



# SPRÁVNÝ MOTORICKÝ VÝVOJ VAŠEHO DÍTĚTE

Základní informace



Vážení rodiče,

Psychomotorický vývoj Vašeho dítěte až k dosažení bipedální lokomoce (samostatná chůze v prostoru) je základem pro další motorický vývoj v budoucnosti. Proto bychom Vám rádi touto cestou předali alespoň základní informace o správném motorickém vývoji a vyvarování se nechtěným prohřeškům.

V případě odchylek v motorickém vývoji Vám praktický lékař pro děti, dětský neurolog doporučí fyzioterapii.

Na našem oddělení se Vám potom budou věnovat fyzioterapeutky specializované na vývojovou kineziologii.

Kolektiv fyzioterapeutek Nemocnice Hořovice.

Objednání – recepce oddělení ..... 311 555 503



Obecně lze rozdělit motoriku dítěte do několika vývojových stupňů (trimenonů):

### | Období I. trimenonu 0–3 měsíce |

#### **Novorozenec**

V poloze na bříšku naléhá na polovinu těla, horní a dolní končetiny jsou flektovány (pokrčeny) – viz obrázek č.1.

V poloze na zádech ještě není optická fixace, pouze krátce zafixuje na nabízený předmět (hračku), hlavička je stočena k jedné straně, mluvíme o tzv. „predilekčním držení hlavy“, které ale nesmí být fixované – viz obrázek č.2.

#### **4–6 týdnů**

V poloze na bříšku začíná zvedat hlavičku více nad podložku, začíná se ručkama opírat do podložky, těžiště těla se přesouvá více k symfýze (spodní bříško).

V poloze na zádech se objevuje cílená fixace, tedy dítě již sleduje nabízenou hračku, volně otáčí hlavičku, v tomto období musí vymizet tzv. „predilekční držení hlavičky!“

#### **3 měsíce**

V poloze na bříšku hovoříme o tzv. dokončeném I vzpřímení, tedy je dokončena opora, na bříšku je stabilní, nepřepadá na záda (někdy mylně hodnoceno jako otáčení na záda) – viz obrázek č.3.

V poloze na zádech volně rotuje hlavičku bez souhybu trupu, otvídá pěstičky.



2



3



### | Období II. trimenonu 4-6 měsíc |

#### V období mezi 4–5 měsícm

V poloze na bříšku je dítě schopno uchopit hračku – viz obrázek č.4.  
V poloze na zádech si sahá na kolínka, začíná se otáčet na boky – viz obrázek č.5.

#### 6 měsíc

V poloze na bříšku má dítě stabilní oporu o dlaň – viz obrázek č.6.



### | Období III. trimenonu 7-9 měsíc |

#### 7,5 měsíc

Hovoříme o tzv. „tulenění“ (plížení), přitahuje se horníma končetinama, postupně se z polohy na zádech vyvíjí šíkmý sed a přechod ze šíkmého sedu do polohy na čtyřech a začátek kvadrupedální chůze v horizontále (lezení). Šíkmý sed – viz obrázek č.7.

#### 9 měsíců

Objevuje se vzpřímený klek, vertikalizace nakročením do vzpřímeného stoje, dítě se nejprve drží pevného nábytku, postýlky – viz obrázek č.8.

### | Období IV. trimenonu 10-12 měsíc |

Postupně se zlepšuje vertikalizace, stabilita stoje, krůčky stranou, pohyb v prostoru, za samostatnou chůzi ještě nepovažujeme první kroky dítěte s dopomocí rodičů. Samostatná bipedální chůze navazuje mezi 12–14 měsíčem života.



**| Nejčastější chyby |**

Jednou z nejčastějších je posazování dosud samostatně nesedících dětí. Často pojmem „dítě samo sedí“ je chápáno jako „dítě se udrží v sedu poté, co je posazeno“. Také posazení z lehu na zádech přitažením za ruce nepatří mezi správné. Je nutné si vysvětlit pojmem samostatného sedu. Dítě se často posadí až během lezení, kdy se při zaujetí hračkou přetočí z polohy na čtyřech do podélného sedu nebo přetočením ze šikmého sedu. Hovoříme o období 8–10 měsíce.

Chůze. Dítě „samo chodí“. Brzké postavení u nábytku, opory, neznamená ihned samostatnou chůzi. Často dochází k vertikalizaci od 9–10 měsíce, ale samo začne chodit až kolem 13 měsíce. Vše je naprosto v pořádku. Pro správný vývoj páteře, vazů, kloubů je dobré podporovat chůzi kolem nábytku. V okamžiku, kdy je Vaše dítě stabilní, do prostoru se pustí samo.

Používání autosedaček v denním režimu je v dnešní době velkým trendem. Použití autosedačky v autě je samozřejmé!, ale autosedačka je často využívána i v domácnosti. Doba strávená dítětem v autosedačce se tak zvyšuje, někdy i na několik hodin za den.

Používání chodítek. Jedná se o pasivní nastavení těla do určité polohy. Dítě často není stabilní u opory, natož aby se pokoušelo o první krůčky. Tedy není v přirozené poloze, a tak začne hledat a vytvářet nahradní pohybové vzory. Jsou-li často používány mohou být omezujícím prvkem v dalším vývoji dítěte a také zdrojem obtíží v pozdějším věku.



---

### **Literární zdroj**

Pavel Kolář. et al.  
Rehabilitace v klinické praxi

nakladatelství Galén 2009  
ISBN 978-80-7262-657-1

Sazba a tisk:  
Studio DOMINO Plus s.r.o.  
Vydáno: 2017  
Náklad: XXX výtisků



K Nemocnici 1106, 268 31 Hořovice | [www.nemocnice-horovice.cz](http://www.nemocnice-horovice.cz)