

# **Metoda Veroniky Sherborne**

# Veronika Sherborne

(1922 – 1990)

- Studovala na Berkhamstead škole pro dívky
- Poté pracovala jako učitelka tělesné výchovy a tance v Bedford college a poté se věnovala fyzioterapii
- Po seznámení s Rudolfem Labanem začala pohlížet na lidské tělo z jiného úhlu
- Chtěla docílit toho, aby se dítě cítilo ve vlastním těle „jako doma“ a dokázalo vytvářet vztahy

# Veronika Sherborne

- Svou metodu představila v několika zemích (př. Norsko, Kanada, Polsko, Austrálie,...)
- Cílem je překonat strach z prostoru, seznámit se s tím, jak se naše tělo pohybuje – důvěra
- Svou metodu popsala v několika časopisech a knihách



# Metoda pohybového rozvoje Veroniky Sherborne



- Systém aktivit, které stimulují vývoj dítěte po stránce pohybové, smyslové, emocionální a rozumové
- Pomáhá při rozvoji uvědomění si vlastního těla, uvědomění si prostoru kolem sebe, při rozvíjení sociálních kontaktů a sebevědomí
- Prvky řečové, rozumové, smyslové a hudebně pohybové výchovy, bazální stimulace a psychomotoriky

# Metoda pohybového rozvoje Veroniky Sherborne

- Systém pohybových aktivit se nacvičuje ve třech vzájemně navazujících fázích
- 1. provádíme cvičení v návaznosti na dospělého
- 2. dítě působí aktivně proti dospělému
- 3. dospělý a dítě vzájemně spolupracují



# Metoda pohybového rozvoje Veroniky Sherborne

- Průběh:
- Zahájení – přivítání účastníků jménem, využívání písní, říkadel, zařazení pohybových her s dotýkáním
- Následuje cvičení žáka a dospělého, kdy dospělý je aktivní a dítě pasivní, cílem je navázat kontakt s dítětem a motivovat ho pro spolupráci.
- Později zařadíme cviky, kdy aktivitu projevuje žák, šikovnější děti provádí ve dvojicích cviky proti sobě. Snažíme se, aby žáci ze sebe vydali co nejvíce energie.
- Na závěr cvičení probíhá jako spolupráce ve skupině. Společná cvičení utváří vztahy v dané skupině a navazují se nové kontakty.

# Metoda pohybového rozvoje Veroniky Sherborne

- Cviky prokládáme krátkými relaxacemi a po cvičení je relaxace delší
- Cvičení zakončíme pochvalou
- Je vhodná přítomnost více pedagogů



# Metoda pohybového rozvoje Veroniky Sherborne



- Cíl: navodit a nechat dítěti prožít jeho přirozený pohyb a tím utlumit patologii
- Vycházet z dobré znalosti jeho aktuálního zdravotního stavu a konkrétní diagnózy
- Jedinci se souběžným postižením více vadami, s tělesným, se smyslovým či s mentálním postižením



# Použité zdroje

- <http://www.zsadd-prostejov.cz/fotogalerie-zs.php>
- <http://www.sherbornemovementuk.org/veronica-sherborne.html>
- MUCHOVÁ, J. *Edukace jedinců s těžkým zdravotním postižením ve třídách s rehabilitačním vzdělávacím programem*. Brno: 2006

# Knihá Veroniky Sherborne

- **Developmental Movement for Children**

