

# ***Základy Vojtovy metody***

## ***3 základní kapitoly :***

- Vývojová kineziologie – ontogenetický vývoj člověka***
- Diagnostika***
- Terapeutický systém***

*Předmět: Metody kinezioterapie, 3Bc, ZS*

*Téma: Základy Vojtovy metody*

*Zouňková, Syslová*

# *Terapeutický systém*

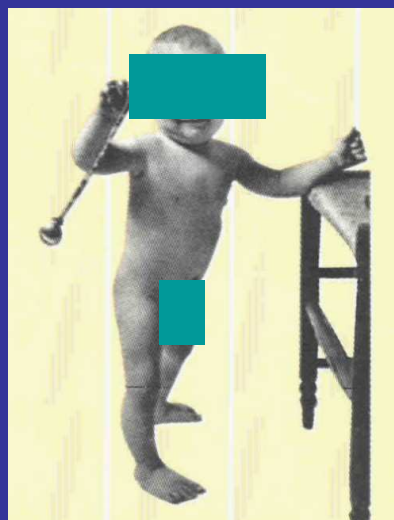
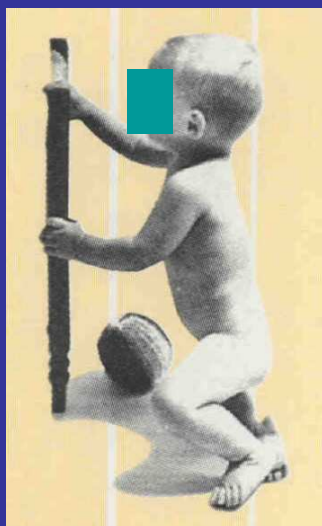
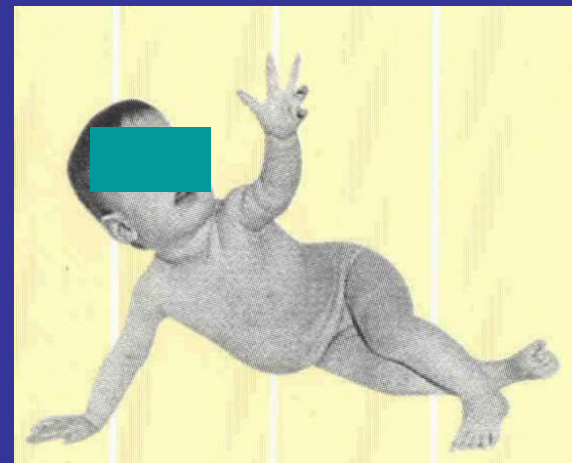
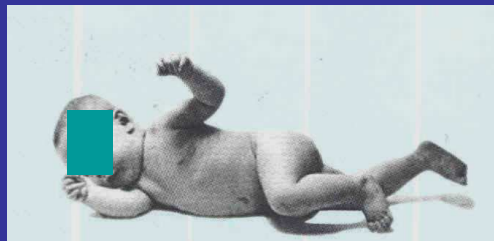
## *3 terapeutické modely:*

- *Reflexní plazení*
  - *Reflexní otáčení*
  - *1. pozice*
- 
- ✓ *Globální, nevyskytující se v motorické ontogeneze*
  - ✓ *Umělé, obsahující dílčí modely ontogeneze dítěte*
  - ✓ *Vzájemně nenahraditelné*

# *Terapeutický systém reflexní lokomoce = pohyb vpřed*

*Obsah modelů:*

- ✓ *Zkřížený vzor*
- ✓ *Dílčí modely obsažené v lidské vertikále*




# *Aktivace*

- *Nezávisle na vůli jedince*
- *Nezávisle na vědomě chtěném pohybu*
- *Pohyb se neučí*



*Základní motorický program*

# *Aktivace*

*aference*  *eference*

- *Výchozí poloha*
- *Kombinace aktivačních zón*
- *SET VZRUCHŮ DO CNS - PRODLEVA,  
ZPRACOVÁNÍ V CNS - POHYBOVÁ REAKCE  
CHARAKTERU PROGRAMOVÝCH RUTIN  
(posturální, lokomoční připomínající volní  
pohyby)*
- *ZAJIŠTĚNO SVALOVOU KOKONTRAKCÍ*
- *CNS - AKTIVACE OD NEJNIŽŠÍCH PO  
NEJVYŠŠÍ ŘÍDÍCÍ ROVINY*

# *Aktivace*

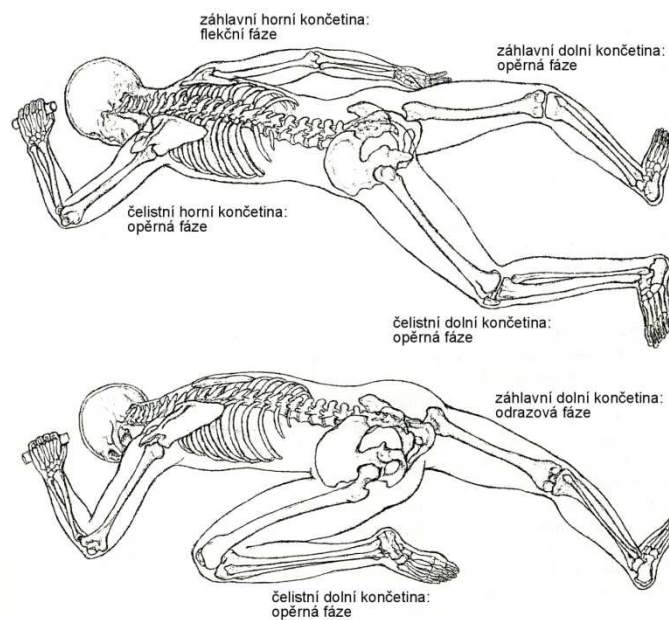
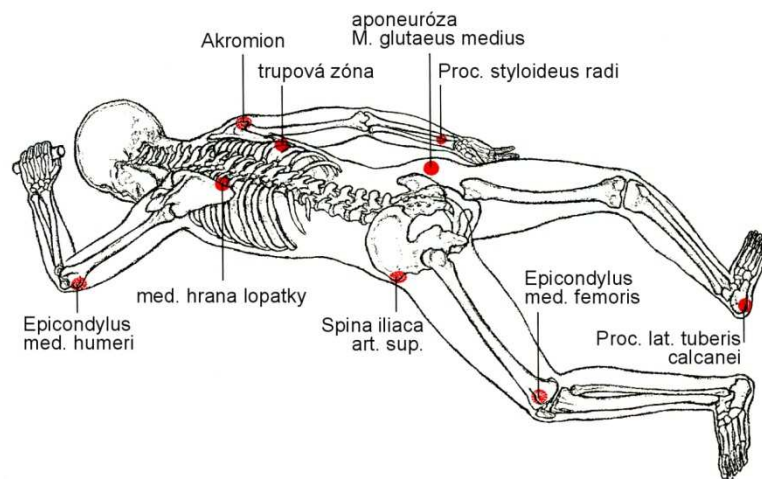
## *3 základní polohy:*

- ✓ *Na bříše*
- ✓ *Na zádech*
- ✓ *Na boku*
- *Úhlové nastavení tělesných segmentů*

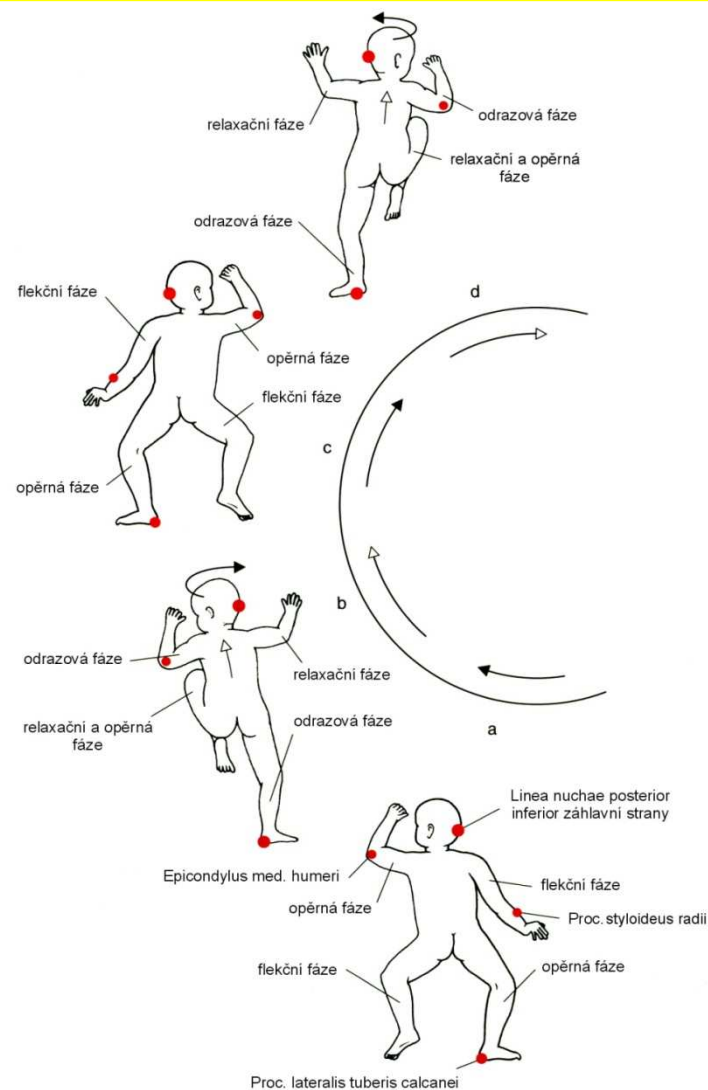
## *Aktivační zóny: 10*

- ✓ *Horní končetiny*
- ✓ *Dolní končetiny*
- ✓ *Trup*
- *Kombinace*
- *Tlak*
- *Tah*
- *Odpor*

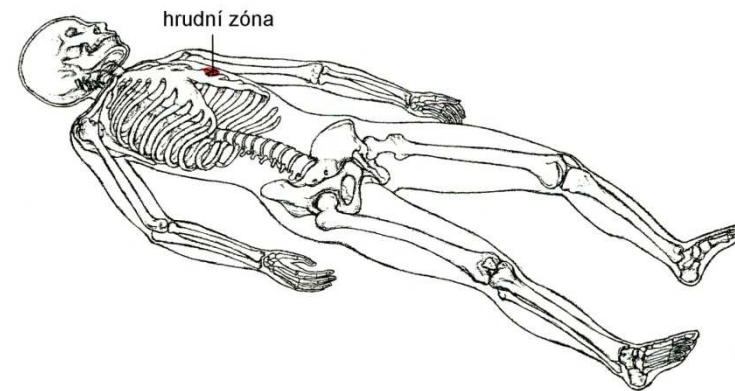
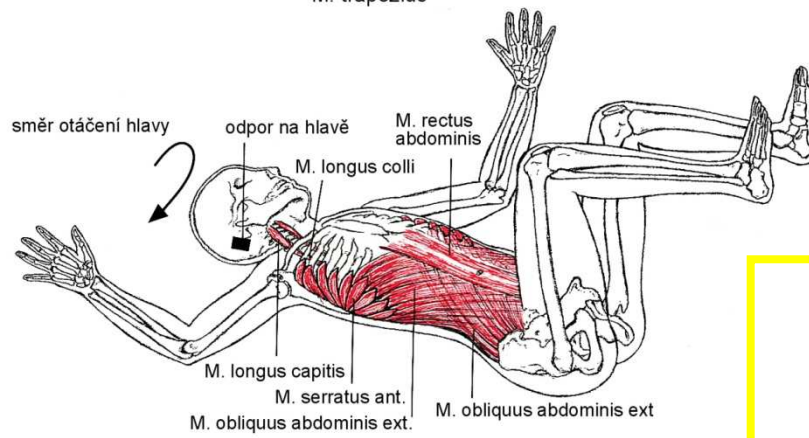
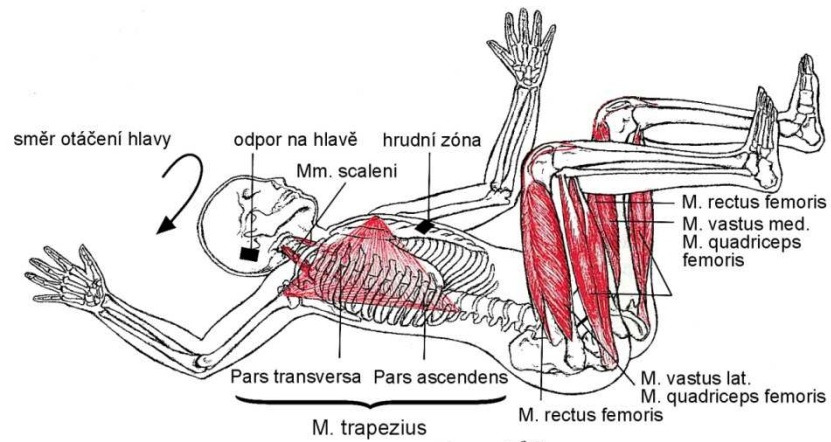
*30 variací poloh*



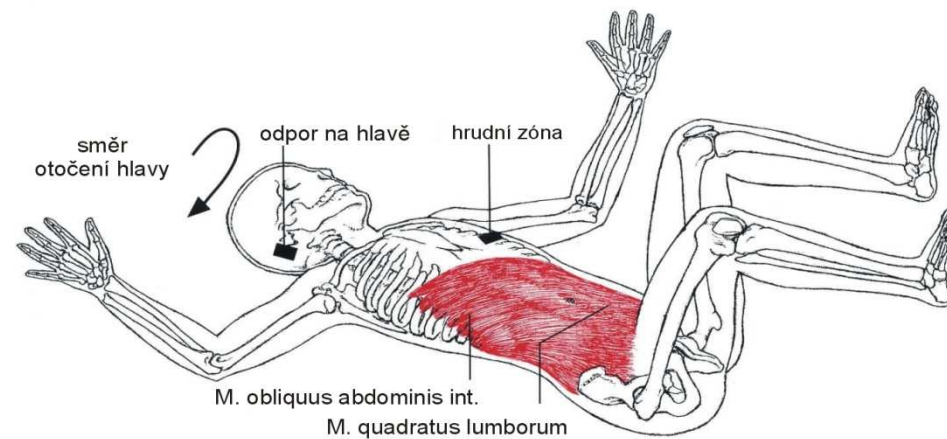
## Reflexní plazení





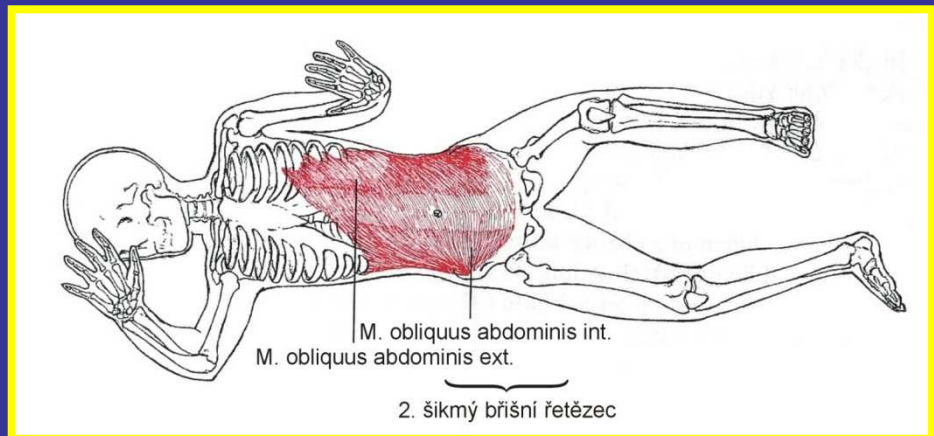
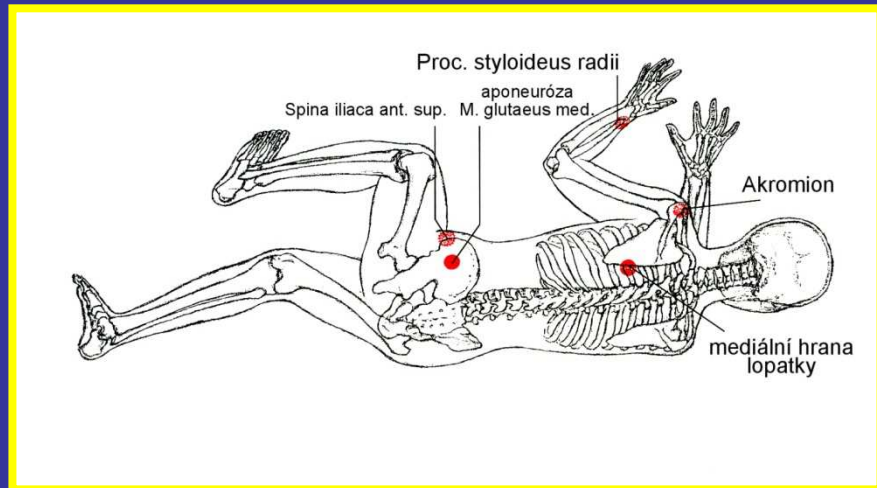
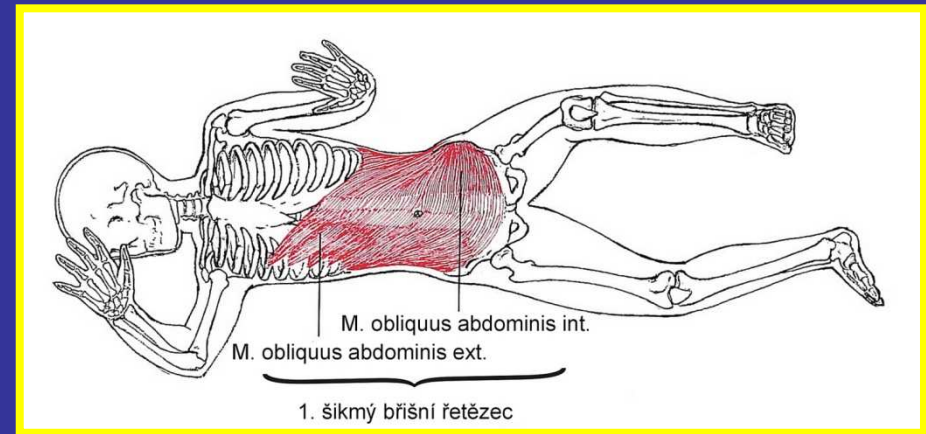
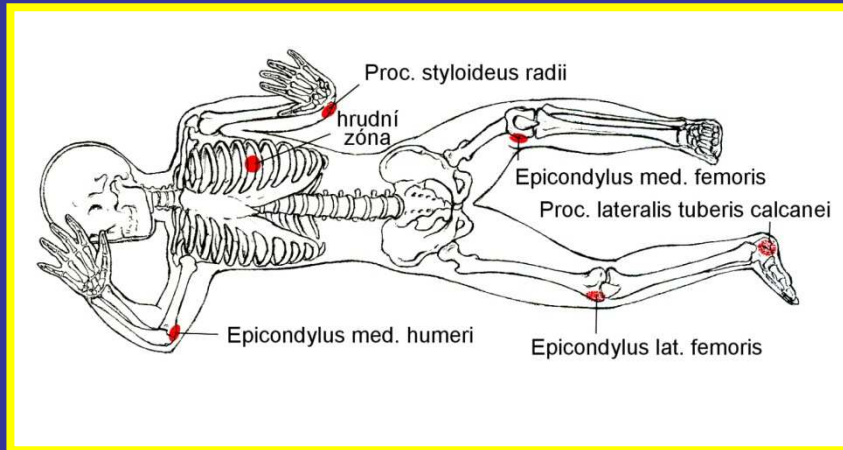


## Reflexní otáčení



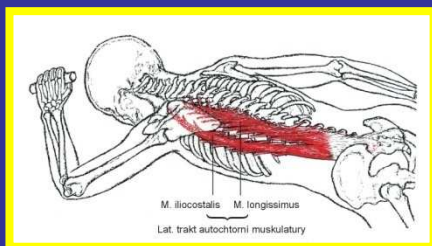


# Reflexní otáčení

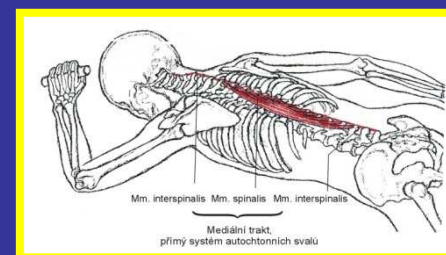


# *Aktivace - aference*

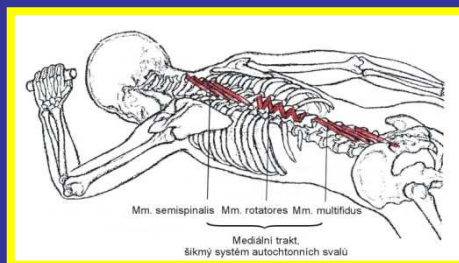
- *Dráždění proprioreceptorů - neznají adaptaci*
- *Dráždění interoreceptorů, exteroceptorů*
- ✓ *Autochtonní muskulatura - obsahuje nejvíce proprioreceptorů*



## *Autochtonní muskulatura (dle Vojty)*



- vzpřímení osového orgánu v poloze na zádech, na boku, na břiše
- nastavení páteře do středního postavení v podélné ose těla
- *rotační a fixační funkce páteře*
- *elasticita podélné osy těla*
- optimální aktivace muskulatury klíčových kloubů a ostatní muskulatury skeleterárního systému



# *Aktivace*

- *aktivace celé příčné pruhované svaloviny*
- *funkční centrace kořenových kloubů*
- *lokalizace a pohyb těžiště*
- *mimovolní opora a vzpřímení v opěrných zónách*
- *lokomoční pohyb (nákrok, odraz, pohyb hlavy a trupu ve směru lokomočního pohybu)*
- *Ovlivnění systémů :*
  - *dechový*
  - *vylučovací*
  - *orofaciální hybnost ( řeč, polykání.....)*

# *Délka a frekvence terapie dle Vojty*

## *Délka cvičební jednotky:*

- *Nedonošenci - aktivace*
- *1. trimenon - do 5 minut*
- *2. trimenon - 5 - 10 min.*
- *3. trimenon - 10 - 15 min.*
- *4. trimenon - 10 - 20 min.(max. 20 min. je strop)*
- *Dospělí - 1 terapie = 40 min.*

## *Individuální přístup: zohledňujeme*

- *výkonnost dítěte*
- *váhu (informace o konstituci dítěte)*
- *vývojový věk (do 1 roku odečítat předčasný věk)*
- *mentální stav (ubrat na čas je-li dítě mentálně postižené)*

### Frekvence terapie:

- 4x denně - plná dávka
- 3x denně -  $\frac{3}{4}$  dávka
- 2x denně -  $\frac{1}{2}$  dávka
- 1x denně



*udržovací dávka - vývoj dítěte nepostupuje dopředu  
(období relativní stability, velmi individuální)*



Období relativní stability: dobrý příjem potravy, dítě váhově přibývá

Období růstu: 6.-7. rok, puberta; dítě rychle vyrostе, může se zhoršit nález na pohybovém aparátu, proto vhodné opět zvýšit frekvenci

Do 3 let věku dítěte vhodná frekvence 4x denně.

Individuální přístup: zohledňujeme

- výkonnost dítěte
- spontánní pohybovou aktivitu
- celkové zatížení
- mentální stav

Retardační kvocient:

$$RQ = \frac{VV \text{ (vývojový věk)}}{KV \text{ (kalendářní věk)}}$$

*Norma: 1*

*Rychlost vývoje: prognosticky důležité pro rodinu znát  
při dodržování frekvence a dávky sedá určit*

*Možno hodnotit i dle vývojových stádií podle Vojty (jak rychle  
se dítě přesune z jednoho vývoj. stádia do druhého, jak dlouho  
mu to trvá).*

# *Indikace*

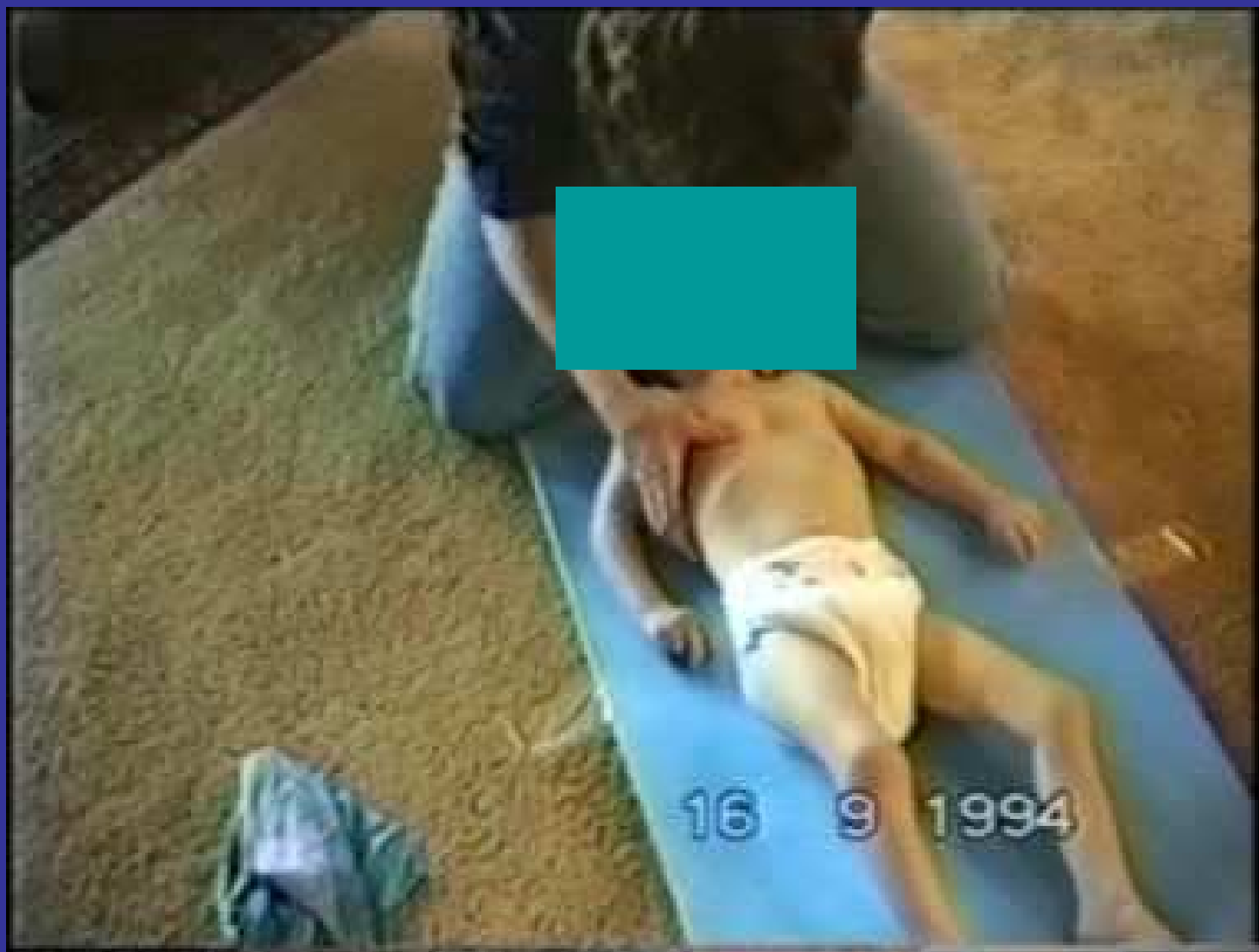
- *Centrální koordinační porucha*
- *Cerebrální parézy*
- *Periferní parézy*
- *Svalová onemocnění*
- *Skolióza*
- *Dysplázie, luxace kyčelních kloubů*
- *Problémy dýchacího systému, polykacích a žvýkacích funkcí, atd.*

# *Kontraindikace*

- *Akutní horečnaté stavy, zánětlivé stavy*
- *Specifická onemocnění - osteoporóza*
- *Těhotenství*
- *5 dní po očkování*



*Video - 4letá dívka, dyskinetická forma DMO, spontánní hybnost na zádech a bříše*



*Video - 4letá dívka, dyskinetická forma DMO, reflexní otáčení 1*





*Video - 4letá dívka, dyskinetická forma DMO, reflexní plazení*

## *Použitá a doporučená literatura*

- *Vojta, V.: Mozkové hybné poruchy v kojeneckém věku, Grada, 1993*
- *Vojta, V., Peters, A.: Vojtův princip, Grada, 1995*
- *Kolář, P. et al.: Rehabilitace v klinické praxi, Galen, 2009*
- *Orth, H.: Dítě ve Vojtově terapii. 2009. České Budějovice: KOPP nakladatelství*
- *[www.rl-corpus.cz](http://www.rl-corpus.cz)*