

Этапы двигательного развития детей на первом году жизни (часть 1)

**Якубовская Елена Аркадьевна,
старший преподаватель
кафедры специальной педагогики
Института инклюзивного образования
БГПУ им. Максима Танка**

Движения, двигательная активность, являются не только фундаментом настоящего и будущего здоровья и физического развития ребенка, но и представляют собой условие и средство его общего и психического развития, формирования его как личности.

РЕПОЗИТОРИЙ БГУ

Развитие движений у ребенка начинается с первых дней его жизни и происходит на протяжении многих лет. Учеными установлено, что многие движения сначала проявляются как врожденные и лишь в ходе развития ребенка становятся результатом научения. Врожденными оказываются не только простые движения, но и некоторые сложные двигательные акты такие, как ходьба, плавание и др.

Педагогам и родителям необходимо знать механизмы запуска того или иного этапа двигательного развития.

Под механизмами запуска подразумеваются определенные рефлексy: врожденные (присущие малышу от рождения) и установочные (сформировавшиеся на основе врожденных).

I этап

Стабилизация головы и туловища

Возрастные критерии

К 1 месяцу:

- попытки поднять голову в положении лежа на животе;
- попытки удержать голову в вертикальном положении.

К 2 месяцам:

- удержание головы в положении лежа на животе до 1 – 2 мин;
- удержание головы в вертикальном положении до 1 – 2 мин;
- попытки поднимания головы в положении лежа на спине.

К 3 месяцам:

- удержание головы и верхней части туловища в положении лежа на животе с опорой на предплечья до 1 – 2 мин;
- удержание головы в вертикальном положении до 5 мин;
- уверенное поднимание головы в положении лежа на спине.

К 4 месяцам:

- удержание головы и верхней части туловища в положении лежа на животе с опорой на предплечья длительное время;
- удержание головы и верхней части туловища в том же положении с опорой на ладони выпрямленных рук до 1 – 2 мин;
- удержание головы в вертикальном положении длительное время;
- уверенное поднятие головы в положении лежа на спине.

К 5 месяцам:

- удержание головы и верхней части туловища в положении лежа на животе с опорой на предплечья длительное время;
- удержание головы и верхней части туловища в том же положении с опорой на ладони выпрямленных рук длительное время;
- удержание головы в вертикальном положении длительное время;
- уверенное поднятие головы в положении лежа на спине.

Механизмы запуска

Врожденные двигательные рефлекссы

- Рефлекс опоры – при поднимании ребенка обеими руками за подмышки он сгибает ноги во всех суставах, а при постановке на опору выпрямляет туловище и стоит на полусогнутых ногах на полной стопе. В норме угасает к концу 3 месяца (ребенок «повисает» на руках взрослого).
- Рефлекс «ходьбы» – если из предыдущей позиции ребенка слегка наклонить вперед, появляются шаговые движения, не сопровождаемые движениями рук. В норме угасает к концу 3 месяца.

- Ножной рефлекс выпрямления Бауэра – разгибание ног при соприкосновении стоп с опорой. В норме угасает к концу 3 – 4 месяца.
- Спинной рефлекс разгибания Переса – разгибание туловища и головы при проведении указательным пальцем по позвоночнику от копчика к шее. В норме угасает к концу 6 месяца.

РЕПОЗИТОРИЙ БГУ

Установочные рефлексы

- ЛУРж (лабиринтный установочный рефлекс на голову в положении на животе) – поднятие головы в положении лежа на животе и удерживание ее в вертикальном положении. В норме появляется с 1 месяца с удлинением экспозиции (времени выполнения). К 3 – 4 месяцам ЛУРж трансформируется в первую фазу ШСЦУР (шейный симметричный цепной установочный рефлекс) — удержание головы и верхней части туловища в положении лежа на животе с опорой на предплечья. К 4 – 5 месяцам развивается вторая фаза ШСЦУР – удержание головы и верхней части туловища в том же положении с опорой на ладони выпрямленных рук.

- Шейный установочный рефлекс вперед – поднятие головы в положении лежа на спине. В норме развивается к 3 месяцам.
- Рефлекс опоры на руки и защитная разгибательная реакция рук при движении вперед. В норме развивается к 4 месяцам.
- Туловищный рефлекс – разгибание головы и туловища в вертикальном положении и положении на животе. В норме формируется к 1 месяцу.
- Спинной верхний рефлекс выпрямления Ландау – разгибание головы, верхней части туловища в положении лежа на животе с опорой ниже пупка. В норме формируется к 4 месяцу и угасает к 1 году.
- Спинной нижний рефлекс выпрямления Ландау – разгибание ног в положении лежа на животе с опорой выше пупка. В норме формируется к 5 месяцу и угасает к 1 году.

II этап

Повороты

Возрастные критерии

К 3 месяцам:

попытки поворотов со спины на живот «блоком», т.е. без торзии, при этом упираясь затылком и ягодицами в опору.

К 4 месяцу:

попытки самостоятельных поворотов со спины на живот с торзией.

К 5 месяцу:

уверенные повороты со спины на живот с торзией;
попытки поворотов с живота на спину с торзией;

К 6 месяцу:

уверенные повороты со спины на живот с торзией;
уверенные повороты с живота на спину с торзией.

К 9 месяцу:

уверенные повороты по просьбе взрослого.

Механизмы запуска

Врожденные двигательные рефлексy

- Рефлекс простой: с таза на туловище – при пассивном повороте ног и таза одновременно в ту же сторону поворачиваются плечи. Рефлекс трансформируется в цепной к 5 месяцам.
- Рефлекс простой: с головы на туловище – при повороте головы в сторону одновременно в том же направлении поворачивается все туловище. Рефлекс трансформируется в цепной к 5 месяцам.

Установочные рефлексy

- Рефлекс установочный цепной: с таза на туловище – при повороте нижних конечностей и таза в ту же сторону поворачиваются туловище и плечи. В норме формируется к 5 месяцам.
- Рефлекс установочный цепной: с головы или плеч на туловище – при повороте головы сначала поворачивается в ту же сторону плечевой пояс, затем таз, а при повороте плеч в ту же сторону поворачиваются таз и ноги. В норме формируется к 5 месяцам.

III этап

Ползание

Возрастные критерии

В норме ползание на животе (по-пластунски) – инициация ползания – формируется к 5 месяцу, трансформируется в ползание на четвереньках к 6 – 7 месяцам.

Возрастные критерии

К 6 месяцам:

- попытки вставания на четвереньки и ползания.

К 7 месяцам:

- уверенное вставание на четвереньки и ползание;
- попытки стойки на четвереньках с меньшей площадью опоры (трех- и двухопорное стояние).

К 8 месяцам:

- уверенное вставание на четвереньки и ползание;
- уверенная стойка на четвереньках с меньшей площадью опоры.

Механизмы запуска

Врожденные двигательные рефлексy

- Ножной рефлекс выпрямления Бауэра – разгибание ног при соприкосновении стоп с опорой. В норме угасает к концу 3 – 4 месяца.
- Рефлекс ползания — в положении лежа на животе (голова по средней линии) — ребенок совершает попеременное сгибание-разгибание ног. В норме угасает к 3 – 4 месяцам.

Установочные рефлексy

- ЛУРж, трансформирующийся к 3 – 4 месяцам в первую фазу ШСЦУР (см. II этап).

Вставание на четвереньки и ползание, т.е. продуктивное ползание

Знание представленных выше этапов двигательного развития детей первого года жизни позволит педагогам и родителям сориентироваться в проблемах малыша и наметить пути его дальнейшего развития.

РЕПОЗИТОРИЙ БГУ

Литература

1. Игнатьева, С.А. Логопедическая реабилитация детей с отклонениями в развитии: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / С.А. Игнатьева, Ю.А. Блинков — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2004. — 304 с.
2. Красикова, И.С. Детский массаж. Массаж и гимнастика для детей от трех до семи лет / И.С. Красикова. — СПб.: Корона-Принт, 2017. — 336 с.
3. Лечебная физкультура для детей первого года жизни: учеб.-метод. пособие / Авт.-сост. Т.А. Максименко, Л.С. Вакуленко. — М.: ТЦ Сфера, 2011. — 48 с.
4. Мастюкова, Е.М. Семейное воспитание детей с отклонениями в развитии: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Е.М. Мастюкова, А.Г. Московкина, под ред. В. И. Селиверстова. — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. — 408 с.