

# **ROZWIJANIE SPRAWNOŚCI RUCHOWEJ Z WYKORZYSTANIEM METODY RUCHU ROZWIJAJĄCEGO WEDŁUG WERONIKI SHERBORNE W PRACY Z DZIEĆMI AUTYSTYCZNYMI**

Metoda Ruchu Rozwijającego według Weroniki Sherborne stała się w Polsce metodą stosowaną powszechnie podczas zajęć z dziećmi. Popularność swą zawdzięcza głównie temu, że jest to system ćwiczeń, zabaw i relaksacji. Metoda ta jest stosowana przede wszystkim w celu wspomagania rozwoju psychoruchowego dziecka oraz w terapii osób niepełnosprawnych intelektualnie i fizycznie. Dlatego też można wykorzystać tą metodę w terapii dzieci autystycznych.

Głównym założeniem Metody Ruchu Rozwijającego jest uświadomienie za pomocą ruchu właściwości swojego ciała i otaczającej nas przestrzeni, usprawnienie ruchowe, dzielenie przestrzeni z innymi osobami oraz nawiązanie z nimi bliskiego kontaktu za pomocą ruchu i dotyku. Zabawy i ćwiczenia według MRR stymulują rozwój nie tylko fizyczny, ale także psychologiczny sferę emocjonalno-społeczną.

W pracy z dzieckiem autystycznym bardzo często wykorzystuje się Metodę Ruchu Rozwijającego jako jedną z form terapii. Do podstawowych zadań tej metody zaliczyć należy: kształtowanie poczucia tożsamości, rozwój obrazu siebie, rozwój umiejętności nawiązywania kontaktu, kształtowanie autoorientacji i orientacji przestrzennej, usprawnianie ruchowe w zakresie możliwym do osiągnięcia przez dziecko, kształtowanie koordynacji wzrokowo-ruchowej, dostarczanie radosnych przeżyć związanych z aktywnością ruchową dziecka, rozwijanie pewności siebie i odwagi

Najkorzystniejszy wpływ na rozwój dzieci mają zajęcia w grupie 7-8 par rodzic-dziecko prowadzone przez dwóch animatorów. Taki układ pozwoli na optymalne dostosowanie przebiegu zajęć do potrzeb o możliwości uczestników. Program zajęć MRR uwzględnia ćwiczenia wykonywane przez dzieci samodzielnie, w parach, małych grupkach składających się z dzieci lub dzieci i dorosłych oraz wspólnie całą dużą grupą. Można również prowadzić zajęcia w grupie składającej się tylko z dzieci lub indywidualnie, w parze dziecko-dorosły.

Autorka teŝe metody wyróŝnia następujące grupy ćwiczeń, wspomagające rozwój dziecka:

**I** wiczenia prowadzące do poznania własnego ciała (np. czołganie, wykonywanie roznorodnych ruch podczas leŝenia, siedzenia);

**II** wiczenia pomagające zdobyc pewno siebie i poczucie bezpieczeństwa w kontakcie (np. „tunel” – dziecko przechodzi pod tunelem, który tworzą inne osoby);

**III** wiczenia ułatwiające nawiazywanie kontaktu i współpracy z partnerem i grup:

- wiczenia „z” w parach (przeciąganie, kołysanie się z partnerem w roznorodny sposób);
- wiczenia „przeciwno” (np. „paczka” – dziecko zwija się w kłębek, a współwiczccy stara się rozwizac paczk);
- wiczenia „razem” (obaj partnerzy są aktywni);

**IV** wiczenia twórcze – rozwijanie aspekt ruchu proponowanych przez czonków grupy

Zajcia terapeutyczne t metod powodują obniŝenie lęku u dzieci, wpływają na rozwój społeczny, intensyfikują pozytywne reakcje na bliski kontakt z partnerem. Ponadto polepsza się koncentracja uwagi oraz znajomo orientacji i własnego ciała. Wzrasta aktywno ruchowa dzieci.

Niniejszy artykuł oparty zosta przede wszystkim na literaturze, która porusza w swej treści zagadnienie autyzmu. Niestety, nie istnieje aktualnie ŝadna metoda, która byłaby skuteczna we wszystkich przypadkach autyzmu, wiąże się to prawdopodobnie z ogromnym zroŝnicowaniem tego zaburzenia. Mimo to naleŝy wciąż próbowa ją odnaleŝc. Cierpliwo i mio są sprzymierzeńcami w drodze do celu

Opracowała: mgr Nina Soska

**Bibliografia:**

1. Bogdanowicz M., Okrzesik D., *Opis i planowanie zajęć według Metody Ruchu Rozwijającego Weroniki Sherborne*, wyd. Harmonia, Gdańsk 2016
2. Szot Z., *Aktywność ruchowa w terapii dzieci autystycznych*, wyd. AWFIS, Gdańsk 1997