

Četvrto predavanje iz Metodike fizičkog vaspitanja 1 i Metodike fizičkog vaspitanja dece jasljenog uzrasta sa zadacima (predavanja i vežbe)

**Razvoj motorike u prvoj godini života (prvo i drugo tromesečje)**

# Razvoj motorike u prvoj godini života

- Dete u prvoj godini života postepeno, od spontanih i refleksnih pokreta i reakcija ovladava složenijim i koordinisanim ciljnim aktivnostima. Istovremeno, javljaju se i sledeće promene:
  - sazrevanje centralnog nervnog sistema,
  - razvoj snage i izdržljivosti,
  - razvoj posture i ravnoteže i
  - bolja obrada senzornih informacija.

# Stimulativno okruženje

- Da bi se uspostavio što veći broj veza između nervnih ćelija, samim tim i za pravilan motorički razvoj, mozgu je neophodan ogroman broj različitih stimulacija iz okoline.
- Zadatak relevantnih odraslih (roditelja, vaspitača, lekara i drugih) je da u procesu odrastanja deteta obezbede kontinuirani priliv različitih senzornih informacija (kretanje, svetlost, zvuk, miris, ukus, dodir).
- Deca uživaju u svim aktivnostima koje ih stimulišu da iskuse nove senzacije i razvijaju nove motorne obrasce, koje kao „gradivne blokove“ slažu u sve složenije strukture (Vukičević, 2013)

## Stručnjaci su prvu godinu života podelili na četiri tromesečja

### Prvo tromesečje

- **Krajem 1. meseca** beba počinje da otvara dlanove, pomalo mrda prstima (na to se može podstaći maženjem dlana mekanom igračkom).
- Period novorođenčeta zamenjuje period odojčeta. Tako, **sa početkom drugog meseca** započinje novi period u razvoju deteta u kome motorika afektivnog tipa postepeno ustupa mesto aktivnosti koja se po svom karakteru približava senzomotornoj aktivnosti (Valon, 1985).
- Dete se usmerava na predmete, dotiče ih rukama, nogama, ustima i jezikom. Razvijaju se prvi elementi manipulativne aktivnosti koja je vrlo bitna za kasniji psihomotorni razvoj.
- **Oko 2. meseca** dete počinje da prati lica koja se kreću, smeši se na glas majke (razvija se mimika). Kraće vreme može da drži uspravno glavu, a kada leži na stomaku, u stanju je da se odupre rukama i podigne grudi 2-3 cm od podloge. Beba se može podstaći da aktivnije pomera glavu, ukoliko se, ako leži na stomaku, ispod grudi podmetene pelena umotana u valjak. Međutim, ukoliko je u ovom periodu beba mlitava, malo se pomera i ne pokušava da podigne glavu, treba se obratiti pedijatru.

- **Oko 3. meseca** odojče sigurnije okreće glavu zainteresovano posmatrajući svet oko sebe, komunikativno je, smeje se i guče.
- Polako počinje da održava ravnotežu pri čemu se gube stereotipni i nagli pokreti. Kada se odojče nosi, ne mora se više posebna pažnja obraćati na njegovu glavu, budući da je već sigurnije drži u različitim položajima.
- Pesnice više nisu stegnute, šaka se opruža i prsti se više pokreću.
- Dete ovog uzrasta ne može precizno da proceni rastojanja, tako da su pokreti hvatanja uglavnom neuspešni.
- Sa velikim interesovanjem dete povlači ruke do usta, razgleda prste, igra se njima, podiže noge, hvata ih rukama...

# Prvi zadatak za studente



Pažljivo pogledajte film ***Baby Handling - Prvo tromesečje*** u kojem dečji fizijatar Danijela Vukićević objašnjava važnost svakodnevnih aktivnosti sa bebom- baby handling kao priliku za podsticaj dečjeg razvoja

[https://youtu.be/AJi\\_u6SOC5s](https://youtu.be/AJi_u6SOC5s)

**A zatim, odgovorite na sledeća pitanja:**

- a) Kroz koje svakodnevne aktivnosti se može stimulisati motorički razvoj bebe?
- b) Kako se zove položaj koji beba treba da zauzme da bi mogla da odgovara na stimulacije, kako postavljamo dete u navedeni položaj?
- c) Kada su ruke u pitanju, šta omogućava položaj „u gnezdu“?
- d) Na koji način treba stimulisati otvaranje šaka kod bebe?
- e) Kako objašnjavate termin Baby Handling?





Za pravilan motorički razvoj deteta veoma je važan pravilan razvoj kukova. Mnoge motoričke prekretnice u prvoj godini i njihov pravilan razvoj zavise od pravilnog položaja kukova i nogu (okretanje na stranu, sedenje, puzanje, podizanje, hodaње)

U sledećem semestru, kada budemo obrađivali temu Pravilno držanje tela, govorićemo o deformitetima kukova i prevenciji.

**Prvi dodatni zadatak za studente samo iz Metodike FV dece jaslenog uzrasta: Pažljivo pogledati film *Vežbe za razvoj kukova* koji ćete pronaći na linku:**

<https://youtu.be/TzDzBfkGU2c>

A zatim, ukratko opišite vežbe za razvoj kukova (položaj za vežbanje, pravac pokreta, uključenost ekstremiteta, obim vežbi, komunikacija sa bebom...)

## Drugo tromesečje (3 – 6 mesec)

- Kada odojče postavimo na stomak, brzo se podiže na laktove da bi imalo bolji pogled. Po isteku trećeg meseca, nikada ga ne treba ostaviti samo na krevetu, budući da je pitanje trenutka kada će se okrenuti na stranu. To može biti posebno opasno kada su u pitanju visoke podloge za prepovijanje, sa kojih beba može pasti na pod.
- **Između 4. i 5. meseca** kod odojčeta se pojavljuju novi oblici ponašanja kao što su preciznije hvatanje, plač zbog neuspelog namernog pokreta, bacanje i traženje izgubljenih igračaka. Javlja se rana imitacija pokreta, kao što je otvaranje usta, ali, najverovatnije samo na osnovu koordiniranih refleksa.



- U petom mesecu bebe pokušavaju da se samostalno podignu u sedeći položaj, spretno se okreću sa leđa na stomak i obrnuto, sve više su zainteresovane za svoju okolinu. Najbezbednije mesto za igru je pod (tvrda podloga se preporučuje i zbog stimulacije motoričkih receptora na telu).
- **Oko 6. meseca** većina dece se sa lakoćom može okrenuti sa leđa na stomak, i obrnuto. Odojčce se i dalje igra rukama i nogama, sa zadovoljstvom ih stavlja u usta. Neka deca ovog uzrasta već mogu samostalno da sede. Sa sigurnošću se može reći da dete može da sedi ukoliko može samo da zauzme sedeći položaj, a da ne gubi ravnotežu u njemu.

- Najčešće, sedeći položaj dete zauzima iz četvoronožnog položaja na rukama, stomaka okrenutog ka podu.
- Roditelji bi trebalo da pokažu strpljenje za svoje dete, odnosno, ne bi trebalo da forsiraju sedeći položaj dok dete samo ne stekne tu sposobnost. Postavljanje dece u „pasivni“ sedeći položaj (u kolicima, sedištu za kola, jastucima, u krilu, dubku i sl.) grubo može narušiti dalji razvoj deteta (deformaciju i oštećenje leđnih pršljenova, sputavanje upotrebe ruku, a samim tim, indirektno se može odraziti i na govor deteta).
- Motorni razvoj odojčeta prati i razvoj opažanja, tako da beba sada može da opaža visinu i dubinu (ukoliko ispusti igračku na pod dok sedi u krilu, gledaće za njom i savijati se nadole sve dok je ne dohvati). Decu ovog uzrasta interesuju raznovrsni predmeti. Dete hvata celom šakom, ali palac više ne smeta hvatanju budući da nije savijen (ukoliko je palac i dalje savijen, to može biti znak nekog oštećenja).

## Drugi zadatak za studente:



Pažljivo pogledajte film *Baby Handling od 3. do 6. meseca* u kojem dečji fizijatar Danijela Vukićević objašnjava važnost svakodnevnih aktivnosti kao priliku za podsticaj dečjeg razvoja

[https://youtu.be/QRAI8\\_Hm7qI](https://youtu.be/QRAI8_Hm7qI)

**A zatim, odgovorite na sledeća pitanja:**



- a) Kako beba postavlja ruke i noge u odnosu na srednju liniju?
- b) Šta beba u ovom periodu radi nogama?
- c) Kako dete treba postaviti da bi moglo da istražuje sopstvene mogućnosti kretanja?
- d) Na koji način stimulišemo bebu da bi se podsticalo okretanje sa stomaka ne leđa i nazad?
- e) U kojoj vezi su okretanje i sedenje?
- f) Kako rezumete ulogu odraslih kada je u pitanju pasivno postavljanje deteta u sedeći položaj?
- g) Koje su faze i priprema za samostalno prelaženje deteta u sedeći položaj?



**Drugi dodatni zadatak za studente samo iz Metodike FV dece jaslenog uzrasta: pogledati film *Šta sve beba može u drugom tromesečju***

<https://youtu.be/BkcdMtQ6qqw>

**A zatim, odgovorite na sledeća pitanja:**

- a) Koje su motorne manifestacije bebe na zvuk i glas?
- b) Opišite kako dete reaguje na predmete i kada se javlja koordinacija oko – ruka?
- c) U kom mesecu beba počinje (nesvrshodno) da hvata predmete?
- d) Opišite kako dete reaguje pokretima da je zadovoljno u igri.

# Treći zadatak za studente



## Podsetite se pravilnosti razvoja:

Strogi red motornog razvitka (konstantnost razvojnog reda) i Cefalo-kaudalni (kranio-kaudalni) tok

(pogledati na 38. i 39. strani knjige *Dete u pokretu*)

A zatim, navedite redosled i vremenski period javljanja najvažnijih motoričkih prekretnica (kretanja) u prva dva tromesečja razvoja deteta.

_____	→	_____	mesec
_____		_____	mesec
_____		_____	mesec
_____		_____	mesec



Rok za slanje predispitnih zadataka:

Predstavnicima grupa će urađene predispitne zadatke poslati do  
9.12.2020. godine

**Tema u najavi: Razvoj motorike u prvoj godini života (treće i četvrto tromesečje)**