

IGRE I RANA STIMULACIJA OSJETILA

Naša osjetila rade zajedno da bi nam dala sliku svijeta što nas okružuje. Zahvaljujući upravo osjetilima i njihovoj integraciji znamo tko smo, gdje smo i što se događa oko nas. U većine nas senzorna integracija odvija se na nesvjesnoj razini. Djeca najprije uče o svojim tijelima kroz dodire, pokrete, mirise i okuse, a zatim upoznaju objekte iz svoje okoline kroz vid i sluh. Otprilike do 7. godine starosti mozak je primarno stroj za obradu osjetilnih podražaja iz naših 7 osjetilnih sustava (dubinski osjet, pokret, dodir, vid, sluh, miris i okus).

STIMULACIJE VESTIBULARNOG SUSTAVA

(osjetila kretanja i ravnoteže)

- kretanje i svi oblici trčanja (naprijed-nazad, startanje-zaustavljanje, lijevo-desno)
- hodanje po stepenicama, hodalicama
- luljanje na različitim vrstama ljuljački
- vrtnja na disku i lijevku za vrtnju, vrtuljku
- provlačenje, puzanje kroz tunel
- stajanje, hodanje, povlačenje po gredi, klupi
- spuštanje niz tobogan
- vožnja na skejtbordu, biciklu
- penjanje po ljestvama, penjanje i luljanje na konopcu
- skakanje s povišenih položaja
- pokreti okretanja tijela: vrtnja tijela, plesanje, koturanje, prekobacivanje
- plivanje, skijanje

TAKTILNE STIMULACIJE

- omogućiti djeci i ohrabrivati ih da dodiruju i manipuliraju različitim prirodnim i umjetnim materijalima različitih tekstura (taktilni memori, mase za modeliranje)
- hodanje po različitim podlogama (taktilna greda, taktilne papučice s različitim sadržajima)
- slikanje prstićima s bojom, pjenom, sapunicom
- masaža s loptom (ravnomjerno i čvrsto loptu kotrljamo preko djetetovih ruku, nogu, leđa)
- balansiranje na taktilnoj lopti
- igre u kolu (držanje za ruke zbog važnosti dodira)
- igre u pješčaniku različitih sadržaja (npr. u igri skriveno blago zakopamo male predmete u pješčanik)
- taktilne umetaljke
- igre s vodom



STIMULCIJE PROPRICEPTIVNOG OSJETA

(vlastiti ili duboki osjet)

- skakanje u vrećama, na trampolinu, u bazen s lopticama, preskakanje vijače
- povlačenje za noge (npr. igra „tački“), guranje kutije, igra „pjetlića“, čvrsto zamatanje u plahtu (palačinka), korištenje teških pokrivača, te torbica oko struka ispunjenih npr. pijeskom ili zrnjem
- istezanje i povlačenje npr. konopca, kotrljanje po podu, travi i snijegu, igra gusjenice
- odvrtanje i zatvaranje poklopaca, zabijanje drvenih čavlića u klupicu

- dizanje utega ili napunjenih boca, dodavanje balonima napunjenih vodom, terapijskim loptama
- penjanje na švedske ljestve, trčanje uz glazbu
- igra prostorne navigacije gorotki, te igra twister
- čvrsti zagrljaj uz ljuljanje
- uključite dijete u kućanske poslove- vađenje rublja iz perilice, serviranje stola, nošenje stvari iz dućana
- plivanje, vožnja biciklom, sanjkanje, skijanje, borilačke vještine npr. hrvanje

STIMULACIJE SLUHA

- različita glazbala od prirodnih materijala i od neoblikovanih materijala (različite zvečke, zvučne lopte)
- igre pogodi po zvuku (svakodnevni zvukovi- dizala, stepenice, zvukovi kućanskih aparata-usisavač, mikser)
- slušanje zvukova iz prirode- grmljavina, kiša, vjetar, šum mora, glasanje životinja; i okruženja- auti, motori, tramvaji, vlakovi
- slušanje različite vrste glazbe, ritmičke igre
- slušanje i raspoznavanje zvukova različitih glazbenih instrumenata, zvučni memori

VIZUALNE STIMULACIJE

- igre s prstenima za nabacivanje, mala kuglana
- igre ubacivanja lopte u koš, kutiju, mini golf
- vizualno praćenje svjetlećih predmeta (lopte, džepne svjetiljke, štapići)- dijete prati oblike ili točke na zidu
- igre labirinta, puzzle, umetaljke, nizaljke, lotto, kocke u bojama, slikovnice
- igre spajanja istih boja, visina, dužina
- plesanje uz šalove i marame različitih boja

STIMULACIJE OSJETA MIRISA I OKUSA

- uspoređivanje i/ili traženje istih mirisnih kartica, začinskog i ljekovitog bilja, igra mirisnog memorija
- sortiranje i imenovanje voća i povrća, hrane
- igra prepoznavanja po okusu (zavezanih očiju)
- istraživačke aktivnosti s npr. uspoređivanjem i pronalaženjem različitih mirisa i okusa čajeva
- igra s različitim slamkama, sisanje kroz obične, zavojite, slamke s pregibom, sportske bočice
- igra s tekućinama različite gustoće
- grizenje i žvakanje npr. kora voća nasuprot kruha

Ponekad se svi trebamo „odmaknuti od svega“ i zato djeci treba osigurati „mirni kutak“ da kada su previše podražena kratko predahnu prije nego dalje nastave igru. Sigurno mjesto treba biti ugodno i privatno pa preporučamo da mirni kutak opremite hrpom jastuka, vrećom za sjedenje, stolicom za ljuljanje, osigurate nježno svjetlo i nekoliko stvari koje umiruju poput plišanih igračkaka, slikovnica, deku za zamatanje, loptu za ljuljanje. Dijete i vi trebate zajedno otkriti što najbolje funkcionira.

**Pripremile: Martina Burazer, prof. logoped
Romana Benički, odgojiteljica**