

## Rhythmic Movement Training international, aneb cesta k rovnováze



RMTi neboli Rhythmic Movement Training international je metoda, která pomáhá obnovovat a posilovat přirozené pohyby těla. Tyto pohyby jsou klíčové pro rozvoj mozku, nervové soustavy i celkové rovnováhy těla. Metoda je navržena tak, aby pomáhala nejen dětem s poruchami autistického spektra, ale i s ADHD, s poruchami smyslového zpracování, řečovým opožděním, specifickými poruchami učení, mozkovou obrnou, depresemi, úzkostmi atd.

### S čím pomáhá:

- Zlepšuje schopnost soustředění a pozornosti.
- Podporuje čtení, psaní a matematické dovednosti.
- Pomáhá dětem i dospělým s poruchami učení (dyslexie, dysgrafie, ADHD).
- Posiluje jemnou i hrubou motoriku.
- Zlepšuje rovnováhu a koordinaci pohybů.
- Pomáhá dětem s opožděným motorickým vývojem.
- Ulevuje od úzkosti, stresu a napětí.
- Podporuje emoční stabilitu a odolnost.
- Pomáhá při zvládnutí výkyvů nálad a přecitlivělosti.
- Uvolňuje napětí v těle, pomáhá při bolestech svalů a kloubů.
- Podporuje zpracování smyslových podnětů (např. u dětí s poruchou senzorycké integrace).
- Zlepšuje držení těla a dýchání.
- Pomáhá budovat sebevědomí a pocit bezpečí.
- Zlepšuje schopnost spolupráce a komunikace.
- Usnadňuje navazování a udržování vztahů, včetně budování bezpečné citové vazby s rodiči

### Jak probíhá:

Terapie začíná vstupní diagnostikou, která zahrnuje rozhovor s rodiči (nebo klientem) o obtížích, se kterými se potýkají. Důraz je kladen na pochopení individuálních potřeb dítěte i celé rodiny. Na základě diagnostiky a pozorování je sestaven individuální cvičební plán, který odpovídá konkrétním potřebám klienta.

Cviky se zaměřují na aktivaci a harmonizaci primárních reflexů skrze jemné pohyby, které stimulují nervovou soustavu. Tyto pohyby mohou být například kolébatvé nebo rotační a provádějí se v rytmickém tempu. Celý proces je navržen tak, aby přinášel dětem i rodičům pocit klidu a pohody.

Tento proces je postaven na spolupráci a pravidelnosti, přičemž cílem je nejen zlepšení konkrétních obtíží, ale také podpora celkového zdraví a pohody dítěte i jeho rodičů.



### Kontakt:

Martin Vařejčko, DiS.,  
RMTi Consultant Licensed  
+420 734 283 139 | martin.varejcko@ric.cz



### Ceník:

2 500 Kč / rok. (Cena zahrnuje: úvodní diagnostické setkání 500 Kč + 10 x setkání rozvržených do jednoho roku po 200 Kč)