



Playpak

Program aktivít

Sprievodca pre rodičov
pri výbere aktivít na
zlepšenie mobility,
schopností a účasti
(MAP)



Obsah



ČASŤ 1

ÚVODNÉ INFORMÁCIE O PLAYPAK A PLAYPAK PROGRAME AKTIVÍT

- Tak teda začnime!
- Čo je to Playpak?
- Kto môže používať Playpak?
- Čo je to Playpak Program aktivít?
- Prehľad Playpak Programu aktivít

ČASŤ 2

PLAYPAK PROGRAM AKTIVÍT

- Aktivity s Playpak
 - Ležanie na chrbte
 - Ležanie na bruchu
 - Ležanie na boku
 - Sedenie
 - Lezenie po štyroch
- Ako skontrolovať váš pokrok pomocou MAP Ability Assessment
- Podelte sa o váš pokrok s Firefly
- Kontaktujte nás
- Najlepšie rady a tipy

ČASŤ 3

ZDROJE

- ICF-CY a MAP
- Vysvetlenie terapeutických pojmov
- Návrhy aktivít - Rozvojové oblasti
- Návrhy aktivít - polohy s Playpak
- Kontakty
- Referencie

ČASŤ 1

ÚVODNÉ INFORMÁCIE O PLAYPAK A PLAYPAK PROGRAME AKTIVÍT



Tak teda začnime!

S Playpakom môžete vytvárať rôzne aktivity na rozvoj mobility, schopností a zúčastnenia sa vášho dieťaťa pomocou programu aktivít Playpak.

Môžete sa samozrejme rozhodnúť, že svojmu dieťaťu dáte Playpak jednoducho na sedenie na podlahe a na hranie sa - veľa rodín to rado takto robí. Avšak starostlivým výberom aktivít, ktoré vaše dieťa v Playpaku vykonáva, môžete pracovať na rozvíjaní jeho schopností v mnohých oblastiach.

V tejto brožúre vám poskytneme pomoc a vedenie od našich kvalifikovaných ergoterapeutov, aby sme vám pomohli vyťažiť z vášho Playpaku maximum.



Čo je to Playpak?

Playpak je pomôcka na ľahké aktivity, ktorá obsahuje rôzne valčeky, klíny a podpery. Tieto komponenty umožňujú dieťaťu dosiahnuť rôzne polohy vrátane sedenia, ležania na chrbte a brušku.

Playpak sa skladá zo siedmich vecí: taška / podložka, malá podkova, veľká podkova, podpera bruška/ hlavy, remienok / opasok, dlhý a krátky valček. Playpak je dodávaný v taškovej podobe so všetkými súčasťami a môžete si ich nakonfigurovať podľa vlastného uváženia (o čom sa ďalej hovorí v časti 2).

Playpak je založený na systéme Squiggles Early Activity System, produkte Leckey (www.leckey.com). Leckey je spoločnosť známa na celom svete výrobou posturálneho vybavenia pre deti so špeciálnymi potrebami a je tiež materskou spoločnosťou Firefly. Firefly sa však zameriava na účasť rodiny na aktivitách s deťmi so špeciálnymi potrebami.



Systém Squiggles Early Activity System je populárny produkt, najmä na použitie v terapeutických centrách; Firefly však chcel vytvoriť prenosnú a dostupnejšiu verziu. Naši dizajnéri spolupracovali s lekármi na príprave súpravy aktivít, ktorá by umožňovala terapiu doma aj na cestách - Playpak!



firefly
fly and just about any weather.
fly about our world people.

Kto môže používať Playpak?

Playpak je vhodný pre kojencov a malé deti so špeciálnymi potrebami od narodenia do približne 48 mesiacov. Pre Playpak neexistuje žiadne hmotnostné obmedzenie; avšak maximálna šírka sedu veľkej podpery v tvare podkovy je 25 cm, takže ak ju vaše dieťa prekročí, bude príliš veľké na to, aby mohlo sedieť pomocou podpier v tvare podkovy Playpak.

Playpak môžu deti používať na ktorejkoľvek úrovni stupnice klasifikácie Gross Motor Function Classification Scale (GMFCS). Ak má vaše dieťa extrémny svalový tonus, môže byť pre neho ťažšie dosiahnuť a udržať niektoré polohy. Možno budete chcieť požiadať svojho terapeuta o radu alebo nás kontaktujte. Podrobnosti nájdete na konci v časti 2.

Schopnosti vášho dieťaťa sa môžu objaviť aj neskôr a preto sú v Playpaku schopné zvládnuť iba krátky čas, až kým sa neunaví. To je v poriadku - prispôbte sa ich tempu a časom si môžu vybudovať potrebné zručnosti a vytrvalosť. Dĺžka používania Playpaku sa líši v závislosti od schopností vášho dieťaťa, jeho nálady a dennej doby, takže je dôležité striedať náročné polohy s ľahšími, kým svoje schopnosti trochu nevybudujú a nerozvinú viac.

Ak sa vášmu dieťaťu páčia aktivity s Playpak, v takom prípade môže byť vhodné aj každodenné používanie. Ak sa u nich objavia posturálne schopnosti alebo problémy so zmyslovým vnímaním, možno zistíte, že musíte ísť pomalšie. Nechajte sa viesť svojim dieťaťom. Nenechajte ich príliš sa unaviť, pretože by to mohlo mať vplyv na ich schopnosti v iných každodenných činnostiach.





Niektoré deti, ktoré používajú podporné podkovy, potrebujú aj ďalšie oporné komponenty, pretože sú príliš vysoké. Vtedy môžete použiť komponenty z Playpaku alebo zakúpiť ďalšie podpory, aby ste svojmu dieťaťu poskytli potrebnú oporu.

Čo je to Playpak program aktivít?

Program aktivít Playpak poskytuje sériu starostlivo vybraných polôh a aktivít, ktoré môžu prispieť k rozvoju schopností vášho dieťaťa.

Program má tri kľúčové oblasti: Mobilita (M), Schopnosť/ Ability (A) a Účasť/ Participation (P).

Toto je MAP:

- **MOBILITA (M)**

je schopnosť vášho dieťaťa vstúpiť do svojho sveta a získať čo najväčšiu samostatnosť;

- **SCHOPNOSŤ (A)**

sa týka všetkých aspektov fyzického, kognitívneho a sociálneho rozvoja vášho dieťaťa;

- **Účasť (P)**

spočíva v tom, že umožníte dieťaťu zažiť čo najviac aktivít.

Tento program aktivít sa zameriava na polohy, ktoré môže vaše dieťa v Playpaku dosiahnuť, ako nastavovať komponenty Playpak na dosiahnutie týchto polôh a na činnosti, ktoré vaše dieťa môže v jednotlivých polohách vykonávať.

V Playpak programe aktivít sa zameriavame na 5 pozícií:

- Ležanie na chrbte (supinačná poloha)
- Ležanie na bruchu (pronačná poloha)
- Ležanie na boku
- Sedenie
- Lezenie po štyroch



Tento program obsahuje aj hodnotenie schopností MAP. MAP Ability Assessment, ktorý vám umožňuje zaznamenávať dosiahnuté schopnosti vášho dieťaťa a kontrolovať ich po určitom období používania Playpaku. Pretože Playpak umožňuje deťom dosiahnuť rôzne polohy a robiť aktivity, ktoré by inak mohli byť pre nich ťažké, zameriava sa do veľkej miery na „schopnosť“. Program aktivít Playpak však pomôže rozvíjať zručnosti vášho dieťaťa v oblasti mobility, schopností a účasti.

Deti sa vyvíjajú rôznym tempom a „typický“ vek dosiahnutia vývojových míľnikov sa môže veľmi líšiť. Deti však majú tendenciu nasledovať podobný model pokroku. Na vývoj detí môže mať vplyv veľa faktorov, vrátane ich zdravia, fyzických schopností alebo prostredia.² Pre niektoré deti môže byť udržanie jednej pozície v Playpaku najlepším výsledkom, aký môžu v danom okamihu dosiahnuť, a to je úplne v poriadku - stačí ísť ich tempom.

Udržiavanie bezpečnej a pohodlnej polohy dáva deťom príležitosť rozvíjať veľa zručností. V tejto brožúre sa zameriavame na rozvoj hrubej motoriky, jemnej motoriky, vizuálnej motoriky, sensorických a komunikačných schopností (tieto termíny terapie sú vysvetlené na strane 57). Tieto zručnosti pokrývajú oblasti Mobility, Schopnosti a Účasti v každej polohe s Playpak.

Poznáte svoje dieťa lepšie ako ktokoľvek iný a budete tak schopní zistiť, ktoré aktivity môže dokončiť alebo ku ktorým sa dopracuje časom. Pamätajte, že každé dieťa je iné a schopnosti vášho dieťaťa nemusia byť rovnaké ako majú ostatné deti. Mali by ste si zvoliť aktivitu, ktorá je podľa vás pre vaše dieťa dosiahnuteľná.

Hodnotenie aktivít



Hodnotenie znamená uľahčenie alebo sťaženie úlohy vášmu dieťaťu, aby bola akákoľvek aktivita o niečo jednoduchšia alebo náročnejšia. To môže byť skutočne užitočné pri práci na dosahovaní cieľov v Playpaku. Každá pozícia obsahuje návrhy odstupňovaných aktivít ako sprievodcu, ktorý vám pomôže začať (pozri časť 2), ale môžete medzi nimi vytvárať fázy, ktoré vyhovujú schopnostiam vášho dieťaťa. Napríklad:

AKTIVITA	LAHKÁ	STREDNE ŤAŽKÁ	ŤAŽŠIA
ZOSTAVA	Umiestnite veľké alebo stredne veľké kusy lega alebo Dupla na podlahu v blízkosti dieťaťa a povzbudte dieťa, aby ich dvíhalo	Zoberte jeden kus a dajte ho do druhej ruky; Vezmite kocky lega a spojte ich oboma rukami	Vytvárajte tvary a vzory z menších kusov lega

Existuje dlhší zoznam aktivít, z ktorých si môžete vybrať v časti Zdroje na stranách 60 - 67, ak chcete alternatívy k navrhovaným aktivitám.



Prehľad Playpak programu aktivít



Váš Playpak práve dorazil!



Zvoľte si pozíciu na ktorej chcete s dieťaťom popracovať



Vyberte si aktivity v oblasti **mobility, schopností a účasti**, na ktorých chcete pracovať, pomocou **tabuľky s MAP aktivitami**



Skontrolujte pokrok pomocou hodnotenia a posúdenia schopností MAP

Prečítajte si užívateľskú príručku

Nepreháňajte to! Snažte sa cvičiť aktivity krátko ale často.

Opakujte v pravidelných intervaloch, napríklad raz mesačne

ČASŤ 2



PLAYPAK PROGRAM AKTIVÍT



Aktivity s Playpak

Keď dostanete svoj Playpak a prečítate si používateľskú príručku, je čas zvoliť pozíciu, na ktorej bude vaše dieťa pracovať. Ako už bolo spomenuté vyššie, pomocou Playpaku je možné dosiahnuť päť rôznych pozícií:

1. Ležanie na chrbte (supinačná poloha)
2. Ležanie na bruchu (pronačná poloha)
3. Ležanie na boku
4. Sedenie
5. Lezenie po štvornožky

Pozície môžete striedať, koľko chcete, v závislosti od aktuálnej úrovne zručností vášho dieťaťa.

Keď si pre cvičenie v Playpak vyberiete pozíciu, je čas rozhodnúť sa, čo bude vaše dieťa na tejto pozícii robiť! V Playpaku sa vaše dieťa môže tešiť na veľa zábavných aktivít. Nielen, že sú zábavné, ale môžu mať aj terapeutické výhody vrátane rozvoja hrubej motoriky, jemnej motoriky a komunikačných schopností.

Tento program aktivít Playpak vás prevedie výberom aktivít, ktoré môže vaše dieťa vykonávať v každej polohe Playpak. Je dôležité mať na pamäti úsilie, ktoré vaše dieťa vyvíja, aby si udržalo svoju pozíciu v Playpaku pri ktorejkoľvek činnosti, ktorú vykonáva.



Rovnako dôležitá ako poloha, do ktorej svoje dieťa umiestnite, je aj herná alebo komunikačná aktivita, ktorú pre neho v tejto polohe zvolíte. Úroveň schopností vášho dieťaťa v určitej polohe však bude určovať, ako náročnú činnosť dokáže zvládnuť. Predstavte si to ako hojdačku- s aktivitou na jednej strane a pozíciou Playpak na druhej. Ak je aktivita pre vaše dieťa príliš ľahká, pravdepodobne ju môže vykonávať aj v zložitejšej polohe; alebo naopak, ak je činnosť náročná, vyskúšajte to v polohe, v ktorej sa vášmu dieťaťu zdá ľahšie zvládnuteľná. Napríklad, ak sa vášmu dieťaťu nedá posadiť, väčšina jeho energie bude pracovať na tom, aby sa posadilo - vyberte mu preto jednoduchú činnosť. Rovnako tak, ak sa zameriavate na zavádzanie nových slov alebo fráz z hľadiska rozvoja schopností počúvania a porozumenia, budete si musieť zvoliť ľahšiu pozíciu alebo poskytnúť väčšiu oporu. Takto vaše dieťa nie je preťažené a je pravdepodobnejšie, že dosiahne úspech.



Ležanie na chrbte (supinačná poloha)

Prečo je ležanie na chrbte dôležité?

Toto je najzásadnejšia z vývojových pozícií. Keď vaše dieťa leží na chrbte, jeho celková hmotnosť tela je povrchom podložky symetricky podporená. Toto je veľmi bezpečná pozícia, z ktorej je možné pracovať na fyzických, kognitívnych, zmyslových a komunikačných zručnostiach, ktoré poskytujú stavebné kamene zložitejším zručnostiam.

Nastavenie Playpak na ležanie na chrbte

Deti si zvyčajne ľahnú na chrbát na podložku Playpak a podhlavníkom si podopierajú hlavu. Alebo miesto toho môžu rodičia použiť krátky valček na podporu hlavy.

Popruh / opasok možno použiť na upevnenie bokov dieťaťa, ako je to vidieť na fotografii vpravo dole. Svoje dieťa môžete podporiť aj pomocou valčekov po jeho stranách.

Valčeky môžete použiť na podopretie nožičiek dieťaťa alebo na zabránenie ich klzaniu po podložke. Ak má vaše dieťa napnuté podkolenné šľachy, môžete mu pod kolená položiť valček, aby sa cítilo pohodlnejšie.

Aktivity v pozícií: ležanie na chrbte

Nezabudnite ísť tempom svojho dieťaťa a aktivity upravujte podľa jeho schopností. Na strane 12 nájdete informácie o tom, ako aktivity hodnotiť. Okrem aktivít uvedených nižšie je k dispozícii zoznam aktivít v časti Zdroje (str. 60–67). Odtiaľ si môžete vybrať aktivity, ktoré najlepšie vyhovujú vášmu dieťaťu a rozvojujovej oblasti, na ktorej chcete pracovať (napr. hrubá motorika, jemná motorika a bilaterálna koordinácia). Na nasledujúcej stránke sú niektoré činnosti, ktoré môžete s dieťaťom v ľahu na chrbte vykonávať.



Pozícia ležanie na chrbte

LEŽANIE NA CHRBTĚ

ZRUČNOSŤ

ĽAHKÁ

STREDNE ŤAŽKÁ

ŤAŽŠIA

HRUBÁ MOTORIKA

Držte dieťa za nohy a pomôžte mu nimi „bicyklovať“

Povzbudzujte svoje dieťa, aby spojilo svoje ruky a nohy v strednej časti trupu tak, že pred neho položíte jeho obľúbenú hračku

Vyskúšajte rolovanie doľava a potom doprava

AKTIVITA PRE RUKY A NOHY

Toto pomáha posilňovať bruško, stehná a nohy a striedavý pohyb je potrebný pre neskoršie prenášanie váhy a ďalší pohyb.

JEMNÁ MOTORIKA A VIZUÁLNE ZRUČNOSTI

Položte pestrofarebný predmet (napríklad mobilný telefón alebo iný predmet) asi 30 - 40 cm nad tvár dieťaťa

Posúvajte objekt zľava doprava cez štvrtkruh, potom dozadu a prechádzajte dostatočne pomaly, aby ho oči dieťaťa mohli sledovať

Držte predmet 40 - 50 cm od tváre dieťaťa a posúvajte ho v polkruhu, aby ste podporili pohyby hlavy

SLEDOVANIE PREDMETOV

Táto stredová pozícia je vhodná pre symetriu a vaše dieťa sa začína učiť používať obe strany tela súčasne

NAŤAHOVANIE SA ZA PREDMETMI

Držte hračku v strednom zornom poli dieťaťa a povzbudte ho, aby po nej siahlo

Povzbudzujte svoje dieťa, aby ľavou rukou siahlo naprieč celým telom smerom doprava, aby sa po hračke načiahlo na pravej strane, a naopak. Položte ruku za rameno dieťaťa, aby ste mu v prípade potreby pomohli.

Odstráňte panvový pás a posuňte hračku trochu ďalej z dosahu dieťaťa. Aby vaše dieťa dočiahlo hračku, musí pritom posunúť svoju váhu v bokoch.

Pozrite si návrhy aktivít v časti Zdroje, môžete zvoliť ďalšie aktivity týkajúce sa schopností a účasti dieťaťa.



Komunikácia

V polohe ležmo na chrbte je pre vaše dieťa jednoduchšie zamerať pohľad na známe tváre blízko jeho tváre. Najprv sa deti budú pozerat' do očí, neskôr sa naučia dlhšie udržať pohľad a začnú sa viac zaujímať o predmety. Keď si deti lepšie uvedomia ľudí a predmety okolo seba, začnú sa im rozvíjať schopnosti udržať pozornosť, sústrediť sa a obracať sa - všetky počiatočné fázy komunikácie, jazyka a reči. Keď ležia na chrbte, pre deti je najjednoduchšie skopírovať zvuky, keď im spievate piesne a hovoríte riekanky, ktoré môžu počúvať a pokúsiť sa ich zopakovať alebo sa k nim pridať.

Zmyslové schopnosti

Keď vaše dieťa leží na chrbte, je preň najjednoduchšie sústrediť zrak na visiaci predmet. Keď si vaše dieťa uvedomí svoje ruky a nohy a vezme si ich k ústam, rozvíja sa jeho koordinácia oko-ruka a jemná motorika. Aj pocity, ktoré vaše deti dostávajú cez zadnú časť tela, pomôžu rozvinúť zmysel pre prednú a zadnú časť tela. Rovnako spätná väzba prijímaná cez kĺby a svaly na končatinách (známa ako propriocepcia) poskytuje dôležité informácie o polohe tela vo vzťahu k okolitému prostrediu.

Ak ste rozvrhli Playpak na dosiahnutie iných cieľov alebo na uľahčenie hry / terapie spôsobmi, ktoré nie sú uvedené vyššie, budeme radi, keď sa o ne s nami podelíte. Naše kontaktné údaje nájdete v tejto brožúre v časti Kontaktujte nás.

Ležanie na bruchu (pronačná poloha)

Prečo je ležanie na bruchu dôležité?

Ležanie na bruchu je pre malé deti niekedy náročnou polohou, pretože musí bojovať proti gravitácii, aby mohlo zdvihnúť hlavu. Je to však tiež dôležité pre rozvoj a posilnenie svalov. Výskum ukázal, že asi polovica typicky sa vyvíjajúcich dojčiat vykazuje určitý oneskorený vývoj do šiestich mesiacov, ak neboli v polohe na brušku u, hneď po zobudení sa¹. Preto je obzvlášť dôležité tráviť istý čas na brušku každý deň.

Dieťa môžete do tejto pozície povzbudiť tak, že si ho položíte na bruško na seba alebo si ľahne na zem so starším dieťaťom



Extenzívne svaly (chrbtové svaly) detí s oneskoreným vývojom majú tendenciu byť slabšie; Avšak zdvíhanie hlavy a ramien proti gravitácii pomáha posilňovať tieto extenzívne svaly. To je užitočné aj pre deti s nízkym svalovým tonusom a je to dôležitý základ pre rozvoj sedenia.

Rozvoj pohybu rúk sa tiež podporuje pri ležaní na brušku, pretože sa telesná hmotnosť prenáša pomocou kostí, kíbov a svalov rúk. Len čo sa rozvinie držanie hlavy, dá sa pracovať aj na koordinácii rúk a priestorovom povedomí.

Rozvoj pohybu nôh možno tiež podporiť ležaním na brušku pomocou starostlivo umiestnených podporných valčekov alebo hračiek - ďalšie návrhy aktivít nájdete v ďalších častiach príručky.



Nastavenie Playpak pre polohu ležania na brušku

Konfigurácia, ktorú ste vybrali, aby ste pracovali v polohe na brušku dieťaťa, bude závisieť od úrovne ovládania hlavy a trupu, ako aj od sily horných končatín. Ak má vaše dieťa v týchto oblastiach určitú istotu, môžete mu pomocou podporného valčeka alebo podkovy podopierať driek alebo paže. To im zaistí minimálnu podporu a umožní plný rozsah pohybu.

Pre deti, ktoré v týchto oblastiach nie sú také silné, môžete pomocou podkov vybudovať oporu. Podkovy podopierajú trup a umožňujú dieťaťu sústrediť sa na rozvoj držania hlavy.

Môžete začleniť niektoré z ďalších komponentov, aby vaše dieťa ležalo na brušku čo najpohodlnejšie. Ako môžete vidieť na obrázku vpravo, opora hlavy a dlhý valček podopierajú hlavu a ruky dieťaťa, zatiaľ čo ono sedí na krátkom valčeku. Vankúše môžu byť tiež zaklinené medzi podkovy pre ďalšiu podporu hrudníka a pre väčšiu bezpečnosť môžete pridať remienok / opasok



Ležanie na brušku je predchodcom sedenia na podlahe a lezenia po štyroch

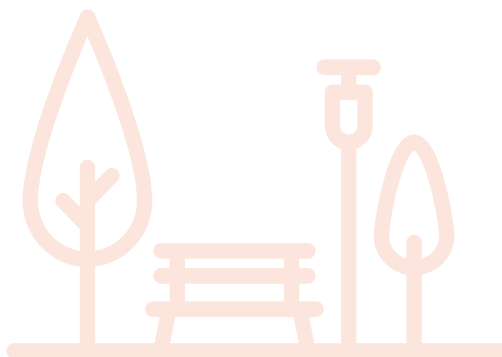
Aktivity pre polohu ležania na brušku

Pri ležaní na brušku je možné vykonávať veľa aktivít. Aktivity, ktoré vaše dieťa bude môcť dokončiť, však budú závisieť od úrovne ich ovládania hlavy a trupu. Tie deti, ktoré majú slabé ovládanie hlavy a trupu, budú zvládať túto pozíciu ťažšie ako tie, ktoré si vyvinuli držanie hlavy a trupu - a to je úplne v poriadku, nezabudnite ísť tempom svojho dieťaťa a hodnotiť aktivity podľa jeho schopností (pozri str.12 pre hodnotenie).

Pretože ležanie na brušku je náročná pozícia, dosiahnutie tejto polohy je samo osebe zručnosťou. Vo výsledku je zoznam aktivít pre ležanie na brušku malý v porovnaní s ostatnými pozíciami Playpaku.

Zoznam aktivít nájdete v časti Zdroje (str. 60–67). Odtiaľ si môžete vybrať a zvoliť aktivity, ktoré najlepšie vyhovujú vášmu dieťaťu a vývojovej oblasti, na ktorej chcete pracovať (napr. hrubá motorika, jemná motorika, bilaterálna/ obojstranná koordinácia).

Nižšie uvádzame niekoľko navrhovaných odstupňovaných aktivít, ktoré môžete s dieťaťom v ľahu na brušku vykonávať.



Pre vyššie deti si môžete dokúpiť ďalšiu veľkú podkovu a naskladať ju na svoju existujúcu podperu v tvare podkovy.



Pozícia ležanie na bruchu

LEŽANIE NA BRUCHU

AKTIVITA	L'AHKÁ	STREDNE ŤAŽKÁ	ŤAŽŠIA
HRUBÁ MOTORIKA ZDVÍHANIE HLAVY	Držte pred dieťaťom jeho obľúbenú hračku a povzbudte ho, aby mierne zdvihlo hlavu	Pohybuje hračkou pomaly zo strany na stranu a povzbudte dieťa, aby za ňou otáčalo hlavu a aby ju sledovalo	Povzbudzujte dieťa, aby hľadalo rôzne hračky umiestnené okolo seba a otáčalo hlavičku rôznymi smermi
PRENOS VÁHY POMOCOU RÚK	Dieťa dáva ruky na podlahu a siaha po hračkách na podlahe	Držte obľúbenú hračku dieťaťa mierne nad jeho hlavou a povzbudte ho, aby sa nadvihlo a na hračku pozeralo smerom nahor	Položte obľúbenú hračku dieťaťa na vyvýšený povrch (napr. malý stolík, vankúš) a povzbudte ho, aby sa vytlačilo hore, aby hračku videlo / získalo ju
JEMNÁ MOTORIKA A VIZUÁLNE SCHOPNOSTI	Postavte kocky na seba a povzbudte dieťa ich, aby ich zhodilo	Povzbudte svoje dieťa, aby sa hralo s kockami samé	Podporujte svoje dieťa v stavaní veže pomocou kociek
STAVANIE KOCIEK IPAD/TABLET	Pozerajte sa spolu na rozprávku na iPade / tablete, keď leží dieťa na bruchu	Tlieskajte / tancujte atď. popri hraní skladieb na iPade / tablete	Dotknite sa s dieťaťom dotykovej obrazovky iPadu / tabletu
TRIEDENIE HRAČIEK	Dvíhajte hračky z podlahy pred dieťaťom	Dvíhajte hračky a dávajte ich do krabice pred dieťaťom	Veźmite hračky z jednej krabice a preložte ich do inej krabice

Ležanie na brušku je samé o sebe náročná poloha; zamerajte sa na to, aby vaše dieťa túto pozíciu tolerovalo a radovalo sa z nej. Vyberajte si jednoduché aktivity, pretože táto poloha je dosť náročná.

Pozrite si návrhy aktivít
v časti Zdroje a
môžete zvoliť ďalšie
aktivity týkajúce sa
schopností a účasti
dieťaťa.



Komunikácia

Ležanie na brušku môže deťom sťažiť vydávanie zvukov (hlasu), pretože v tejto polohe majú stlačený hrudník. Komunikačné ciele sú však dobrým spôsobom, ako ich motivovať, pretože si potrebujú precvičiť túto dôležitú pozíciu.

Pamätajte, že všetky aktivity zahŕňajú komunikáciu a môžu byť použité na prácu na komunikačných cieľoch. Uistite sa, že máte jasno v tom, na aký cieľ sa zameriate, aby ste dieťaťu pomohli rozvíjať jeho schopnosti. Je to počúvanie a pozornosť? Rozumie novým slovám? Nacvičujete si vytváranie a kopírovanie zvukov (hlasový prejav)? Ak vaše dieťa navštevuje logopédiu a jazykovú terapiu, spolupracujte so svojim logopédom a jazykovým terapeutom na rozvoji jeho komunikačných schopností.

Zmyslové zručnosti

Keď dieťa leží na brušku, môže nadobudnúť pocit bezpečia. Táto pozícia pomáha rozvíjať vizuálne zameranie a sledovanie objektov, ako aj zmysel pre vedomie tela (propriocepciu). Ak vaše dieťa dokáže rozumne ovládať hlavu, bude za krátky čas schopné hrať sa v tejto polohe. Táto pozícia bude aj naďalej posilňovať ich svaly a umožní im preskúmať svoje najbližšie prostredie a rozhliadnuť sa.



Ak ste rozmiestnili Playpak na dosiahnutie iných cieľov alebo na uľahčenie hry / terapie spôsobmi, ktoré nie sú uvedené vyššie, budeme radi, keď sa s nami o ne podelíte. Naše kontaktné údaje nájdete v tejto brožúre v časti Kontaktujte nás.



Ležanie na boku

Prečo je ležanie na boku dôležité?

Ležanie na boku nie je, samé o sebe samostatným vývojovým stupňom . Pri typickom vývine dieťaťa prechádzajú deti ležaním na boku , keď sa pohybujú od ležania na chrbte do ľahu na brušku , a naopak.

Niektorým deťom s oneskoreným vývojom však spôsobuje ležanie na chrbte alebo brušku príliš veľa problémov. Pre deti, ktoré majú nerovnomerný svalový tonus (jedna strana tela sa môže líšiť od druhej) alebo môžu mať silné prehnutia, môže byť ťažké použiť obe strany tela naraz a spojiť ruky v strede trupu. Ležanie na boku môže znížiť silné natiahnutie a pomocou gravitácie môže pomôcť dieťaťu spojiť ruky.

Podobne deti s hemiplegiou (stav, keď je jedna strana tela slabšia ako druhá) majú ťažkosti s používaním svojej postihnutej strany pri dokončení aktivít. Umiestnenie dieťaťa na postihnutú stranu môže pomôcť pri kontrole nežiaducich pohybov paží, ako aj pri zlepšovaní používania slabšej strany.

Ležanie na boku uvoľňuje detské ruky a vo výsledku môže podporovať rozvoj jemnej motoriky, koordinácie a uchopenia. Dáva deťom pocit vedomia tela a príležitosti na zmyslové hry.

Pre zachovanie symetrie je pre deti dôležité zmeniť stranu, na ktorej ležia. Pomocou ležania na boku môžete pracovať na rolovacích schopnostiach dieťaťa. Niektoré deti s vývojovým oneskorením „rolujú“ - pohybujú celým telom ako jedným kusom "kmeňa". Cieľom je vyvinúť „segmentové rolovanie“ - kde sa najskôr otáča ich hlava, potom plecia, potom trup, boky, nohy a chodidlá.



Nastavenie Playpak pre ležanie na boku

Ležanie na boku je možné nastaviť mnohými spôsobmi, napríklad:

- Položte dieťa na bok medzi dva valčeky
- Použite valčeky do „tvaru stoličky“, pričom veľký valček umiestnite za ich hlavu a chrbát a malý valček opríte o zadoček a udržujte nohy pokrčené.
- Ako je znázornené na obrázku, pomocou remienka / pásu a valčekov. Extra valčeky môžu byť užitočné aj pri umiestnení dieťaťa v ľahu na boku

Nezabudnite ísť tempom dieťaťa a aktivity hodnotíte podľa ich schopností (hodnotenie pozri na str.12). Zoznam aktivít nájdete v sekcii Zdroje (str. 60-67). Odtiaľ si môžete vybrať a zvoliť aktivity, ktoré najlepšie vyhovujú vášmu dieťaťu a vývojovej oblasti, na ktorej chcete pracovať (napr. hrubá motorika, jemná motorika, bilaterálna koordinácia).

Pretože ležanie na boku je náročná pozícia, dosiahnutie tejto polohy je samo osebe zručnosťou. Výsledkom je, že zoznam aktivít pre ležanie na boku je v porovnaní s ostatnými pozíciami Playpaku malý. Na nasledujúcej stránke sú popísané niektoré aktivity, ktoré môžete s dieťaťom v polohe ležania na boku vykonávať:





Pozícia ležanie na boku

AKTIVITA	LEŽANIE NA BOKU		
	ĽAHKÁ	STREDNE ŤAŽKÁ	ŤAŽŠIA
HRUBÁ MOTORIKA HRA S LOPTOU	Gúľajte alebo hodte malú loptu členovi rodiny	Gúľajte alebo hodte malú loptu členovi rodiny	Gúľajte alebo hádžte loptu kotúľaním po oboch stranách
JEMNÁ MOTORIKA A VIZUÁLNE ZRUČNOSTI	Rukami udierajte do bubna, hrnca atď., aby ste vydali zvuk.	Udierajte na bubon, hrniec atď. Urobte hluk pomocou predmetov (napr. paličkami, lyžicou)	Hrajte sa s interaktívnou zvukovou hračkou
HUDOBNÉ HRAČKY			
NAČAHOVANIE SA	Držte pred dieťaťom obľúbenú hračku a povzbudte ho, aby po nej siahlo	Umiestnite detské hračky mierne mimo dosahu dieťaťa a povzbudte ho, aby siahalo po rôznych hračkách	Používajte hračky, ktoré znamenajú, že dieťa bude musieť opakovať dočahovanie, napr. triedenie tvarových hračiek, hudobných alebo zvukových hračiek
PRASKANIE BUBLÍN	Vyfúknite veľké bubliny blízko dieťaťa a povzbudte ho, aby sa za nimi natiahol a prasklo ich	Veľké bubliny fúkajte ďalej od dieťaťa	Vyfukujte menšie bubliny na vzdialenosť, na ktorú môže dieťa s nejakým úsilím na ne dočiahnuť

Ležanie na boku je sama o sebe zložitá poloha; zamerajte sa na **ÚDRŽANIE** dieťaťa v tejto polohe a majte z tejto pozície radosť. Zvoľte si jednoduché aktivity.

Pozrite si návrhy
ďalších aktivít v časti
Zdroje a môžete si
zvoliť ďalšie aktivity
týkajúce sa
schopností a účasti
dieťaťa.



Komunikácia

Ležanie na boku môže dieťaťu sťažiť vydávanie zvukov (hlasových prejavov), pretože jeho hrudník je v tejto polohe stlačený. Komunikačné ciele sú však dobrým spôsobom, ako poskytnúť motiváciu, ktorú potrebujú na precvičenie tejto dôležitej terapeuticknej polohy.

Zmyslové vnímanie

Pretože asymetrický svalový tonus a / alebo reflexy môžu ovplyvniť symetriu vášho dieťaťa, ležanie na boku tieto účinky zmierňuje, čo znamená, že vaše dieťa dokáže zažiť obvyklejšie pohybové vnemy. Môžu tiež efektívnejšie používať svoje oči na sledovanie objektov, keď je ich poloha hlavy viac v centre vo vzťahu k zvyšku tela.



Ak ste rozmiestnili Playpak na dosiahnutie iných cieľov alebo na uľahčenie hry / terapie spôsobmi, ktoré nie sú uvedené vyššie, budeme radi, keď sa o ne s nami podelíte. Naše kontaktné údaje nájdete v tejto brožúre v časti **Kontaktujte nás**

Sedenie na zemi

Sedenie je považované za dôležitú súčasť vývojovej postupnosti kvôli ďalším zručnostiam, ktoré sú založené na jeho zvládnutí. Sedenie umožňuje voľnosť rúk a paží, zatiaľ čo trup a panva sú stabilizované. To zase umožňuje manipuláciu s objektmi, prieskum, zvýšenie príležitostí na učenie a interakciu s okolitým prostredím.

Nastavenie Playpaku pre sedenie na zemi

Na zaistenie tejto stability je možné nakonfigurovať podkovové podpery, ktoré sú súčasťou Playpaku. Medzi nohy dieťaťa môžu byť umiestnené valčeky, ktoré poskytnú širšiu základňu podpory a zabránia prekrižovaniu nôh (odchyľovaniu). Rovnako je možné položiť na päty dieťaťa valček, ktorý zabezpečí, že sa nebude posúvať vpred.





Pre deti so zlým ovládaním trupu môžete rozmiestniť podpery v tvare podkovy. Najlepším spôsobom ako to urobíte je, že podperu- malú podkovu umiestnite na veľkú podkovu v opačnom smere, ako je to znázornené na str. 37. Potom môžete položiť krátky valček na chrbát alebo zaklieniť opierku hlavy / bruška medzi chrbát dieťaťa a červenú podkovu, aby dieťa malo vzadu stále určitú oporu.

Alternatívne niektoré rodiny používajú na zaistenie prednej podpory stoly alebo misky. Dievčatko zobrazené na obrázku vpravo používa popruh / pás, pričom dlhý valček je umiestnený medzi ňou a stolom. To poskytuje ďalšiu posturálnu podporu a povzbudzuje ju, aby sa dostala k stolu.

Aktivity v sede na zemi

Nezabudnite ísť tempom svojho dieťaťa a aktivity upravujte podľa jeho schopností. Na strane 12 nájdete informácie o tom, ako hodnotiť aktivity. Okrem aktivít uvedených nižšie je možné zoznam aktivít nájsť v sekcii Zdroje (str. 60 - 67). Odtiaľ si môžete vybrať aktivity, ktoré najlepšie vyhovujú vášmu dieťaťu a rozvojovej oblasti, na ktorej chcete pracovať (napr. hrubá motorika, jemná motorika a bilaterálna koordinácia). Ďalej uvádzame niektoré činnosti, ktoré môžete s dieťaťom vykonávať v sede na podlahe.



Sedenie

AKTIVITA	SEDENIE		
	ĽAHKÁ	STREDNE ŤAŽKÁ	ŤAŽŠIA
HRUBÁ MOTORIKA PRASKANIE BUBLÍN	Vyfúkните veľké bubliny blízko dieťaťa a povzbudte ho, aby sa natiahol a prasklo ich	Veľké bubliny fúkajte ďalej od dieťaťa. Podporujte praskanie dvoma rukami	Vyfúkujte menšie bubliny na vzdialenosť, na ktorú dosiahne dieťa a potrebuje na to určitú námahu
HRA S LOPTOU	Hádzanie a chytanie na veľkú vzdialenosť pomocou veľkej nafukovacej plážovej lopty alebo balóna	Vyhadzovanie a chytanie na dlhšiu vzdialenosť s o niečo menšou alebo ťažšou loptou	Vyskúšajte zložitejšie hry s menšou alebo ťažšou loptou, napríklad hovorte abecedu pri hádzaní a chytaní
HRA V PIESKU	Nájdite predmety zahrabané v piesku	Naplňte vedrá a nasypťte piesok	Stavajte hrady z piesku a podporujte kopanie jám v piesku
KEĎŽE MOTORICKÉ A VIZUÁLNE ZRUČNOSTI SÚ VEĽMI PRÍBUZNÉ, MNOHO AKTIVÍT PRACUJE S OBOMA TÝMITO OBLASŤAMI.			
JEMNÁ MOTORIKA A VIZUÁLNE SCHOPNOSTI KONŠTRUKCIA	Na stôl položte veľké a stredne veľké kúsky lega alebo Dupla a povzbudte dieťa, aby ich zobralo	Vezmite kocky lega a pripevnite ich k sebe	Vytvárajte s nimi tvary a vzory
STAVANIE KOCIEK	Postavte vežu z dvoch stavebných blokov	Dajte si za cieľ vytvoriť vyššiu vežu s menšími blokmi	Skopírujte vzor stavebných blokov

Sedenie

AKTIVITA	SEDENIE		
	ĽAHKÁ	STREDNE ŤAŽKÁ	ŤAŽŠIA
TRHANIE A LEPENIE	Natrhajte trochu staniolu, servítok alebo novín	Natrhajte papier a pokrčteho do malých guľčiek , aby vyplnili rôzne tvary	Trhajte papier na rôzne tvary (kruh, štvorec, trojuholník)
PREVLIEKANIE	Zapichnete slamky do plastelíny v zvislej polohe a prevliekajte cez ne korálky alebo cestoviny	Navlečte korálky rôznych tvarov a farieb cez tenší kúsok čipky / šnúrky / nite / stuhy	Kopírujte schémy v navliekaní
SKLADAČKA/ PUZZLE	Základné farby 4-6 kusov, veľké kusy	Predstavte viac farieb 6-8 kusov, menšie kusy	Vzorované obrázky 8-12 kusov, opäť menšie kusy
TRIEDENIE TVAROV	Triedte jednoduché tvary podľa základných farieb	Predstavte zložitejšie tvary a farby	Skúste triediť menšie tvary (napr. mince do pokladničky)

Predstavte veľa rôznych farieb a textúr, ktoré stimulujú zmysly!

V časti Návrhy aktivít v časti Zdroje môžete zvoliť ďalšie aktivity týkajúce sa schopností a účasti dieťaťa.

Komunikácia

Aktívne sedenie je vynikajúcou pozíciou na zameranie sa na zavádzanie nových slov a fráz, najmä popisov slov a akčných slov. Ak sa zručnosti v sedení na podlahe vášho dieťaťa stále rozvíjajú, pamätajte, že možno budete musieť poskytnúť väčšiu podporu, ak je cieľom naučiť sa nové slová.

Pamätajte, že všetky aktivity zahŕňajú komunikáciu. Uistite sa, že máte jasno v tom, na aký cieľ sa zameriate, aby ste dieťaťu pomohli rozvíjať jeho schopnosti. Je to počúvanie a pozornosť? Alebo porozumenie novým slovám?

Senzorické schopnosti

Vďaka dobre vyvinutému ovládaniu hlavy a pri bezpečnej podpore v sedacej polohe môžu ruky vášho dieťaťa skúmať oveľa väčšiu škálu textúr, tvarov a veľkostí. Použite rôzne pomôcky (vždy pod dohľadom), aby ste svojmu dieťaťu poskytli množstvo zmyslových zážitkov. Vaše dieťa sa bude učiť o drsných a hladkých, ľahkých a ťažkých, veľkých i malých predmetoch, pochopí, čo je hore-dole.

Ak ste rozmiestnili Playpak na dosiahnutie iných cieľov alebo na uľahčenie hry / terapie spôsobmi, ktoré nie sú uvedené vyššie, budeme radi, keď sa s nami o ne podelíte. Naše kontaktné údaje nájdete v tejto brožúre v časti Kontaktujte nás.

Použijte hrkálky.
Vzrůstající hračky,
pestré barevné loptičky,
praskavý papír atd'.
Podporují zrak, sluch a
vnemy dítěte.



LEZENIE PO ŠTYROCH

Kľačanie na štyroch umožňuje deťom pohybovať sa do a z iných pozícií: môžu sa začať pohybovať po rukách a kolenách z polohy ležiacej na brušku a potom do sedu. V závislosti na schopnosti každého dieťaťa sa niektoré naučia používať ruky a kolená ako stavebný kameň pohybu - môžu pokračovať v tom, aby si mohli kľaknúť (ruky odlepiť od podlahy), alebo dokonca sa začať plaziť.

Konfigurácia Playpaku pre kľačanie na štyroch

Z polohy na brušku (pronačnej polohy) pomôžte dieťaťu prehnúť boky a kolená, až kým nebude mať nohy pod sebou. V závislosti na úrovni schopností vášho dieťaťa možno budete musieť pod jeho bruško položiť opierku hlavičky / bruška alebo valček a pomôcť im vytlačiť sa hore pomocou rúk do kľačiacej polohy. Úroveň schopnosti vášho dieťaťa v kľačaní po štvornožky určuje typ aktivity, ktorú bude vedieť zvládnuť.



Aktivity pre lezenie po štyroch

Rovnako dôležitá ako poloha, do ktorej svoje dieťa umiestnite, je aj činnosť, ktorú pre neho v tejto polohe zvolíte. Pozícia v kľaku na štyroch bude pre vaše dieťa náročná a na začiatku môže stačiť, aby ste na nej popracovali.



Nezabudnite ísť tempom svojho dieťaťa a aktivity upravujte podľa jeho schopností. Na strane 12 nájdete informácie o tom, ako hodnotiť jednotlivé pozície. Okrem aktivít uvedených nižšie je možné zoznam aktivít nájsť v sekcii Zdroje (str. 60 - 67). Odtiaľ si môžete vybrať aktivity, ktoré najlepšie vyhovujú vášmu dieťaťu a vývojovej oblasti, na ktorej chcete pracovať (napr. hrubá motorika, jemná motorika a bilaterálna koordinácia). Ďalej uvádzame niektoré činnosti, ktoré môžete s dieťaťom vykonávať v polohe kľáčania na štyroch.



Lezenie po štyroch

LEZENIE PO ŠTYROCH

ZRUČNOSŤ

HRUBÁ MOTORIKA

SÚSTREĎTE SA NA
UDRŽANIE POZÍCIE

JEMNÁ
MOTORIKA A
VIZUÁLNE
SCHOPNOSTI

SLEDOVANIE
OBJEKTOV

ĽAHKÁ

Podporujte svoje
dieťa, aby sedelo v
"zajačikovej" polohe

Zoradte jednoduché
tvary základných
farieb pomocou ľavej
alebo pravej ruky

STREDNE ŤAŽKÁ

Dieťa dajte do
polohy hore na
všetky štyri a krátku
dobu nech drží
hlavu hore

Predstavte
zložitejšie tvary a
farby. Začnite na
jednej strane a
krížom cez stredovú
polohu položte tvar
dolu

ŤAŽŠIA

Dieťa dajte do
polohy hore na
všetky štyri a nech
drží hlavu hore
dlhšie

Skúste triediť menšie
tvary (napr. mince do
pokladničky). Začnite
na opačnej strane a
prejdite cez stredovú
polohu na druhú
stranu

Nezabudnite pridať
senzorické
komponenty
zavedením rôznych
textúr, zvukov a
povrchov.



Pozrite si návrhy aktivít
v časti Zdroje, kde
môžete zvoliť ďalšie
aktivity týkajúce sa
schopností a účasti
dieťaťa.



Komunikácia

Ruky a kolená môžu byť pre vaše dieťa novou ťažkou pozíciou, ale komunikačné ciele sú dobrým spôsobom, ako poskytnúť motiváciu, ktorú vaše dieťa potrebuje na precvičovanie tejto dôležitej vývojovej polohy.

Senzorické zručnosti

Dlane sú prirodzene citlivé, ale niektoré deti môžu byť veľmi citlivé a neradi sa dotýkajú vecí. Hoci je normálne vyhýbať sa dotýkaniu vecí, ktoré nám nie sú príjemné, deti, ktoré sú na dotyky veľmi citlivé, majú týmto obmedzené možnosti skúmania a učenia sa. Vzpieranie sa pomocou vystretých rúk a otvorených dlaní vystavuje vaše dieťa mnohým vnemom a môže pomôcť zlepšiť toleranciu dotykov. Terapeuti to nazývajú „senzorická integrácia“ - v prípade akýchkoľvek otázok alebo obáv ohľadom senzorickej tolerancie vášho dieťaťa sa obráťte na svojho profesionálneho terapeuta, ktorý vám poskytne ďalšie rady.



Môžete použiť podpery v tvare podkovy a valčeky na postupné budovanie tolerancie dieťaťa k polohe kľáčania na štyroch.




Ako skontrolovať váš pokrok



Je dobré skontrolovať pokrok vášho dieťaťa, pretože:

- Pomáha vám to pochopiť všetky účinky, ktoré môže mať Playpak na vývoj vášho dieťaťa;
- Neustále sa zameriavate na povzbudenie dieťaťa v dosiahnutí ďalšej fázy;
- Pomáha vám obzrieť sa späť a uvedomiť si, ako ďaleko vaše dieťa pokročilo, najmä ak fotografujete a / alebo nahrávate videá za pochodu.



Obzrite sa späť
a uvedomte si, ako
ďaleko vaše dieťa
pokročilo.

Ako hodnotiť pokrok vášho dieťaťa pomocou MAP Mobility Assessment

Pretože sa Playpak zameriava predovšetkým na schopnosti vášho dieťaťa, môžete na zhodnotenie pokroku vášho dieťaťa použiť hodnotenie schopností MAP (s. 66). Asi po mesiaci používania Playpaku skontrolujte hodnotenie schopností MAP a zistíte, ako sa vášmu dieťaťu darí v každej kategórii. Jednoducho si vyberte, či cítite, že zručnosti vášho dieťaťa v šiestich oblastiach schopností (funkcia rúk, hra na podlahe, komunikácia, pozornosť, skúmanie a zábava) sú

- horšie ako predtým, ako ste začali používať Playpak;
- rovnaké ako predtým; alebo
- lepšie ako predtým.

Poznačte si všetky konkrétne zmeny, ktoré ste si všimli, a pokúste sa opísať, čo je iné. Ak máte pocit, že vaše dieťa neurobilo žiadny pokrok, nebojte sa, len pokračujte a skontrolujte to znova o ďalší mesiac alebo kedykoľvek budete mať pocit, že vaše dieťa urobilo pokrok.

Radi by sme od vás počuli, ako ste vy a vaše dieťa spokojní s terapeutickým programom Playpak, najmä ak ste Playpak rozostavili inak, ako je uvedené v tomto programe, používate ho na iné polohy, ako je uvedené, alebo ste absolvovali jedno alebo dve hodnotenia. Keď sa pozrieme na príbehy, ktoré sme si od rodín vypočuli prostredníctvom Facebooku a Twitteru, veríme, že Playpak môže byť pre deti prospešný mnohými spôsobmi. Môže byť ťažké to ukázať, pretože rodiny zdieľajú svoje príbehy rôznymi spôsobmi.

Program aktivít Playpak poskytuje rodinám nielen terapeutický nástroj, ale aj systém na zaznamenávanie pokroku, čo znamená, že môžeme jednotlivé porovnávať príbehy. A ak dokážeme predviesť spôsoby, môžeme spoľahlivejšie demonštrovať výhody Playpaku pre rodiny a terapeutov.

Ak sa teda chcete stať súčasťou tohto väčšieho obrazu, pošlite svoje recenzie e-mailom na adresu playpak.programme@fireflyfriends.com

Top Tipy

- Vyberte si čas, kedy je vaše dieťa dobre odpočínuté a pripravené na hru s Playpak. Pred použitím Playpaku sa pokúste po jedle počkať aspoň 30 minút a nepoužívajte ho pred spaním.
- Dávajte pozor na sebadôveru vášho dieťaťa pred a po použití Playpaku a všimnite si, ako veľmi vaše dieťa baví používanie Playpak.
- Pri skúšaní nových pozícií používajte spočiatku Playpak (asi 5 minút). Keď sa vaše dieťa začne cítiť pohodlne v tejto polohe, ktorú používate, predĺžte čas v Playpaku a chodte jeho tempom. Potom môžete vyskúšať inú polohu.
- Pred použitím si všimnite, ako veľmi je vaše dieťa motivované používať Playpak.
- Možno budete musieť prispôbiť komponenty, aby ste našli najlepšie riešenie pre vaše dieťa, kým je v Playpaku. Pri prvom použití Playpaku majte pri sebe druhú osobu, kým si nebudete istí, ako Playpak nastaviť, aby poskytlo vášmu dieťaťu potrebnú úroveň podpory.
- Robte fotografie a videá za pochodu, nezabudnite si poznamenať dátum - tvoria skutočne užitočnú súčasť vášho hodnotenia.
- Snažte sa urobiť tento zážitok zábavným pre všetkých zúčastnených - zahrňte bratov, sestry, priateľov a používajte hračky, hudbu alebo každodenné úkony (napr. jedenie).



Kontakt

Ak máte akékoľvek otázky alebo chcete poskytnúť spätnú väzbu, môžete nás kontaktovať na adrese:

Tel.: +44 (0) 28 9267 8879

Email:
hello@fireflyfriends.com

Adresa:
Firefly by Leckey,
19C Ballinderry Road,
Lisburn,
Northern Ireland,
BT28 2SA





ČASŤ 3

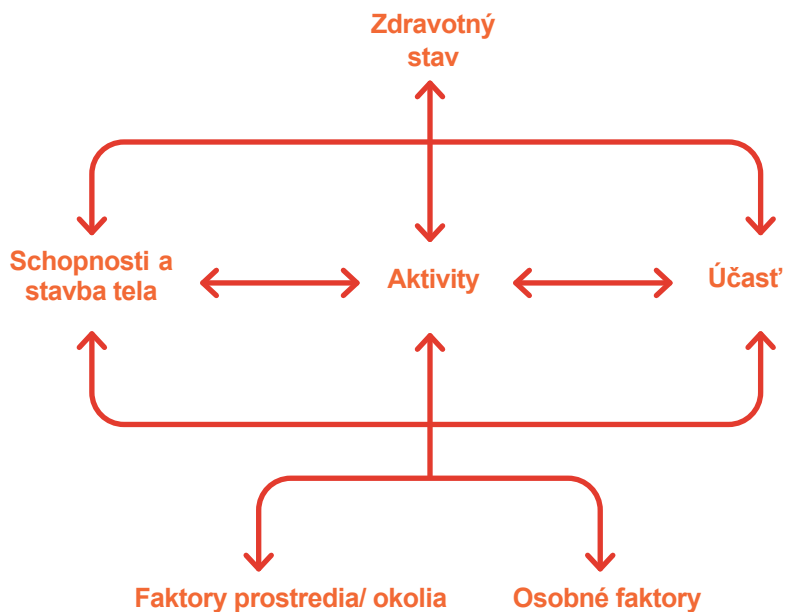
ZDROJE



Čo je to ICF- CY a MAP

Medzinárodná klasifikácia fungovania, zdravotného postihnutia a zdravia detí a mládeže (ICF-CY) je medzinárodne uznávaný rámec, ktorý je navrhnutý „na zaznamenávanie charakteristík vyvíjajúceho sa dieťaťa a vplyvu jeho okolitého prostredia naň“. (Svetová zdravotnícka organizácia, 2007).

To znamená, že sa zdôrazňuje zdravie a fungovanie a zdravotné postihnutie alebo ťažkosti sa považujú za súčasť celkového zdravotného spektra. Zameranie je vyvážené medzi tým, čo sú bábätká a malé deti schopné robiť, a tým, s čím majú ťažkosti. Celkový model je uvedený nižšie :



Medzinárodná klasifikácia rámcov fungovania, zdravotného postihnutia a zdravia pre deti a mládež (WHO, 2007).

Vysvetlenie pojmov ICF-CY a MAP hodnotenia

Pojem **zdravotný stav** sa všeobecne považuje za diagnózu dieťaťa - môže to byť rovnako „astma“ alebo „detská mozgová obrna“. **Stavba a funkcie tela** súvisia so zdravotným stavom a popisujú, čo s telom nie je v poriadku. Môže to byť sipot (pri astme) alebo vysoký svalový tonus (pri detskej mozgovej obrne).

Funkcie a stavba tela ovplyvňujú **aktivitu** dieťaťa. Trpí dieťa dýchavičnosťou? Môže dieťa vstať, stáť a chodiť? Čo je dieťa schopné urobiť?

Aktivita ovplyvňuje úroveň **účasti** dieťaťa na každodenných činnostiach, ako je hra, jedenie, obliekanie, bicyklovanie, nakupovanie, športovanie atď.

Popri týchto faktoroch je dôležitým poznatkom aj to, že na vývoj dieťaťa vplyva **okolité prostredie** a **individuálne** osobné faktory. Rodičia, súrodenci, motivácia, kognitívne schopnosti, bývanie, infraštruktúra miestnych zdravotníckych a vzdelávacích služieb a prístup k športovým a rekreačným zariadeniam sú niektoré z environmentálnych a osobných faktorov, ktoré môžu mať vplyv na vývoj dieťaťa v každej oblasti.

Výskum naznačuje, že terapia, ktorá sa zameriava na viac oblastí, sa javí ako prospešnejšia než jedným smerom zameraný liečebný prístup. Intervencie by sa preto mali zameriavať na telesné funkcie a stavbu tela, činnosti a účasť, ako aj na environmentálne a osobné faktory (Chiarello a Kolobe, 2006).



Firefly

Našou víziou v spoločnosti Firefly by Leckey je vytvoriť svet, kde si každé dieťa so špeciálnymi potrebami môže vychutnať detstvo plné hier, účasti a možností.

V spolupráci s komunitou rodičov a terapeutov sa snažíme viesť kampaň za zmenu a spoluvytváranie jedinečných, inovatívnych produktov meniacich život.

Uvedomujeme si, že nie sme schopní zmeniť zdravotný stav alebo prostredie dieťaťa, ale používaním produktov Firefly veríme, že môžeme mať vplyv na ich telesnú stavbu, aktivity a účasť. Takže sme vyvinuli náš vlastný hodnotiaci systém MAP, ktorý ukazuje oblasti, kde môžeme pomôcť.

MAP

MAP je vlastný hodnotiaci systém Firefly by Leckey pre pochopenie toho, ako môžu naše výrobky pomôcť deťom so zdravotným postihnutím. S dieťaťom, jeho rodinou a výrobkami v strede modelu je ich vývojový pokrok ovplyvňovaný mobilitou, schopnosťami a účasťou.

Napríklad použitím produktu na ťaženie svalov (funkcie a stavby tela v ICF-CY) môžeme skutočne zlepšiť **mobilitu**, ktorú definujeme ako schopnosť dieťaťa, mať prístup do svojho sveta a získanie čo najväčšej nezávislosti. A samozrejme, aj pohyblivé pomôcky dokážu podporiť mobilitu!

Produkt môže dieťa povzbudiť k rozvoju funkcie rúk, koncentrácie alebo komunikácie (aktivity na ICF-CY). Túto **schopnosť** sme pomenovali ako zlepšenie fyzického, kognitívneho a sociálneho rozvoja.

Podobne ako v ICF-CY sme definovali **účasť** ako schopnosť zažiť čo najviac aktivít.



Vysvetlenie terapeutických pojmov

Hrubá motorika

Väčšie pohyby zvyčajne súvisiace s vývojovými míľnikmi napr. gúľanie sa, sedenie, plazenie, presúvanie sa a chôdza.

Nat'ahovanie sa za predmetmi

Súčasť hrubej motoriky, natiahnutie rúk na dočahovanie predmetov, smerom hore alebo dole.

Jemná motorika

Menšie pohyby zvyčajne súvisiace s funkciou rúk napr. kliešťové uchopenie, schopnosť držať pastelku, používať príbor alebo gombíky atď.

Bilaterálna funkcia rúk

Súčasťou jemnej motoriky je použitie oboch rúk na držanie, hádzanie, chytenie, stávanie, otváranie atď.

Vizuálne schopnosti

Schopnosť koordinovať oči a pohyby. Zrakovo-motorické schopnosti ovplyvňujú schopnosť kopnúť do lopty (koordinácia oko-noha), zdvihnúť predmety (koordinácia oko-ruka) alebo piť z pohára (koordinácia ruka-ústa).

Uvedomenie si tela

Schopnosť rozpoznávať časti tela a vedieť, kde sa nachádzajú vo vzťahu k iným častiam tela alebo k okoliu, bez toho, aby sa dieťa muselo obzerať.

Sebavedomie

Sebavedomo a ochotne skúšať nové veci.

Začlenenie

Schopnosť začať pohyb a / alebo nasmerovať pohyb.

Zaujatie

Zjavný pôžitok z účasti na nejakej aktivite.

Motivácia

Dychtivosť zapojiť sa do činnosti a reagovať pozitívne. Dieťa sa môže rozrušiť, keď je čas na ukončenie aktivity.

Komunikácia

Schopnosť počúvať a reagovať prostredníctvom výrazov tváre, gest, zvukov alebo slov.



Návrhy aktivít a oblasť schopností

NAVRHOVANÁ AKTIVITA	HRUBÁ MOTORIKA	JEMNÁ MOTORIKA
HRA S LOPTOU	●	
STAVANIE KOCIEK		●
TLIESKANIE RUKAMI DO HUDBY/ HRA S TLIESKANÍM	●	
KRÚŽENIE	●	
STRIHANIE A LEPENIE (POMÁHAJTE AK TREBA)		●
KRESLENIE NA PODLAHE	●	●
OBLIEKANIE- ZIPSY A GOMBIKY		●
SLEDOVANIE HRAČKY OČAMI		
SLEDOVANIE HRAČKY HLAVOU		
SKLADAČKY/ PUZZLE		●
PÁROVANIE ALEBO STRATEGICKÉ HRY NAPR. SPOJ 4 BODY A PREČIARKNI		●
MAĽOVANIE UŠNÝMI TAMPÓNMI, HUBKAMI, PRSTAMI ALEBO BRMBOLCAMI		●
PREHADZOVANIE SI OBJEKTU Z JEDNEJ RUKY DO DRUHEJ		●
ŠÚPANIE OVOCIA		●
BRANIE SI MALÝCH PREDMETOV ZO STOLA, NAPR. ČASTÍ LEGA, GUMIČKY, MINCE...		●
HRANIE HIER S JEMNOU MOTORIKOU NAPR. POTÁPANIE LODIČIEK		●
PLASTELÍNA (HRA S ŇOU, VALKANIE, KRÁJANIE, VKLADANIE MALÝCH OBJEKTOV DO PLASTELÍNÝ)		●
UKAZOVANIE A POMENOVANIE PREDMETOV	●	●

POZNÁMKA: MNOHO AKTIVÍT MÔŽE RIEŠIŤ TAKMER VŠETKY SCHOPNOSTI S MENŠÍMI OBMENAMI. BODY (●), OZNAČUJÚ HLAVNÉ VÝHODY KAŽDEJ AKTIVITY, ALE JE MEDZI NIMI VEĽA PREKRÝVANÍ. NAPR. KEĎ SVOJMU DIEŤAŤU HOVORÍTE O VAŠEJ VOLBE AKTIVITY, VŽDY TÝM PRECVIČUJETE ZÁROVEŇ AJ KOMUNIKÁCIU.

VIZUÁLNE MOTORICKÉ SCHOPNOSTI	KOMUNIKAČNÉ/ SOCIÁLNE SCHOPNOSTI	SENZORICKÉ SCHOPNOSTI
●	●	
●		
	●	
	●	
●		
●		
●		
●	●	
●	●	
●		
●	●	
●		●
●		
		●
●		
●	●	
●	●	
●	●	

Návrhy aktivít a oblasť schopností pokračovanie

NÁVRH AKTIVITY	HRUBÁ MOTORIKA	JEMNÁ MOTORIKA
PRASKANIE BUBLÍN	●	●
PRASKANIE BUBLINKOVEJ FÓLIE		●
VKLADANIE MINCÍ DO POKLADNIČKY/ TVAROV DO OTVOROV		●
HRA S PIESKOM	●	●
HRA S GULIČKAMI/ BOWLING	●	●
TRIEDENIE HRAČIEK PODĽA FARIEB		
TRIEDENIE HRAČIEK PODĽA VEĽKOSTI		
STLÁČANIE FLIAŠ		●
TRHANIE PAPIERA (ZVYŠUJTE NÁMAHU VOĽBOU INÉHO MATERIÁLU A TEXTÚRY, NAPR. KARTÓNU)		●
NAVLEKANIE KORÁLOK		●
DOTÝKANIE SA PREDMETOV S ROZLIČNOU TEXTÚROU		
PREMIESTŇOVANIE GULIČIEK ALEBO KVAPIEK VODY MEDZI MISKAMI		●

POZNÁMKA: MNOHO AKTIVÍT MÔŽE RIEŠIŤ TAKMER VŠETKY SCHOPNOSTI S MENŠÍMI OBMENAMI. BODY (●) OZNAČUJÚ HLAVNÉ VÝHODY KAŽDEJ AKTIVITY, ALE JE MEDZI NIMI VEĽA PREKRÝVANÍ. NAPR. KEĎ SVOJMU DIEŤAŤU HOVORÍTE O VAŠEJ VOĽBE AKTIVITY, VŽDY TÝM PRECVIČUJETE ZÁROVEŇ AJ KOMUNIKÁCIU.

VIZUÁLNE MOTORICKÉ SCHOPNOSTI	KOMUNIKAČNÉ/ SOCIÁLNE SCHOPNOSTI	SENZORICKÉ SCHOPNOSTI
●		●
●		●
●		
		●
		●
●	●	
●	●	
		●
		●
●		
		●
●	●	●

Návrhy aktivít - Polohy

NÁVRH AKTIVITY	LEŽANIE NA BRUCHU	LEŽANIE NA CHRBTĚ
HRA S LOPTOU	●	●
STAVANIE KOCIEK	●	
KRÚŽENIE		
TLIESKANIE RUKAMI DO HUDBY/ HRY S TLIESKANÍM	●	
STRIHANIE A LEPENIE (POMÁHAJTE AK TREBA)	●	
KRESLENIE NA PODLAHE	●	●
OBLIEKANIE- ZIPSY A GOMBÍKY		
SLEDOVANIE HRAČKY OČAMI	●	
SLEDOVANIE HRAČKY OTÁČANÍM HLAVOU	●	
SKLADAČKY/ PUZZLE		●
PÁROVANIE ALEBO STRATEGICKÉ HRY, NAPR. SPOJ 4 BODY A PREČIARKNI	●	
MAĽOVANIE S UŠNÝMI TAMPÓNMI, ŠPONGIOU, PRSTAMI ALEBO BRMBOLCAMI	●	●
PREHADZOVANIE SI OBJEKTU Z JEDNEJ RUKY DO DRUHEJ	●	●
ŠÚPANIE OVOCIA	●	
ZDVÍHANIE MALÝCH PREDMETOV ZO STOLA, NAPR. ČASTÍ LEGA, GUMIČIEK, MINČÍ....	●	
PLASTELÍNA (HRANJE SA S ŇOU, VALKANIE, REZANIE, VKLADANIE DROBNÝCH OBJEKTOV DO PLASTELÍNY)	●	
HRANIE HIER S JEMNOU MOTORIKOU NAPRÍKLAD HRA S LODÍCKAMI	●	●
UKAZOVANIE OBJEKTOV A ICH POMENOVANIE	●	●

POZNÁMKA: MNOHO AKTIVÍT MÔŽE RIEŠIŤ TAKMER VŠETKY SCHOPNOSTI S MENŠÍMI OBMENAMI. BODY (●) OZNAČUJÚ HLAVNÉ VÝHODY KAŽDEJ AKTIVITY, ALE JE MEDZI NIMI VEĽA PREKRÝVANÍ. NAPR. KEĎ SVOJMU DIEŤAŤU HOVORÍTE O VAŠEJ VOĽBE AKTIVITY, VŽDY TÝM PRECVIČUJETE ZÁROVEŇ AJ KOMUNIKÁCIU.

LEŽANIE NA BOKU	SEDENIE	LEZENIE PO ŠTYROCH
●	●	●
●	●	
●	●	
	●	
●	●	
	●	
	●	
●		●
	●	
●	●	●
●	●	
●	●	●
●	●	●
●	●	
	●	
●	●	●
●	●	●

Návrhy schopností - Polohy

NÁVRHY AKTIVÍT	LEŽANIE NA BRUCHU	LEŽANIE NA CHRBTĚ
PRASKANIE BUBLÍN	●	
PRASKANIE BUBLINKOVEJ FÓLIE	●	●
VKLADANIE MINCÍ DO POKLADNIČKY/ VKLADANI TVAROV DO OTVOROV	●	●
HRA S PIESKOM	●	
HRA S GULIČKAMI/ BOWLING	●	●
TRIEDENIE HRAČIEK PODĽA FARBY	●	●
TRIEDENIE HRAČIEK PODĽA VEĽKOSTI	●	●
STLÁČANIE FLAŠE	●	●
TRHANIE PAPIERA (STUPŇUJTE NÁROČNOSŤ VOĽBOU INEJ TEXTÚRY, NAPR. KARTÓNU)		
NAVLIKANIE KORÁLIEK	●	●
DOTÝKANIE SA PREDMETOV S ROZLIČNOU TEXTÚROU	●	●
PRESÚVANIE GULIČIEK / KVAPIEK VODY MEDZI MISKAMI	●	●

POZNÁMKA: MNOHO AKTIVÍT MÔŽE RIEŠIŤ TAKMER VŠETKY SCHOPNOSTI S MENŠIMI OBMENAMI. BODY (●) OZNAČUJÚ HLAVNÉ VÝHODY KAŽDEJ AKTIVITY, ALE JE MEDZI NIMI VEĽA PREKRÝVANÍ. NAPR. KEĎ SVOJMU DIEŤAŤU HOVORÍTE O VAŠEJ VOLBE AKTIVITY, VŽDY TÝM PRECVIČUJETE ZÁROVEŇ AJ KOMUNIKÁCIU.

LEŽANIE NA BOKU	SEDENIE	LEZENIE PO ŠTYROCH
●	●	●
●	●	
●	●	●
●	●	●
●		
●	●	
●	●	●
●	●	●
	●	
●	●	●
●	●	●
●	●	●

Radi by sme sa dozvedeli o vašom pokroku - svoje recenzie, fotografie a videá posielajte na adresu:

upsee_programme @ fireflyfriends.com

*ďalšie pokyny, pozri na s.50




MAP hodnotenie schopností

Meno dieťaťa: _____

Dátum narodenia: _____

Diagnóza: _____

Dátum záznamu: _____

Oblasť schopnosti	Horšie ako predtým 	Rovnako ako predtým 	Lepšie ako predtým 	Poznámky (popíšte akékoľvek zmeny, ktoré ste si všimli)
Hrubá motorika Dokáže dať dve ruky k sebe do stredu tela, dvíha ruky nad hlavu, naťahuje sa, hádže, chytá alebo tieska.				
Jemná motorika Používa obidve ruky spolu, používa rôzne uchopenia (celou rukou, ukazovákom a palcom, ukazovákom , prostredníkom a palcom). Drží malé predmety v rukách alebo si ich dáva z jednej ruky do druhej.				
Vizuálno-motorické schopnosti Zdvihne predmety a so zvýšenou presnosťou s nimi manipuluje (skladačky, triedenie tvarov atď.). Vie si dať lyžicu alebo pohár do úst.				
Senzorické schopnosti Úroveň záujmu o ľudí, okolie, hru pri ktorej sa zašpiní alebo aktivity spojené so svetlom, zvukom alebo dotyk.				
Sociálne/ komunikačné schopnosti Rozpoznávanie alebo interakcia so známymi ľuďmi. Môže niekoho uprednostiť. Úroveň radosti zo spoločnosti ostatných, zapojenie sa do aktivít, úsmev.				

Prosím podel'te sa o svoj pokrok

Radi vidíme a počujeme o vašom pokroku v používaní Playpaku. Skutočne nám pomáha radiť sa s vami a usmerňovať ostatných rodičov a terapeutov v rámci komunity a pomáhať im rozhodnúť sa, či je Playpak vhodný pre nich a ich dieťa alebo klienta.

Bolo by skvelé, ak by ste nám vedeli poslať:

- Fotografie troch po sebe idúcich kontrol pomocou listov hodnotenia schopností (pokrývajúce minimálne obdobie 2 mesiacov)
- Fotografie alebo videá demonštrujúce pokrok dosiahnutý pri každej kontrole
- Fotografia alebo sken jedného dokončeného posúdenia schopností
- Fotografie a videá demonštrujúce každé cvičenie, na ktorom ste pracovali

Môžete ich poslať na: playpak.programme@fireflyfriends.com

*Radi si prezeráme vaše fotografie a videozáznamy. Ak je to možné, pošlite fotografie a videá v najvyššom rozlíšení, aké môžete. To skutočne pomáha všetkým. Vďaka!

Referencie

1. Majnemer A, Barr R,G (2005) Influence of supine sleep positioning on early motor milestone acquisition, *Developmental Medicine and Child Neurology*, 47, 370-76.
2. Sieglinde M (2006) *Teaching Motor Skills for Children with Cerebral Palsy and Similar Movement Disorders*, Woodbine House Inc, United States of America.



Distribútor:
Letmo SK, s.r.o.
Mládežnícka 8
Banská Bystrica
97404

Web: www.letmo.sk
E-mail: info@letmo.sk
Tel.: 0800 194 984

Firefly Friends Ltd
19c Ballinderry Road
Lisburn BT28 2SA
Northern Ireland

(+44) 28 9267 8879
hello@fireflyfriends.com

fireflyfriends.com



LS602-04