

# **Celostný program vývinu**

*Originálny program, ktorý bol vypracovaný autorkou - MUDr. Klepovou na základe jej vlastných dlhodobých skúseností s prácou s deťmi.*

*Základom tohto programu je **chápanie dieťaťa ako celku** a tiež i starostlivosti o jeho rozvíjanie a vývoj. Telesná, duševná a emocionálna zložka v osobnosti ako takej je neoddeliteľná, a všetky tri spolu úzko súvisia, ovplyvňujú sa navzájom, vývin jednej zložky nadväzuje na vývin ďalšej...*

*Základom celého procesu vývoja detí, ale i dospelých je **pohyb** - pohyb tela a tiež častí tela, orgánov celého nášho organizmu. Akcia srdcová, mozgová, dýchanie, vyprázdňovanie...to všetko je pohyb... Pohyb rúk, nôh, trupu...je vonkajším prejavom pohybu ako reakcia na podnet sluchu, zraku, hmatu...a opäť pohyb svalov, kĺbov, šliach...*

*Preto sa teda musíme naučiť **správne** tieto **pohyby využívať** a nenásilne pracovať telom v pohybe - prirodzene, bez námahy a poškodenia. **Rozvoj pohybu podporuje i rozvoj duševný a sociálny**, preto je pre harmonický vývin dieťaťa potrebné vo všetkých vekových stupňoch rozvíjať a precvičovať:*

**Reakcie vzpriamovacie** – správny vývoj pohybu od ľahu až do stoja cez pretáčanie, kľak, plazenie...

**Reakcie rovnovážne a stabilizačné** – v každej polohe je nutné sa udržať, nepadať, byť stabilný...

**Reakcie obranné** – znamená vedieť padať...ochrániť sa pred útokom, symetria pohybu...

**Orientácia telesnej schémy** – uvedomenie si vlastného tela, kde mám v danom okamihu ruku, nohu, kde sa dívam, akú mám polohu hlavy, trupu...

**Orientácia telesnej schémy v priestore** – kde som, ako a kde sa premiestnim, aké predmety mám okolo seba...

**Rytmus** – je základom zachovania života – srdce, dýchanie, reč, chôdza, beh, písanie, čítanie...

**Reakčná rýchlosť** – rýchlosť reakcie na podnet, zmenu...

**Koordinácia pohybu** – súlad pohybu a vzájomná nadväznosť pohybov...

**Sociálne cítenie** – nie sme na svete sami, preto je potrebné naučiť sa vnímať, cítiť, byť ohľaduplný, kontaktovať sa, komunikovať...

**Predstavivosť** – pred vykonaním nejakej činnosti je vždy myšlienka, predstava, vízia, ktorú chcem realizovať...

*Zdá sa to možno veľmi zložité, ale nie je, všetko so všetkým súvisí a pohyb vykonávajú deti denne, len je ho potrebné správne načasovať, usmerniť a kontrolovať pre správne fixovanie a následne používanie v bežnom živote...*

*My, dospelí, máme tieto reakcie nacvičené, zautomatizované, možno nie vždy správne, ale dokážeme bežne v živote fungovať...*

*Dieťa sa učí správne zvládať situácie aj správnym rozvojom pohybu, cvikmi na uvedené oblasti tela a reakcií ako celku.*

**Musíme stále myslieť na to, že *všetko* v našom tele *so všetkým* súvisí.**

**Školský špeciálny pedagóg – Mgr. Jana Kotorová**

**Základná škola**

**Ul. sv. Michala 42**

**93401**

**Levice**