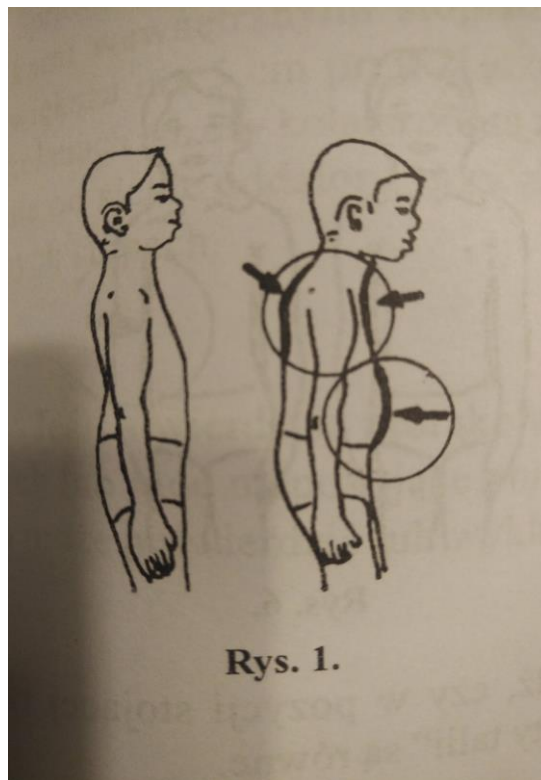


GIMNASTYKA KOREKCYJNA
ZADANIE 1 - SPRAWDZIAN SYLWETKI

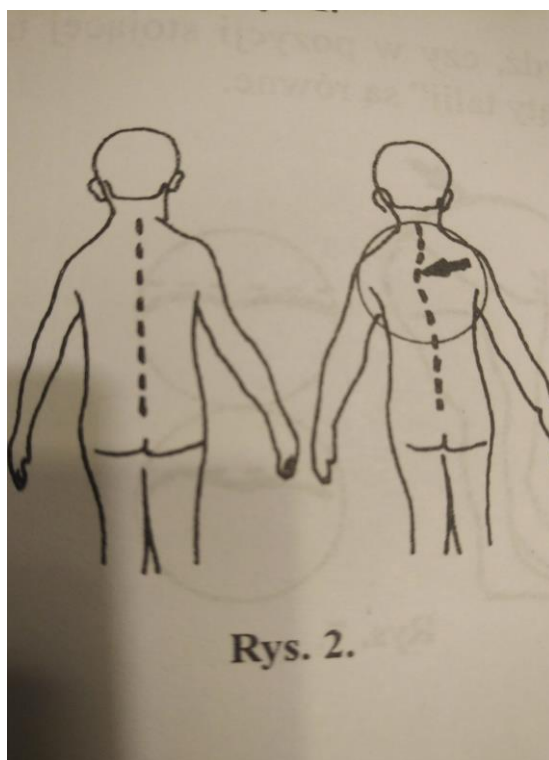
Zachęcam państwa do sprawdzenia sylwetki swojego dziecka.

Poniżej przedstawiam na co zwrócić uwagę wspomagając się rysunkami aby ocenić stan sylwetki dziecka.

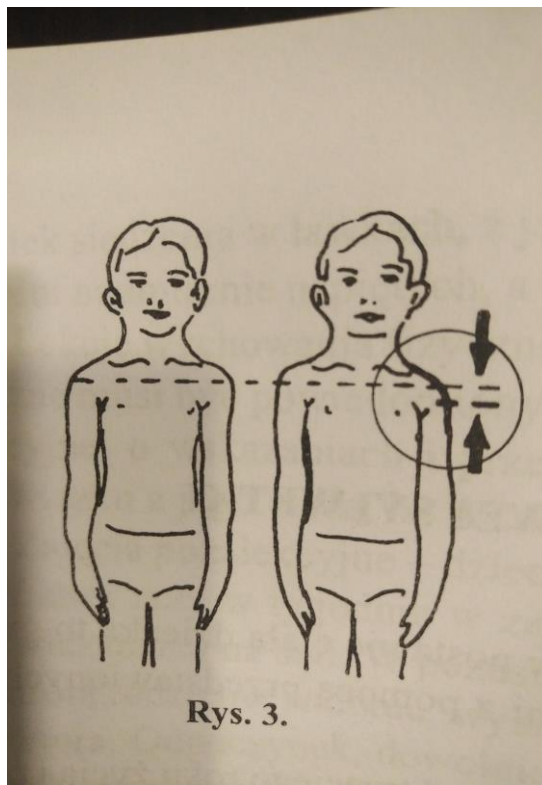
Podczas badania dziecko powinno przyjąć naturalną, luźną postawę.



Ustaw dziecko bokiem. Sprawdź czy nie ma nadmiernego pochylenia głowy do przodu lub zaokrąglonych pleców, czy zbyt wypiętego brzucha. rys 1

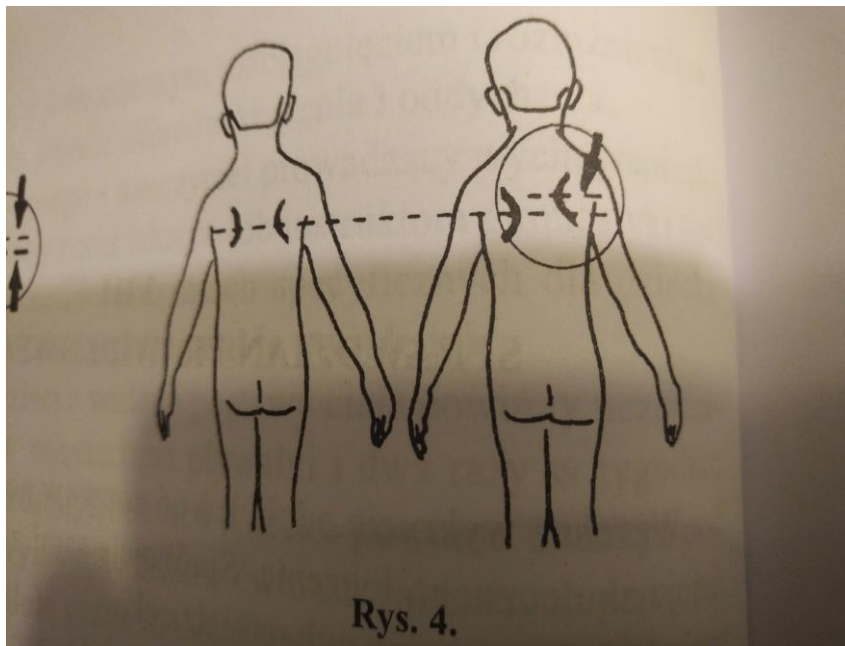


Sprawdź czy w swobodnej stojącej pozycji linia kręgosłupa jest prosta. rys 2



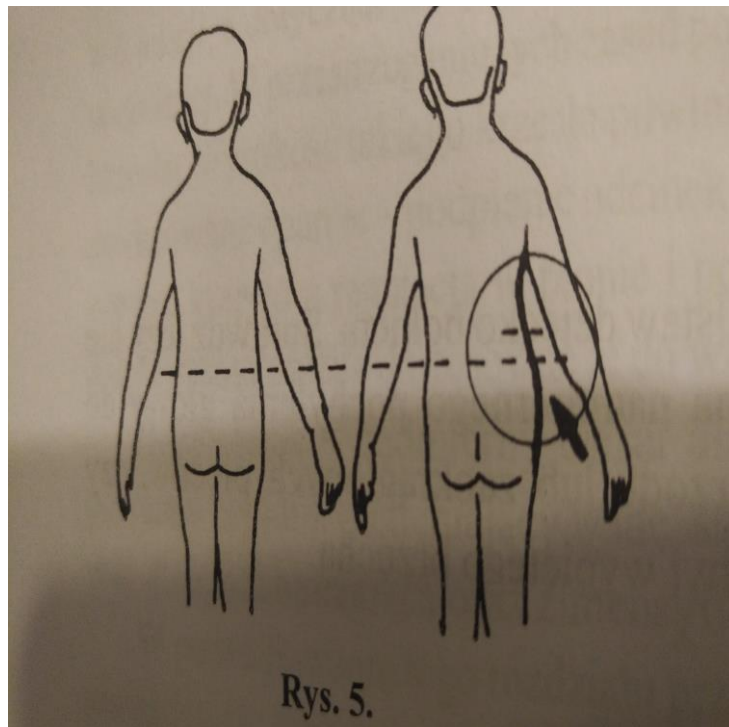
Rys. 3.

Sprawdź czy w pozycji stojącej barki są na tej samej wysokości. rys 3

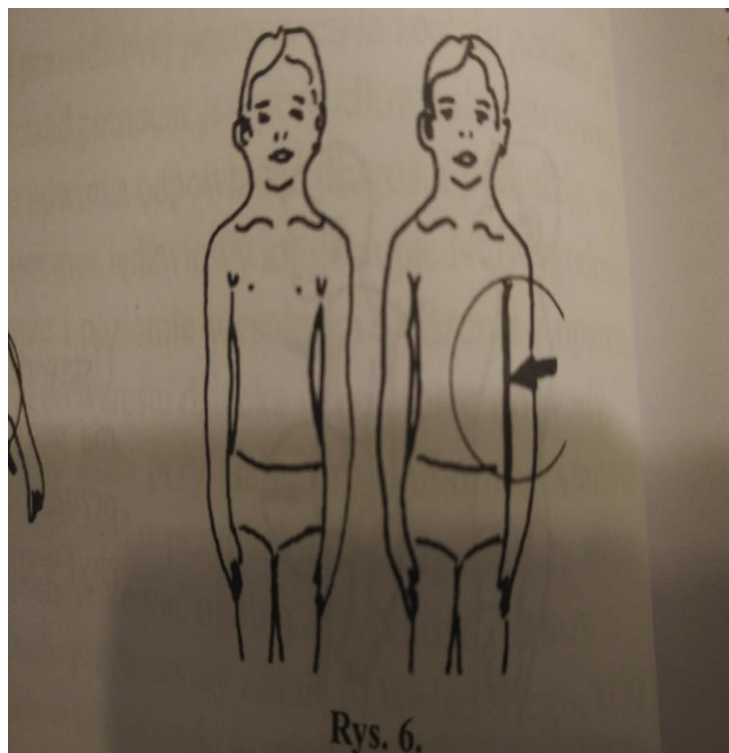


Rys. 4.

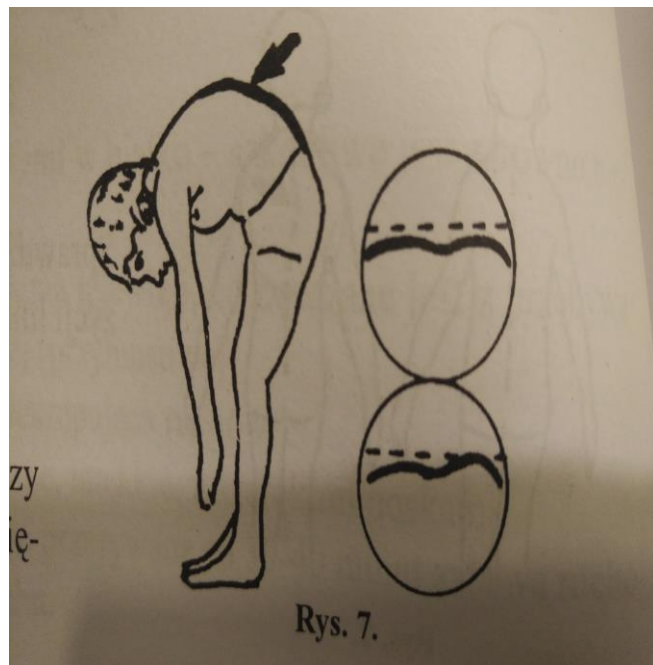
Oglądając dziecko od tyłu, sprawdź czy łopatki są na jednej linii, czy nie są odstające. rys 4



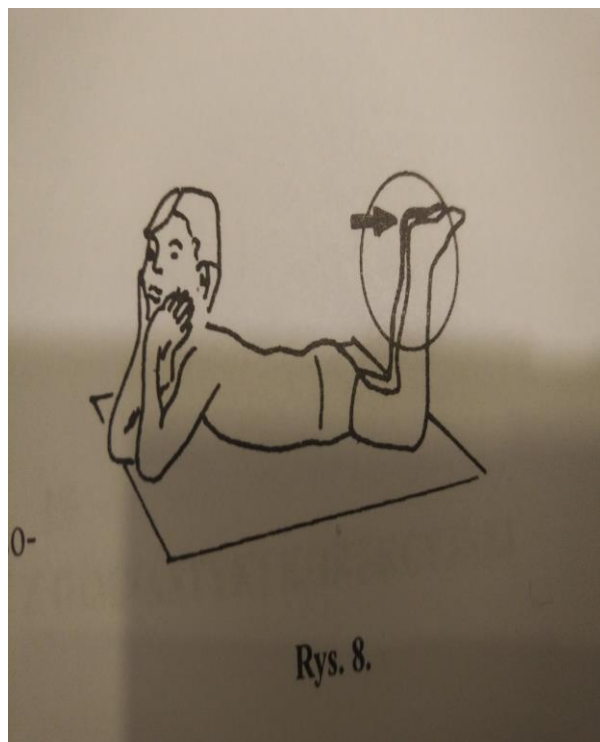
Sprawdź czy w pozycji stojącej biodra są na tym samym poziomie. Rys 5



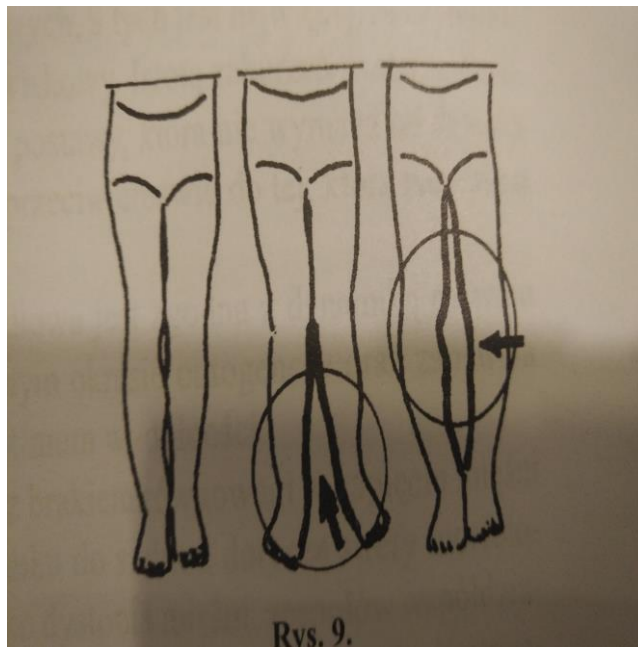
Sprawdź czy w pozycji stojącej „trójkąty talii” są równe. Rys 6



Sprawdź, stojąc za dzieckiem, czy nie ma różnicy w wysokości między prawą a lewą stroną ciała.
Rys 7



Zobacz czy nie ma różnicy w wysokości ustawienia stóp. Rys 8



Sprawdź czy odległość między kostkami wewnętrznymi stóp nie jest większa niż 5 cm przy złączonych kolanach lub czy kolana nie są znacznie od siebie oddalone przy złączonych stopach.

Rys 9

Jeśli stwierdzisz którąkolwiek nieprawidłowość z wyżej wymienionych lub inne niepokojące objawy to oznacza, że czas na wizytę dziecka u ortopedy.