

### Τυπικό

### Μη τυπικό

#### Ύπτια θέση

- Παρουσιάζει καλή μέση γραμμή και συμμετρία της κεφαλής, οφθαλμών, άνω άκρων και κάτω άκρων.
- Εμπλέκεται οπτικά με το αιωρούμενο αντικείμενο και σηκώνει τα χέρια ενάντια στην βαρύτητα.
- Παρουσιάζει συχνή αντιβαρική κίνηση στα άνω και κάτω άκρα, μη σχετιζόμενα (κινητικά), πλέον από έναν πιο σταθερό κορμό.



- Παρουσιάζει ασυμμετρία κεφαλής με κλίση προς μια πλευρά, ασυμμετρία άνω και κάτω άκρων και καμπυλωτό κορμό.
- Δεν παρουσιάζει μια ισορροπημένη εικόνα μεταξύ καμπτικών και εκτατικών κινήσεων.
- Πραγματοποιεί τυχαίες κινήσεις στα άνω άκρα, χωρίς αναμενόμενη αντιβαρική κίνηση.
- Δεν εντοπίζει και δεν ακολουθεί, οπτικά, ένα αιωρούμενο αντικείμενο.



#### Πλάγια θέση

- Χρησιμοποιεί τα άνω και τα κάτω άκρα, ξεχωριστά, με σκοπό να διευκολυνθεί στο ρολάρισμα.
- Παραμένει ξαπλωμένο σε πλάγια θέση λόγω της ισορροπημένης εικόνας που εμφανίζουν οι πρόσθιοι και οι οπίσθιοι μύες του κορμού.
- Κάνει ανύψωση της κεφαλής και του άνω κορμού από την επιφάνεια ως προετοιμασία για ανεξάρτητο ρολάρισμα.



- Κατά το ρολάρισμα, το άνω άκρο (αυτό που δεν ακουμπάει στην επιφάνεια), παρουσιάζει βραδύτητα.
- Δεν διατηρεί την πλευρική στάση. Ο έλεγχος της θέσης του είναι ανεπαρκής.
- Αδυνατεί να ανυψώσει την κεφαλή και των άνω κορμό από την επιφάνεια.



#### Πρηνή θέση

- Τοποθετεί τους αγκώνες και τους βραχίονες προς τα εμπρός, με τους αγκώνες να βρίσκονται πιο μπροστά από τους ώμους
- Παρουσιάζει σημαντική εξέλιξη όσον αφορά την έκταση και την προσαγωγή των κάτω άκρων.
- Φέρνει τα χέρια προς τα εμπρός με σκοπό να πιάσει ένα αντικείμενο και γυρίζει την κεφαλή ανεξάρτητα για να ακολουθήσει το αντικείμενο.
- Ο εκτείνων μυς



- Οι γοφοί είναι σε κάμψη και μετατοπίζουν το βάρος προς τα εμπρός, ενώ ταυτόχρονα έχει τοποθετήσει τους αγκώνες πίσω από τους ώμους.
- Χρησιμοποιεί μόνο την έκταση του αυχένα αντί για την φόρτωση βάρους στα αντιβράχια, καθώς και η ανύψωση της κεφαλής είναι αδύνατη.
- Δεν μπορεί να κάνει σωστή κατανομή βάρους στα κάτω άκρα.



#### Μετακίνηση από Ύπτια σε Καθιστή θέση

- Κατά την μετακίνηση από ύπτια σε καθιστή θέση, δεν υπάρχει καθυστέρηση της κεφαλής καθώς και διατηρείται στην μέση γραμμή.
- Σηκώνει τα κάτω άκρα και ενεργοποιεί τους μυς του κορμού με σκοπό να βοηθηθεί κατά τον ελιγμό.
- Τραβάει προς τα εμπρός με τα δύο χέρια και τους κοιλιακούς για να βοηθήσει περπατώντας στο τραβήγμα για να καθίσει.



- Κατά την μετακίνηση από ύπτια σε καθιστή θέση, παρουσιάζει καθυστέρηση κεφαλής και δεν μπορεί να διατηρήσει την κεφαλή υψωμένη όταν βρίσκεται σε καθιστή θέση.
- Δεν υπάρχει συμμετοχή από την άνω άκρα καθώς δεν τραβάει με αυτά με σκοπό να βοηθηθεί κατά τον ελιγμό.
- Φαίνεται να μην αναμένει την τον ελιγμό για να μεταφερθεί από ύπτια σε καθιστή θέση.



### Τυπικό

### Μη τυπικό

#### Κάθιση

- Παρουσιάζει καλό χειρισμό της κεφαλής και καλή τοποθέτηση στην μέση γραμμή.
- Χρειάζεται υποστήριξη μόνο στα ισχία και στην λεκάνη. Η μέση θωρακική μοίρα της σπονδυλικής στήλης είναι σε έκταση.
- Αρχίζει να πραγματοποιεί πρόσθιες και οπίσθιες κινήσεις σε επίπεδες επιφάνειες και επιστρέφει από μπροστινή κάμψη των ισχίων σε κατακόρυφη κάθιση.



- Δεν μπορεί να πραγματοποιήσει ανύψωση της κεφαλής και αδυνατεί να την γυρίσει δεξιά και αριστερά με σκοπό να εστιάσει ή να παρατηρήσει.
- Χρειάζεται πλήρη υποστήριξη στον κορμό για να διατηρηθεί σε καθιστή θέση.
- Χρησιμοποιεί τα άκρα του με σκοπό να διατηρήσει την στάση, αντισταθμίζοντας την μειωμένη εγγύτητα.



#### Οριζόντια Αιωρούμενη Θέση

- Η κεφαλή είναι όρθια στις 45 μοίρες, σταθερή και στην μέση γραμμή και ο αυχένιας και ο κορμός σε έκταση.
- Ο κορμός εκτείνεται στην οσφυϊκή μοίρα της σπονδυλικής στήλης και στην ωμοπλάτη.
- Κουνάει τα άνω και κάτω άκρα με άνεση.

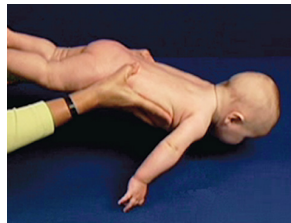


- Διατηρεί την κεφαλή ψηλά για σύντομο χρονικό διάστημα αλλά δυσκολεύεται να την διατηρήσει στην μέση γραμμή.
- Δεν είναι ικανό να διατηρήσει τον θωρακικό κορμό σε έκταση και επίσης δεν εμφανίζει έκταση στα ισχία.
- Δεν είναι ικανό να διατηρήσει τον κορμό σε έκταση όταν κουνάει τα άνω και κάτω άκρα.



#### Προστατευτική Έκταση

- Κατά την κλίση προς τα εμπρός, εκτείνει αυχένα, κορμό και γοφούς.
- Δεν μπορεί να φέρει τα άνω άκρα προς τα εμπρός, προς την επιφάνεια, καθώς τα χρησιμοποιεί για να διατηρήσει την έκταση στον κορμό.



- Κατά την κλίση προς τα εμπρός, δυσκολεύεται να διατηρήσει τον αυχένα, τον κορμό και τα ισχία σε έκταση.
- Για να διατηρήσει την έκταση και να αποφύγει να χτυπήσει την κεφαλή, εμφανίζει υπερβολική ασυμμετρία και βραχιόνες σε κάμψη.



#### Όρθια Θέση

- Διατηρεί τους γοφούς ακριβώς πίσω από τους ώμους.
- Εκτείνει στην κάτω θωρακική και οσφυϊκή μοίρα της σπονδυλικής στήλης αλλά δεν υπάρχει πλήρης έκταση στα ισχία.
- Διατηρεί την σωστή στάση σώματος με ελάχιστη υποστήριξη στον κάτω κορμό με σκοπό να καταφέρει να ισορροπήσει.



- Χρειάζεται υποστήριξη στην άνω θωρακική περιοχή με σκοπό να διατηρηθεί στην όρθια θέση.
- Πραγματοποιεί διαλλειματικές εκτατικές κινήσεις με σκοπό την ανύψωση της κεφαλής.
- Οι ώμοι παραμένουν αρκετά πιο μπροστά από τους γοφούς.
- Ο έλεγχος στο ισχίο και στον κορμό είναι ανεπαρκής και έτσι δεν είναι ικανό να διατηρήσει το βάρος του στην όρθια θέση.

