ORGANIZACJA ZAJĘĆ:

* Długość cyklu – 6 miesięcy.
* Częstość spotkań – raz w miesiącu.
* Czas trwania zajęć – 60 minut.
* Wiek dzieci – 5-8 lat.
* Terminy spotkań:
1. 29.01.2018 godzina 18:00.
2. 19.02.2018 godzina 18:00
3. 19.03.2018 godzina 18:00
4. 16.04.2018 godzina 18:00
5. 21.05.2018 godzina 18:00
6. 11.06.2018 godzina 18:00

**Miejsce spotkań: siedziba Fundacji MOVERI.**

**Zapisy na zajęcia przyjmujemy za pośrednictwem formularza zgłoszeniowego.**

**Udział w zajęciach jest BEZPŁATNY.**

System ćwiczeń W. Sherborne ma zastosowanie zarówno we wspomaganiu i stymulowaniu rozwoju dzieci, jak i terapii zaburzeń rozwoju emocjonalnego, społecznego, umysłowego, ruchowego i fizycznego. Podczas zajęć dziecko poznaje swoje ciało i przestrzeń, która je otacza, spotyka w niej drugiego człowieka, uczy się współpracy.

Metoda  Ruchu Rozwijającego Weroniki Sherborne  opiera się na ćwiczeniach -zabawie-relacjach z drugą osobą.

W metodzie wyróżnia się cztery grupy ćwiczeń:

* ćwiczenia prowadzące do poznania własnego ciała;
* ćwiczenia pomagające zdobyć pewność siebie;
* ćwiczenia ułatwiające nawiązanie kontaktu i współpracy z partnerami grupy;
* ćwiczenia twórcze.

Cele zajęć:

* Kształtowanie świadomości własnego ciała w przestrzeni oraz umiejętności dzielenia przestrzeni i nawiązywania kontaktu z innymi.
• Wspomaganie rozwoju dziecka poprzez ruch, kontakt emocjonalny i wzrokowy Kształtowanie poczucia bezpieczeństwa i pewności siebie, rozwijanie zaufania do partnera.

Stosując tą metodę rozwijamy u dzieci:

* poczucie bezpieczeństwa, zaufania do siebie i partnera,
* umiejętność nawiązywania kontaktów,
* świadomość własnego ciała, umiejętność rozróżniania części ciała
* orientację w czasie i przestrzeni w środowisku zewnętrznym,
* pewność siebie w poruszaniu się w przestrzeni,
* kształtowanie obrazu samego siebie,
* rozumienie emocji, opanowywania ich,
* doskonalenie płynności ruchów.
* własną inwencję, pewność siebie, inicjatywę,
* koncentrację uwagi, sposób komunikowania się,
* umiejętność odpoczynku,
* sprawność ruchową, wyobraźni, pojęć,
* umiejętność rozluźniania się po okresie napięcia i koncentracji.