

OBSAH

Poděkování.....	9
O autorkách.....	11
Úvod	13
PSYCHOMOTORICKÝ VÝVOJ DÍTĚTE V PRVNÍCH TŘECH LETECH ŽIVOTA.....	14
„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

PROSPÍVALO	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

DÍTĚ V ORDINACI FYZIOTERAPEUTA	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