**Значение позиционирования для детей раннего возраста с двигательными нарушениями.**

Движение помогает детям раннего возраста исследовать мир, развивать пространственные представления, оказывать влияние на эмоциональное состояние. Движение - это физиологическая потребность организма.

У детей с тяжелыми множественными нарушениями уровень двигательной активности снижен, особенно это касается детей с двигательными нарушениями. Для поддержания здоровья и психического развития таких детей базовая нагрузка должна включать правильное позиционирование. Поддержание позы является не простой моторной задачей. Если есть сенсорные опоры и поддержки, и ребенок справляется с удержанием позы, то в дальнейшем это поможет постепенно освоить позу и научиться удерживать ее самостоятельно.В каких же ежедневных жизненных ситуациях необходимо позиционирование? Выбор правильного положения тела необходимо во время игровой деятельности, для занятий,для сна, для купания, при уходе за частями тела, во время прогулок в коляске. Важна организация позы ребенка и среды для принятия пищи или питья.

Поза ребенка должна быть безопасной и стабильной. Ребенок не должен сползать, заваливаться, у ребенка не должно быть страха падения. Поза ребенка не должна вызывать повышение мышечного тонуса, боли; нарушать дыхание. Поза ребенка должна помогать ребенку быть активным - наблюдать за окружающей средой, играть, общаться и т.д. Оставляя ребенка в определенной позе, важно учитывать, где находится источник информации окно, телевизор. Необходимо также прислушиваться к желанию ребенка - хочет он общаться или побыть один. Усталость проявляется при появлении беспокойства, плача, крика, отказа от взаимодействия и активности. Значит ребенку необходимо помочь сменить позу.

Для обеспечения правильного позиционирования могут быть использованы различные материалы: подушки, одеяла, тело взрослого человека, пластмассовые коробки, угол на диване или полу, валики. А также технические материалы: коляски. В течении дня у ребенка с двигательными нарушениями могут быть такие позиционирования:

* **Поза лежа на спине.** Положение на спине может быть использовано для отдыха, общения, наблюдения за окружающими, игры. В положении лежа на спине необходимо предотвратить сползание (трение может способствовать образованию пролежней). 1) Подложить под голову ребенка одну или две подушки (можно использовать подковообразную подушку) или, положить ребенка на наклонную плоскость. Голова находится на средней линии тела, запрокидывание назад должно быть скорректировано. 2) Подложить валик или свернутое одеяло под ноги ребенка, чтобы препятствовать сползанию. Для поддержания разведения бедер используют Т-образную подушку. 3) Если это необходимо, подложить валик или подушку, чтобы поддержать руки ребенка.
* **Поза лежа на животе.** Положение лежа на животе может быть использовано для отдыха, для игры, если ребенок может поднимать голову. 1)Если ребенок не может опираться на локти и предплечья, положить ему под грудь плотный валик такой высоты, чтобы ему было комфортно опираться на локти. 2) Помочь ребенку правильно распределить вес тела так, чтобы он мог свободно поднимать голову или тянуться за игрушками. Ребенка можно положить на наклонную плоскость – так легче удерживать позу на животе, так как вес тела смещен к ножному концу тела. Если ребенок очень ослаблен и ему трудно поднимать голову в положении на животе – подложить небольшую плоскую подушку так, чтобы он мог положить на нее голову на бок, ничего не должно мешать дыханию ребенка.
* **Поза лежа на боку.** Положение на боку может быть использовано для отдыха, а для детей с тяжелыми множественными нарушениями для игры, при этом легче соединить руки на средней линии, фиксировать взгляд на игрушке.1)Подложить подушку под голову ребенка. Подушка должна быть такой высоты, чтобы голова находилась на одной линии с грудным отделом позвоночника (высота плеча скомпенсирована). Ребенка можно положить на бок на наклонную плоскость, чтобы головной конец был чуть приподнят (вес смещается к ножному концу тела). Поверхность, на которой лежит ребенок, не должна быть ни чрезмерно мягкой, ни чрезмерно жесткой. 2) Положить за спину ребенку валик или плотное свернутое одеяло, чтобы предотвратить переворот на спину. Можно положить ребенка на пол вплотную к стене и подложить ему за спину свернутое плотное полотенце. 3) ногу, которая лежит на опорной поверхности («нижнюю» ногу) необходимо выпрямить, а «верхнюю» ногу согнуть. 4) Поместить валик или подушку между бедер ребенка, чтобы поддержать разведение бедер. 5.) Если ребенку необходимо поддержать руку, находящуюся сверху - подложить под нее подушку или валик.
* **Упор сидя и полусидя на боку.** Активная поза для общения, игры. Если ребенок не удерживает голову, родитель поддерживает его сидя сзади, разместив ребенка между своих ног. Одной рукой родитель удерживает ребенка под грудь, другой помогает ему опереться на предплечье или ладонь. При опоре на кисть необходимо поддерживать локтевой сустав опорной руки. Ноги ребенка согнуты, упираются в бедро родителя . Если ребенок удерживает голову, родитель поддерживает его за таз и опорную руку
* **Поза сидя верхом с опорой на колени.** Активная поза для игры и общения.1)Ребенок сидит верхом на плотном валике или полотенце, ноги и колени согнуты. 2) Опора на ладони (возможен варианты опора о наклонную поверхность, стол. 3) Взрослый поддерживает ребенка за плечи, под грудь, или поддерживает туловище ребенка с помощью специального пояса.
* **Поза со спущенными ногами.** Активная поза для общения,игры.1.)Ребенок сидит верхом на цилиндрическом большом валике. Для помощи в равномерном распределении веса на стопы, бедра и таз, и наклона таза вперед, цилиндр можно поместить под небольшим наклоном. 2) Можно использовать утяжелители на ногах, для лучшей опоры на ноги. При необходимости можно использовать ортезы на голеностопный сустав. 3) Взрослый страхует ребенка сидя спереди и придерживая его за таз. При необходимости, взрослый страхует его сзади, сидя верхом вплотную к ребенку.
* **Поза со спущенными ногами на бедрах у взрослого.**Для ребенка который не удерживает голову и только учится удерживать позу сидя, поза на бедрах у взрослого со спущенными ногами, спиной к нему наиболее актуальна. 1) Взрослый сидит с опорой на колени на полу. 2) Ребенок сидит на коленях у взрослого спиной к нему, ноги спущены, таз максимально придвинут назад, к телу взрослого. 3) Взрослый одной рукой поддерживает ребенка под грудь, а другой удерживает ноги ребенка в области колен, помогая удерживать угол в коленном и т\б суставах, а также опору на стопы.
* **Поза сидя с вытянутыми ногами**. Активная поза для общения, игры.1)Взрослый сидит на полу, ноги разведены. 2) Посадить ребенка как можно ближе к взрослому между его ногами. 3.) Развести ноги ребенка. Взрослый придерживать их в таком положении своими ногами. Разгибать ноги ребенка и разводить их нужно очень аккуратно и без резких движений. 4) Стимулировать наклон ребенка вперед с помощью игрушки или небольшого столика. Наклон вперед препятствует наклону таза назад и помогает увеличивать растяжку задней поверхности нижних конечностей. 5) При необходимости положить на бедра ребенка утяжелители.6) Для помощи в удержании позы можно применять напольные сидения (сложенные полотенца и другое), чтобы бедра ребенка находились выше его ног – это помогает удерживать наклон таза вперед.
* **Поза сидя по-турецки**. Поза активна для игры, общения. 1)Взрослый сидит на полу с разведенными бедрами. 2) Ребенок сидит между его бедер, ноги согнуты и скрещены спереди (растягиваются мышцы внутренней стороны бедра). 3) Если ребенок удерживает позу, взрослый может страховать его сидя спереди и придерживая за таз.
* **Поза сидя с опорой руками о столик**. Поза активна для приема пищи, общения.Позу сидя можно организовать различными способами:1) На детском стульчике подходящей высоты.Ноги стоят на полу. Чтобы помочь ребенку лучше опираться на ноги, можно использовать утяжелители на голени или тяжелую подушку, положенную на колени.Если ребенку тяжело сидеть с прямой спиной, может помочь клиновидный блокна сидение. Широкая часть клина может быть обращена к краю сиденья или кспинке – в зависимости от того, как нужно изменить положение таза.2.) Верхом на стуле –гитаре или скамейке.На выступающую часть скамейки можно при необходимости опереться руками, поставить игрушки.3.) Можно использовать вместе со столиком с вырезом, который позволяет опереться локтями как перед собой, так и сбоку.;4.) В специальном кресле с передней опорой.Сидение наклонено вперед.Передняя опора в верхней части должна быть уже плеч, чтобы ребенок мог свободносвести руки перед собой.  
  Нужна удобная опора под колени. Стопы стоят на подножке.  
  Многим детям в таком положении удобно действовать руками.
* **Поза стоя.** Активная поза для общения, игры**.**1)Поставить ребенка в симметричную позу с равномерной опорой на обе ноги. 2.) Обеспечить выравнивание таза, выпрямление позвоночника и правильное положение головы. 3) Если это необходимо, обеспечить поддержку ног или туловища и опору спереди, поместить игрушки перед ребенком на такой высоте, чтобы стимулировать его выпрямляться. Варианты поддержки ребенка: между коленями родителя боком или спиной к себе с поддержкой ребенка в районе колен, если это необходимо; обитая мягкой тканью доска с небольшим наклоном вперед (например, на диван), взрослый поддерживает ребенка сзади.

**Важно помнить**, что при подборе позиционирования ребенка нужно учитывать возможности ребенка и отталкиваться от них.

Материал подготовила Лешина М.Л.

педагог дополнительного образования

ГБОУ «Центр «Дар»

**Используемая литература:** материалы учебы повышения квалификации «Санкт-Петербургского института раннего вмешательства»