

Czym jest Metoda Ruchu Rozwijającego W. Sherborne?

Metoda Dobrego Startu (MDS) autorstwa Marty Bogdanowicz doskonali rozwój psychomotoryczny dziecka. Wspomaga ona rozwój, edukację i terapię pedagogiczną dzieci w wieku przedszkolnym jak i młodszym wieku szkolnym. Metoda spełnia zarówno cel rozwojowy jak i diagnostyczny. Została stworzona, aby pomóc dzieciom w osiągnięciu gotowości szkolnej oraz w procesie nauki czytania i pisanie oraz wyrównywać istniejące u dziecka deficyty i opóźnienia rozwojowe. Pozwala na wielostronne usprawnianie różnorodnych funkcji tj. systemu ruchowego, czynności analizatorów wzrokowych, kinestetycznych i słuchowych. Stosowanie tej metody ćwiczy orientację w przestrzeni i schemacie własnego ciała, umiejętności motoryczne, uwagę, pamięć oraz spostrzeganie. Stymulacji podlegają także funkcje mowy i językowe. „MDS to metoda wzrokowo–słuchowo–ruchowa, w której główną rolę odgrywają trzy elementy: słuchowy (piosenka, wierszyk, słowo), wzrokowy (wzory graficzne: figury geometryczne, litery, cyfry) i motoryczny (wykonywanie ruchów w czasie odtwarzania wzorów graficznych)” (Bogdanowicz 2014, s. 41). Bardzo ważny jest występujący w metodzie element muzyczny, zharmonizowany i połączony z ruchem.

W Metodzie Dobrego Startu, autorka wyróżnia trzy rodzaje ćwiczeń stosowanych podczas trwania terapii. Są to ćwiczenia ruchowe, ruchowo–słuchowe oraz ruchowo–słuchowo–wzrokowe. Z każdym kolejnym rodzajem wzrasta liczba uaktywnianych analizatorów, co w ostateczności prowadzi do doskonalenia się integracji percepcyjno-motorycznej. Zajęcia prowadzone metodą MDS przebiegają według stałego, określonego schematu. Model, zaproponowany przez Martę Bogdanowicz stanowi fundament do przeprowadzania zajęć, jednak cała struktura musi być dopasowana do potrzeb dzieci, z jakimi nauczyciel pracuje. „Struktura zajęć jest następująca:

1. Zajęcia wprowadzające.
2. Zajęcia właściwe:
 - ćwiczenia ruchowe,
 - ćwiczenia ruchowo–słuchowe,
 - ćwiczenia ruchowo–słuchowo–wzrokowe.
3. Zajęcia końcowe (Bogdanowicz 1999, s. 23).

Pomimo przedstawionego schematu, metoda ta wymaga od terapeuty kreatywności, twórczego myślenia i spontaniczności. Nie należy trzymać się pewnego, ciągle powtarzającego się scenariusza. Celem zajęć wprowadzających jest skoncentrowanie uwagi na rozpoczynające się zajęcia, doskonalenie niektórych funkcji motorycznych i poznawczych oraz kształtowanie się orientacji w przestrzeni. Zajęcia właściwe, które dzielą się na trzy rodzaje ćwiczeń, rozwijają świadomość własnego ciała, odczuwanie ruchu, usprawniają motorykę zarówno dużą jak i małą, rozwijają koordynację ruchowo-słuchową, kształtują percepcję słuchową i pamięć, wyobraźnię, zmysł równowagi, rozwijają funkcje językowe i intelektualne. W ostatniej części, na zakończenie zajęć stosowane są ćwiczenia relaksujące i wyciszające dzieci. Najczęstszymi są wszelkiego rodzaju dziecięce masażyki lub zabawy ruchowe z piosenką.

Metoda Dobrego Startu posiada zastosowanie wielostronne. Jest wykorzystywana zarówno w przedszkolach, szkołach, placówkach specjalnych i ośrodkach leczniczo-pedagogicznych, jak i w domu. Może być stosowana w pracy z dziećmi/uczniemi o prawidłowym rozwoju psychomotorycznym oraz tymi, u których rozwój jest w jakimś stopniu zaburzony.

Opracowanie: mgr Magdalena Kołodziej-Niedbała

Bibliografia:

Bogdanowicz M. (2014). *Metoda Dobrego Startu we wspomaganiu rozwoju, edukacji i terapii pedagogicznej*. Gdańsk: Harmonia Universalis.

Bogdanowicz M. (1999). *Metoda Dobrego Startu*. Warszawa: Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne.