1. Anna
Pierwszy dni życia dziecka są wyjątkowymi chwilami. Zazwyczaj to te dzieci tylko są karmione i śpią. Tak wygląda ich życie, minimum przez pierwsze dwa tygodnie. Gdy dziecko zaczyna interesować się otoczeniem, otwiera oczy, szuka kontaktu to jak najbardziej można położyć dziecko na matę i zawiesić nad nim kontrastowe pałąki z bardzo subtelnymi zabawkami, lekkimi. Jest ono jeszcze zbyt małe,żeby sięgnąć rączką, ale układ wzrokowy już chłonie docierające do dziecka bodźce.

2. Zuza
Już odpowiadałam na webinarze na to pytanie :) trzymam kciuki za oddelegowanie ;)

3. Natalia
Powtórzę, mata Skip-Hop. Bardzo polecam.

4. Patrycja
Zachęcam do odwiedzenia mojego profilu w social media. Filmiki na temat podnoszenia  <https://www.instagram.com/tv/B-rQal_JgJu/?igshid=YmMyMTA2M2Y=>
<https://www.instagram.com/tv/B-zDtfFpEUp/?igshid=YmMyMTA2M2Y=>
Najlepiej wytłumaczą jak podnosić niemowlę :)

5. Ola
Na to pytanie też już odpowiadałam na webinarze, ale powtórzę jeszcze raz gdyż to jest bardzo ważna kwestia. Najczęstszymi objawami wzmożonego napięcia mięśniowego to:
-Rozdrażnienie
-W leczeniu na brzuchu nagle, niekontrolowane obroty na plecy
-Niemożność wykonania obrotu z pleców na brzuch
-Prężnie kończyn dolnych
-Odginanie główki i rączek do tyłu
-Unoszenie wysoko obręczy barkowej, tak,że prawie nie widać szyi
-Ogólny niepokój
-zaciskanie piąstek
-Zaburzenia snu
Ile dziecko powinno spać ? To cecha indywidualna. Są śpiochy, które śpią po 2-3 razy dziennie po 2 h, a są dzieci, które robią "turbo drzemki" 2-3 razy po 15 minut.

6. Kasia
Oczywiście,że nie polecam. Uważam,że są to wydane pieniądze w błoto. Chodziki zaburzają naukę prawidłowego wzorca chodu, wcale tej umiejętności nie przyspieszając. Dziecko ma tendencję do nieobciążania całej stopy, bardzo często dzieci "chodzikowo-jezdzikowe" chodzą na palcach. Nie kontrolują miednicy. Zaburzają czujność i gotowość do reakcji obronnych.
Zdecydowanie mówię nie.

7. Monika
Bardzo trudna sprawa. Ciężko mi tutaj cokolwiek Pani poradzić, z tego względu,że dziecko już jest duże, zdążyło się przyzwyczaić do takiego trybu zasypiania. Chodź wiem po swojej córce,że jesteśmy w stanie wszystkiego oduczyć, trzeba konsekwencji, chęci i determinacji. Chce kontaktu z mamą, poczucie bezpieczeństwa i przynależności to coś, co chce dać każda mama swojemu dziecku. Natomiast poruszając tę kwestię mogę domniemać,że jest to element Waszego życia, który Wam nie daje spokoju i macie chęć go zmienić. Do dzieła ;) nie odkładajcie tego na pozniej.

8. Anita
Sposobów na wzmacnianie mięśni brzucha już u chodzących dzieci jest mnóstwo.
Można zastosować ćwiczenia na piłce fitnessowej dużej, np sadzając dziecko i dynamicznie i szybko wychylać go trzymając za uda (nogi) we wszystkie strony.
Albo pobawić się z dzieckiem w niedźwiadki i chodzić na dłoniach i stopach z uniesioną pupa w górze.
Bądź można sobie położyć dziecko na swoje uda (rodzic siedzi z wyprostowanymi nogami do przodu) i bawić się w podnoszenie się do siadu typu "daj mamie buziaka", "nałóż mamie na główkę zabawkę". Dziecko ma za zadanie podnieść się bokiem i usiąść z leżenia.
Dobrym ćwiczeniem również będzie gdy dziecko siedzi na naszych udach, jak w ćwiczeniu powyższym, i zachęcimy go do "odłożenia" się z powrotem do leżenia na plecach. Ojjj musi brzuszek popracować, aby w sposób kontrolowany się położyć ;)