

Metoda Ruchu Rozwijającego Weroniki Sherborne

Weronika Sherborne (1922-1990) pochodziła z Wielkiej Brytanii. Z wykształcenia była nauczycielką wychowania fizycznego i fizjoterapeutką. W czasie studiów znalazła się pod wpływem twórczości i systemu nauczania Rudolfa Labana. Z czasem stała się jego uczennicą i współpracownikiem.

R. Laban był m.in. tancerzem, wybitnym choreografem, propagatorem tańca wyzwolonego (przeciwne sztywnym schematom, a zgodnego z naturalnymi ruchami człowieka) oraz twórcą gimnastyki ekspresyjnej. Prowadził obserwacje naturalnych możliwości ruchowych człowieka i ujął je w specjalne skale ruchowe. R. Laban podkreślał, iż ruch jest niezbędny dla prawidłowego rozwoju człowieka i jest naturalnym środkiem komunikacji. Przez ruch naszego ciała uczymy się nawiązywać kontakty z otaczającym nas światem.

W. Sherborne tworząc Metodę Ruchu Rozwijającego oparła się na koncepcji R. Labana. Motywacją do powstania tej metody było zetknięcie się z dziećmi z upośledzeniem umysłowym, głębokie zrozumienie ich potrzeb oraz chęć wspierania ich rozwoju. W. Sherborne poświęciła ponad 30 lat swojego życia kształceniu nauczycieli. Przygotowywała ich do pomagania dzieciom o nieprawidłowym rozwoju (upośledzonym umysłowo, z zaburzeniami w rozwoju ruchowym, emocjonalnym, czy z trudnościami w nawiązywaniu kontaktów społecznych).

Metoda Ruchu Rozwijającego ma zastosowanie nie tylko w korygowaniu zaburzeń, ale także we wspieraniu prawidłowego rozwoju dzieci. System ćwiczeń stworzony przez W. Sherborne przypomina barsztkowanie, czyli zabawy w czasie których dzieci zaspokajają swoją potrzebę kontaktu z rodzicami.

Biorąc udziałowi w ćwiczeniach Metodą Ruchu Rozwijającego dziecko zyskuje większe zaufanie do siebie i poczucie bezpieczeństwa. Staje się bardziej twórcze i wykazuje większą inicjatywę. Wszystko to dzięki stwarzaniu mu okazji do poznania własnego ciała oraz do sprawdzania własnej siły i sprawności ruchowej. Dziecko poznaje także przestrzeń wokół siebie, uczy się w niej poruszać. Przestrzeń przestaje być dla niego groźna.

Dzieci w czasie zajęć ćwiczą w parach lub w grupie. Uczą się dzielić przestrzeń z innymi. Uczą się także nawiązywać kontakt i współpracować. Nawiązanie bliskiego kontaktu, oparte na zaufaniu i współpracy, daje możliwość poczucia wspólnoty i przeżycia szczęścia, czego człowiek nie doświadczyłby nigdy sam, w pojedynkę.