

# 1. Амбулаторная Оценка Северной Звезды (North Star Ambulatory Assessment, NSAA) – Версия 2.0

## Описание теста

NSAA представляет собой программу из 17 пунктов, которая оценивает выполнение различных функциональных навыков по шкале от 0 (неспособен), 1 (выполняет независимо, но с модификациями) и до 2 (выполнено без компенсации).

**ПРИМЕЧАНИЕ: последовательность тестов была изменена для более эффективного проведения оценки.**

- а. Подъем и спуск по лестнице: для подъема на степ-платформу: выполняется шаг вверх правой ногой, шаг вниз правой ногой, затем шаг вверх левой ногой, шаг вниз левой ногой.
- б. Подъем головы выполняется перед тем, как «сесть» и «подняться с пола» во избежание утомления.

## Инструкции по тестированию

- Не следует выполнять вертикальные упражнения при наличии поражения нижней конечности. Однако испытуемый может выполнять упражнения по поднятию головы и по принятию положения сидя, если он в состоянии это делать. Комментарии записывайте на специальном листе.
- Проводите NSAA в нижеприведенном порядке. (Обратите внимание, что порядок был изменен по сравнению с предыдущими версиями для более удобного выполнения теста).
- **НЕ** используйте коврик.
- Для всех упражнений на время (напр. подъем с пола и пробежка на 10 м.) записывайте время в секундах с точностью до одной десятой секунды.
- В целом активность оценивается следующим образом
  - 2 – Норма без явного изменения активности
  - 1 – Измененный способ выполнения теста с достижением поставленной задачи без посторонней помощи
  - 0 – Неспособность самостоятельно выполнить задачу
- Если Вы считаете, что испытуемый способен на более высокие результаты, не точно выполнил задание и лучше его поймет в дальнейшем, можно попросить его повторить задание и, при необходимости, пересчитать баллы.

Если вы не уверены, соответствуют ли результаты выполнения конкретного задания более высоким критериям, поставьте испытуемому более низкий балл.

## Подготовка

- Отмерьте 10-метровую дистанцию в длинном тихом коридоре или комнате. Определите «финишную» линию на расстоянии примерно 11 метров, чтобы испытуемый проходил «через» 10-метровую отметку, не замедляясь перед финишем.
- Обеспечьте свободное пространство на полу размером примерно 3х3,6 м для выполнения других заданий (например, подъем с пола).

## Проведение теста

Тест 1: Положение стоя			
<b>Исходное положение</b>	Стопы должны быть на расстоянии не больше 10 см, пятки по возможности на полу, руки вдоль тела.		
<b>Инструкция</b>	Можешь постоять передо мной как можно дольше и неподвижно в течение 3-х секунд, не отрывая пяток от пола?		
<b>Уточнение по оценке</b>	Считая до 3-х – говорите “и 1, и 2, и 3”, чтобы 3 секунды заканчивались на слове 3. 2 балла – минимум 3 сек		
<b>Активность</b>	2	1	0
<b>Положение стоя</b>	Стоит прямо, неподвижно, симметрично, без компенсации (пятки стоят ровно бедра в нейтральной ротации) минимум 3 сек	Стоит ровно, но с компенсацией, (напр. на мысках или с отведенными ногами, отставленным тазом или согнутыми бедрами и т.д.) минимум 3 сек	Не может стоять ровно или самостоятельно. Нуждается в поддержке (даже минимальной)
<b>Фотографии/Примечания</b>	 <p>2 балла – симметрично пятки ровно</p> 	  <p>1 балл – ассиметрично или с компенсацией</p>	

## Тест 2: Ходьба

<b>Исходное положение</b>	Стоя. Наблюдайте за ходьбой, как минимум 10 шагов в сагиттальной и корональной плоскостях.		
<b>Инструкция</b>	Можешь пройти от А до Б (указать откуда и куда – примерно 2,5–3 м)?		
<b>Уточнение по оценке</b>	1 балл – если пациент ходит в основном на мысках, но иногда опускается на пятки, или может это сделать по просьбе.		
<b>Активность</b>	2	1	0
<b>Положение стоя</b>	Ходит уверенно, переходя с пятки на мысок или на плоской стопе	Постоянно или по привычке ходит на мысках, не может переходить с пятки на мысок	Утрата независимой подвижности, может использовать коленно-голеностопный ортез или ходить на короткие расстояния с помощью
<b>Фотографии/Примечания</b>		 <p>1 балл – привычная ходьба на мысках</p>	

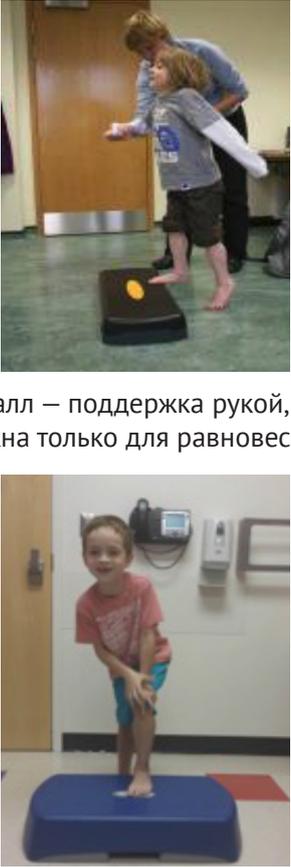
### Тест 3: Подъем со стула

<b>Исходное положение</b>	Сидя на стуле, скамье или ступеньке, руки скрещены на груди, кисти на плечах, ноги достают до пола или опираются на ступеньку. Подберите высоту сиденья, чтобы бедра и колени были под углом 90° по отношению к полу. Ноги врозь на ширине плеч.		
<b>Инструкция</b>	Можешь встать со стула, держа руки скрещенными?		
<b>Уточнение по оценке</b>	Стул подходящего размера (без подлокотников) или регулируемая по высоте опора. В качестве альтернативы можно использовать ступеньку под ногами для достижения правильного начального положения. 2 балла – руки должны быть скрещены на протяжении всего упражнения, чтобы получить 2 балла.		
<b>Активность</b>	2	1	0
<b>Подъем со стула</b>	Может встать со скрещенными руками	С помощью бедер /оттолкнувшись от стула/с поворотом или изменив исходное положение и расширив опору	Не может
<b>Фотографии/Примечания</b>	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  <p>2 балла – встает, скрестив руки, не расширяя опоры</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>1 балл – должен оттолкнуться 2 руками или расширить опору</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>0 баллов – не может подняться из исходного положения 0 баллов – должен изменить положение тела; и/или распрямить бедра, чтобы соскользнуть со стула (не 90/90)</p> </div> </div>		

## Тесты 4 и 5: Стоя на одной ноге (правой или левой)

<b>Исходное положение</b>	Стоя.		
<b>Инструкция</b>	Покажи, сколько ты можешь простоять на правой/левой ноге, руки вдоль тела. Считайте “и 1, и 2, и 3”.		
<b>Уточнение по оценке</b>	2 балла – минимум 3 секунды.		
<b>Активность</b>	2	1	0
<b>Стоя на одной ноге</b>	Может стоять расслаблено (без фиксации) на счет до 3 секунд	Стоит, но или очень недолго, согнув тело набок, или нуждается в фиксации, напр. отведя бедро	Не может
<b>Фотографии/Примечания</b>	 <p>2 балла – расслаблен и никакой фиксации</p>	 <p>1 балл – сгибает ногу за ногой, на которой стоит</p> <p>1 балл – 1 балл – компенсация за счет позы / наклонился на бок</p>	 <p>0 баллов – если должен держаться за стол или за человека для поддержки</p>

## Тесты 6 и 7: СПодъем на ступеньку/степ-платформу с правой/левой ноги

<b>Исходное положение</b>	Стоит напротив ступеньки, пальцы на расстоянии не более 20 см от ступеньки.		
<b>Инструкция</b>	Можешь подняться на ступеньку правой/левой ногой?		
<b>Уточнение по оценке</b>	Ступенька/степ-платформа должна быть высотой 15 см. 1 балл: если нужна опора на руку инструктора (руку держать довольно высоко) только для поддержания равновесия. 1 балл: если опирается рукой на бедро. Если не ясно, делает ли пациент это для сохранения равновесия или для поддержки, предложить опору на руку инструктора и повторить тест. 0 баллов: если опирается всем весом на руку инструктора (одной или двумя руками) или не может подняться на ступеньку.		
<b>Активность</b>	2	1	0
<b>Подъем на ступеньку</b>	Лицом к ступеньке опора не нужна	Поднимается боком / поворачивает тело / Ротация бедра или нуждается в поддержке	Не может сделать самостоятельно
<b>Фотографии/Примечания</b>	 <p>2 балла – лицом к ступеньке</p>	 <p>1 балл – поддержка рукой, нужна только для равновесия</p> <p>1 балл – поворачивает тело или держит руку на бедре</p>	

## Тесты 8 и 9: Спуск со ступеньки/степ-платформы с правой/левой ноги

<b>Исходное положение</b>	Стоя на ступеньке		
<b>Инструкция</b>	Можешь спуститься со ступеньки с правой/левой ноги?		
<b>Уточнение по оценке</b>	<p>Ступенька /степ-платформа должна быть высотой 15 см.                      1 балл: если нужна опора на руку инструктора только для равновесия (руку держать высоко). Если опирается рукой на бедро. Если не ясно, делает ли это пациент для поддержания равновесия или ему нужна поддержка, предложить ему руку и повторить тест. Избегает сгибания опорного сустава (того, что на ступеньке). 0 баллов: если опирается весом на руку инструктора (одной или двумя руками) или не может спуститься..                      Не должен держать руки в карманах.</p>		
<b>Активность</b>	2	1	0
<b>Спуск со ступеньки</b>	Спуск лицом вперед, контроль ноги, на которую приходится вес. Поддержка не нужна.	Боком, сползает вниз или нуждается в руке для равновесия	Не может без более, чем минимальной поддержки Или нуждается в руках для опоры
<b>Фотографии/Примечания</b>	  <p>2 балла — лицом вперед</p>	 <p>1 балл — нужна рука для равновесия. Весом не опирается на руку</p>  <p>1 балл — поворачивается боком для спуска</p>	

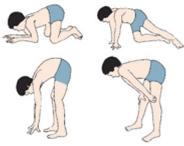
## Тест 10: Подъем головы из положения лежа на спине

<b>Исходное положение</b>	Лежа на полу на спине, руки скрещены на груди кисти на плечах. Не использовать подушку.		
<b>Инструкция</b>	Можешь поднять голову и коснуться подбородком груди, держа руки скрещенными?		
<b>Уточнение по оценке</b>	Попросите пациента держать руки скрещенными на груди, чтобы избежать самопомощи.		
<b>Активность</b>	2	1	0
<b>Подъем головы</b>	Лежа, полный наклон шеи Голову поднимает по центру. Подбородок движется к груди	Голова поднимается за счет бокового наклона, частичного наклона шеи или вытягивания головы вверх без сгибания подбородка	Не может. Нет зазора между головой и поверхностью
<b>Фотографии/ Примечания</b>	 <p>2 балла – подбородок на груди</p>	 <p>1 балл – не удается полный наклон</p>	

## Тест 11: Принять положение сидя

<b>Исходное положение</b>	Лежа на спине на полу, руки вдоль тела. Не использовать подушку.		
<b>Инструкция</b>	Можешь сесть из положения лежа?		
<b>Уточнение по оценке</b>	Задача в том, чтобы перейти к устойчивому удержанию положения сидя, а не сидению на краю опоры. Для оценки 2 допускается использование одной руки или кисти. 1 балл если пациент поворачивается на живот или к полу, чтобы сесть или опирается на две руки. Также 1 балл, если поднимает ноги или раскачивается.		
<b>Активность</b>	2	1	0
<b>Садится</b>	Из положения на спине использует одну руку чтобы оттолкнуться	Использует две руки / подтягивает ноги или поворачивается к полу	Не может
<b>Фотографии/Примечания</b>	  <p>2 балла – садится с помощью одной руки</p>	 <p>1 балл – обеими руками подтягивает ноги</p>	

## Тест 12: Подъем с пола

<b>Исходное положение</b>	Лежа на спине, руки вдоль тела, ноги прямые. Не использовать подушку.		
<b>Инструкция</b>	Можешь сесть из положения лежа?		
<b>Уточнение по оценке</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Дайте следующую устную инструкцию пациенту:</li> <li>• «Когда я скажу «Встать», можешь встать как можно быстрее и стой прямо, руки вдоль тела, как солдат, используя минимум поддержкой»? Дайте команду «На старт, внимание, встать!» и <b>при слове «встать» включите секундомер.</b></li> <li>• Остановите секундомер, когда пациент примет положение стоя с руками вдоль тела.</li> </ul>		
<b>Детали оценки/ Диаграмма</b>  	Первую попытку выполнить задание желательно без опоры на мебель. 1 балл: если пациент встает без опоры на мебель, но демонстрирует какой-либо компонент нижеописанного маневра. Компоненты маневра Говерса: Поворачивается к полу (в позицию с опорой на четыре точки или перекачивается на живот). Ставит руки на пол, чтобы подняться и отводит руки назад. Использует одну или обе руки, чтобы опереться на ноги и встать прямо. Расширяет опору за счет отведения бедер и разгибания колен.		
<b>Активность</b>	2	1	0
<b>Подъем с пола</b>	Нет проявлений маневра Говерса	Проявляет не менее 1 из описанных выше компонентов – переворачивается к полу и/или ставит руки на бедра	(а) НУЖНЫ предметы для опоры (стул, стена) все равно засекайте время или (б) не может (время помечается как «нет сведений» если 0 баллов)
<b>Фотографии/ Примечания</b>	  2 балла – не переворачивается, опирается на пол только одной рукой	  1 балл – переворачивается к полу    1 балл – ставит руки на бедра	  0 баллов – использует стул

## Тест 13: Стоя на пятках

<b>Исходное положение</b>	Стоя на полу. Без обуви.		
<b>Инструкция</b>	Можешь встать на пятки? Считайте «и 1, и 2, и 3».		
<b>Уточнение по оценке</b>	2 балла: должен отрывать обе стопы одновременно путем тыльного сгибания. 1 балл: если передние части обеих стоп, все головки плюсневой кости подняты, даже при очевидной инверсии или явном тыльном сгибании одной стопы. 0 баллов: стопа в положении инверсии латеральной границей (пятая плюсневая кость), соприкасаясь с полом, или если поднимает только пальцы.		
<b>Активность</b>	2	1	0
<b>Стоя на пятках</b>	Обе ноги одновременно стоят только на пятках (можно сделать несколько шагов для равновесия) на счет 1-2-3	Поднял передние части обеих стоп, все головки плюсневой кости подняты или тыльное сгибание только 1 стопы	Не может
<b>Фотографии/Примечания</b>	  <p>2 балла – поднял обе стопы</p>	 <p>1 балл – поднял только передние части обеих стоп</p>	 <p>0 баллов – не может поднять даже передние части стоп</p>

## Тест 14: Прыжки

<b>Исходное положение</b>	Стоя на полу, ноги довольно близко друг к другу.		
<b>Инструкция</b>	Как высоко ты можешь прыгнуть?		
<b>Уточнение по оценке</b>	Требуется движение вверх, а не вперед. Допустимо небольшое движение вперед.		
<b>Активность</b>	2	1	0
<b>Стоя на пятках</b>	Обе ноги отрываются от пола одновременно	Одна нога за другой или не полностью и не одновременно отрывает обе ноги	Не может
<b>Фотографии/Примечания</b>	  <p>2 балла – отрывается от пола</p>	  <p>1 балл – один шаг за другим</p>	 <p>0 баллов – ноги не отрываются от пола</p>

## Тесты 15и 16: Прыжок на одной ноге (правой и левой)

<b>Исходное положение</b>	Стоя на полу на одной ноге (правой или левой).		
<b>Инструкция</b>	Можешь подпрыгнуть на правой/левой ноге?		
<b>Уточнение по оценке</b>	2 балла: нужен заметный отрыв от пола. Должен приземлиться на одну ногу. Если отрывается от пола, но приземляется на две ноги, это не прыжок.		
<b>Активность</b>	2	1	0
<b>Прыжок</b>	Отрывает переднюю часть стопы и пятки от пола	Может согнуть колено и поднять пятку, но не оторваться от пола	Не может или только поднимает пятку
<b>Фотографии/Примечания</b>	 <p>2 балла – отрывает ногу от пола</p>	  <p>1 балл – сгибает колено, но нога не отрывается от пола</p>	

## Тест 17: Бег (10 метров)

<b>Исходное положение</b>	Стоя.		
<b>Инструкция</b>	Скажите пациенту: « <b>Когда я скажу МАРШ, иди ко мне как можно быстрее.</b> Если можешь бежать, беги. Если не можешь, иди ко мне как можно быстрее.» Поощряйте ребенка бежать дальше 10-метровой отметки встав как минимум на один метр дальше финишной линии. Скомандуйте « <b>На старт, внимание, марш</b> ». Поощряйте пациента, пока он не пересечет финишную линию. <b>Включите секундомер на слове «Марш».</b> Остановите его, когда вторая нога пересечет финишную линию.		
<b>Уточнение по оценке</b>	В прямом проходе длиной 12 м в спокойном помещении или коридоре отметить 10 метров. Использовать секундомер. Пациент сам выбирает скорость после инструкции «бежать как можно быстрее». 1 балл «Дюшенновский бег трусцой» – не истинный бег (есть фаза двойной опоры), но быстрее, чем ходьба. Характеризуется чрезмерным использованием рук, вращением тела, значительным «раскачиванием». Нет реального «отталкивания».		
<b>Активность</b>	2	1	0
<b>Прыжок</b>	Обе ноги отрываются от пола (нет двойной опоры во время бега)	«Дюшенновский бег трусцой» или быстрая ходьба	Ходьба (нет ускорения)
<b>Фотографии/Примечания</b>	  <p>2 балла – обе ноги отрываются от пола, настоящий «бег»</p>	  <p>1 балл – набирает скорость но переваливается, одна нога всегда контактирует с полом</p>	

Активность	2	1	0	Баллы
1. Стоя	Стоит прямо, неподвижно, симметрично, без компенсации (пятки соприкасаются с полом, ноги в нейтральном положении) в течение минимум 3 секунд	Стоит неподвижно, но с некоторой компенсацией (напр. на мысках/с отведенными ногами/отставленным тазом) в течение минимум 3 секунд	Не может стоять неподвижно или самостоятельно, нуждается в поддержке (даже если минимальной)	
2. Ходьба	Идет, переходя с пятки на носок или походкой с (походкой без перехода с пятки на носок, но без ходьбы на цыпочках)	Стойкая или привычная ходьба на цыпочках, не может последовательно переходить с пятки на носок	Не может самостоятельно передвигаться – может использовать коленно-голеностопные ортезы или ходить на короткие расстояния с посторонней помощью	
3. Подъем со стула	Руки скрещены. Исходное положение бедра под углом 90° к коленям, ноги на полу / опираются на ступеньку	С помощью бедер / отталкиваясь от стула / с поворотом на живот или изменением исходного положения путем расширения опоры	Не в состоянии	
4. Стоя на одной ноге – правой	Может стоять прямо в ослабленном состоянии (без компенсаторных приемов) в течение 3 секунд	Стоит, но либо очень короткое время, либо с боковым сгибанием туловища, либо использует компенсаторные движения, например, путем отведения бедер	Не в состоянии	
5. Стоя на одной ноге – левой	Может стоять прямо в ослабленном состоянии (без компенсаторных приёмов) в течение 3 секунд	Стоит, но либо очень короткое время, либо с боковым сгибанием туловища, либо использует компенсаторные движения, например путем отведения бедер	Не в состоянии	
6. Подъем на степ-платформу с правой ноги	Лицом к ступеньке, поддержка не нужна	Поднимается боком/ поворачивает тело / (ротация) бедра или нуждается в балансировке руками	Не в состоянии	
7. Спуск со степ-платформы с правой ноги	Спускается лицом вперед, контролируя вес на несущей ноге. Не нуждается в поддержке	Боком, сползает, соскакивает (неконтролируемый спуск со степ-платформы) или нуждается в балансировке руками	Не в состоянии	
8. Подъем на степ-платформу с левой ноги	Лицом к ступеньке поддержка не нужна	Поднимается боком / поворачивает тело / ротация бедра или нуждается в балансировке руками	Не в состоянии	
9. Спуск со степ-платформы с левой ноги	Спускается лицом вперед, контролируя вес на несущей ноге. Не нуждается в поддержке	Боком, сползает, соскакивает (неконтролируемый спуск со степ-платформы) или нуждается в балансировке руками	Не в состоянии	

Активность	2	1	0	Баллы
10. Подъем головы	Лежа на спине, голова должна подниматься по средней линии. Подбородок движется к груди	Голова поднимается путем бокового вытягивания головы вверх без сгибания подбородка	Не в состоянии	
11. Принять положение сидя	Из положения лежа на спине можно использовать одну кисть/руку чтобы оттолкнуться	Пользуется двумя руками / подтягивает ноги или переворачивается к полу	Не в состоянии	
12. Подъем с пола	Нет признаков маневра Говерса	Демонстрирует как минимум один из описанных компонентов Говерса, в частности, переворачивается к полу, и/или опирается рукой/ руками на ноги	(а) ТРЕБУЕТСЯ опора на предмет, напр. стул ИЛИ (б) не в состоянии	Время
13. Положение стоя на пятках	Обе ноги одновременно, стоящие только на пятках (допустимо сделать несколько шагов, чтобы сохранить равновесие) в течение 3 секунд	Поднимает только плюсну – все головки метатарзальных костей оторваны от пола – или может согнуть в дорсальном направлении только одну ступню	Не в состоянии	
14. Прыжок	Обе ноги одновременно отрываются от пола	Одна нога за другой (перескок) или не полностью отрывает обе ноги от пола	Не в состоянии	
15. Прыжок на правой ноге	Отрывает от пола плюсну и пятку	Может согнуть колено и поднять пятку, нет зазора между полом и стопой	Не в состоянии	
16. Прыжок на левой ноге	Отрывает от пола плюсну и пятку	Может согнуть колено и поднять пятку, нет зазора между полом и стопой	Не в состоянии	
17. Бег (10 м)	Обе ноги отрываются от пола (без фазы двойной опоры во время бега)	«Дюшенновский бег трусцой», без отрыва двух пяток от пола или быстрая ходьба	Ходьба	Время
ВСЕГО=	<b>/34</b>			

## 2. Функциональные тесты на время

### Подъем с пола

Поместите пациента в положение лежа на спине, руки вдоль тела и ноги вместе.

Не надевать обувь или носки.

Дайте участнику следующие устные инструкции: **«Когда я скажу «встать», встань как можно быстрее и стой прямо, руки вдоль тела, как солдат»**

Дайте команду **“На старт, внимание, встать”** и включите секундомер на слове **“ВСТАТЬ”**.

Остановите таймер, когда пациент примет вертикальное положение, руки вдоль тела.

Предоставьте стул только в том случае, если пациент пытался встать с пола в течение 30 секунд и это у него не получилось.

**Запишите самое лучшее время и метод, который он использовал для достижения этого времени.** Можно повторить тест, если Вы думаете, что пациент может сделать это быстрее или что оценка не соответствовала его возможностям.

Присвойте одну из следующих оценок:

NSAA эквивалент	Функциональная оценка	Описание	
0	1	Не может встать из положения лежа, даже с помощью стула	НЕ ЗАСЕКАЙТЕ ВРЕМЯ
0	2	Нуждается в опоре на мебель при вставании из положения лежа и переходе в вертикальное положение	НЕ ЗАСЕКАЙТЕ ВРЕМЯ*
1	3	Переворачивается, встает, «карабкаясь» обеими руками по ногам, чтобы перейти в полностью прямое положение	ВРЕМЯ
1	4	Переворачивается, встает, опираясь одной рукой на ногу	ВРЕМЯ
1	5	Переворачивается на бок, встает, опираясь одной или двумя руками на пол, но не касается ног	ВРЕМЯ
2	6	Встает, не переворачиваясь и не опираясь руками на ноги	ВРЕМЯ

\* Использование мебели облегчает и ускоряет подъем, и, если пациент не использовал мебель раньше, более быстрое вставание с помощью мебели не будет точно отражать прогресс.

## Бег/ходьба на 10 м

Бег на 10 м оценивается во время выполнения NSAA теста. Вы можете повторить тест, чтобы проверить время или оценку.

Этот тест определяет, как быстро пациент может пробежать/пройти 10 метров.

- Попросите испытуемого встать прямо, обе ступни за стартовую линию, пальцы ног касаются стартовой линии.
- Инструктор должен стоять на отметке 12 метров. Вы должны стоять в 2 метрах от “финишной прямой”
- Дайте следующую инструкцию испытуемому: **когда я скажу «марш», беги ко мне как можно быстрее, но безопасно,**
- Скомандуйте **«на старт, внимание, МАРШ»** и включите секундомер на слове **«МАРШ»**.
- Поощряйте испытуемого, пока он не пересечет финишную прямую.
- Остановите таймер, когда **вторая** нога пересечет финишную прямую.

*Примечание: поощряйте ребенка продолжать бежать через финишную прямую и не замедляться перед отметкой 10 метров.*

**Запишите самое лучшее время и метод, который он использовал для достижения этого времени**

Поставьте одну из следующих оценок:

NSAA эквивалент	Функциональная оценка	Описание
0	1	Не может ходить самостоятельно
0	2	Не может ходить самостоятельно, но может ходить с коленно-голеностопным ортезом (KAFO) или с опорой на другого человека
0	3	Не может ускорить шаг, хорошо адаптирован, походка с широко расставленными ногами и выраженным поясничным лордозом
1	4	Может набрать скорость, но не может бежать, походка умеренно адаптированная
1	5	Почти бежит, но с фазой двойной опоры, не может оторвать обе ноги от пола
2	6	Бежит и отрывает обе ноги от пола (достигает полета)