

## ● **Psychomotorický vývoj**

---

### ● **Prenatální období**

- Očekávání narození dítěte (změna rolí, zodpovědnost)
- Duševní růst je neoddělitelný od tělesného (zrání endokrinní a nervové soustavy)
- Působení vnějšího prostředí
- Věk ženy v době početí (nezralost reprodukčního systému – předčasné narození, nízká porodní váha, starší ženy – riziko genetického poškození plodu)
- 3 – 4 měsíce po početí začíná plod pohybovat rukama, nohama, ústy, dokáže brzy strčit ruku do úst
- Nacvičuje a zdokonaluje pohyby, učí se sát, „cvičit s prsty“
- S růstem plodu se zmenšuje prostředí uvnitř u dělohy
- Plod natahuje ruce a nohy, prostor vede k posilování svalů

**Novorozenec** - přechod z nitroděložního života do vnějšího prostředí, uvedení do činnosti fyziologických funkcí na nepodmíněném reflexním základě (nedonošené děti – ukončování embryonálního vývoje)

---

- Porod – přechod do „jiného“ prostředí (musí samo dýchat, udržovat tělesnou teplotu), adaptace
- Dítě se rodí relativně nezralé/ závislé na okolí – variabilita v rozvoji dovedností
- Novorozenec je vybaven základními nepodmíněnými reflexy (hledací, sací, polykací, vyměšovací, obranný, polohový, úchopový)
- Motorika je omezena na reflexivní polohy, postupně získá nad některými reflexy určitou kontrolu, pohyby se stávají řízené, reflexy postupně mizí
- Pohybové kompetence jsou limitované
- Dítě leží v poloze na zádech, většinou má asymetricky položené končetiny (projev nezralosti CNS)
- **Uchopovací reflex** – podání prstu – sevření v pěst
- **Moorův reflex** – rozhození paží, pak je vrátí k sobě, pokrčí nohy (nečekaný dotek, podtržení podložky, změna polohy)
- **Reflexní chůze** (chůzový automatismus) – podržení dítěte zpříma – reflexní pohyby připomínají chůzi
- **Tonicko-šíjový reflex** – dítě leží na zádech, natahuje paži a nohu na té straně, na kterou má otočenou hlavu, druhá paže a noha přitaženy k tělu
- **Chodidlový reflex** – zatlačení na břicho pod palcem na noze . Dítě sevře prsty

### **Kojenec**

---

- **Ovládnutí hlavičky** (zvětšení zorného pole a stimulačních možností)
- **Úchop a manipulace s objekty** (koordinace ruka-ústa, od 6. měsíce přendávání předmětů z ruky do ruky)
- **Sezení** (obohacení pohledu na svět)
- **Počátky samostatné lokomoce**

**Batole** - rozvoj osobnosti, osamostatňování, rozvoj lokomoce, expanze do širšího světa

---

- Typická forma činnosti – hra (písek, houpání, přenášení, rozvoj poznávacích procesů,

- zdokonalení v motorice, pronikání do širšího prostoru umožňuje rozvoj samostatné lokomoce, pohybová činnost se týká všech svalových skupin, charakteristický je intenzivní tělesný růst, zesílení bederní části páteře
- Zkvalitnění vnímání tvarů a prostorových vztahů – rozvoj vzájemné součinnosti analyzátorů
- Rozvoj symbolických funkcí (Piaget) – rozvoj dětské kresby
- Rozšiřování sociálních kontaktů – sociální učení
- **15 měsíců** – umí chodit stranou, na znamení nesouhlasu otáčí hlavou, umí si kleknout, napije se samo z hrnku, umí se nakrmit lžičkou
- **18 měsíců** – běhá i chodí pozpátku, leze po schodech bez pomoci, zvedne hračku ze země a neupadne, kope do míče, odstrkuje se na vozítku, vyleze na židličku, rádo čmárá, spolupracuje při oblékání
- **21 měsíců** – po schodech chodí bez přidržování (s přisunem jedné nohy), koloběžka, maluje, hraje si s nádobím, tahá hračky na provázku, hraje si na písku
- **24 měsíců** – dělá dřepy, dovede si obout boty, umí najít hračku, začíná chápat rytmus – tančí,

#### 24 – 36 m.

---

- Drží se více zpříma, má stále velké břicho a ohnutá záda (břišní svaly nejsou rozvinuty), při hře vydrží sedět na „bobku“, došlapuje z paty na špičku, bez pomoci chodí do schodů (nestřídá nohy), udrží krátce rovnováhu na jedné noze, skáče – někdy upadne, v běhu méně nejisté
- Umí házet míč spodem, udrží hrnek v jedné ruce, rozepíná velké knoflíky, zipy, otevře dveře klikou, tužku drží v pěsti (dlaňový úchop), postaví na sebe čtyři až šest předmětů, přesypá písek, přelévá vodu
- **2,5 roku** – umí chodit po špičkách, skáče sounož na gauči (není opatrné), jezdí na tříkolce, svlékne si košilku a kalhoty, navléká větší korálky
- **3 roky** – střídá nohy ze schodů, udrží se na jedné noze, tříkolka, kolo, dokáže házet a chytat, obléká panenky, schopno pracovat s nůžkami, tužku drží špetkovým úchopem, začíná se projevovat dominance ruky, obrací stránky v knize po jedné

#### Předškolní období

---

- **4 roky** – poskakuje po jedné noze, pohybuje se kolem překážek, umí chodit v přímce, udělá kotrmelec, přeskočí nízkou překážku, tužku drží ve třech prstech, umí překreslit některé tvary, navléká korálky, zlepšuje se přesnost pohybů, skáče do dálky, nakreslí lidskou postavu i kolo
- **5 let** – udrží rovnováhu na noze 10 vteřin, skáče dopředu, přejde přes kladinu, chodí pozpátku, jezdí obratně na tříkolce, zřejmá je dominance ruky, z kostek staví obrazce dle předlohy, dobře zachází s tužkou, stříhá