

# OBSAH

Poděkování.....	9
O autorkách.....	11
Úvod .....	13
<b>PSYCHOMOTORICKÝ VÝVOJ DÍTĚTE V PRVNÍCH TŘECH LETECH ŽIVOTA.....</b>	<b>14</b>
„Osmero“, jak číst následující řádky.....	15
1. měsíc života miminka.....	17
2. měsíc života miminka.....	23
3. měsíc života miminka.....	29
4. a 5. měsíc života miminka.....	34
6. měsíc života miminka.....	38
Šikmý sed a otočení z břicha na záda (7.–8. měsíc).....	43
Lezení po čtyřech (7.–9. měsíc).....	47
Sed.....	54
Volný sed.....	54
Sed mezi patami neboli „W“ sed.....	58
Stoj a chůze.....	61
Stoj.....	61
Obcházení okolo nábytku.....	63
Chůze.....	63
Milníky batolecího období (1–3 roky).....	68
Druhý rok života (12–24 měsíců).....	69
Hrubá motorika.....	69
Jemná motorika.....	69
Třetí rok života (24–36 měsíců).....	71
Hrubá motorika.....	71
Jemná motorika.....	72
Hry s batolaty (1–3 roky).....	72
Hry rozvíjející hrubou motoriku.....	72
Aktivity pro rozvoj jemné motoriky.....	73
Další činnosti pro dětský rozvoj.....	74

## **JAK ZACHÁZET S MIMINKEM, ABY TO JEHO POHYBOVÉMU APARÁTU**

<b>PROSPÍVALO</b> .....	76
Držení a nošení dětí v náručí .....	90
Co zdravému vývoji dítěte neprospívá .....	97

## **KTERÉ POMŮCKY POŘÍDIT A KTERÝM SE RADĚJI VYHNOUT?** .....

Pomůcky pro podporu správného vývoje dětí .....	100
Pomůcky, které je důležité používat s rozumem a opatrností .....	108
Nevhodné pomůcky neboli „škodítka“ .....	113
Výbava pro miminko z pohledu fyzioterapeuta .....	116
Jak vybrat správný kočárek? .....	120
Nošení dětí v šátku nebo v nosítku .....	121

## **JAK NA ZDRAVÉ DĚTSKÉ NOHY** .....

Vývoj dětské nohy .....	132
Dětská noha v prvních šesti měsících .....	132
Dětská noha v období od 6. měsíce až do samostatné chůze .....	133
Nožní klenba .....	136
Nejčastější odchylky dětských nožiček v ordinaci fyzioterapeuta .....	138
Ploché nohy a vpadlé kotníky .....	138
Vtáčení špiček na jedné nebo obou nohách .....	142
Chůze po špičkách .....	142
Jak vybírat nejen první botičky .....	143
Desatero rad k výběru prvních botiček .....	144
Jak změřit dětskou nohu a zvolit správnou velikost botiček? .....	145
Další parametry, které byste při výběru dětských bot měli zohledňovat .....	146

<b>DÍTĚ V ORDINACI FYZIOTERAPEUTA</b> .....	148
Jak probíhá vyšetření u dětského fyzioterapeuta? .....	149
Metody využívané v dětské fyzioterapii .....	153
Bobath Koncept .....	153
Vojtova metoda .....	154
Měkké techniky .....	154
Komunikace s miminkem při terapii Vojtovou metodou .....	155
Nejčastější diagnózy v ordinaci fyzioterapeuta .....	157
Predilekce hlavičky .....	157
Opožděný psychomotorický vývoj a centrální koordinační porucha .....	159
Diastáza břišních svalů .....	160
Pupeční kýla .....	161
Vadné držení těla (VDT) .....	162
Použitá literatura .....	165
Řekli o knize .....	167