

Rowój motoryczny w pierwszym roku życia dziecka.

Pierwszy rok życia dziecka jest wyjątkowy okresem pod względem tempa rozwoju.

W tym krótkim czasie mały człowiek podlega wielu dynamicznym zmianom.

Dziecko pojawia się na świecie, jako bezbronna, słabo kontaktująca się ze światem istotka.

W ciągu 12 miesięcy przeistacza się w sprawnego ruchowo i zdolnego do porozumiewania się z otoczeniem człowieczka. Dziecko zaczyna dokonywać cudownych odkryć już w pierwszych minutach po narodzinach. Po raz pierwszy dowiaduje się, że coś czuje, gdy rodzic bierze je w swoje ramiona, przytula i głaszcze.

Dużą rolę w rozwijaniu sprawności motorycznych odgrywa stymulacja środowiskowa oraz bodźce zewnętrzne, które zachęcają dziecko do wykonywania określonych ruchów, czynności. Konkretnie, celowe i przemyślane działania korzystnie wpływają na rozwój dziecka.

Rozwój motoryczny w poszczególnych miesiącach:

1 miesiąc życia dziecka

- ✓ potrafi na krótko unieść głowę, gdy leży na brzuchu, na płaskiej powierzchni
- ✓ położone na plecach odwraca główkę na bok
- ✓ ma zgięte kończyny (przewaga mięśni zginaczy nad prostownikami), wykonuje nimi spontaniczne ruchy
- ✓ na podanym palcu mocno zaciśnie piąstkę (uchwyt ten jest tak mocny, że podając mu palce obu rąk, można podnieść malucha do góry)
- ✓ komunikuje swoje potrzeby za pomocą płaczu
- ✓ dziecko silnie reaguje na dotyk, uspokaja się wzięte na ręce i przytulone
- ✓ choć jeszcze nie rozumie, ale powinno się do niego przemawiać, śpiewać, bo rozpoznaje głos i uczy się w ten sposób porozumiewać

2 miesiąc życia dziecka

- ✓ dziecko porusza się energiczniej
- ✓ położone na brzuszku podnosi główkę na dłużej
- ✓ ciało dziecka jest bardziej wyprostowane a piąstki są już lekko otwarte
- ✓ krzykiem, płaczem przyciąga swoją uwagę
- ✓ zaczyna śledzić wzrokiem osobę poruszającą się
- ✓ reaguje na dźwięki grzechotki, dzwonka
- ✓ uśmiecha się, reaguje mimiką w kontakcie z drugą osobą

3 miesiąc życia dziecka

- ✓ leżąc na brzuchu dziecko unosi główkę już pod kątem 90°
- ✓ gdy jest trzymane pionowo na rękach – utrzymuje sztywno główkę przez ok. 1 minutę
- ✓ swobodnie obraca główką
- ✓ mocno kopie
- ✓ potrafi dłużej skupiać wzrok na osobach i przedmiotach
- ✓ koordynuje wzrok ze słuchem
- ✓ szuka wzrokiem źródła dźwięku
- ✓ próbuje utrzymać grzechotkę włożoną do ręki i patrzeć na nią

4 miesiąc życia dziecka

- ✓ leżąc na brzuchu długo i pewniej unosi główkę już pod kątem 90°
- ✓ gdy jest trzymane pionowo na rękach – utrzymuje sztywno główkę przez dłuższy czas
- ✓ bawi się rączkami i wszystkim, co nimi złapie, wkłada do buzi
- ✓ obraca główkę w kierunku hałasu i zaczyna się głośno i radośnie śmiać na widok rodziców
- ✓ potrafi chwycić zabawkę obiema dłońmi
- ✓ podtrzymywane pod paszkami, z reguły trzyma nóżki zgięte, ale czasami prostuje je i odpycha się od podłoża

5 miesiąc życia dziecka

- ✓ samodzielnie siedzi z podparciem
- ✓ bawi się swoimi stopami, próbując nawet włożyć je sobie do buzi
- ✓ śmieje się, piszczy, bardzo żywo reaguje na widok mamy
- ✓ leżąc na brzuchu prostuje raz jedną raz drugą rękę, skręca głowę i w efekcie coraz częściej udaje mu się przewrócić na plecy
- ✓ wyciąga rękę w kierunku zabawki, dotyka jej i próbuje chwycić

6 miesiąc życia dziecka

- ✓ swobodnie odwraca głowę w kierunku różnych bodźców
- ✓ sztywno utrzymuje główkę w pozycji pionowej
- ✓ siedzi samodzielnie bez podparcia
- ✓ podciągane za rączki przechodzi z pozycji leżącej lub siedzącej do stojącej
- ✓ trzymane pionowo, częściowo utrzymuje ciężar ciała i pojawiają się pierwsze próby stawiania kroczków
- ✓ chwyta zabawkę całą dłonią przekład ją z rączki do rączki

7 miesiąc życia dziecka

- ✓ sprawnie obraca się z pleców na brzuch
- ✓ samodzielnie siedzi bez podparcia
- ✓ potrafi wykonywać ruchy w pozycji siedzącej
- ✓ samodzielnie już stoi przez krótki czas
- ✓ próbuje samodzielnie siadać
- ✓ podczas zabawy na siedząco nie musi się już podpierać, co pozwala mu chwytać dwa przedmioty równocześnie lub jeden duży obiema rączkami
- ✓ dziecko stara się przemieszczać: pełza, turla się
- ✓ uważnie obserwuje czynności osób mu bliskich

8 miesiąc życia dziecka

- ✓ potrafi samodzielnie siadać z pozycji leżącej
- ✓ próbuje samodzielnie wstać chwytając się podpory lub podciągając się
- ✓ doskonalą sprawność samodzielnego stania z podparciem oraz wykonywania małych kroczków
- ✓ dziecko sprawnie obraca i manipuluje przedmiotem trzymanym w dłoniach
- ✓ próbuje podnieść się do stania

9 miesiąc życia dziecka

- ✓ dziecko siedzi już pewnie
- ✓ niektóre potrafią stać podtrzymywane przez rodziców
- ✓ doskonalą umiejętność podnoszenia się z pozycji leżącej, siedzącej, korzystając z niewielkiej podpory
- ✓ pojawiają się pierwsze samodzielne kroki przy równoczesnym trzymaniu się obiema rączkami np. brzegu łóżeczka
- ✓ potrafi chwytać małe przedmioty tzw. chwytem pęsetkowym, czyli kciukiem i palcem wskazującym

10 miesiąc życia dziecka

- ✓ próbuje już stawiać pierwsze kroki, prowadzone za obie rączki
- ✓ potrafi samo usiąść, podnosząc się z leżenia na brzuszku, a potem wstać przytrzymując się czegoś
- ✓ bawi się najczęściej w pozycji siedzącej, mając wyprostowane nogi i plecy
- ✓ czyni postępy w koordynacji obu rąk, chwyta małe przedmioty i wkłada je do pojemnika
- ✓ pewne czynności zaczyna wykonywać nie tylko dla przyjemności, ale także dla uzyskania aprobaty dorosłych

11 miesiąc życia dziecka

- ✓ dziecko samodzielnie wstaje, przytrzymując się mebli i drepcze przy nich, przenosząc ciężar ciała z jednej na drugą nogę
- ✓ chodzi trzymane za obie ręce i coraz częściej puszcza się oparcia usiłując złapać równowagę, choć często kończy się to upadkiem nie rezygnuje z prób
- ✓ widoczna większa samodzielność
- ✓ potrafi precyzyjnie i pewnie chwycić drobny przedmiot

12 miesiąc życia dziecka

- ✓ stara się samodzielnie chodzić lub chodzi przesuwając przed sobą krzesło, chodzik lub inną podpórę
- ✓ potrafi precyzyjnie manipulować zabawkami
- ✓ podaje zabawki drugiej osobie, choć nie zawsze chce ją puścić
- ✓ potrafi zjeść trzymany w ręku chrupek i próbuje samodzielnie pić z kubeczka

Opracowała mgr Dorota Szwegier