

firefly

by  
LECKEY®

# upsee

## Program aktivít

Sprievodca aktivitami pre  
rodičov na zlepšenie  
mobility, schopností a  
účasti (MAP)





# OBSAH

## ČASŤ 1 Úvod k UPSEE

- Čo je to Upsee?
- Tri základné informácie
- Nasadenie a vyzlečenie Upsee

## ČASŤ 2 UPSEE PROGRAM AKTIVÍT

- Čo je to program aktivít Upsee?
- Prehľad
- Nájdite východiskový bod mobility vášho dieťaťa
- Výber aktivít týkajúcich sa schopností a účasti
- Ako skontrolovať váš pokrok
- Zdieľajte s Firefly váš pokrok
- Top tipy

## ČASŤ 3 ZDROJE

- ICF-CY a MAP
- Vysvetlenie terapeutických pojmov
- MAP Hárok s hodnotením mobility (a pokyny)
- MAP Pracovný list k programu aktivít
- Návrhy aktivít týkajúce sa ďalších schopností a účasti
- MAP Posúdenie schopností
- Kontakty
- Referencie

# ČASŤ 1

## ÚVOD K UPSEE



## ZAČNÍME

S pomôckou Upsee môžete začať poskytovať rôzne príležitosti na rozvoj mobility a schopností vášho dieťaťa

Môžete sa samozrejme rozhodnúť, že svoje dieťa jednoducho umiestnite do Upsee a budete sa s ním pohybovať - veľa rodín to tak robí. Dlhodobejšie výsledky však dosiahnete, keď budete postupovať pomalšie. To, že necháte svoje dieťa, aby získalo vlastnú rovnováhu, a umožníte mu, aby samo robilo pohyby, znamená, že sa aktívne učí a rozvíja.

V tejto príručke vám poskytneme pomoc a vedenie od našich kvalifikovaných rehabilitačných pracovníkov a terapeutov, aby sme vám pomohli vyťažiť z Upsee maximum.





## Čo je to Upsee?

**Upsee je mobilná pomôcka navrhnutá tak, aby umožňovala deťom s oneskoreným vývinom stáť a pohybovať sa pomocou dospeljej osoby.**

Upsee vynašla Debby Elnatan z Izraela, mamička dieťaťa so špeciálnymi potrebami, ktorej syn má detskú mozgovú obrnu. Pred mnohými rokmi Debby povedali zdravotníci, že jej syn si vôbec neovláda nohy.

Šokovaná Debby sa ho pokúsila rozchodiť sama - náročná úloha, ktorá viedla k jej nápadu na pomôcku Upsee. Hľadala spoločnosť na výrobu svojho produktu a vybrala si Firefly od spoločnosti Leckey.

Firefly je divízia spoločnosti Leckey ([www.leckey.com](http://www.leckey.com)), známej po celom svete pre výrobu posturálneho vybavenia pre deti so špeciálnymi potrebami. Jedinečným zameraním Firefly je však **účasť rodiny detí so špeciálnymi potrebami**, v čom našla svoje perfektné uplatnenie práve pomôcka Upsee.

Hneď po uvedení na trh sa pomôcka Upsee rozšírila po internete ako vírus a reakcie rodín boli úžasné. Pozorne sme preto počúvali, čo nám rodiny hovorili o Upsee.

Naši odborníci v oblasti fyzioterapie a rehabilitácie podľa týchto skúseností navrhli program aktivít Upsee - aby tak podporili využitie tejto pomôcky na terapiu, ako aj zapojenie rodiny do aktivít.

Sledujte, ako Debby rozpráva svoj vlastný príbeh na YouTube:

[bit.ly/debby-elnatan](https://bit.ly/debby-elnatan)



## Predtým než začnete

Predtým, ako sa pokúsite použiť Upsee na terapiu alebo aktivity súvisiace so zapojením rodiny, musíte vedieť odpovedať „áno“ na VŠETKY TRI otázky uvedené nižšie:

- Používa vaše dieťa už pomôcku na státie alebo chôdzu? (Je vaše dieťa už schopné učiť sa stáť alebo chodiť?)
- Keď stojíte, sú ramená vášho dieťaťa pod vašim pupkom? (Výška dieťaťa vo vzťahu k vám je dôležitá kvôli bezpečnosti)
- Dokážete vy aj vaše dieťa stáť pri používaní Upsee vzpriamene? (Uistite sa, že tvar vášho tela nemení držanie tela dieťaťa)

**!** Ak ste na jednu z týchto otázok odpovedali „nie“, Upsee nie je pre vaše dieťa vhodné.

## Upsee tiež neodporúčame používať, ak:

- Vaše dieťa má veľmi napnuté svaly
- Vaše dieťa má zdravotné ťažkosti, ktoré by mohli vyžadovať rýchly zásah (napríklad záchvaty)
- Vaše dieťa malo viac ako jednu zlomenú kosť na nohe (napríklad kvôli krehkým kostiam)
- Boky a kolená dieťaťa sú zafixované v ohnutej polohe
- Vaše dieťa má veľké posturálne rozdiely medzi ľavou a pravou stranou tela
- Ak ste tehotná
- Máte alebo ste mali bolesti v dolnej časti chrbta

Ak máte pochybnosti o vhodnosti použitia Upsee vašim dieťaťom, obráťte sa na svojho terapeuta alebo nás môžete kontaktovať pomocou našich údajov na konci tejto brožúry.

Ďalšie informácie o posudzovaní a predpisovaní pomôcok nájdete v sekcii „užitočné súbory na stiahnutie“ na adrese

[www.Fireflyfriends.Com/therapists/product-guide/upsee](http://www.Fireflyfriends.Com/therapists/product-guide/upsee)

Rodičia, k dispozícii pre vás na pozieranie je video na: [bit.ly/upsee-assessment-prescription](https://bit.ly/upsee-assessment-prescription)



## Nasadenie a vyzlečenie Upsee

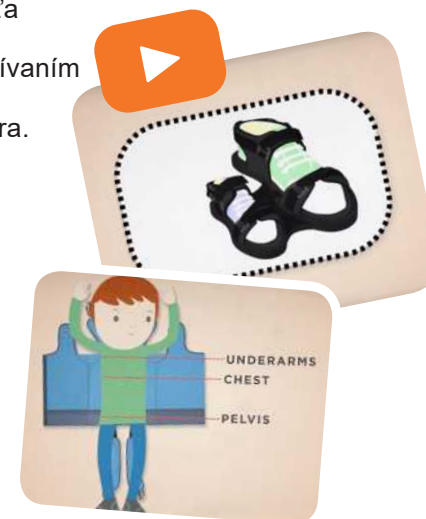
**Ak ste si istí, že Upsee je vhodné pre vaše dieťa, je čas vyraziť!**

Zvykanie si na nasadenie a vyzliekanie Upsee môže vyžadovať trochu cviku, preto si prečítajte informácie v používateľskej príručke Upsee a pozrite si inštruktážne videá online na:

**[www.fireflyfriends.com/upsee](http://www.fireflyfriends.com/upsee)**

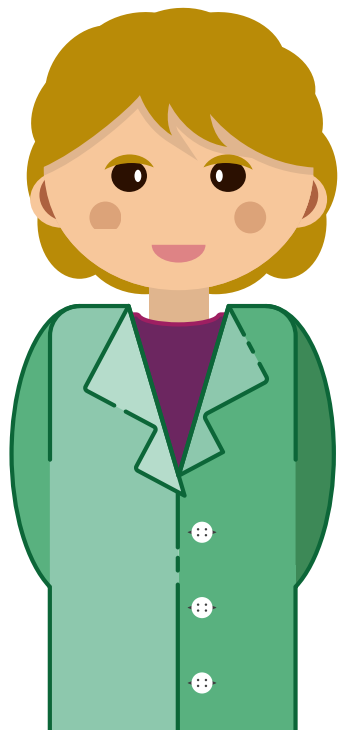
Pred vložením do Upsee sa uistite, či má vaše dieťa pohodlné oblečenie, nohavice a obuv, a ak zvyčajne nosí fixačné dlahy na členky (AFO) na vykonávanie posilňovacích aktivít, mali by ste mu ich tiež nasadiť.

Pamätajte, že ak vy alebo vaše dieťa budete mať pri používaní Upsee nepríjemné pocity, okamžite s používaním prestaňte. Ak nepríjemné pocity pretrvávajú, kontaktujte svojho lekára.



# ČASŤ 2

## UPSEE PROGRAM AKTIVÍT



### Vedeli ste, že?

Model MAP je založený na rámci ICF-CY Svetovej zdravotníckej organizácie. Ďalšie informácie nájdete v zadnej časti v sekcií "Zdroje".

## Čo je program aktivít Upsee?

Terapeutický program Upsee poskytuje sériu starostlivo vybraných aktivít, ktoré môžu prispieť k rozvoju vášho dieťaťa.

Program má tri kľúčové oblasti:

**Mobilita (M)**, **Zručnosti (A/ Ability)** a **Účasť (P/ Participation)**.

Toto je MAP:

### Mobilita (M)

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

### Zručnosti (A)

označuje všetky aspekty fyzického, kognitívneho a sociálneho rozvoja vášho dieťaťa;

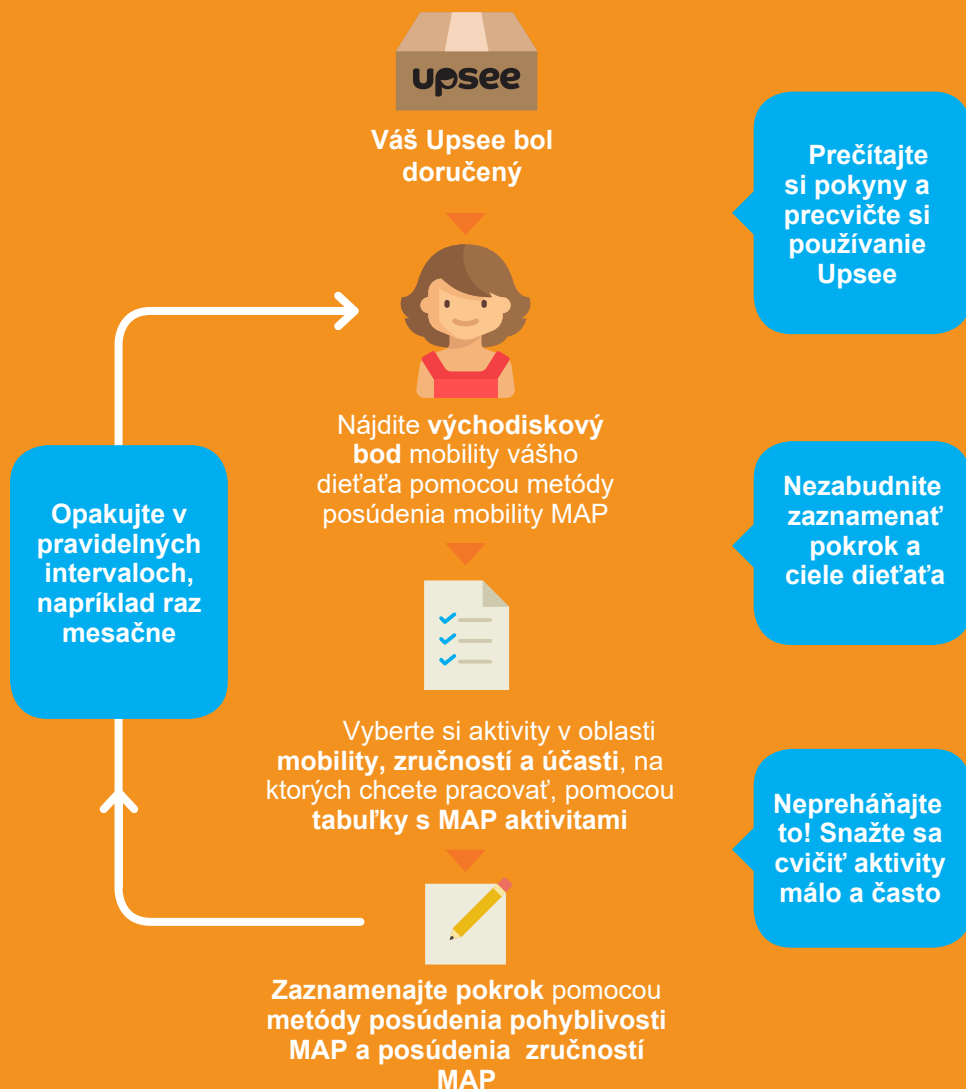
### Účasť (P)

je o tom, aby ste svojmu dieťaťu umožnili zažiť čo najviac aktivít.

Program aktivít Upsee pozostáva z hodnotenia mobility MAP a programu aktivít MAP zameraného na prácu v oblasti mobility, zručností a účasti.

Pretože Upsee je primárne mobilnou pomôckou, je MAP mobility hodnotenie východiskovým bodom programu aktivít Upsee. K dispozícii sú tiež návrhy aktivít pre zručnosti a účasť v závislosti od toho, v ktorej fáze sa vaše dieťa momentálne nachádza, a nájdete v ňom podrobnosti o tom, ako skontrolovať a zaznamenať váš pokrok.

## Prehľad



## Nájdite východiskový bod mobility vášho dieťaťa

### Použitie MAP

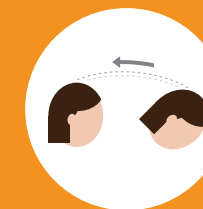
#### Hodnotenie mobility

Je dôležité pochopiť, v akom stave je dieťa a porozumieť jeho obmedzeniam, pretože vám to pomôže zistiť, na čom budete s ním ďalej pracovať.

Východiskovým bodom mobility vášho dieťaťa je jednoducho to, čo vaše dieťa v tejto chvíli dokáže, a to za pomoci Upsee aj bez Upsee. Poznáte svoje dieťa lepšie ako ktokoľvek iný, takže spolu s hodnotením mobility MAP (a podľa možnosti aj s vaším terapeutom) budete môcť zistiť jeho východiskový bod. Pamätajte, že všetky deti sú odlišné a východiskový bod vášho dieťaťa nemusí byť rovnaký ako východiskové body ostatných detí.

Naše hodnotenie mobility MAP (pozri zdroje) vám pomôže rozhodnúť sa o východiskovom bode mobility vášho dieťaťa v Upsee. Obsahuje tri ciele mobility a etapy, v ktorých má vaše dieťa dosiahnuť pokrok.

#### Tri ciele mobility sú:



Ovládanie hlavy




Prenos váhy



Chôdza

Fázy každého z cieľov mobility sú trochu ako stavebné kocky, pričom každá z nich podporuje ďalšiu fázu. Napríklad pre prenos váhy sa fázy zostavujú od žiadneho prenosu váhy k úplnému prenosu váhy:

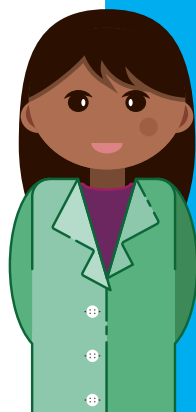
	FÁZY	DÁTUM
	CIEĽ MOBILITY 2: PRENOS VÁHY	
FÁZA 1	Bez prenosu váhy	
FÁZA 2	Náznaky prenosu váhy	
FÁZA 3	Prenos váhy nepretržite trvajúci 5-30 sekúnd	
FÁZA 4	Prenos váhy nepretržite dlhšie ako 30 sekúnd, ale menej ako 2 minúty	
FÁZA 5	Udrzuje symetrický prenos váhy cez nohy	

Ak sa neviete rozhodnúť, v ktorej fáze sa vaše dieťa momentálne nachádza v každom z troch cieľov mobility, použite Upsee na niekoľko krátkych cvičení aby ste zistili správnu odpoveď. Nezabudnite, že si môžete prečítať užívateľskú príručku pre Upsee, pozrieť online inštruktážne videá a pokyny k hodnoteniu mobility MAP, ktoré vám pomôžu.

Potom pomocou hodnotenia mobility MAP zistíte, ktorá fáza sa najviac zhoduje s aktivitou vášho dieťaťa v Upsee pre každý jednotlivý cieľ mobility, a zaznamenajte dátum.

Ďalšie prázdne listy s hodnotením mobility sú k dispozícii v sekcii „Užitočné súbory na stiahnutie“ na adrese [www.fireflyfriends.com/therapists/product-guide/upsee](http://www.fireflyfriends.com/therapists/product-guide/upsee)

Môžu byť užitočné pre terapeutov, ktorí by uprednostnili vytvorenie alternatívnych cieľov mobility pre vaše dieťa.

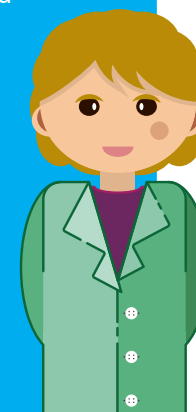


Keď viete, čo vaše dieťa dokáže momentálne robiť s pomocou Upsee pre každý cieľ mobility sa môžete rozhodnúť, či sa zameriate na ďalšiu fázu alebo budete pokračovať vo fáze, v ktorej sa vaše dieťa momentálne nachádza. Ak vaše dieťa počas používania Upsee dosiahne náznaky prenosu hmotnosti, použite tento príklad prenosu váhy v tabuľke (ak jeho súčasná fáza je FÁZA 2 – označená **oranžovou** dole v tabuľke), môžete pracovať na ďalšej fáze prenosu váhy nepretržite trvajúcej 5-30 sekúnd (FÁZA 3 – označená **modrou** v tabuľke).

	FÁZY	DÁTUM
	CIEĽ MOBILITY 2: PRENOS VÁHY	
FÁZA 1	Bez prenosu váhy	
FÁZA 2	Náznaky prenosu váhy	10.02.17
FÁZA 3	Prenos váhy nepretržite trvajúci 5-30 sekúnd	
FÁZA 4	Prenos váhy nepretržite dlhšie ako 30 sekúnd, ale menej ako 2 minúty	
FÁZA 5	Udrzuje symetrický prenos váhy cez nohy	

#### Vedeli ste, že?

Ukázalo sa, že správne pomôcky a terapia podporujúca mobilitu zabraňujú alebo spomaľujú sekundárne deformácie.<sup>1</sup>





## Výber aktivít týkajúcich sa schopností a účasti s použitím hodnotenia MAP

**Teraz, keď ste naši východiskový bod mobility vášho dieťaťa pre každý z troch cieľov mobility, vyhládajte pracovný hárok pre tento cieľ v časti "Zdroje". Celkovo existuje päť pracovných listov, ale pravdepodobne nikdy nebudete pracovať s viac ako tromi súčasne, v závislosti od toho, v akej fáze sa vaše dieťa nachádza.**

Návrhy na aktivity v oblasti mobility v každom pracovnom hárku sú navrhnuté špeciálne na dosiahnutie tohto cieľa, takže ak pracujete na prenášaní váhy, návrhy týkajúce sa mobility vám pomôžu so zameraním sa na prenos váhy. Je však tiež možné kombinovať navzájom rôzne návrhy aktivít na precvičenie zručností a účasti. Terapeutické typy nájdete na každom pracovnom hárku a zoznam všeobecných „Najlepších tipov“ v sekcii "Zdroje". Pomôžu vám vyťažiť zo programu aktivít Upsee maximum.

Zoznamy aktivít v oblasti mobility, zručností a účasti sú zahrnuté v časti "Zdroje". Nebojte sa vybrať také, ktoré najlepšie vyhovujú účasti/ zapojeniu dieťaťa a rodiny. Ak si nie ste istí, ktoré aktivity zvoliť, je najlepšie, keď sa porozprávate so svojim terapeutom. Môžete nás tiež kontaktovať pomocou kontaktných údajov uvedených na zadnej strane.

### Vedeli ste, že?

Výsledky prieskumov ukazujú, že poskytovanie starostlivosti rodinou môže zlepšiť vývoj dieťaťa a znížiť stres rodičov <sup>2,3</sup>



## Pamätajte si!

Pokrok pri používaní Upsee sa bude veľmi líšiť od dieťaťa k dieťaťu - niektoré pokročia oveľa rýchlejšie ako iné. Závisí to od mnohých vecí, vrátane ich zdravotného stavu a toho, ako pravidelne Upsee používate.

**Vaše dieťa bude mať úžitok aj z toho, že s vami môže stáť. To môže byť to najlepšie, čo v tejto fáze svojho vývoja dokáže urobiť.**

Pre niektoré deti je udržiavanie danej fázy samé o sebe úspechom.

**Nenechajte sa zlákať tým, aby ste prehánali alebo preceňovali fázu, v ktorej sa vaše dieťa nachádza, aj keď je už blízko ďalšej fázy. Buďte realisti a potom si môžete byť istí, že keď dôjde k pokroku, bude to skutočne veľký pokrok.**

Ak všetko nepôjde tak, ako ste si naplánovali, nestrácajte nádej! Uchovávajte si záznamy o štádiu, v ktorom sa vaše dieťa nachádza, a urobte si prestávku, alebo sa v prípade potreby vráťte späť do ľahšej fázy.



Read about other families' Upsee stories at:

[www.fireflyfriends.com/therapists/case-histories/upsee](http://www.fireflyfriends.com/therapists/case-histories/upsee)



## Ako skontrolovať váš pokrok

**Je vhodné kontrolovať pokrok vášho dieťaťa, pretože:**

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





## Ako zhodnotiť váš pokrok pomocou MAP a dodatočný systému hodnotenia MAP

Pretože sa Upsee sústreďuje predovšetkým na mobilitu, môžete na zhodnotenie pokroku vášho dieťaťa použiť hodnotenie MAP Mobility. Zhruba po mesiaci jednoducho zopakujte postup hodnotenia a skontrolujte, ako sa vášmu dieťaťu darí v jednotlivých fázach.

Ak vaše dieťa dosiahlo novú fázu, napíšte vedľa nej dátum. Potom pokračujete do ďalšej fázy, ako tomu bolo predtým. Ak vaše dieťa ešte celkom nedosiahlo ďalšiu fázu, nebojte sa, pokračujte a znova ho skontrolujte o ďalší mesiac alebo kedykoľvek budete mať pocit, že urobilo pokrok.

## Dodatočné systémy hodnotenia MAP

Niektorí rodičia nahlásili neočakávané zmeny v zručnostiach dieťaťa (napríklad vo funkciách rúk alebo sebadôvere), ktoré podľa nich súvisia s používaním Upsee. Ak spozorujete ďalšie zmeny, pokúste sa ich zaznamenať pomocou systému hodnotenia zručností MAP (pozri časť "Zdroje"). To vám pomôže získať oveľa ucelenejší obraz o pokroku vášho dieťaťa.

Jednoducho zväzte, či cítite, že zručnosti vášho dieťaťa v šiestich oblastiach zručností (funkcia rúk, hra na podlahe, komunikácia, pozornosť, skúmanie a zábava) sú (a) horšie ako pred tým, ako ste začali používať Upsee; (b) rovnaké ako predtým; alebo (c) lepšie ako predtým. Poznačte si všetky konkrétne zmeny, ktoré ste si všimli, a pokúste sa opísať, čo je iné.

## Zdieľajte s Firefly váš pokrok

Boli by sme radi, keby sme sa dozvedeli, ako vy a vaše dieťa pokračujete vo vašom programe aktivít Upsee, najmä ak ste dokončili jedno alebo dve hodnotenia. Ak sa pozrieme na príbehy, ktoré sme si od rodín vypočuli na Facebooku a Twitteri, veríme, že Upsee môže byť pre deti prospešný mnohými spôsobmi. Je to však naozaj ťažké ukázať, pretože rodiny zdieľajú svoje príbehy rôznymi spôsobmi.

Program aktivít Upsee poskytuje rodinám nielen terapeutický nástroj, ale aj systém na zaznamenávanie pokroku, čo znamená, že môžeme porovnávať vaše príbehy. A ak dokážeme uviesť vzory, môžeme spoľahlivejšie demonštrovať výhody Upsee rodinám a ich terapeutom.

Ak sa teda chcete stať súčasťou tohto väčšieho obrazu, pošlite svoje recenzie e-mailom na adresu

[upsee.programme@fireflyfriends.com](mailto:upsee.programme@fireflyfriends.com)



## Top Tipy

- Vyberte si čas, kedy je vaše dieťa dobre odpočínuté a pripravené na hru v Upsee. Po jedle sa pokúste počkať najmenej 30 minút pred použitím Upsee a nepoužívajte ho pred spaním.
- Postavte sa zo začiatku s Upsee na chvíľu (asi na 2 minúty) a zvyšujte čas v Upsee postupne podľa tempa vášho dieťaťa.
- Pomocou zrkadla skontrolujte, či Upsee správne sedí vám aj vášmu dieťaťu, a skontrolujte jeho pokrok, napr. v držaní tela, ovládania hlavy, ovládania trupu atď.
- Povzbudzujte svoje dieťa, aby začalo robiť vlastné kroky a / alebo menilo smer pohybu.
- Snažte sa urobiť tento zážitok zábavným pre všetkých zúčastnených - zahrňte do toho bratov, sestry, priateľov a pomocou hračiek, hudby alebo každodenných úloh (napr. vybrať niečo z chladničky) povzbudzujte svoje dieťa v Upsee.
- Pozorujte sebavedomie vášho dieťaťa pred a po použití Upsee a všimnite si, ako veľmi sa vaše dieťa raduje z cvičení v Upsee.
- Pred použitím Upsee pozorujte, akú veľkú motiváciu má dieťa k používaniu Upsee a ako veľmi je vaše dieťa motivované k aktivitám s Upsee.
- Robte fotografie a videá za pochodu, nezabudnite si poznamenať dátum - tieto záznamy tvoria skutočne užitočnú súčasť vašej kontroly.

## Kontakty

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

**Tel:** +44 (0) 28 9267 8879

**Email:**  
upsee.programme  
@fireflyfriends.com

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





# ČASŤ 3

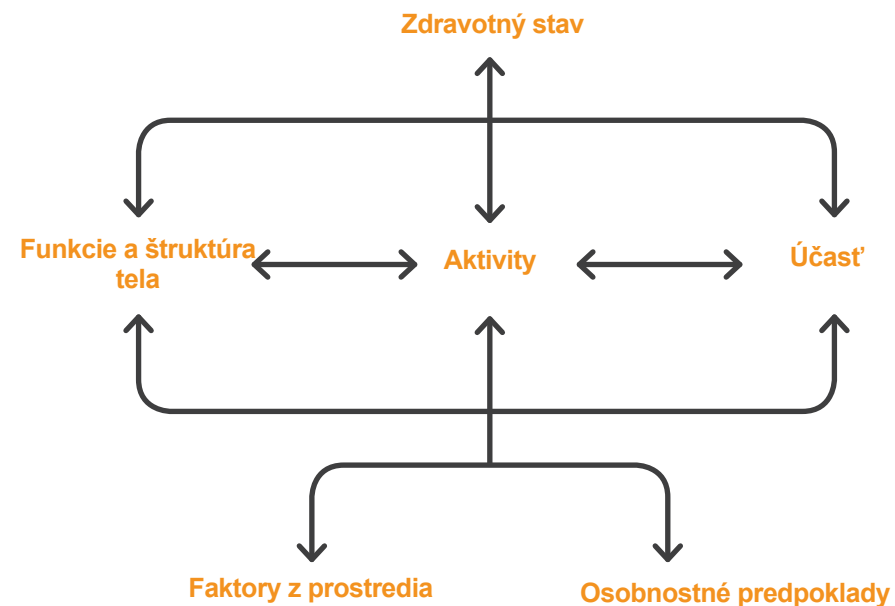
## ZDROJE



## Čo je to ICF-CY a Map?

Medzinárodná klasifikácia funkčnosti, 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“ (World Health Organisation, 2007).

To znamená, že sa zdôrazňuje zdravie a funkčnosť a zdravotné postihnutie alebo ťažkosti s funkciami sa považujú za súčasť celkového zdravotného spektra. Zameriava sa na rovnováhu medzi tým, čo sú deti a mladí ľudia schopní robiť, a tým, s čím majú ťažkosti. Celkový model je uvedený nižšie:



International Classification of Functioning, Disability and Health Framework for Children and Youth (WHO, 2007).

## ICF-CY a Map

**Zdravotný stav** sa všeobecne považuje za diagnózu dieťaťa - môže to byť rovnako „astma“ alebo „detská mozgová obrna“.

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

Dopady aktivity ovplyvňujú úroveň **účasti** dieťaťa na každodenných činnostiach, ako je hra, stolovanie, obliekanie, bicyklovanie, nakupovanie, športovanie atď.

Popri týchto faktoroch je potrebné si uvedomiť, že na vývoj dieťaťa má vplyv aj **prostredie** dieťaťa a individuálne **osobnostné 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 jediný liečebný prístup. Intervencie by sa preto mali zameriavať na funkcie a štruktúru tela, aktivity a účasť, ako aj na environmentálne a osobnostné faktory (Chiarello & Kolobe, 2006).

### Firefly

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

V spolupráci s komunitou rodičov a terapeutov budeme 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 štruktúru, aktivity a účasť. Takže sme vyvinuli náš vlastný rámec MAP, ktorý reflektuje, kde môžeme pomôcť.

### MAP

MAP je vlastný hodnotiaci rámec Firefly a Leckey pre pochopenie toho, ako môžu výrobky pomôcť deťom so zdravotným postihnutím. S dieťaťom, jeho rodinou a výrobkami v centre tohto modelu je ich vývojový pokrok ovplyvňovaný mobilitou, zručnosťami a účasťou.

Napríklad použitím produktu na rozťahovanie svalov (funkcie a štruktúry tela v ICF-CY) môžeme skutočne zlepšiť mobilitu, ktorú definujeme ako dieťa, ktoré má prístup do svojho sveta a získanie čo najväčšej nezávislosti. A samozrejme, aj pohyblivé výrobky podporia mobilitu!

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

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



Map Model (©Leckey 2015)

# Vysvetlenie terapeutických pojmov

## Hrubá motorika

Veľké pohyby zvyčajne súvisiace s vývojovými míľnikmi napr. prevalenie sa, sedenie, plazenie, jazda a chôdza.

## Dočahovanie

Časť hrubej motoriky, natiiahnutie rúk na dočahovanie naprieč telom, smerom hore alebo dole.

## Jemná motorika

Malé pohyby zvyčajne súvisiace s funkciou ruky napr. kliešťové uchopenie, schopnosť držať pastelku, narábať s príborom alebo gombíkmi atď.

## Obojstranná funkcia ruky

Súčasťou jemnej motoriky je použitie obidvoch rúk k držaniu, hádzaniu, chytaniu, stavaniu, otváraníu atď.

## Vizuálno-motorické zručnosti

Schopnosť koordinovať oči a pohyby. Vizuálno-motorické zručnosti ovplyvňujú schopnosť kopnúť do lopty (koordinácia oko-noha), zdvihnúť predmet (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 ste sa museli pozerieť.

## Dôvera

Sebavedomo a ochotne skúšať nové veci.

## Zasvätenie

Schopnosť začať pohyb a / alebo zmeniť smer pohybu.

## Angažovanosť

Zjavný pôžitok z účasti na nejakej činnosti.

## Motivácia

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

## Komunikácia

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

## Sledovanie (zrak)

Schopnosť sledovať stimul pomocou očí, s pohybom hlavy alebo bez nej.

## Každodenné aktivity

Činnosti, ktoré ľudia každodenne robia napr. chôdza, čistenie zubov, prestieranie stola.

## Senzorické zručnosti

Schopnosť spracovávať informácie (napr. rozlišovať svetlé / tmavé, horúce / studené, drsné / hladké, hlučné / tiché) pomocou zmyslov porozumieť svetu a ľahšie vykonávať každodenné činnosti.



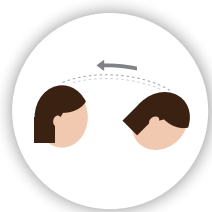
# Príprava

Vyberte si čas, kedy máte dostatok času, aby ste sa nemuseli ponáhľať. Nasadte si Upsee podľa používateľskej príručky k Upsee a online inštruktážnych videí.

Pomaly sa postavte a nastavte popruhy Upsee podľa inštrukcií. V tejto fáze sa nemusíte hýbať. Stačí stáť a sledovať reakciu dieťaťa na tri ciele mobility. Možno bude pre vás lepšie absolvovať niekoľko pokusov s Upsee, aby ste znížili pravdepodobnosť, že budete mať „voľno“ v pravidelnom používaní Upsee.



## Hodnotenie cieľa mobility 1: Ovládanie hlavy



Doprajte svojmu dieťaťu čas, aby si zvyklo na Upsee. Ak má slabú kontrolu hlavy, sledujte, čo sa stane, keď vstane pomocou Upsee. Visí mu hlava aj napriek povzbudeniu od vás alebo vzrušujúcim hračkám držaným pred ním? Ak je to tak, vyberte možnosť ovládania hlavy vo fáze 1. Postupne budete smerovať na fázu 2 ovládania hlavy.

Skúša vaše dieťa aspoň trochu zdvihnúť hlavu s vašim povzbudením? Ak je to tak, môžete zvoliť možnosť ovládania hlavy vo fáze 2 a vašim cieľom je ovládanie hlavy vo fáze 3.

Ak je vaše dieťa schopné držať hlavu vzpriamene na krátku dobu, spočítajte, ako dlho ju takto dokáže udržať. Potom vyberte fázu 3 alebo fázu 4 ovládania hlavy a budete mať namierené na ovládanie hlavy vo fáze 4 alebo fáze 5.

Ak má vaše dieťa úplnú kontrolu nad hlavou, môžete zvoliť fázu 5 ovládania hlavy a toto bude fáza, v ktorej budete vaše dieťa udržiavať.



## Hodnotenie cieľa mobility 2: Prenos váhy



Doprajte svojmu dieťaťu dostatok času, aby si zvyklo na Upsee. Postavte sa s Upsee a trochu sa kývajte zo strany na stranu. Budete mať pocit, že vaše dieťa visí v postroji (Prenos váhy vo fáze 1) alebo váhu prenáša vlastnými nohami (Prenos váhy vo fázach 2 - 5).

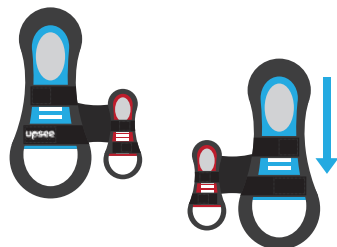
Fázu 5 prenosu váhy vyberte iba vtedy, ak je vaše dieťa schopné preniesť rovnakú váhu cez každú nohu, a toto je fáza, ktorú budete pre tento cieľ udržiavať.





## Hodnotenie cieľa mobility 3: Chôdza

Doprajte svojmu dieťaťu trochu času, aby si zvyklo na Upsee. Začnite s dieťaťom robiť niekoľko malých krokov. Pohybujte sa pomaly a nezabudnite upraviť vlastnú výšku a dĺžku kroku tak, aby zodpovedala pohybu vášho dieťaťa (pozrite si používateľskú príručku Upsee a online inštruktážne videá).



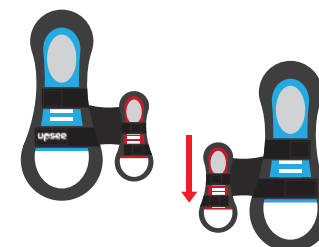
## Chôdza typu 3a: Úplná podpora dospelým

Ak sa vaše dieťa odmieta pohybovať alebo sa mu zjavne nepáči chôdza v Upsee, vyberte typ chôdze 3a, fáza 1 a vyskúšajte iba státie, aby si vaše dieťa zvyklo na Upsee. Ak vaše dieťa potrebuje vašu pomoc po celý čas chôdze, vyberte typ chôdze fáza 2 - 5, podľa toho, koľko tohodokáže zvládnuť. Ak je vaše dieťa schopné zvládnuť chôdzu podľa vzoru 3a, fáza 5, máte namierené na chôdzu typu 3b, fáza 1.



## Chôdza typu 3b: Úplná podpora dospelým

To znamená, že budete vnímať, či vaše dieťa dokáže urobiť kroky, akonáhle začnete. Podľa potreby vyberte typ chôdze 3b, fáza 2 - fáza 5. Ak vaše dieťa zvládá chôdzu podľa typu 3b, fáza 5, máte namierené na chôdzu podľa typu 3c, fáza 1.



## Chôdza typu 3c: Bez sandál

Ak máte pocit, že sa vaše dieťa chce ujať vedenia v kráčaní, vyzujte si sandále a uvidíte, ako sa mu to podarí. Vyberte vhodnú fázu a zamerajte sa na ďalšiu. Chôdzu 3c, fáza 5 je fázou udržania tohto cieľa.



# Hodnotenie mobility MAP

Radi by sme sa dozvedeli o vašom pokroku - svoje recenzie, fotografie a videá posielajte na adresu:  
upsee.programme@fireflyfriends.com

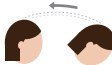
\*ďalšie pokyny nájdete na s50


Meno dieťaťa:


Dátum narodenia:


Diagnóza:


Dátum posúdenia / preskúmania:

	FÁZY	DÁTUM
	<b>MOBILITA CIEĽ 1: OVLÁDANIE HLAVY</b>	
FÁZA 1	Dieťa nie je schopné zdvihnúť hlavu	
FÁZA 2	Zdvihne hlavu, ale nedokáže ju udržať vzpriamenú nad telom	
FÁZA 3	Dokáže zdvihnúť hlavu do vzpriamenej polohy po dobu 5–30 sekúnd	
FÁZA 4	Drží hlavu vo vzpriamenej polohe dlhšie ako 30 sekúnd, ale menej ako 2 minúty	
FÁZA 5	Udržiava hlavu vo vzpriamenej polohe	

	FÁZY	DÁTUM
	<b>MOBILITA CIEĽ 2: PRENOS VÁHY</b>	
FÁZA 1	Dieťa nie je schopné prenášať váhu	
FÁZA 2	Náznak prenosu váhy	
FÁZA 3	Prenáša váhu nepretržite po dobu 5–30 sekúnd	
FÁZA 4	Je schopné prenášať váhu dlhšie ako 30 sekúnd, ale menej ako 2 minúty	
FÁZA 5	Je schopné symetricky prenášať váhu z nohy na nohu.	

	FÁZY	DÁTUM
	<b>MOBILITA CIEĽ 3: CHÔDZA S PLNOU POMOCOU DOSPELÉHO</b>	
FÁZA 1	Dieťa nie je schopné urobiť žiadne kroky bez pomoci	
FÁZA 2	Dokáže urobiť 5–10 krokov s pomocou dospelého	
FÁZA 3	Dokáže urobiť 11–20 krokov s pomocou dospelého	
FÁZA 4	Dokáže urobiť 21–50 krokov s pomocou dospelého	
FÁZA 5	Dokáže kráčať nepretržite s pomocou dospelého	

	FÁZY	DÁTUM
	<b>MOBILITA CIEĽ 4: CHÔDZA S ČIASTOČNOU POMOCOU DOSPELÉHO</b>	
FÁZA 1	Dieťa nedokáže urobiť bez pomoci kroky	
FÁZA 2	Dokáže urobiť 5–10 krokov s pomocou dospelého	
FÁZA 3	Dokáže urobiť 11–20 krokov s pomocou dospelého	
FÁZA 4	Dokáže urobiť 21–50 krokov s pomocou dospelého	
FÁZA 5	Dokáže kráčať nepretržite s pomocou dospelého	

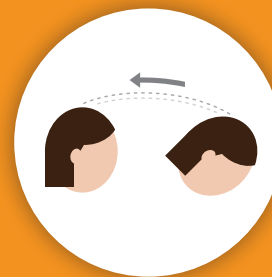
	FÁZY	DÁTUM
	<b>MOBILITA CIEĽ 5: CHÔDZA BEZ SANDÁLIEK</b>	
FÁZA 1	Bez sandáliek nedokáže urobiť žiadne kroky	
FÁZA 2	Dokáže urobiť 5–10 krokov bez sandáliek	
FÁZA 3	Dokáže urobiť 11–20 krokov bez sandáliek	
FÁZA 4	Dokáže urobiť 21–50 krokov bez sandáliek	
FÁZA 5	Dokáže kráčať nepretržite bez sandáliek	

# MAP pracovný list k programu aktivít pre:

## Ovládanie hlavy

Špecifická fáza ovládania hlavy, na ktorej pracujeme:

<p>Pozície a tipy na zlepšenie pohybu a samostatnosti</p> <p><b>M</b></p>	<p><b>Aktivity pre rozvoj mobility</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rukami jemne a pomaly zdvihnite hlavu dieťaťa, podržte ju niekoľko sekúnd a pomaly a jemne ju potom smerujte späť nadol.</li> <li>• Poskytnite ramenám dieťaťa oporu spredu, aby ste podporili aktívny pohyb.</li> <li>• Dbajte na to, aby bol úchop jemný a vnímajte akýkoľvek aktívny pohyb dieťaťa smerom k zdvihu hlavy.</li> </ul>
<p>Aktivity na zlepšenie fyzického, kognitívneho a sociálneho rozvoja</p> <p><b>A</b></p>	<p><b>Aktivity pre zručnosti</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Väčšinu aktivít z oblasti zručností môžete použiť pre prácu na ovládaní hlavy. Použite svoju fantáziu a dvíhajte predmety do výšky očí!</li> <li>• Na dvere chladničky umiestnite magnetické tvary.</li> <li>• Kreslite alebo maľujte na maliarsky stojan.</li> <li>• Vkladajte príbor do kuchynských šuplíkov.</li> </ul>
<p>Aktivity, ktoré umožňujú čo najviac zážitkov</p> <p><b>P</b></p>	<p><b>Aktivity pre účasť</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ak sa zlepší ovládanie hlavy, môžete robiť aj zložitejšie aktivity.</li> <li>• Postavte sa pred veľké zrkadlo a spievajte piesne.</li> <li>• Pozerať sa z vysokého okna.</li> <li>• Zahrajte sa so súrodencom alebo priateľom súťažné hry, napríklad šípky alebo pripínanie vecí k hračkám...</li> </ul>



Ak chcete zvoliť ďalšie aktivity týkajúce sa zručností a účasti dieťaťa, pozrite si návrhy aktivít na nasledujúcich stránkach.

Pohyb nôh a trupu vo všeobecnosti podporuje zdvíhanie hlavy.

Vyberte aktivity zamerané na zručnosť a účasť, ktoré povzbudia vaše dieťa k zdvihnutiu zraku.



# MAP pracovný list k programu aktivít pre: **Prenos váhy**

Špecifická fáza prenosu váhy, na ktorej pracujeme:

<p>Pozície a tipy na zlepšenie pohybu a samostatnosti</p>	<p><b>Aktivity pre rozvoj mobility</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Začnite v stojacej polohe otočením smerom k zrkadlu.</li> <li>• Postavte sa a pomaly sa hýbte zo strany na stranu, aby malo vaše dieťa šancu byť aktívne; povzbudte svoje dieťa, aby sa hýbalo všetkými smermi.</li> <li>• Ak vaše dieťa prenáša váhu cez jednu nohu viac ako cez druhú, nakláňajte sa a povzbudzujte ho, aby sa viac sústredilo na stranu, na ktorú prenáša menšiu váhu, alebo nohu, ktorá za normálnych okolností znesie väčšiu záťaž, položte na nízky stupienok.</li> </ul>
<p><b>M</b></p> <p>Aktivity na zlepšenie fyzického, kognitívneho a sociálneho rozvoja</p>	<p><b>Aktivity pre zručnosti</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Väčšinu aktivít v oblasti zručností môžete prispôsobiť pracovaniu na prenose váhy tak, že ich zmeníte na aktivity v stoji. Hrou povzbudzujte svoje dieťa k prenášanju váhy zo strany na stranu.</li> <li>• Namiesto sedenia sa radšej postavte za stôl, aby ste sa mohli hrať, pozerat' sa na televíziu alebo používať iPad.</li> <li>• Hrajte sa s pieskom, vodou alebo farbami.</li> <li>• Kopajte do lopty alebo balóna.</li> </ul>
<p><b>A</b></p> <p>Aktivity, ktoré umožňujú čo najviac zážitkov</p>	<p><b>Aktivity pre účasť</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Keď sa prenos váhy zlepší, môžete prejsť na zložitejšie aktivity.</li> <li>• Zahrajte sa na predavača s kamarátom.</li> <li>• Hádzajte a chytajte loptu.</li> <li>• Tancujte na pomalú hudbu.</li> </ul>
<p><b>P</b></p>	



Ak chcete zvoliť ďalšie aktivity týkajúce sa zručností a účasti dieťaťa, pozrite si návrhy aktivít na nasledujúcich stránkach.

Aktívne prenášanie váhy cez nohy vo všeobecnosti reguluje svalový tonus. Povzbudzujte dieťa, aby používalo obe nohy, aby boli ploché a aby deti nosili dlahy, pokiaľ ich nosievajú.

Keď sa prenos váhy zlepší, mierne povoľte ramenné popruhy (asi o 1 cm), aby ste podporili vyváženiu hrudníka.



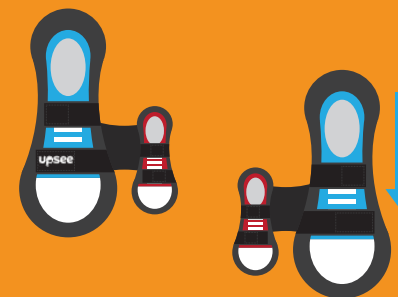


# MAP pracovný list k programu aktivít pre:

## Chôdza (s plnou pomocou)

Špecifická fáza chôdze, na ktorej pracujeme:

<p>Pozície a tipy na zlepšenie pohybu a samostatnosti</p>	<p><b>Aktivity pre rozvoj mobility</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Skúste najprv urobiť jeden krok veľmi pomaly, aby vaše dieťa cítilo pohyb. Potom skúste druhou nohou druhý krok. Vykročte vpred a vzad jednou nohou, potom druhou. Vykročte bokom a dozadu jednou nohou, potom druhou.</li> <li>• Jednu nohu dajte na veľmi nízky schod pred druhou nohou. Rozkývajte sa dozadu a dopredu prenášaním váhy cez nohy.</li> <li>• Keď si dieťa zvykne na krok, snažte sa zabezpečiť, aby bola dĺžka kroku vášho dieťaťa rovnomerná pre ľavú aj pravú nohu.</li> </ul>
<p><b>M</b></p>	<p><b>Aktivity pre zručnosti</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Väčšinu aktivít pre chôdzu si môžete prispôsobiť zmenou prostredia a dĺžky trvania chôdze. Robte krátke kroky s nohami mierne od seba. Aby ste sa prispôsobili tempu vášho dieťaťa, musíte robiť menšie, širšie kroky než obvykle.</li> <li>• Prestríte stôl.</li> <li>• Hrajte sa na schovávačku.</li> </ul>
<p>Aktivity na zlepšenie fyzického, kognitívneho a sociálneho rozvoja</p>	<p><b>Aktivity pre účasť</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Keď sa chôdza s plnou pomocou zlepší, môžete robiť aj zložitejšie veci.</li> <li>• Varte alebo pečte spoločne</li> <li>• Prechádzajte sa pomedzi napadané lístie.</li> <li>• Tancujte na rýchlejšiu hudbu</li> </ul>
<p><b>A</b></p>	<p><b>P</b></p>



Ak chcete zvoliť ďalšie aktivity týkajúce sa zručností a účasti dieťaťa, pozrite si návrhy aktivít na nasledujúcich stránkach.

Môže to chvíľu trvať, kým si vaše dieťa zvykne na používanie Upsee. Nepreháňajte to a nenechajte dieťa príliš sa unaviť.



Povzbudte dieťa, aby hľadalo hračky a predmety rôznymi smermi.

# MAP pracovný list k programu aktivít pre:

## Chôdza (s čiastočnou pomocou dospelého)

Špecifická fáza chôdze, na ktorej pracujeme:

<p>Pozície a tipy na zlepšenie pohybu a samostatnosti</p> <p><b>M</b></p>	<p><b>Aktivity pre rozvoj mobility</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Počkajte, kým vaše dieťa začne robiť kroky rôznymi smermi, a udržujte s ním tempo, keď sa to stane. Zlepší sa tým motivácia a dieťa pochopí zmysel kráčania.</li> <li>• Skúste počítať alebo používať riekanky na udržanie stabilného rytmu.</li> </ul>
<p>Aktivity na zlepšenie fyzického, kognitívneho a sociálneho rozvoja</p> <p><b>A</b></p>	<p><b>Aktivity pre zručnosti</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Väčšinu aktivít pre chôdzu si môžete prispôsobiť zmenou polohy a dĺžky chôdze.</li> <li>• Zahrajte si futbal s loptou.</li> <li>• Spoločne upratujte.</li> <li>• Vyfukujte bubliny a potom ich naháňajte.</li> </ul>
<p>Aktivity, ktoré umožňujú čo najviac zážitkov</p> <p><b>P</b></p>	<p><b>Aktivity pre účasť</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Keď sa chôdza s čiastočnou pomocou zlepší, môžete robiť aj zložitejšie aktivity.</li> <li>• Pracujte spolu v záhrade.</li> <li>• Choďte na prechádzku.</li> <li>• Umyte spolu auto.</li> </ul>



Ak chcete zvoliť ďalšie aktivity týkajúce sa zručností a účasti dieťaťa, pozrite si návrhy aktivít na nasledujúcich stránkach.

Môže trvať istý čas, kým si vaše dieťa zvykne na Upsee. Nepreháňajte to a nenechajte dieťa príliš sa unaviť.



Povzbudzujte dieťa, aby používalo hlavu alebo ruky na ukazovanie smeru, ktorým chce ísť.

# MAP pracovný list k programu aktivít pre:

## Chôdza (bez sandáliek)

Špecifická fáza chôdze, na ktorej pracujeme:

<p>Pozície a tipy na zlepšenie pohybu a samostatnosti</p> <p><b>M</b></p>	<p><b>Aktivity pre rozvoj mobility</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ak vaše dieťa preukázalo schopnosť robiť správne umiestnené kroky so zapnutými sandálkami, skúste chodiť bez sandáliek.</li> <li>• Vedzte polohu nôh dieťaťa, aby ste dosiahli normálne umiestnenie chodidiel.</li> <li>• Doprajte svojmu dieťaťu čas na začatie krokov a pohybu dopredu, dozadu a do strán.</li> </ul>
<p>Aktivity na zlepšenie fyzického, kognitívneho a sociálneho rozvoja</p> <p><b>A</b></p>	<p><b>Aktivity pre zručnosti</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Väčšinu aktivít pre chôdzu si môžete prispôsobiť zmenou polohy a dĺžky chôdze.</li> <li>• Obliekanie.</li> <li>• Zahrajte si kolky alebo bowling.</li> <li>• Zahrajte si mini golf.</li> </ul>
<p>Aktivity, ktoré umožňujú čo najviac zážitkov</p> <p><b>P</b></p>	<p><b>Aktivity pre účasť</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Keď sa chôdza bez sandáliek zlepší, môžete robiť aj zložitejšie aktivity.</li> <li>• Kráčajte dolu miernym svahom.</li> <li>• Chodte na prechádzku so psom.</li> <li>• Kopte nohami v jazere alebo detskom bazéne.</li> </ul>



Ak chcete zvoliť ďalšie aktivity týkajúce sa zručností a účasti dieťaťa, pozrite si návrhy aktivít na nasledujúcich stránkach.

Vyvarujte sa toho, aby ste na dieťa naliehali a nevykročte skôr, ako bude pripravené na chôdzu - počkajte, kým sa aktívne zapojí.

Hra zahŕňa rozhodovanie a používanie Upsee by malo dieťaťu umožniť prístup k jeho rozhodnutiam.



# Návrhy aktivít pre zručnosti

**Poznámka:** veľa aktivít môžete do určitej miery využiť takmer na všetky oblasti zručností. Body(●) označujú hlavné výhody každej aktivity, existuje však veľa spoločných znakov. Napríklad rozprávanie sa s dieťaťom počas vami vybranej aktivity zahŕňa v každom prípade komunikáciu.

NÁVRHY AKTIVÍT	HRUBÁ MOTORIKA	DO-ČAHOVANIE	JEMNÁ MOTORIKA		POUŽÍVANIE OBOCH RÚK	VIZUÁLNE MOTOROVÉ ZRUČNOSTI	KOMUNIKÁCIA	KAŽDODENNÉ AKTIVITY	SENZORICKÉ ZRUČNOSTI
HRA S LOPTOU	●	●			●	●			
UMÝVANIE ZUBOV/ ČESANIE		●	●			●		●	●
STAVANIE KOCIEK		●	●			●			
VÝBER OBLEČENIA							●	●	
TLIESKANIE RUKAMI NA HUDBU/HRY S TLIESKANÍM	●				●		●		
UPRATOVANIE STOLA	●	●	●					●	
UMÝVANIE RIADU	●	●	●		●	●		●	●
KRESLENIE ZA STOLOM			●			●			●
OBLIEKANIE- ZIPSY A GOMBÍKY			●		●	●		●	
SLEDOVANIE HRAČIEK OČAMI						●	●		
PRENÁŠANIE VECÍ Z CHLADNIČKY, NÁSTENKY...	●	●			●		●	●	
SKLADAČKY			●		●	●	●		
PODÁVANIE SI OBJEKTOV Z JEDNEJ RUKY DO DRUHEJ			●		●	●			
DVIHANIE MALÝCH PREDMETOV, NAPR. LEGO KÚSKY...			●		●	●			
PRIPÍNANIE PREDMETOV	●	●	●				●		
HRA S PLASTELÍNOU			●		●				●
UKÁZAŤ A POMENOVAŤ OBJEKTY	●	●	●			●	●		
POINT AT OBJECTS TO ENCOURANGE LOOKING	●	●	●			●	●		



# Návrhy aktivít pre zručnosti

**Poznámka:** veľa aktivít môžete do určitej miery využiť takmer na všetky oblasti zručnosti. Body(●) označujú hlavné výhody každej aktivít, existuje však veľa spoločných znakov. Napríklad rozprávanie sa s dieťaťom počas vami vybranej aktivít zahŕňa v každom prípade komunikáciu.

NÁVRHY AKTIVÍT	HRUBÁ MOTORIKA	DOČAHOVANIE	JEMNÁ MOTORIKA		POUŽÍVANIE OBOCH RÚK	VIZUÁLNE MOTORICKÉ ZRUČNOSTI	KOMUNIKÁCIA	KAŽDODENNÉ AKTIVITY	SENZORICKÉ ZRUČNOSTI
PRASKANIE BUBLÍN	●	●	●		●	●			●
VTLÁČANIE CESTOVÍN/PREDMETOV DO PLASTELÍNY			●			●			●
TVAROVANIE PLASTELÍNY DO GULIČIEK			●		●	●			●
PRESTIERANIE STOLA	●	●	●		●	●		●	
OPAKOVANIE ÚKONOV PODĽA RODIČA	●	●			●	●	●		
BOWLING	●	●			●				
ROZDEĽOVANIE HRAČIEK PODĽA FARBY						●	●		
ROZDEĽOVANIE HRAČIEK PODĽA VEĽKOSTI						●	●		
STLÁČANIE FLAŠIEK			●		●				●
STOLNÉ HRY S PIESKOM	●	●	●		●				●
TRHANIE A LEPENIE PAPIERA			●		●	●			●
HÁDZANIE A CHYTANIE BALÓNA, LOPTY...	●	●	●		●	●	●		
DOTÝKANIE SA OBJEKTOV S ROZLIČNÝM POVRCHOM							●		●
POUŽITE VLAČEK NA VARENIE ALEBO PLASTELÍNU	●		●		●			●	
POUŽÍVAJTE UPSEE V SVETLÝCH/ TMAVÝCH PRIESTOROCH							●	●	●
POUŽÍVAJTE UPSEE V TICHÝCH/ HLUČNÝCH PRIESTOROCH							●	●	●
POUŽÍVANIE UPSEE S POMALOU/ RÝCHLOU HUDBOU	●						●	●	●

# Návrhy aktivít na účasť

## Umenie

Loptové hry

Varenie/pečenie

Tancovanie

Chytanie rýb

Hranie futbalu

Hry, napr. 'schovávačka'

Práca v záhrade

Hranie golfu

Domáce práce, napr. 'upratovanie'

Imaginárne hry, napr. 'na obchod'

Šliapanie nohami v bazéne

Hranie sa vo vnútri s kamarátmi

Hranie sa vonku s kamarátmi

Hranie sa na brehu jazera/na kúpalisku

Chodenie na prechádzky



Radi by sme sa dozvedeli o vašich pokrokoch - pošlite svoje recenzie, fotografie a videá na adresu:  
**upsee .programme @ fireflyfriends . com**  
 \*pozrite s.50 pre presnejšie inštrukcie




# MAP Posúdenie zručností

Meno dieťaťa:

Dátum narodenia:

Diagnóza:

Dátum hodnotenia:

Oblasť zručnosti	Horšie ako predtým 	Rovnako ako predtým 	Lepšie ako predtým 	Vaše poznámky (popíšte akékoľvek zmeny, ktoré ste zaznamenali)
<b>Ovládanie rúk</b> Dočahovanie, úchop, podávanie si predmetov z ruky do ruky, použitie obidvoch rúk spoločne, samostatné kŕmenie sa alebo pitie.				
<b>Hra na zemi</b> Rovnováha v sede, pokusy o pohyb po podlahe, schopnosť pohybovať sa po podlahe.				
<b>Komunikácia</b> Úroveň porozumenia hlasu, ktorý ukazuje nálady, používanie slov.				
<b>Pozornosť</b> Koncentrácia na aktivity, úroveň motivácie alebo dôvery.				
<b>Objavovanie</b> Úroveň záujmu o ľudí, okolie, hry so zašpinením sa, zmyslové aktivity s hlukom, svetlami alebo dotykom.				
<b>Zábava</b> Úroveň šťastia, radosti zo spoločnosti ostatných, zapojenie sa do aktivít, úsmev.				

# Podel'te sa s nami o vaše pokroky

Aby sme sa uistili, že máme skutočne jasný prehľad o pokroku, ktorý ste dosiahli pomocou programu aktivít Upsee, bolo by pre nás prospešné získať od vás:

- Fotografiu alebo sken vášho dokončeného úvodného hárkru s hodnotením mobility a ďalšie dve posúdenia. Toto by malo pokrývať obdobie minimálne dvoch mesiacov.
- Fotografie alebo videá, ktoré ukazujú pokrok, ktorý ste dosiahli pri každej z týchto posúdení (ideálne minimálne tri).\*
- Fotografiu alebo sken jedného vyplneného listu posúdenia zručností.
- Fotografie / videá, ktoré demonštrujú rôzne precvičovania zručností, na ktorých ste pracovali (ideálne minimálne tri).\*

Pošlite ich na adresu: [upsee.programme@fireflyfriends.com](mailto:upsee.programme@fireflyfriends.com) a niekto z nášho tímu sa s vami spojí.

\*Radi si prehladame vaše fotografie a videozáznamy - aby ste sa vyhlí rozmazaniu a zaistili ich správne zobrazenie, nafoťte ich s digitálnym fotoaparátom alebo telefónom s fotoaparátom, ktoré ponúkajú vysoké rozlíšenie obrazu / videa.

## Referencie

- Skar L (2002). Disabled children's perceptions of technical aids, assistance and peers in play situations. Scandinavian Journal of Caring Sciences; 16: 27-33.
- Berlin LJ, Brooks-Gunn J, McCartan C, McCormick MC (1998). The effectiveness of early intervention: examining risk factors and pathways to enhanced development. Preventative Medicine; 27: 238-245.
- Ohgi S, Fukuda M, Akiyama T, Gima H (2004). Effect of an early intervention programme on low birth weight infants with cerebral injuries. Journal of Paediatric Child Health; 40: 689-695.
- World Health Organisation (2007). International Classification of Functioning, Disability and Health: Children and Youth Version. Geneva: WHO.
- Chiarello LA, Kolobe THA (2006). Early Intervention Services. In: Campbell S, Vander Linden DW, Palisano RJ (Eds) (2006). Physical Therapy for Children, 3rd Edition. Saunders Elsevier.

## Firefly Friends Ltd

19c Ballinderry Road,  
Lisburn,  
Northern Ireland,  
United Kingdom,  
BT28 2SA.



+44 (0) 28 9267 8879



customer.enquiries@fireflyfriends.com



www.fireflyfriends.com

Člen skupiny Leckey Group

**LECKEY**<sup>°</sup>  
GROUP

upsee

firefly <sup>by</sup> LECKEY<sup>°</sup>

LS569-03