

Dragi roditelji,

pred nama je dugo toplo ljeto i s obzirom da će ga većina provesti na moru, predlažem nekoliko terapijskih aktivnosti koje možete raditi na plaži, kod kuće ili u svom dvorištu. Osim mnogo vodenih aktivnosti, pripremila sam vam i aktivnosti u pijesku, travi, na plaži i slično. Iskoristite genijalne senzoričke podražaje koje nudi ljeto i zabavite se. Evo nekoliko zanimljivih aktivnosti:

1. Senzorna boca- Morske životinje

Praznu bocu od vode ili soka možete ponovno iskoristiti. Potreban vam je : plavi gel za tuširanje ili gel za kosu, šljokice, figurice morskih životinja ili morske životinje izrezane od kartona, školjke, kamenčići i/ili pijesak. Umjesto gela za tuširanje možete iskoristiti baby ulje i plavu boju za hranu.

Prvo bocu punite pijeskom, zatim po želji možete staviti neke od navedenih predmeta na "pješčano dno", potom ide gel za tuširanje i onda po izboru mališana dodate sve što je potrebno kako bi vaš akvarij bio savršen.



Izvor: <http://www.stirthewonder.com/shark-sensory-bottle/>

Ova aktivnost dobra je za vaše dijete jer već pri izradi pobuđuje kreativnost i ideaciju, potiče razvoj koordinacije oko-ruka, fine i grube motorike, sekvencioniranja (redosljed radnji), ali i izaziva dijete taktilno i vizualno.

2. Senzorička kutija s blagom

Za ovu aktivnost potrebna vam je kutija, dječji bazen ili čamac na napuhivanje. Za vrijeme boravka na plaži, iskoristite priliku da sa svojim mališanom istražite obalu i pri tom sakupite: malo pijeska, školjke, kamenčiće, češere i sve drugo što vas bude veselilo. Kada ste sakupili sve potrebno, u kutiji možete napraviti pravu malu plažu. Sa svojim djetetom se možete igrati potrage za blagom tako što ćete u pijesku sakriti figurice ili školjke. U vašu kutiju po želji možete dodati i mora kako bi se pojačalo senzoričko iskustvo.



Izvor: https://4.bp.blogspot.com/-MaqnY8keS8s/UaaH12p22ml/AAAAAAAAACu8/s6y17N_BcME/s1600/IMG_20130529_124400.jpg

Ova aktivnost potiče: bilateralnu integraciju, koordinaciju oko-ruka, kreativnost i ideaciju. Pruža taktilne, vizualne, ali i olfaktorne podražaje.

3. Jedrilice

Plastični spremnici u obliku jajeta koji se skrivaju u čokoladnim jajima imaju mnoge svrhe. Možemo ih koristiti kao glazbene instrumente ako ih napunimo rižom, mogu poslužiti za vježbu fine motorike ako ih ubacujemo u spremnike i slično. Vama ovo ljeto preporučam da ih pretvorite u male jedrilice. 😊 Od jednog jajeta može se napraviti dvije jedrilice. Potrebno vam je: nekoliko plastičnih jajeta, slamke, play-dough/ plastelin, škare, ljepilo i papir u boji.

Jaje odvojite na pola, a slamke izrežite na 3-4 dijela. U polovicu jajeta stavite onoliko play-dough mase koliko je potrebno da u sredinu možete staviti slamku. Prije no što slamku stavite u masu, od papira u boji izrežite trokutiće koji će vam služiti kao jedra. Jedra zalijepiti na slamkice i ubodite ih u play-dough masu. Brodiće nakon uporabe nemojte pustiti da otplove u druge krajeve, već ih reciklirajte.



Izvor: <https://www.theotttoolbox.com/wp-content/uploads/2016/02/easter-egg-plastic-boats.jpg>

Ova aktivnost pridonosi: bilateralnoj integraciji, ideaciji, finoj motorici, razvitku hvatova, rezanje škarama i koordinaciji oko-ruka.

4. Mini pinata

Ako ste ipak ostali kod kuće, možete se upustiti u izradu mini pinate koju možete napuniti nagradama po svom izboru. Ona također može biti i oblika koji vaš mališan obožava, kako bi mu bilo zabavnije. Osim što kroz izradu dijete razvija vještine, može se veseliti nagradama iz same pinate.

Potrebno vam je: Kartonska kutija (predlažem kutiju od corn flakes pahuljica ili riže), škare, ljepilo ili ljepljiva traka, ukrasni papir u bojama i nagrade. U dogovoru s djetetom možete unaprijed izrezati pojedine dijelove.



Izvor: <https://telloveandparty.com/wp-content/uploads/2018/07/rainbow-pinata-10.jpg>

Osim fine motorike, bilateralne integracije, razvitku hvatova, ova aktivnost može pridonijeti proprioceptiji i vestibularnom sustavu dok dijete bude razbijalo pinatu. Ako uz sve to dodate i povez za oči, imate pravi pravcati senzorički izazov.

5. Ako imate dovoljno zainteresiranih članova obitelji, prijatelja ili samo znatiželjnih kupača; svakako igrajte badminton, loptajte se, zaigrajte igru povlačenja užeta, graničara i slično. Igrajte se zakopavanja u pijesak, ronjenja i hodajte bosu.

Uživajte u ljetu i šaljite fotografije svojih aktivnosti.

Vaša terapeutkinja Angela.