Суть Войта–терапії полягає в тому, аби змусити мозок активізувати зразки руху і скоординувати їх з мускулатурою тулуба і кінцівок.

Як відомо, вродженими є такі зразки руху, як повзання та перевертання.

Ми вже говорили, що перша річ, яку робить дитя – це перевертатися.

Дитя починає виконувати перевороти на 5-м – 6-м місяці життя, нашим же з вами дітям потрібно допомогти пригадати, як це робиться. Тож поглянемо, як це робиться

Крок 1

Перший крок починається в положенні лежачи на спині, руки і ноги витягнуті. Через подразнення в зоні грудной клітини ми маємо досягнути поворот у бік. Точка знаходиться на лінії перетину від кінця грудини та сосковой лінііі. Ставимо палець на ребро і здійснюємо тиск на ребро в напрямку протилежного плечового суглоба. Силу тиску пальця визначаємо залежно від стану дитини.

Очікувані реакції:

- витягування хребта;

- згинання ніг в тазостегновому, колінному і гомілковостопному суглобах;

- утримування ніг проти сили тяжіння;

- підготовка рук до опорної функції;

- рух очей та піднятих вгору ніг у бік повороту;

- вільний рух очей в сторони;

- включення ковтальних рухів;

- активізуються м'язи, що відповідають за дихання, мускулатуру живота.

Крок 2

Друга фаза рефлекторного перевертання виробляється в положенні на боці. Верхня рука розташовується уздовж тіла. Нижня відведена від корпусу на 90 градусів. Так передпліччя та нога служать опорой тілу.

Використовуємо дві або три зони Це зона на внутрішньому краю лопатки. Друга - це верхня передня ость право клубової кістки, це зона таза. Третя - внутрішній мищелок плечової кістки. Стабілізуємо положення спини. Стимулюємо перевертання з положення на боку в положення на животі. Рух закінчується, коли процес перевертання завершується процесом повзання.

Очікувані реакції:

- хребет розтягується під час загального процесу перевертання;

- голова стримується проти сили тяжіння;

- постійно збільшується опорна функція в лежачому внизу плечі у напрямі кисті і в лежачому внизу тазу у напрямі ноги;

Рефлекторне повзання – це руховий процес, яким дитя без порушення функцій руху починає виконувати в 8-9 місяців. Цей процес містить в собі наступні складові:

Управління положенням тіла.

Випрямлення проти сили тягаря.

Цілеспрямовані крокові рухи рук і ніг.

Це те, до чого ми прагнемо, стимулюючи повзання під час занять войта-терапией.

Крок 3

Стимуляція повзання

Терапевт укладає дитя на живіт, голівка доторкається поверхні і повернена убік! Тут дуже важлива хрестоподібна послідовність, при якій одночасно рухаються права нога і ліва рука або навпаки. Саме протилежність кінцівок підтримує тіло і рухає його вперед.

Очікувані реакції:

- активізуються м’язеві і вирівнюючі механізми організму, необхідні для опори, хапання, вставання і ходи;