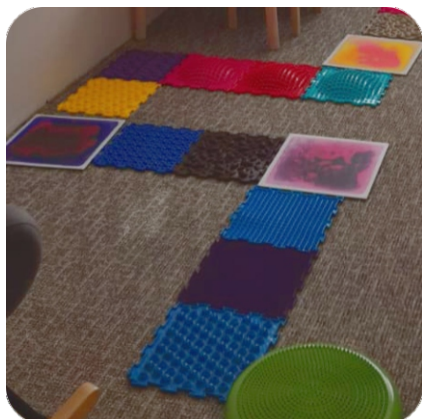


# AKTIVITĀTES

mieram • labsajūtai • pozitīvai emocionālajai pieredzei



## *Sensorais aktivitātes celiņš*

Palīdz attīstīt uzmanību un pašregulāciju, atpazīt un regulēt emocijas, ievērot noteikumus un darbību secību, gaidīt savu kārtu un pabeigt iesāktu. Tas veicina arī bērna patstāvību, palīdzot izvēlēties piemērotus paņēmienus, lai nomierinātos, koncentrētos, pārvarētu grūtības un veiksmīgāk iesaistītos ikdienas aktivitātēs.



## *Kastaņu baseins*

Darbs ar dabas materiālu. Kastaņu formas, virsmas, svara un kustības izziņāšana, kas palīdz nomierināties, koncentrēt uzmanību un veicināt emocionālo pašregulāciju. Darbošanās ar lielu kastaņu daudzumu sniedz daudzveidīgu taustes un skaņu pieredzi.



## *Smilšu gaismas lampa*

Mierīga un nesteidzīga darbošanās ar smiltīm palīdz bērnam nomierināties, atslābināties un mazināt emocionālo pārslodzi. Gaisma un smilšu kustība rada patīkamu sensoru pieredzi, veicina koncentrēšanos, iekšēju mieru un emocionālo līdzsvaru. Tas palīdz pāriet no aktīvas darbošanās uz mierīgāku darbību.



## *Gaismas molberts*

Zīmēšana uz gaismas molberta ir mierīga un radoša darbošanās, kas palīdz bērnam koncentrēt uzmanību, nomierināties un mazināt emocionālo spriedzi. Zīmēšana veicina pašizpaušmi, smalko motoriku un radošumu. Pildot uzdevumus kopā ar vecākiem, aktivitāte saliedē.



## *Sensorais aktivitātes galds*

Darbošanās ar dažādiem sensorajiem maisījumiem attīsta taustes uztveri un smalko motoriku, veicina sensorās pieredzes izzināšanu, uzmanības koncentrēšanu un pašregulāciju. Bērns var brīvi maisīt, bērt, pārnest, šķirot un darboties sev piemērotā tempā, tādējādi mazinot spriedzi un nomierinoties.



## *Taktilie spilventiņi*

Taktilie lina spilventiņi ir pildīti ar sensorajiem maisījumiem, kas sniedz daudzveidīgu taustes pieredzi. Tie palīdz bērnam koncentrēt uzmanību, attīstīt atmiņu un veicināt pašregulāciju, vienlaikus izzinot dažādas tekstūras un sajūtas.



26 849 646



Parādes iela 1, Daugavpils, LV-5401



Sensorā Pērle



@sensora\_perle

