



Kdo neleze, může mít potíže s učením

Nevěříte tomu, že děti, které přeskočí fázi lezení, mívají ve škole větší či menší potíže? Z vyšetření žáků se specifickými poruchami učení to do jisté míry vyplývá. Ale nejde jen o lezení, důležitý je celkový vývoj v prvních dvanácti měsících. **Text: Hanka Bělohávková**

V žádném jiném roce života se člověk nenaučí tolik zásadních dovedností jako v tom prvním. Každá navíc staví základ pro mnoho dalších. Jen málokdo z nás rodičů si však umí představit, jak může například správný pohyb „na všech čtyřech“ mezi 9. a 12. měsícem věku ovlivnit schopnost naučit se číst a psát. Ale odborníci, zejména neurologové, speciální pedagogové a fyzioterapeuti v tom mají jasno. V našem těle, stejně jako v ostatní přírodě, totiž vše souvisí se vším a každý krok má své zákonitosti. Pokud se človíček vyvíjí správně, spouští se

a zapojují vrozené pohybové programy, které musí být v pravý čas přiměřeně stimulovány okolím miminka. Jedině tak může projít všemi fázemi vývoje včas a ve správném pořadí. Tím získá základ pro stabilitu, koordinaci, senzomotoriku a soustředění a to vše je zapojeno při čtení a psaní.

Vše má svůj čas

„Není náhoda, že se pokrok v dovednostech u kojenců sleduje zhruba po třech měsících. Vychází to z ontogenetického vývoje a tři měsíce jsou dobou, kdy se nové dovednosti získávají a trénují. Prvních šest týdnů se potřebný spoj v mozku vytváří, dalších

ILUSTRAČNÍ FOTO: PROFIMEDIA.CZ (1)

**KDYŽ NEMÁ
SNAHU LÉZT, JE TO
SIGNÁL, ŽE NĚCO NENÍ
V POŘÁDKU. KDYŽ TO VČAS
NAPRAVÍTE, UŠETŘÍTE DÍTĚ
POZDĚJŠÍCH POTÍŽÍ VE ŠKOLE
I V BĚŽNÉM ŽIVOTĚ.**

šest týdnů se fixuje,“ říká Mgr. Marina Šimanová, speciální pedagožka, která se zaměřuje na prevenci a odstranění poruch učení (www.poruchyuceni.com). A tak od miminka v době od narození do tří měsíců očekáváme, že se naučí samo ovládat hlavičku, „pást koníčky“. V dalším čtvrtroce přichází na řadu přetáčení na břicho a plazení, v dalším sed a lezení a v posledním stoj a chůze. Z hrubé motoriky vychází jemná motorika i senzomotorika – propojení pohybu se zrakem a ostatními smysly, dítě si vytváří pojem o vlastním těle (a jak ho co nejlépe ovládat) a tím se učí i orientovat v prostoru. Když je přirozený tříměsíční cyklus něčím narušen (geneticky podmíněným špatným naprogramováním, komplikacemi během těhotenství či při porodu, nebo nedostatkem či naopak přemírou stimulace dítěte po narození), začne si organismus tvořit náhradní – kompenzační mechanismy, jak určitého pokroku dosáhnout. Jenže ty vznikají na úkor jiných schopností, na úkor dalšího správného vývoje.

Lenocha popožeňte

I když má každé miminko jiný temperament, nijak výrazně by se neměl jeho vývoj tříměsíčnímu cyklu vymykat, protože právě v tom určitém období je jeho mozek připraven si ve spolupráci s tělem novou dovednost upevnit. Pokud se dítě málo snaží získat nové dovednosti a období se protahuje, je to signál, že je dobré zvýšit stimulaci a miminku pomoci se určitý pohyb naučit. Ale je důležité, abyste zvolili správný postup, správnou posloupnost pohybů. A s tím vám pomůže fyzioterapeut, v předškolním věku i speciální pedagog. Právě přesně cíleným nácvikem můžete dokonce i překonat odchylky v původním genetickém naprogramování. Čím dříve si všimnete těchto jemných signálů a začnete s dítětem pracovat, tím méně náhradních, často škodlivých návyků, si organismus dítěte zafixuje a do budoucna se vyhne oslabení, například v soustředění, vnímání apod., z čehož nejčastěji plynou poruchy učení.

Zbytečně nespěchejte

Ale stejně škodlivé jako prodlení ve vývoji může být jeho umělé urychlování – předčasné posazování, vzpřimování atd. Pokud dítě dříve posadíte, nejenže zatěžujete nezralý pohybový aparát, ale uvolníte mu ruce a zvětšíte zorné pole, dítě pak sedí, dívá se a hraje si s tím, co mu neúnavně podáváte. Pak ale chybí dítěti motivace k tomu, získat novou dovednost, naučit se lézt, protože vše, co lezením a následným sezením získá – uvolnění rukou, lepší rozhled – mu už dospělý dal. Dítě je spokojené, →

— INZERCE —

1/6
83x73

ale propase vhodný čas k lezení. Proto byste neměli vývoj urychlovat, ale naopak poskytnout dítěti čas a prostor pro volný pohyb, nejraději na zemi v poloze na bříšku (když se mu to nelíbí, zkusit ho na zemi zaujmout). Určitě si dejte pozor, aby dítě nebylo zbytečně dlouho v lehačce nebo autosedačce.

Proč by mělo zrovna lézt?

Pokud se včas nevytvoří nebo nedozrají určité nervové dráhy, které umožňují některé informace správně přijmout, uložit a automaticky použít, v situaci, kdy jsou potřeba, projeví se to pak v praxi například tím, že dítě ve škole nevidí rozdíl mezi písmeny *b* a *d*, sluchem nerozliší *ni* a *ny*, *di* a *dy* a jiné, nedokáže umístit písmenko na linku v sešitě, špatně si rozvrhne text na délku řádku, nerozezná vždy a spolehlivě matematické znaménko plus od minus, tužku drží křečovitě a špatným úchopem, nerozloží slovo na hlásky a při psaní slov vynechává písmena atd. Právě při lezení dochází k propojení obou hemisfér a právě jejich dobrá spolupráce je důležitá při čtení a psaní, kdy musí obě spolupracovat. Když tuto fázi přeskóčí (třeba proto, že mu na hladkém povrchu – parketách, linu, plovoucí podlaze – klouzala kolínka a ono se nedokázalo vzepřít, zvednout bříško a dospět k lezení), pak nejspíš bude mít v těchto a dalších schopnostech oslabení.

Jak mu můžete pomoci?

Jestliže se dítě výrazně opožďuje v pohybovém vývoji nebo jeho pohybové vzorce nejsou v pořádku (otáčí se s prohnutím zad, převrací se jen na jednu stranu), pak je na pediatrovi či neurologovi, aby rodičům doporučil cílenou rehabilitaci, jako je Vojtova metoda nebo třeba Bobath koncept. Ale když je mimi po neurologické stránce v pořádku, pak si s ním při běžné hře můžete nacvičit a procvičit dovednosti, které jsou právě pro dané období optimální. Vlastně jej jen podpořte v tom, oč se samo alespoň trochu snaží. Výbornou inspirací pro takovou domácí zábavu maminky nebo táty s kojencem a batoletem je knížka MUDr. Věry Kleplové a Dobromily Pilné: *Našemu sluníčku – Buď fit od narození po školu*. Podrobné popisy cviků doplňují názorné jednoduché ilustrace. V nakladatelství ANAG vyšla už v roce 2006, ale mezi maminkami je známá a oblíbená, a tak ji jistě ještě seženete. Když ne v knihkupectví, tak v knihovně nebo třeba v mateřských centrech atd. Z kapitoly *Od přetáčení k lezení* z jedenácti cviků nabízíme pro představu alespoň tyto tři:

● **Dítě položte na bříško**, klekněte si nad něj. Uchopte dítě za zadeček tak, že palce máte podél jeho páteře. Zadeček lehce nadzvedněte a táhněte směrem nad paty, kolena se posunou pod bříško – hrudník, takže dítě si sedne na paty. Tahem za-

**HRUBŠÍ
PODLOŽKA, KOBEREČ
NEBO TRÁVNÍK POMOHOU
MALÉMU PLAZIVCI OPŘÍT SE
DO KOLEN I DLANÍ A ZVEDNOUT
BŘÍŠKO I ZADEČEK OD ZEMĚ**



dečku na paty se dítě opírá o natažené paže. Jakmile umí opření o paže, lehce pohupujte jeho tělem vpřed, vzad i do stran. Tento cvik můžete opakovat několikrát za den a každý den, než dítě začne lézt.

● **Pro lezení je také dobrý nácvik koordinace**, při kterém dítě leží na zádech, vy klečíte u jeho boku a rytmicky spojujete jeho pravou ruku a pravou nohu, pak levou ruku a levou nohu, křížem pravou ruku a levou nohu a levou ruku a pravou nohu.

● **Prostřídat zábavu pak můžete například cvikem**, při kterém třete plosky jeho pokrčených nohou o sebe anebo kroužením jeho předloktí jedné ruky kolem druhé (znáte jako „šiju boty“). ■