

Stimulationsforslag og lejrning ved foretrukken hovedrotation mod højre



Lejrning

Placer et fast sammenrullet håndklæde langs højre side af kroppen, så barnet støttes i at ligge med hovedet drejet mod venstre. Det er vigtigt barnet ikke kan trille rundt på maven og ikke får det for varmt.

Vær opmærksom på, underlaget barnet ligger på ikke er for blødt.



Ideer til hvordan I kan sidde med og bære barnet

Bær altid barnet, så det drejer hovedet mod venstre. Det kan foregå ved at bære barnet over højre skulder, så det får mulighed for at kigge mod venstre.

Sid med barnet som vist på tegningen, hvor barnet har hovedet drejet mod venstre.



Støt barnet i at dreje hovedet mod venstre, mens I har det liggende på maven på jeres arme.



Hovedrotation mod venstre

Placer barnet på et fast underlag (f.eks. en yoga-måtte). Støt barnet på højre skulder, og drej roligt barnets hoved mod venstre, så venstre øre nærmer sig underlaget. Hold strækket så længe som muligt, gerne op til 30 sek., og gentag min. en gang. Udspændningen skal gentages min. tre gange dagligt.



Sidebøjning mod højre

Støt barnet på venstre skulder med hovedet i midtlinje. Før roligt barnets hoved ned mod højre side, så højre øre nærmer sig højre skulder. Hold strækket så længe som muligt, gerne op til 30 sek., og gentag min. en gang. Udspændningen skal gentages min. tre gange dagligt.



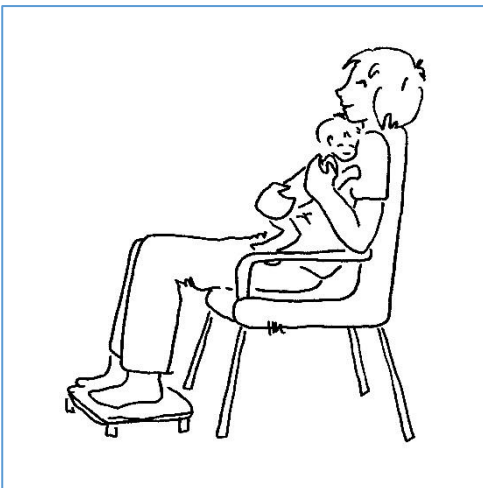
Bær barnet, så barnet er sideliggende. Støt barnets hoved og skulder som vist på billedet, så der kommer et let stræk på muskulaturen på venstre side af halsen.

Stimulationsforslag og lejring ved foretrukken hovedrotation mod venstre



Lejring

Placer et fast sammenrullet håndklæde langs venstre side af kroppen, så barnet støttes i at ligge med hovedet drejet mod højre. Det er vigtigt barnet ikke kan trille rundt på maven og ikke får det for varmt. Vær opmærksom på, underlaget ikke er for blødt så barnet frit kan dreje hovedet.



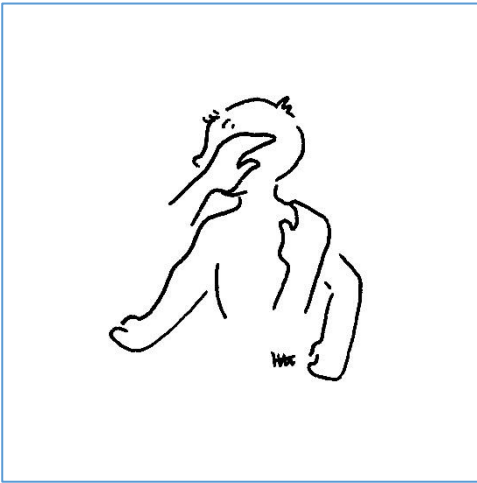
Ideer til hvordan I kan sidde med og bære barnet

Bær altid barnet, så det drejer hovedet mod højre. Det kan foregå ved at bære barnet over venstre skulder, så det får mulighed for at kigge mod højre.

Sid med barnet som vist på tegningen, hvor barnet har hovedet drejet mod højre.



Støt barnet i at dreje hovedet mod højre, mens I har det liggende på maven på jeres arme.



Hovedrotation mod højre

Placer barnet på et fast underlag (f.eks. en yoga-måtte). Støt barnet på venstre skulder, og drej roligt barnets hoved mod højre, så højre øre nærmer sig underlaget.



Sidebøjning mod venstre

Støt barnet på højre skulder med hovedet i midtlinje. Før roligt barnets hoved ned mod venstre side, så venstre øre nærmer sig venstre skulder.