



50
SENZORNIH
AKTIVNOSTI
ZA LJETO

Centar iLab
2018-2019



SENZORNA INTEGRACIJA

Senzorna integracija opisuje način na koji naš mozak organizira podražaje iz okoline i tijela radi funkcioniranja u svako dnevnim aktivnostima (Ayres, 1972a). Imamo 8 osjetnih sustava: vestibularni, proprioceptivni, interoceptivni, taktilni, vizualni, auditivni, olfaktivni i gustativni sustav.

KAZALO SIMBOLA:

Aktivnost koja pretežito, ali ne i isključivo potiče:



Vestibularni sustav



Proprioceptivni sustav



Taktilni sustav



Vizualni sustav



Auditivni sustav

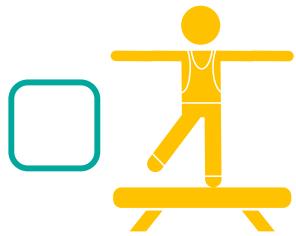


Praksiju

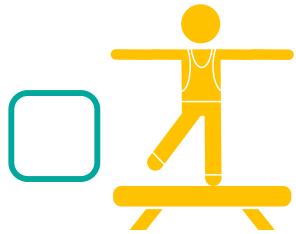


Pažnju i koncentraciju

Moje dijete voli:



Moje dijete ne voli:

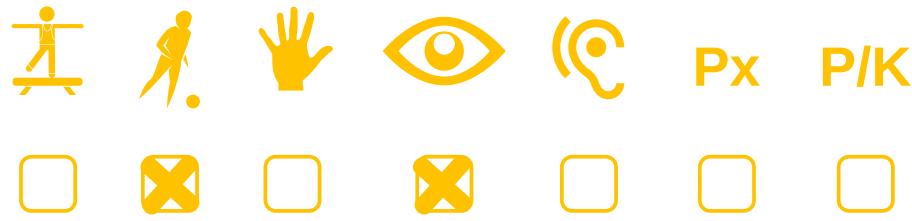


Dodatne bilješke:



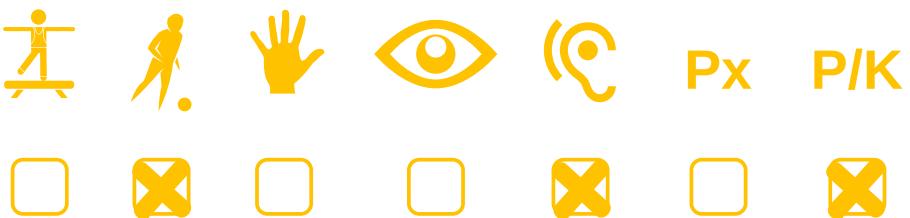
PROPRIOCEPTIVNI SUSTAV

Propriocepcija je osjet koji nam daje informacije o vlastitim dijelovima tijela te o položaju tijela u odnosu na okolinu putem receptora koji se nalaze u zglobovima, mišićima i tetivama.



*Zajedno s djetetom pronađite
kamenčiće u npr. tri veličine te dok ih
bacate, komentirajte težinu kamenčića
i udaljenost.*





Px P/K

Izaberite sigurno mjesto npr. na bazenima ili na moru gdje dijete može skakati dok ga Vi dočekujete u vodi. Nadogradite igru tako da dijete skače na određeni znak, kao npr. 1-2-3, na ključnu riječ i sl.





Px

P/K



Zatrpuvajte jedan drugome dijelove tijela u pijesku ili kamenčićima te komentirajte kakav je osjećaj, npr. težinu i razliku u težini kamenčića.

3





izvor: Stimulating Learning

Rachel ("")

Uz stalni nadzor, starijoj dojenčadi sakrijte veće kamenčiće ispod čašica, a većoj djeci dajte da ih sortiraju po obilježjima poput veličine, oblika, boje.



Px

P/K

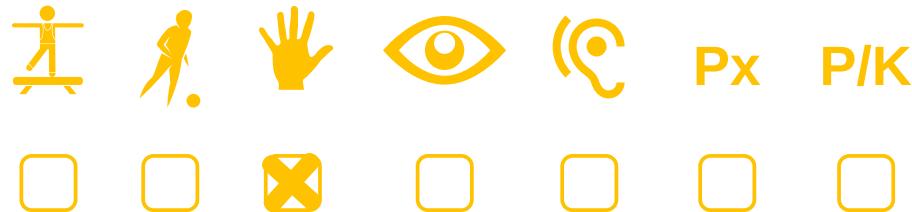




TAKTILNI SUSTAV

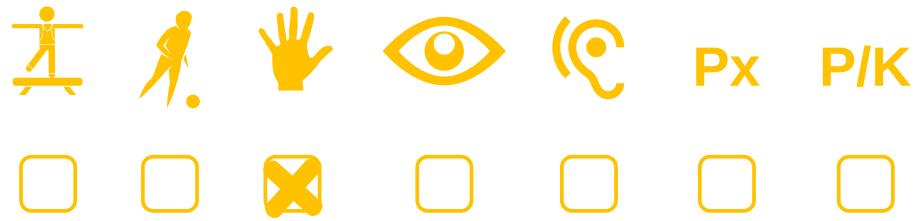
Taktilni receptori u koži registriraju informacije o pritisku, temperaturi, teksturi i boli.

*Dozvolite djetetu da hoda po prirodnim materijalima
i teksturama poput pijeska, kamenčića različitih veličina
i oblika, travi, blatu i sl.*



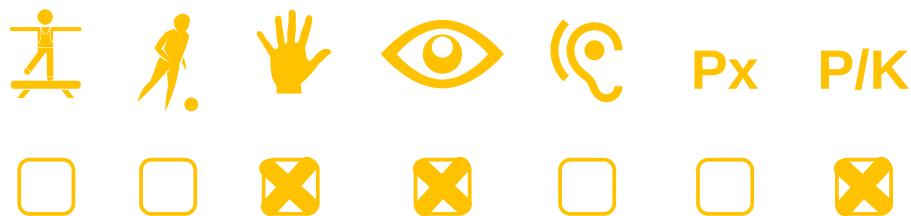
5





Dopustite djetetu igru s raznim teksturama i materijalima iz okoliša kao npr. morskom travom, pijeskom, blatom te nadogradite igru miješanjem tih tekstura u igri pretvaranja.





Dajte djetetu da traži školjke među kamenčićima. Ako je potrebno, olakšajte djetetu tako da izdvojite određeni broj kamenčića i npr. dvije školjkice u kutiju.



Brodska užad su debela i teška te se mogu odlično iskoristiti za hodanje po njima, potezanje s obje ruke, prenošenje i sl.





Px PRAKSIJA

Prema Ayres (1985.), praksija je sposobnost korištenja ruku i tijela za izvršavanje određenih aktivnosti poput igre s igračkama, pogotovo u novim situacijama. Ona obuhvaća sposobnost za što i kako napraviti (Ayres 1972a, 1979, 1985, 1989 u Fisher, Murray & Bundy, "Sensory Integration: Theory and Practice")



Pomozite djetetu sagraditi toranj od kamenja s plaže te možete brojati koliko kamenčića može staviti prije nego se toranj uruši.

9

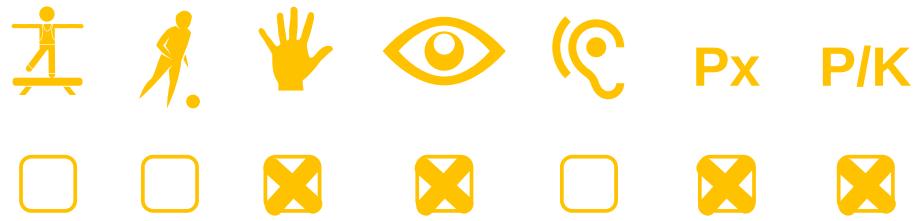




S lopaticom i kanticom se mogu graditi npr. bazeni ili ceste za kamione. Cesti se može označiti početak i kraj, a u bazen se može uliti voda.

IO





Napravite svoj model od kamenčića
ili drugih materijala (grančica, školjki
i sl.) te zamolite dijete da prekopira.





Potaknite aktivnu igru bosih nogu po nestabilnoj površini npr. plaži od šljunka, pijeska ili oblutaka.

|2

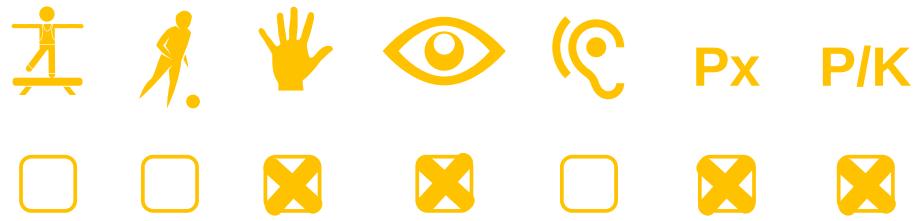




Istražujte obalu ili plažu na drugačiji
način. Penjite se po kamenju i
manjim stijenama, naravno oprezno!

|3





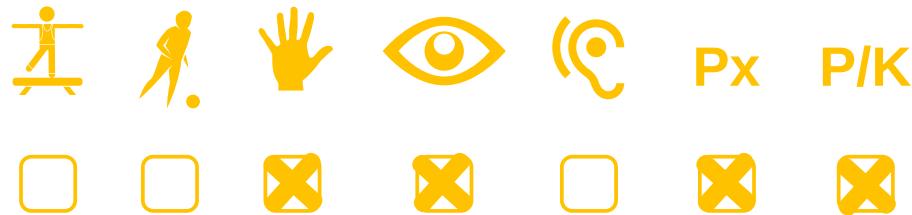
*Voli li Vaše dijete kreativan rad,
iskoristite materijale iz okoliša za
izradu ukrasnih predmeta poput
okvira za fotografije, ogrlica i sl.*

14



Izvor: Lets Do Something Crafty

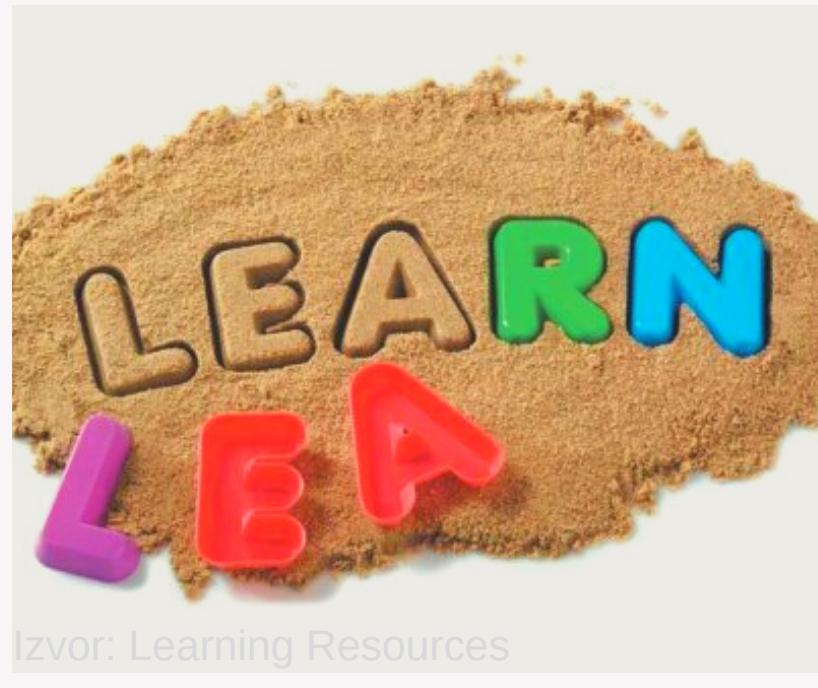




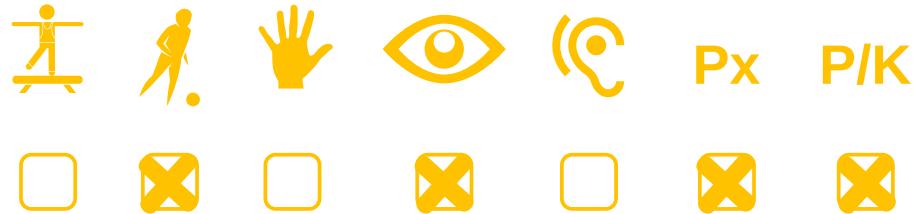
Naučite slova kroz igru koju dijete najviše voli. Slova možete spajati u riječi, a riječi u rečenice.



Izvor: Mom Inspired Lifeeg Crafty



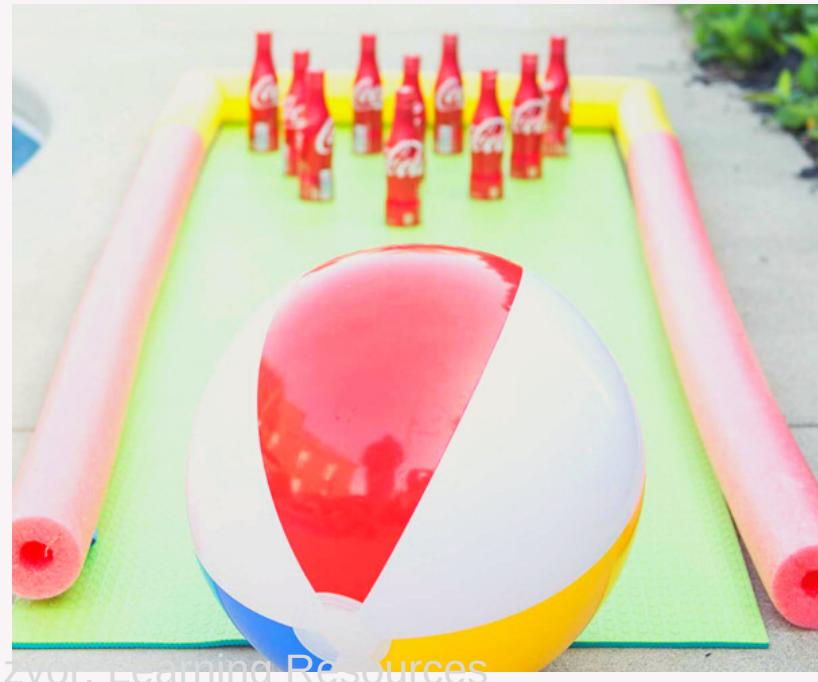
Izvor: Learning Resources



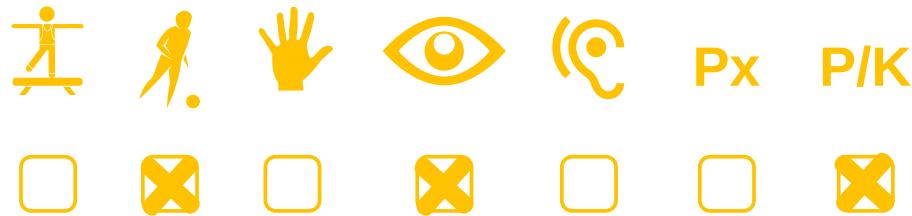
Par ideja za igre u paru s odrasloim osobom ili drugim djetetom: križić-kružić ili kuglanje s materijalima koje imate oko sebe (boce, tornjići od kamenčića i sl.)



Izvor: [Mom Inspired Life Crafty](#)



Izvor: [E-learning Resources](#)



Koristeći različite materijale, igrajte igru "pogodi metu". Meta može biti nacrtana kredom po zidu ili podu, ili kantica. Materijali za bacanje mogu biti kamenčići, češeri, grančice i sl.



Izvor: Pinging Supermom





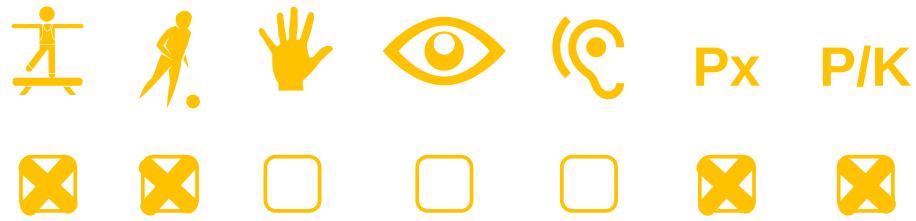
Obojite vodu u čašicama te dajte djetetu da preljeva iz jedne u drugu ili da ih miješa koristeći kapaljku. Obojiti možete i pjenu za brijanje, a potom dodajte i druge teksture poput pijeska.



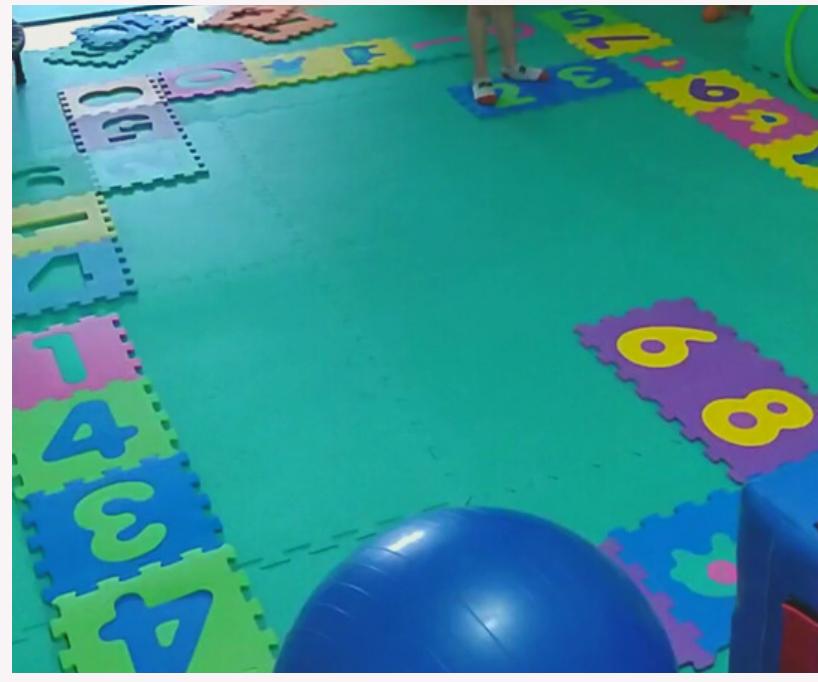
Izvor: Toddler Approved

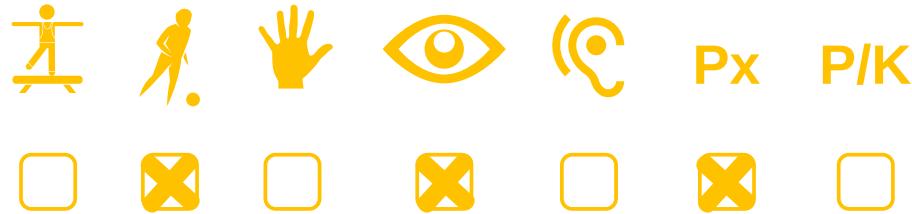


Izvor: Toddler Approved



Djeca zaista vole strukturirane igre sa skakanjem, kao npr. skakanje s različitih visina, skakanje u krugove nacrtane kredom ili obruče u kojima skupljaju slova, skakanje po poljima kao u igri "Čovječe, ne ljuti se".





Dajte djetetu palicu, reket ili dašćicu) te lopticu ili balon kojeg trebaju naciljati. Za vruće dane, možete im bacati i vodene balone. Za kišne dane, obični balon zavežite za konop negdje na povиšeno te ga djeca mogu reketom lupati.

20



Izvor: Haidar Zaim / Observer



VESTIBULARNI SUSTAV

Jedan od naših najvažnijih osjetnih sustava, ravnotežni sustav, razvija se već u trudnoći. Bitan je za posturalnu kontrolu, naše kretanje u prostoru i druge bitne funkcije poput čitanja.



S madracom na napuhavanje možete izvoditi različite aktivnosti u moru poput: balansiranja na koljenima ili stopalima; veslanje rukama; dizanje i skakanje na znak; plivanje nožicama; ronjenje ispod madraca; utrka od točke A do točke B.

21



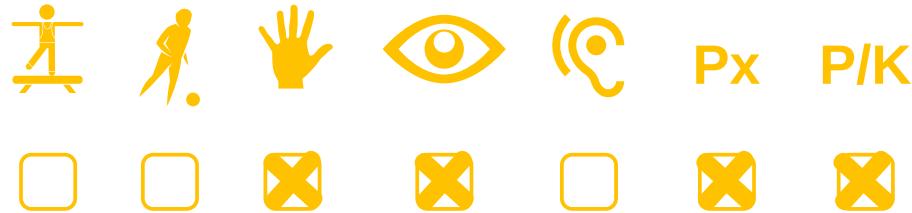
**USKORO DOLAZI
FOTOGRAFIJA**

CENTAR I LAB



**USKORO DOLAZI
FOTOGRAFIJA**

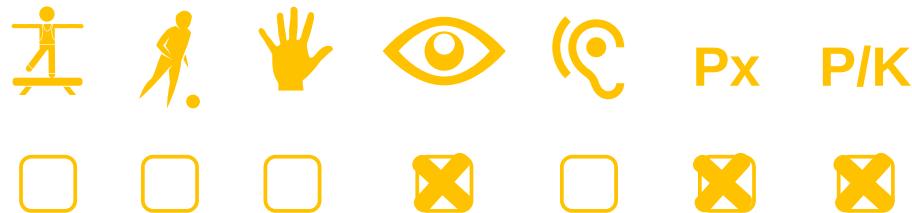
CENTAR I LAB



Igre traženja: Dajte djetetu popis od par stvari koje treba pronaći u određenom prostoru, kao npr.

Pronadi 2 češera i 3 bijela kamenčića na plaži. Od tih predmeta napravite jednu od gore navedenih aktivnosti.





Igre traženja - nadogradnja: kako biste olakšali proces traženja, možete djetetu napraviti raspored koristeći sličice predmeta koje treba pronaći.

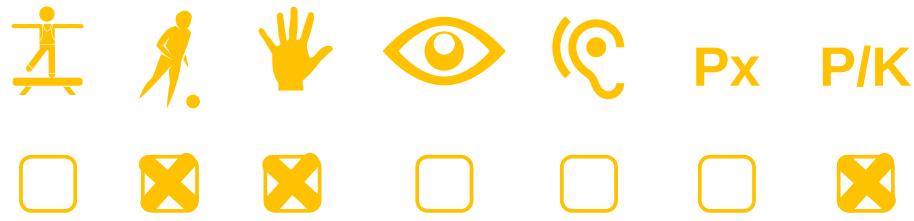


Izvor: PublicInsta



USKORO DOLAZI
FOTOGRAFIJA

CENTAR ILAB



Dok dijete leži na trbuhu, stavite mu po jedan kamen na leđa, ruke i noge te zamolite dijete da Vam kaže gdje ste točno stavili kamen.

24



USKORO DOLAZI
FOTOGRAFIJA

CENTAR ILAB



USKORO DOLAZI
FOTOGRAFIJA

CENTAR ILAB



Dotaknite dijete s npr. kamenčićem, grančicom, lističem, perom, zaobljenim dijelom olovke itd. te zamolite dijete da Vam kaže s čime ste ga dotaknuli. Olakšajte djetetu tako da mu date na izbor tri predmeta od kojih mora izabrati točni odgovor.

25

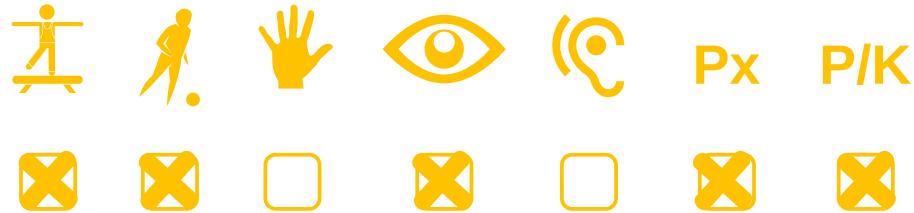


Izvor: BBC

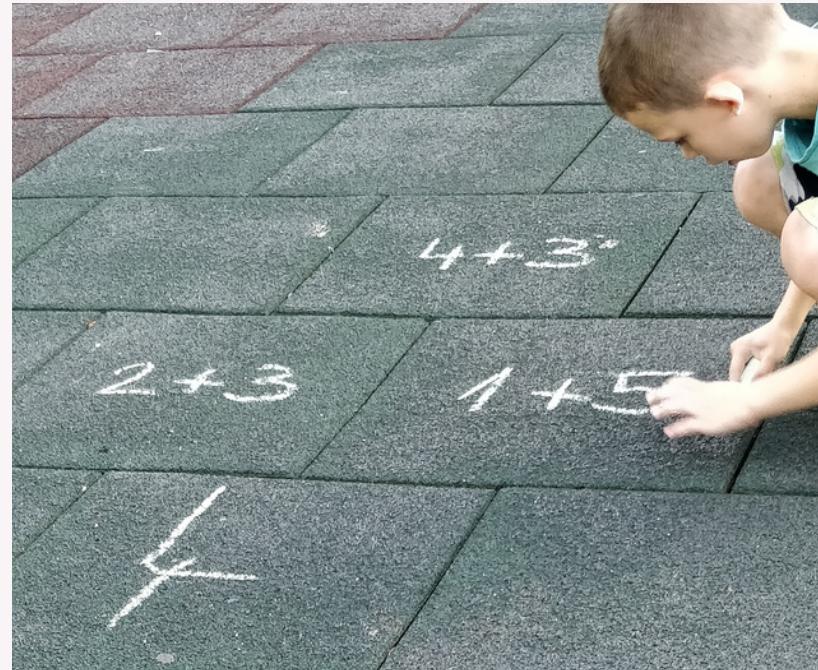


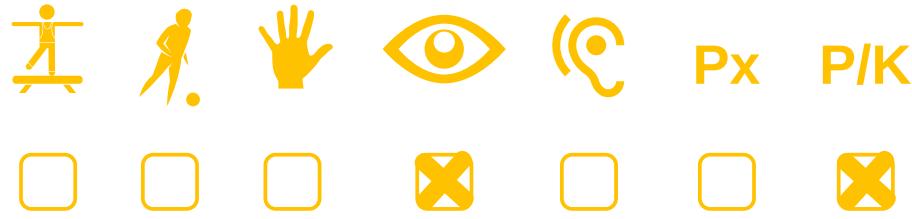
USKORO DOLAZI
FOTOGRAFIJA

CENTAR ILAB



Igra školice s brojevima, prijevoznim sredstvima i sl. riječima / simbolima koje dijete voli. Možete otežati zadatak te dati djetetu uputu odnosno redoslijed brojeva / simbola na koje mora skočiti određenim redom. Možete dodati i različite motoričke i kognitivne zadatke.





U večernjim satima, tražite zvijezde te ih imenujte uz pomoć različitih aplikacija na pametnim telefonima ako ne znate imena. Kao alternativa, možete tražiti krijesnice. U toku dana, možete djetetu ponuditi dalekozor.



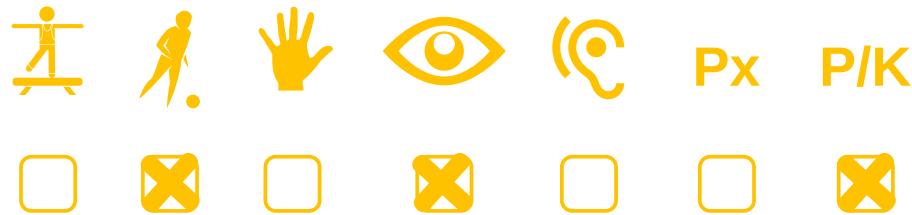
**USKORO DOLAZI
FOTOGRAFIJA**

CENTAR I LAB



**USKORO DOLAZI
FOTOGRAFIJA**

CENTAR I LAB



Za vrijeme vrućih ljetnih večeri, dajte da jedno dijete ili odrasla osoba baca u zrak svjetleći balon s LED lampicom dok ga drugo dijete gađa pištoljem ili drugom spravom na vodu.

28



Izvor: Gender Reveal Celebrations



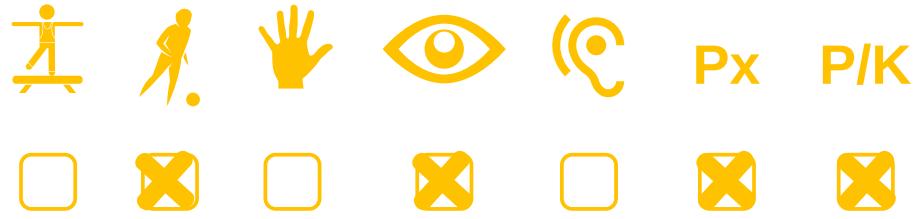
USKORO DOLAZI
FOTOGRAFIJA

CENTAR ILAB



Pustite vodu u gumenu cijev ili dvorišne prskalice, a moguće je i s većim pištoljima na vodu te napravite mlaz ispod kojeg dijete mora proći bez da se smoči.





Zavežite mekšu lopticu ili plišanca
na dugačko uže te privežite za
granu. Zamahnite plišanca dosta
jako da se nekoliko puta zanjiše.
Dijete treba proći ispod čvora tako
da ga igračka ne lupi.

30



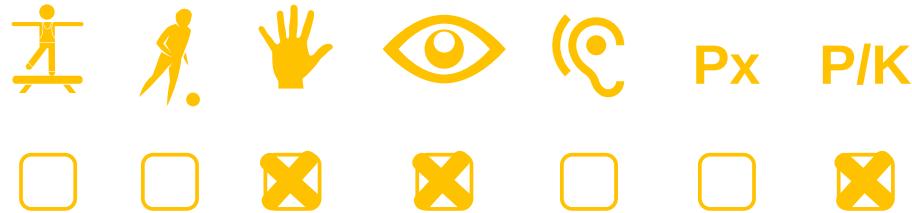
USKORO DOLAZI
FOTOGRAFIJA

CENTAR I LAB



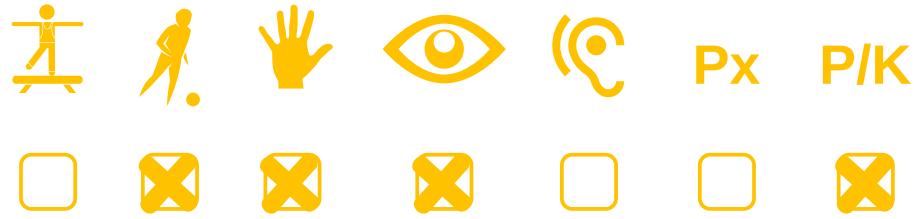
USKORO DOLAZI
FOTOGRAFIJA

CENTAR I LAB



Na plažu možete ponijeti vodene boje ili prehrambene boje koje neće štetiti okolišu te dati djeci da prstićima bojaju kamenčice. Po kamenčićima možete i pisati flomasterima ili kredom.

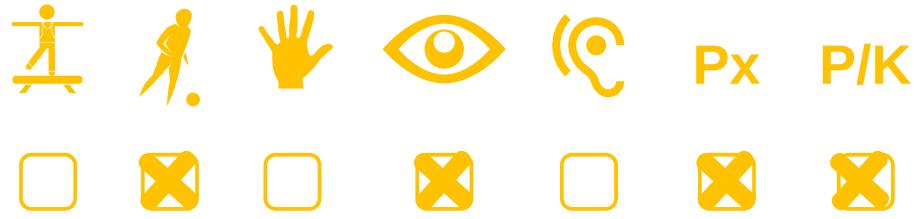




U kanticu ubacite razne sitnije predmete poput kamenčića, borovih iglica, malih pompona, školjkica, tjestenine, gel kuglica za vase itd., a tome možete dodati i vodu i sitnije igračkice. Dijete s dječjom plastičnom pincetom tada treba izvaditi sitne predmete van u drugu kanticu.

32





Sitnije predmete iz jedne posude u drugu dijete može prenositi s obje ruke koristeći dva štapića od sladeleda ili sa prstićima na stopalima.



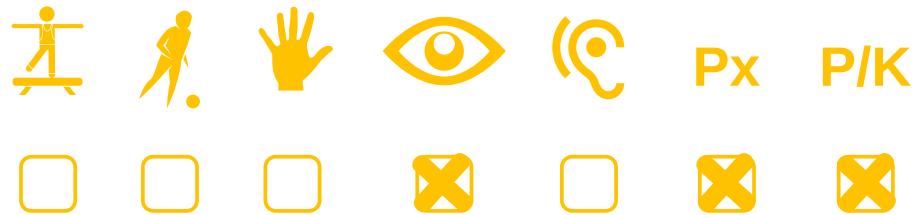
**USKORO DOLAZI
FOTOGRAFIJA**

CENTAR I LAB



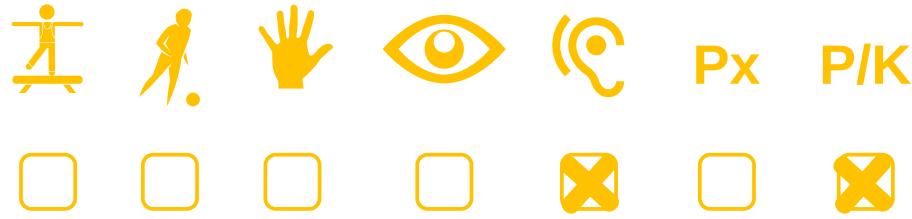
**USKORO DOLAZI
FOTOGRAFIJA**

CENTAR I LAB



Skupljajte štapiće za sladoled i na svakome nacrtajte kružiće različitih boja. Te iste uzorke nacrtajte na papiru. Pobjednik je onaj koji prije posloži sve štapiće na papiru. Alternativno, možete raditi oblike prema modelu.





Skupite paran broj manjih kutijica, poput onih od Kinder jaja te napunite po dvije istim sadržajem npr. dvije kutijice s rižom, dvije s kamenčićima, dvije s pijeskom, itd. Kutijice pomiješajte i dajte djetetu da ih proba upariti po zvuku kojeg proizvode. Na isti način možete napuniti balončiće za taktilni memory.



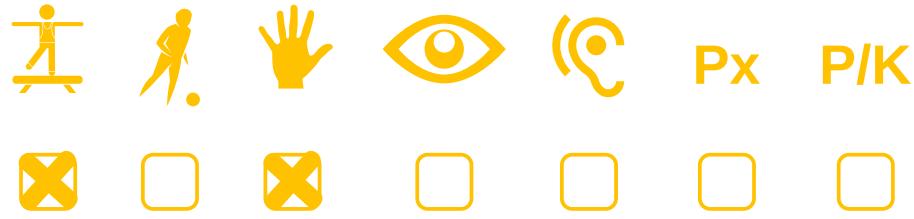
**USKORO DOLAZI
FOTOGRAFIJA**

CENTAR I LAB



**USKORO DOLAZI
FOTOGRAFIJA**

CENTAR I LAB



Za vrijeme kišnih ljetnih dana,
izadite s djetetom van na kišu bosih
nogu te u lokvicu istresite gel kuglice
za vazu koje nabubre u vodi te
gacajte po njima ili drugim
materijalima koji su Vama dostupni.



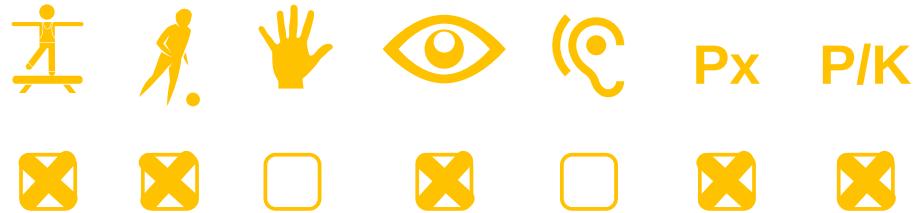
USKORO DOLAZI
FOTOGRAFIJA

CENTAR ILAB



USKORO DOLAZI
FOTOGRAFIJA

CENTAR ILAB



Za dva stolca ili debla zavežite gumi-
gumi te isprobavajte različite
pokrete: prolazanje ispod gume bez
doticanja, preskakivanje. Potom
zamolite dijete da zapamti dva ili tri
pokreta odjednom. Djeci je ponekad
teško skočiti u stranu ili unatrag
stoga budite oprezni i pomozite
djetcu.



Mumčićevor: Be a Fun Mum



USKORO DOLAZI
FOTOGRAFIJA

CENTAR ILAB



Ako Vaše dijete ima peraje, zamolite ga da ih obuče te da u njima hoda unatrag od plićaka prema dubljoj vodi te neka potom proba hodati naprijed.

38



IZVOR: Shutterstock Reveal Celebrations ID 139897404 © Lijybov



USKORO DOLAZI
FOTOGRAFIJA

CENTAR ILAB



U posudice za led, čašice ili rukavice, ulijte vodu obojanu prehrambenim bojama te dodajte manje igračkice poput životinja, pompona i sl te zamrznite. Potom, zamrznuti led dajte djetetu da se igra s njime i da promatra kako se topi.

39





Uzmite dvije spužve za plivanje te napravite dva kruga od njih. Ako želite otežati zadatak, stavite ih u malo dublju vodu gdje dijete ne može dosegnuti dno. U jedan stavite igračkice ili loptice koje plutaju, a djetetu dajte mrežicu za pecanje. Dijete treba upecati igračkice i prenijeti ih u drugi krug.

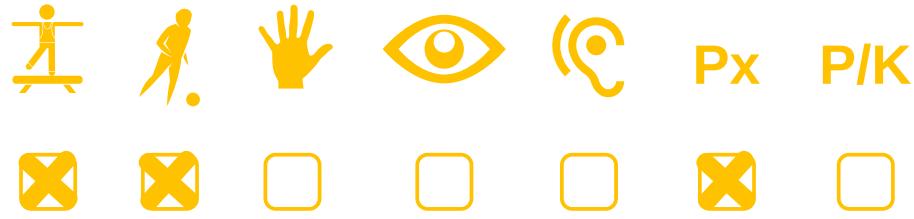


Izvor: Gender Reveal Celebrations



**USKORO DOLAZI
FOTOGRAFIJA**

CENTAR ILAB



Dijete sjedi na madracu na napuhavanje, vesla do igračke koja pluta na moru, uzme igračku te vesla do koluta od spužve ili koluta gdje igračkicu treba ubaciti.

41



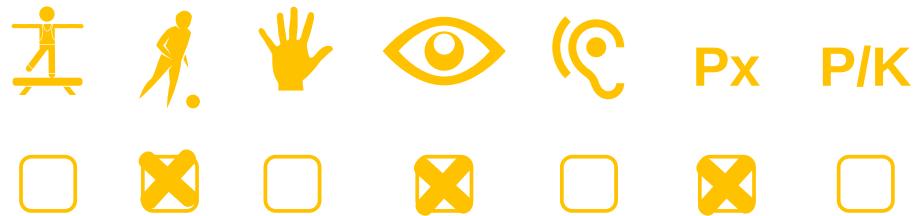
USKORO DOLAZI
FOTOGRAFIJA

CENTAR I LAB



USKORO DOLAZI
FOTOGRAFIJA

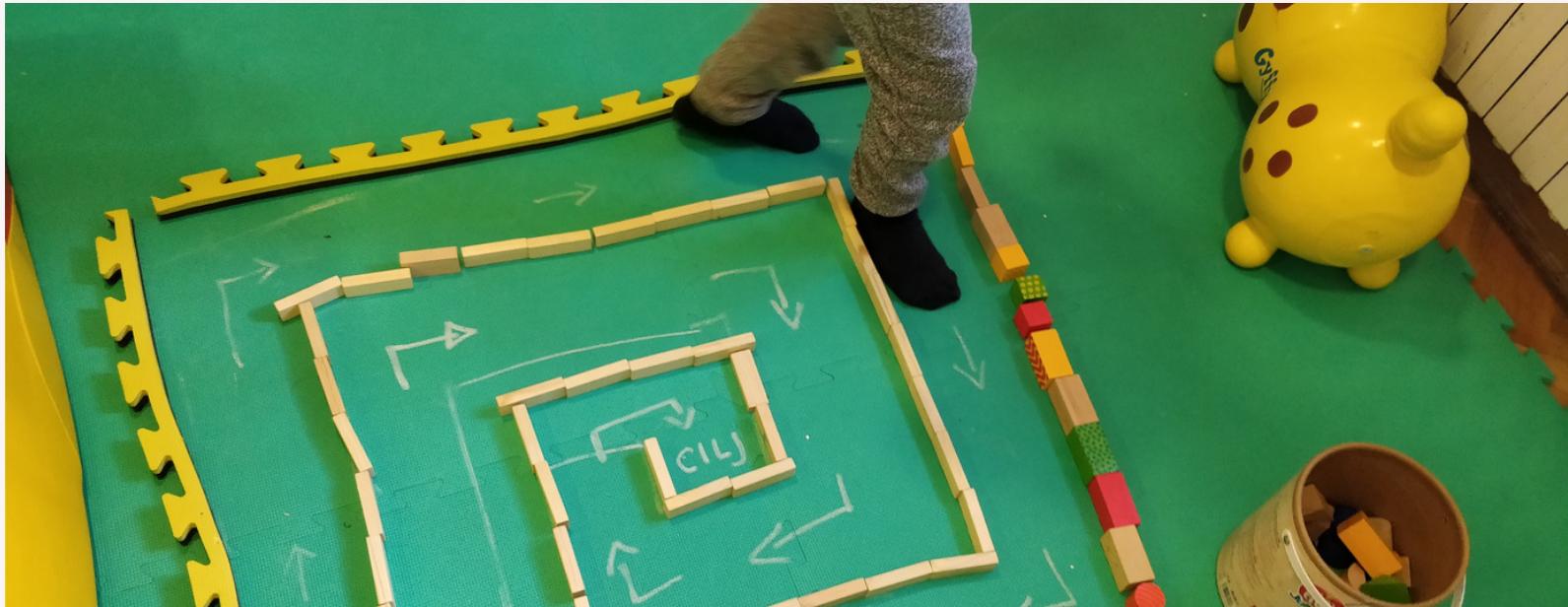
CENTAR I LAB



Dijete je u moru gdje ne može dosegnuti dno. Dodajte mu loptu koju treba pogoditi u koš, odnosno kolut od spužve za plivanje.



Izvor: Alamy



Skupa s djetetom napravite labirint od kamenčića ili grančica dovoljno širok da kroz njega može proći loptica.

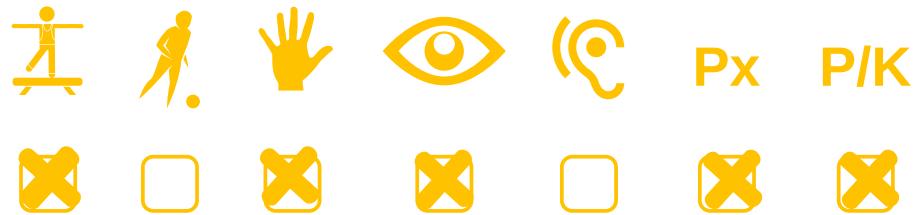
S granom, lopaticom, palicom ili drškom od metle pokušavajte gurati lopticu do cilja bez doticanja rubova labirinta. Potom, kroz labirint dijete može proći hodajući noge ispred noge.



Px

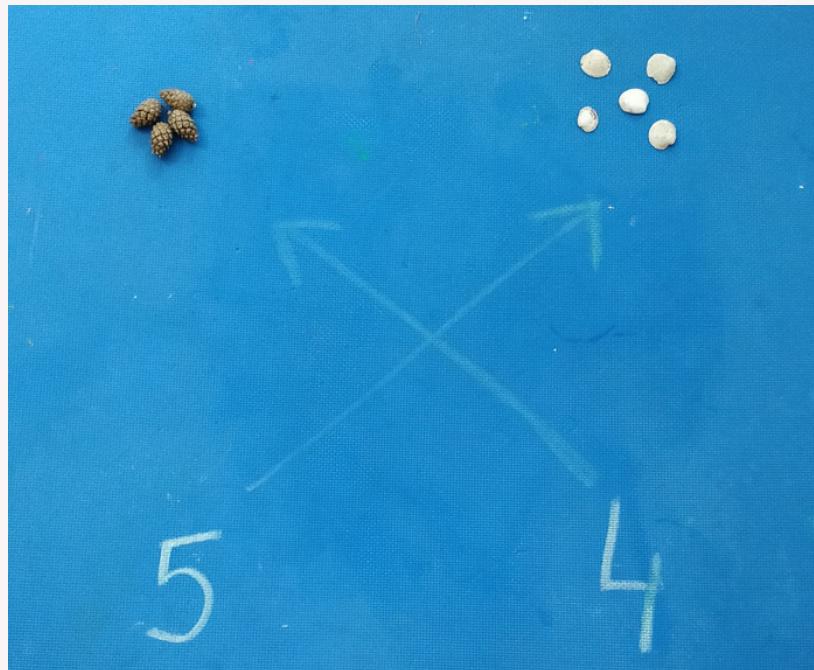
P/K

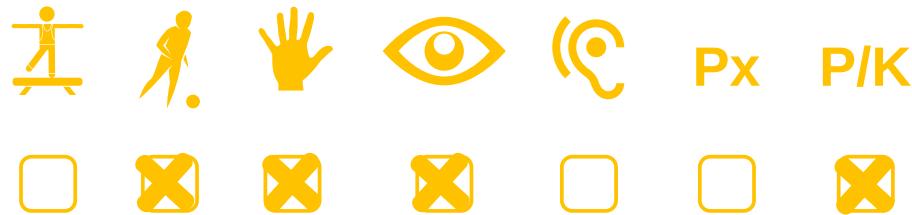




Kredom po podu nacrtajte četiri simbola. Gornji desni simbol se treba povezati s donjim lijevim, a gornji lijevi s donjim desnim. Dijete ih na taj način treba povezati kredom istovremeno s obje ruke ukriženim pokretom. Otežati zadatak možete igrajući ovu igru na papiru te s težim zadatacima poput matematike, spajanja riječi i sl.

44





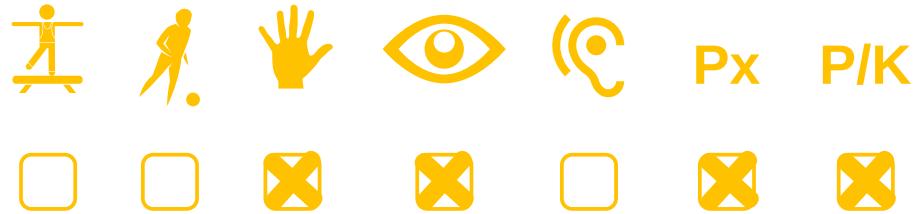
Kredom nacrtajte koncentrične krugove odnosno metu te dajte djetetu da cilja sredinu mete s nešto lakšim ili težim predmetima: češerima, spužvicama, punjenim čarapama i sl. Kako puniti čarape pogledajte tu!

(http://ilab.hr/wp-content/uploads/2020/01/Centar-iLab-Materijali-i-ideje-za-poticanje-SI-kodu%C4%87e_2021.pdf)

45

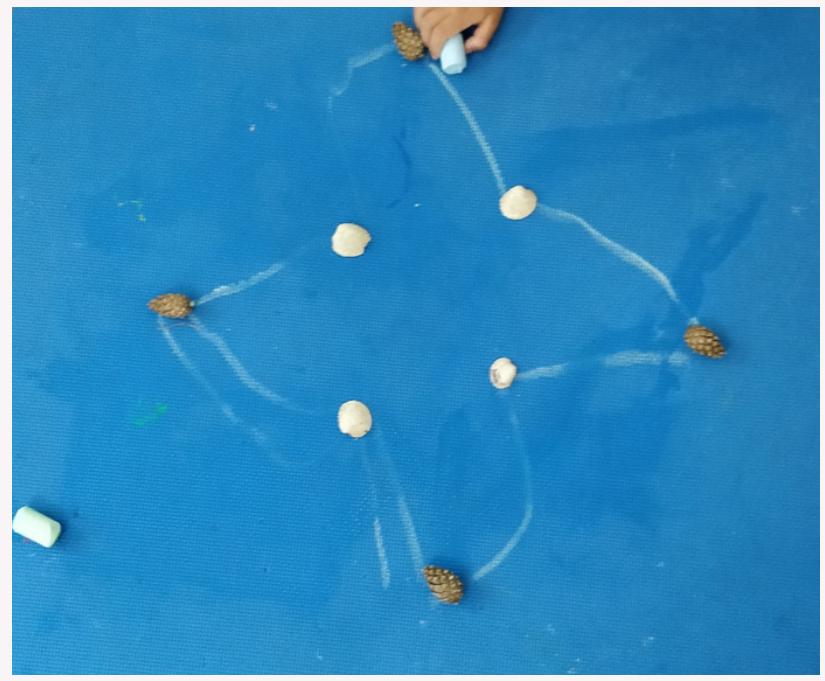


Izvor: Paging Fun Moms



Zamolite dijete da postavi kamenčiće ili češere u određeni oblik, npr. trokut te mu potom dajte kredu da spoji češere u taj oblik. Možete ići od jednostavnijeg oblika prema težem s više spojeva i više smjerova.

46





Izvor: Sports Inquirer

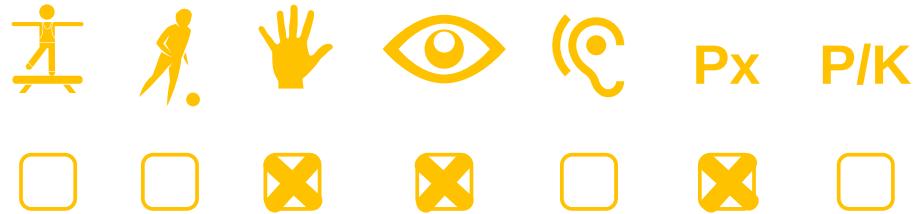
Kada dijete leži na leđima u vodi, dajte mu uputu da polako odigne jednu nogu, bez da ostatak tijela potone dolje (po potrebi držite dijete). Zatim neka digne nasuprotnu ruku i nogu istovremeno. U plićaku dijete koje zna roniti može raditi npr. stoj na rukama.



Px

P/K





Od kamenčića, školjkica ili tjestenine
koje ste obojili složite mozaik, a
možete ih zalijepiti i na posudicu za
cvijeće posebnim ljepilom.

48



Izvor: Gender Reveal Celebrations



Izvor: Pinatas by Marie



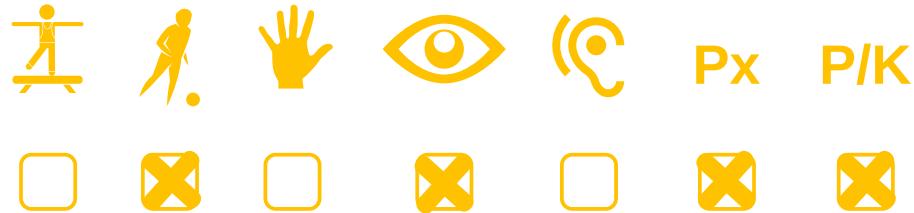
Uzmite mekani frizbi te izaberite metu (drvo, kamen, rupa u pjesku i sl) te kada dijete pogodi metu, dobije npr. dvije puzzle ili dijelove slagalice za složiti. Igra se nastavlja dok dijete ne dobije sve puzzle ili dijelove koje potom složi.



Px

P/K

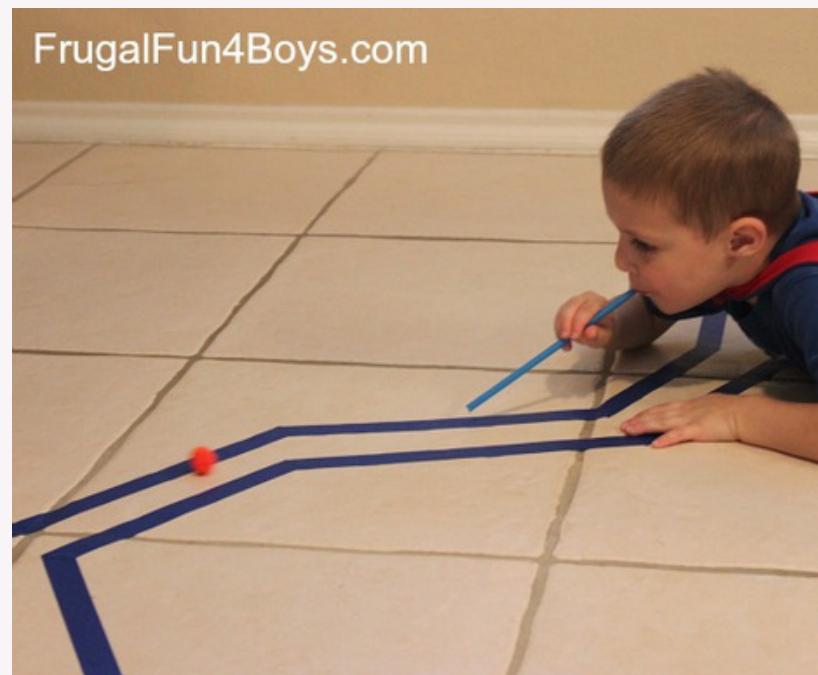




Uzmite komadić vate ili ping pong lopticu i slamku te od kamenčića ili sličnog materijala napravite puteljak kroz koji dijete treba pomicati lopticu puhanjem kroz slamku. Igru se može prirediti i u bazenčiću s vodom ili plastičnoj košari za rublje napunjenoj vodom jer ping pong loptice plutaju.

50

FrugalFun4Boys.com



Izvor: Rachel Swartley

50 senzornih
aktivnosti
za ljetο



INFO@ILAB.HR | WWW.ILAB.HR

KONTAKT:

