

## KORISNO JE ZNATI...

Za što bolji motorički razvoj djeteta bitno je poticanje djeteta na različite oblike kretanja i na istraživanje svojih mogućnosti kroz različite igre i vježbe. Također je bitno da kod različitih igara i aktivnosti koje izvodi u sjedećem položaju, pripazimo da dijete ne sjedi u tzv. "w-sjedu". Ako vidite da vaše dijete tako sjedi, svakako ga potaknite da promjeni položaj i zamjeni ga nekim drugim načinom sjedenja.



Takav položaj dijete zauzima radi bolje stabilnosti i lakšeg održavanja ravnoteže, a pokazao se kao nekoristan, ponekad čak i štetan. Zauzimanje ovog položaja ukazuje na slabost mišića trupa kod djeteta. Ti mišići se u „w-sjedu“ manje razvijaju, sva težina tijela prebačena je na kukove, koji su pojačano flektirani i težinu prenose na koljena i stopala. Koljena i stopala su također izvrnuta pojačano prema van, što kroz duži period može izazvati lagana iščašenja i kasnije moguće deformacije. Zato potaknimo ili predložimo djeci igru u nekom drugom položaju. "W-sjed", kotrljanje, vojničko puzanje, skakutanje iz čučnja i dominantnija uporaba ruku do prve godine života, može biti i pokazatelj cerebralne paralize kod djece.

Uvijek potaknite dijete da zauzme neki od navedenih položaja, koji će im omogućiti bolji motorički razvoj olakšavajući pokretanje tijela u svim smjerovima uz daljnje jačanje i razvoj mišića trupa:

- široko sjedenje
- sjedenje sa skupljenim nogama
- sjedenje s nogama u stranu ili turski sijed



**Pripremila:** Sandra Rutar, magistra edukacijske rehabilitacije