roce života (milníky) ...	8	<b>3</b>	<b>Osm týdnů</b> .....	<b>49</b>
1.4.1	Vývojové skoky .....	8	3.1	Vývojové kroky .....	49
1.4.2	Motorický vývoj .....	9	3.1.1	Miminko začíná držet hlavičku .....	49
1.4.3	Průběh vzpřimování .....	11	3.1.2	Čilé pohyby celého těla .....	50
1.4.4	První tři měsíce: příchod .....	11	3.1.3	Zrání smyslů díky reflexům .....	50
1.4.5	Od čtvrtého do šestého měsíce: pochopení a uchopení .....	12	3.2	<b>Pozorování dítěte</b> .....	<b>51</b>
1.4.6	Od sedmého do devátého měsíce: pohyb vpřed .....	13	3.2.1	Na zádech .....	51
1.4.7	Od devátého do čtrnáctého měsíce: vzhůru .....	14	3.2.2	Na břicho .....	52
<b>2</b>	<b>Desátý den</b> .....	<b>15</b>	3.3	<b>Malá pomoc s velkým účinkem</b> .....	<b>52</b>
2.1	Vývojové kroky .....	15	3.3.1	Tříměsíční kolika .....	52
2.1.1	Počínající vývoj pohybu .....	15	3.3.2	Reflux .....	53
2.1.2	Smysly .....	18	3.3.3	Fáze křiku .....	53
2.2	Pozorování dítěte .....	19	3.3.4	Příliš brzy na osteopatii? .....	54
2.2.1	Na zádech .....	19	3.3.5	Jak nošení podporuje vývoj .....	55
2.2.2	Na břicho .....	21	3.4	<b>Miminko jako nošenec</b> .....	<b>55</b>
2.3	<b>Malá pomoc s velkým účinkem</b> .....	<b>24</b>	3.4.1	Senzorická interakce: mazlení jako domácí úkol .....	55
2.3.1	Moje dítě je nakřivo! Jak předejít asymetrii .....	24	3.4.2	Navázání a provázání .....	56
2.3.2	Pupík .....	25	3.4.3	Nošení konkrétně: nastavitelná nosítka	59
2.3.3	Bolesti břicha .....	25	3.5	<b>Utváření všedního dne</b> .....	<b>62</b>
2.3.4	Škytavka .....	25	3.5.1	Nabízení polohy na břicho .....	62
2.3.5	Jak nošení podporuje vývoj .....	26	3.5.2	Na klíně .....	63
2.3.6	Účinky nošení .....	26	3.5.3	Hraní je práce pro nejmenší .....	64
2.4	<b>Miminko jako nošenec</b> .....	<b>27</b>	3.5.4	Společné spaní u rodičů v posteli .....	65
2.4.1	Základní potřeba blízkosti a tělesného kontaktu .....	27	<b>4</b>	<b>Čtyři měsíce</b> .....	<b>67</b>
2.4.2	Nosit – ale jak? Úvazy .....	29	4.1	Vývojové kroky .....	67
			4.1.1	Uchopování a první přetáčení páteře ...	67
			4.1.2	Jemná motorika: ruka a oko .....	68
			4.1.3	Trup a páteř .....	70

4.1.4	Reflexy: fáze oddělených hemisfér . . . . .	70	<b>6</b>	<b>Osm měsíců</b> . . . . .	97
4.2	Pozorování dítěte . . . . .	71	6.1	Vývojové kroky: vývoj pohybu	
4.2.1	Na zádech . . . . .	71		– plazení, lezení, sezení . . . . .	97
4.2.2	Na bříše . . . . .	72	6.1.1	Vzpor klečmo . . . . .	98
4.3	<b>Malá pomoc s velkým účinkem</b> . . . . .	72	6.1.2	Plazení . . . . .	98
4.3.1	Snadnější jízda autem . . . . .	72	6.1.3	Různé druhy sedu . . . . .	99
4.3.2	Plenky a spol. . . . .	72	6.1.4	Lezení . . . . .	99
4.3.3	Napodobování pohybových impulzů . . . . .	73	6.2	<b>Optimální vývoj pohybu</b> . . . . .	100
4.4	<b>Miminko jako nošenec</b> . . . . .	73	6.2.1	Když se vynechá lezení . . . . .	100
4.4.1	Na boku: zrání a vývoj kyčlí . . . . .	73	6.2.2	Proč by se děti neměly posazovat? . . . . .	101
4.4.2	Nošení konkrétně: úvaz na bok s ring slingem . . . . .	77	6.3	<b>Další vývojové kroky</b> . . . . .	101
4.5	<b>Utváření všedního dne</b> . . . . .	78	6.3.1	Zrak . . . . .	101
4.5.1	Naše dítě je čím dál pohyblivější . . . . .	78	6.3.2	Strach z cizích lidí . . . . .	101
4.5.2	Oblékání a vysvlékání na klíně . . . . .	78	6.4	<b>Pozorování dítěte</b> . . . . .	102
4.5.3	S dítětem v pohybu: hravé utváření všedního dne . . . . .	81	6.4.1	Nápadné aspekty pohybu vpřed . . . . .	102
<b>5</b>	<b>Šest měsíců</b> . . . . .	83	6.4.2	Zkostnatění v páteři . . . . .	102
5.1	<b>Vývojové kroky</b> . . . . .	83	6.4.3	To je obzvláště příjemné . . . . .	102
5.1.1	Přetáčení: první pohyb vpřed . . . . .	83	6.5	<b>Miminko jako nošenec</b> . . . . .	103
5.1.2	Opora o dlaň: opora na vyšší úrovni . . . . .	83	6.5.1	Nošení po celém světě . . . . .	103
5.1.3	Pohyb čelisti při žvýkání . . . . .	83	6.5.2	Nošení konkrétně: objevte různorodost – vyzkoušejte něco nového . . . . .	104
5.1.4	Emoční inteligence . . . . .	85	6.6	<b>Utváření všedního dne</b> . . . . .	106
5.1.5	Dýchání . . . . .	85	6.6.1	Sezení: cesta k němu . . . . .	106
5.1.6	Ochranné reflexy místo novorozeneckých „primitivních reflexů“ . . . . .	86	6.6.2	Jídlo je zábava: nejraději sám . . . . .	107
5.1.7	Symetrický tonický šíjový reflex (STŠR): začátek lezení . . . . .	87	6.6.3	Úrovně učení . . . . .	108
5.2	Pozorování dítěte . . . . .	88	6.6.4	Základní kinestetické pozice: hierarchie kompetencí . . . . .	108
5.2.1	Na zádech . . . . .	88	6.6.5	Naučit se potkávat ostatní . . . . .	109
5.2.2	Na bříše . . . . .	88	<b>7</b>	<b>Deset měsíců</b> . . . . .	111
5.3	<b>Malá pomoc s velkým účinkem</b> . . . . .	88	7.1	Vývojové kroky: pohybový vývoj – od vytahování ke stoji . . . . .	111
5.3.1	„Moje dítě chce sedět!“ . . . . .	88	7.1.1	Od polohy na bříše ke stoji . . . . .	111
5.3.2	Nošení čelem dopředu . . . . .	89	7.1.2	„Obcházení nábytku“ a vývoj chodidla . . . . .	111
5.4	<b>Miminko jako nošenec</b> . . . . .	90	7.1.3	Posturální a rovnovážné reakce . . . . .	112
5.4.1	Vyrovnané potřeby miminka a moje potřeby . . . . .	90	7.2	<b>Pozorování dítěte</b> . . . . .	115
5.4.2	Nošení konkrétně: miminko v šátku na zádech . . . . .	92	7.3	<b>Impulzy podporující vývoj</b> . . . . .	115
5.5	<b>Utváření všedního dne</b> . . . . .	93	7.4	<b>Miminko jako nošenec</b> . . . . .	116
5.5.1	Přetáčení: dítě se rádo objevuje . . . . .	93	7.4.1	Toulky historií nošení v Evropě . . . . .	116
5.5.2	Přebalování na klíně: spolu v pohybu . . . . .	95	7.4.2	Nošení konkrétně: mobilní s dítětem . . . . .	118
5.5.3	Kvantita a kvalita pohybu . . . . .	96	7.5	<b>Utváření všedního dne</b> . . . . .	118
			7.5.1	Lezení a okolí: pohyb podél hranic . . . . .	118
			7.5.2	Naše dítě se klouže po zadku . . . . .	120
			7.5.3	Pohyb a interakce . . . . .	120
			7.5.4	Mluvení a znakování . . . . .	121

<b>8</b>	<b>Čtrnáct měsíců</b> .....	123
8.1	Vývojové kroky: vývoj pohybu – chůze	123
8.1.1	První kroky .....	123
8.1.2	Postura a pohyb .....	123
8.1.3	První boty .....	124
8.2	Vývojové kroky: učit se mluvit a jemnou motoriku .....	124
8.3	Pozorování dítěte .....	126
8.4	To je obzvláště příjemné .....	127
8.4.1	Shrnutí vývoje .....	127
8.4.2	Podpora vývoje nošením .....	128
8.4.3	Dvanáct tipů pro dobré nošení .....	128
8.5	Miminko jako nošenec .....	128
8.5.1	Mezi autonomií a spojením .....	128
8.5.2	Empatie .....	129
8.5.3	Nošení konkrétně: řešení pro malé chodce, kteří se občas unaví! .....	129
8.6	Utváření všedního dne .....	130
8.6.1	Mezi autonomií a spojením .....	130
8.6.2	Přebalování ve stoji: uznávání potřeb a schopností .....	132
8.6.3	Komunikace dotykem a pohybem .....	132
	<b>Příloha</b> .....	133
	Přehledně: účinky nošení .....	133
	Přehledně: dvanáct pomůcek pro dobré nošení	134
	<b>Literatura</b> .....	134
	<b>Vydání knihy podpořily</b> .....	135
	<b>Přehled vyobrazení</b> .....	135
	<b>Rejstřík</b> .....	137