



UKŁAD PRZEDSIONKOWY

=

Układ równowagi

Układ przedsionkowy działa poza naszą kontrolą poznawczą, na poziomie nieświadomym. Układ równowagi jest naszą bazą- grawitacja działa na nas nieprzerwanie. Nasze receptory stale odbierają bodźce. Czasami niewielki deficyt w ich funkcjonowaniu może skutkować **trudnościami w:**

- nauce,
- percepcji słuchowo-językowej, czyli zdolności do odbioru dźwięków z otoczenia (rozpoznawania, różnicowania oraz interpretowania ich w odniesieniu do dotychczasowych doświadczeń),
- równowadze,
- rozumieniu mowy,
- koncentracji uwagi,
- koordynacji ruchowej

oraz może pojawić się niepewność grawitacyjna.

Przejawy zaburzeń w układzie przedsionkowym:

- dziecko jest powolne, wykonuje zadania ruchowe jakby z namysłem
- nie lubi się huśtać
- nadruchliwe, nadaktywne, ciągle w ruchu
- preferuje zabawy z rotacją, np. kręci się w kółko, biega w koło
- trudności w skakaniu/podskakiwaniu
- trudności w wyciszaniu się przed snem, trudności ze snem
- dziecko późno zaczęło siadać/stawać/chodzić
- dziecko wcześniej zaczęło siadać/stawać/chodzić

Jak możemy wspomóc u dziecka układ przedsionkowy?

Zapewniając dziecku dostęp do ruchu typu:

- skoki góra-dół
- skoki przód-tył
- huśtawka
- przechodzenie po różnego typu równoważniach, nierównościach np. po poduszkach, zwiniętym kocu, krawężniku etc.
- czworakowanie pod rodzicem
- turlanie
- zjeżdżalnia
- wożenie dzieci po podłodze na kocu/materacu
- obroty
- bujanie na rękach/kolanach
- skoki obunóż
- wskakiwanie/zeskakiwanie z wyższych/nieższych powierzchni
- rowerek biegowy
- kręcenie na krześle obrotowym

CELEM ww. ćwiczeń jest dostarczenie dziecku ruchu liniowego (przód-tył), oraz ruchu rotacyjnego (w koło).

Pamiętajmy! my proponujemy dziecku ćwiczenia (zabawy), natomiast to dziecko decyduje czy chce się teraz kręcić, czy huśtać. W razie pytań zapraszam do kontaktu ☺

Matylda Zachara

Psycholog WZZ

matylda.zachara@wzz.wroc.pl