

METODA DOBREGO STARTU MARTY BOGDANOWICZ

Metoda Dobrego Startu (MDS) należy do metod terapii psychomotorycznej. Została opracowana przez psychologa Martę Bogdanowicz na bazie francuskiej metody Bon Départ. Główny cel MDS to usprawnienie i zintegrowanie działania psychiki i motoryki.

Metoda Dobrego Startu polega przede wszystkim na usprawnianiu funkcji wzrokowych, słuchowych i dotykowo-kinestetyczno-ruchowych oraz na ich wzajemnej integracji.

W czym może pomóc Metoda Dobrego Startu?

- Przygotowuje dzieci do podjęcia nauki szkolnej i procesu nauki czytania i pisania.
- Koryguje zaburzenia percepcji wzrokowej i słuchowej, zaburzenia motoryki, zaburzenia integracji sensorycznej oraz zaburzenia orientacji w schemacie ciała i przestrzeni.
- Wpływa na rozwój pozaintelektualny dziecka, np. pobudza motywację i twórczość, rozwija dojrzałość społeczną, kształci krytycyzm i uczucia wyższe.
- Pomaga dzieciom leworęcznym usprawnić zdolności manualne i ułatwia proces pisania poprzez wytworzenie nawyku rysowania znaków graficznych od strony lewej ku prawej i kreślenia linii we właściwym kierunku.
- Sprzyja wyrównywaniu dysharmonii u dzieci z normą intelektualną, które mają zdiagnozowaną dysleksję, dysgrafię lub/i dysortografię.
- Jest stosowana jako jedna z form rehabilitacji i terapii dzieci z autyzmem.
- Sprzyja rozwojowi funkcji językowych, spostrzegawczości, motoryki dużej i małej oraz usprawnia czynności analizatorów: wzrokowego, słuchowego i kinestetycznego (czucia ruchu).
- Harmonizuje wszystkie funkcje motoryczne oraz koordynuje słuch, wzrok i ruch.
- Usprawnia uwagę, pamięć, percepcję, wyobraźnię oraz koordynację wzrokowo-słuchowo-ruchową.
- Służy podczas rehabilitacji zaburzeń mowy, np. afazji albo jąkania.
- Usprawnia aparat mięśniowo-kostny (w formie zajęć gimnastycznych).

Na czym dokładnie polega Metoda Dobrego Startu?

W Metodzie Dobrego Startu najważniejszą rolę pełnią trzy elementy: **słuch, wzrok i ruch (motoryka)**. Zajęcia według MDS mają zawsze charakter trzyetapowy:

1. Zajęcia wprowadzające, na które składają się ćwiczenia orientacyjno-porządkowe (marsz przy muzyce, różne sposoby powitania, zabawy ruchowe, ćwiczenia orientacji w schemacie ciała itp.), nauka piosenki i zabawa „zagadki językowe” w celu rozwijania kompetencji językowych (wyjaśnienie trudnych słów, rozmowa na temat treści piosenki, dzielenie słów na sylaby, głoski i litery itp.);

2. Zajęcia właściwe, które dzielą się na:

Ćwiczenia ruchowe – zabawy ruchowe do treści piosenki; należy zacząć od ruchów całego ciała (motoryki dużej), a potem przejść do ruchów precyzyjnych, np. ręki (motoryki małej);

Ćwiczenia ruchowo-słuchowe – angażują analizator kinestetyczny i słuchowy; dzieci mogą wystukiwać rytm słyszanej piosenki, rzucać do siebie woreczkami wypełnionymi grochem w sytuacji usłyszenia określonego słowa w piosence itp.; można używać różnych pomocy, jak: sznurki, szarfy, balony, kolorowe chusteczki, wstążki, gumy;

Ćwiczenia ruchowo-słuchowo-wzrokowe – polegają na odtwarzaniu ruchem wzorów graficznych (figur geometrycznych lub liter) w rytm jednocześnie śpiewanej piosenki; po demonstracji wzoru dziecko uczy się polisensorycznie (wielozmysłowo) przez dotyk, słuch, wzrok i ruch, np. dotyka palcem po fakturze narysowanego wzoru, rysuje wzór palcem w powietrzu, rysuje go na tackach z kaszą itp.;

3. Zajęcia końcowe mają charakter ćwiczeń relaksacyjnych (masaż, ćwiczenia oddechowe), wyciszających i wokalno-rytmicznych.

Metoda Dobrego Startu ułatwia dzieciom start szkolny. **Ćwiczenia ruchowo-słuchowo-wzrokowe usprawniają trzy analizatory – kinestetyczno-ruchowy, słuchowy i wzrokowy.** Przede wszystkim MDS przynosi frajdę maluchom, a jak wiadomo, nauka przez zabawę daje najlepsze efekty, jeśli chodzi o kształcenie.

