

VEBINĀRS

Sensorā uzvedība Tauste un kustība

16:00 - 17:30

Līga Bērziņa



Pasākumu finansiāli atbalsta Sabiedrības integrācijas fonds no Kultūras ministrijas piešķirtajiem Latvijas valsts budžeta līdzekļiem.



Ja audzēknis...

- Lien zem galdiem, lien skapīšos;
- Nevar mierīgi nosēdēt pie galda;
- Baksta, aiztiek citus bērnus;
- It kā bez iemesla kliež, izdod dažādas skaņas;
- Ir apsēsts ar kādiem priekšmetiem, rituāliem, ritmiskām kustībām;
- Ir ļoti satraukts par pārmaiņām nodarbību sarakstos;
- Asi, satraukti reaģē uz izmaiņām telpā;
- Norobežojas no citiem...



Ja audzēknis...

- Asi reaģē uz pieskārieniem;
- Uzvedas trauksmaini vietās, kur ir daudz cilvēki, it īpaši, ja jāstāv tuvu viens otram - sadošanās rokās, stāvēšana rindā kafejnīcā, sporta stundu stafetes utt.;
- Uzvedas impulsīvi, bīstami, provocējoši



Ja audzināmais brīvajos brīžos...

- It kā tīšuprāt kaitina citus bērnus;
- Atsakās iziet ārā no telpas, doties uz ēdnīcu vai sporta zāli;
- Atsakās komunicēt ar pārējiem;
- Skraida un nav apturams;
- Nošķiras no pārējiem;
- Ir mobinga upuris;
- Satraucas/kļūst agresīvs negaidītās situācijās...



Ja audzēknis mācību procesā...

- Fokusējas uz šaurām interesēm;
- Iet 9x uz WC stundas laikā;
- Atzīmes kā kardiogramma 9,2,4,9,9,2 utt.;
- Nesaprot, kā veikt uzdevumus (tādējādi pieprasot nemitīgus individuālus paskaidrojumus);
- Atsakās piedalīties grupu darbos;
- Pārtrauc pedagogu, bērnus;
- Ir nepacietīgs...



Hipersensitivtāte Hiposensitivitāte





Bērni var reaģēt pārāk vāji
Pārāk spēcīgi
Meklēt noteiktas sajūtas

Viberējoši priekšmeti -
riteņi rotaļu
automašīnām,
veļasmašīnas, putekļu
sūcēji

Zobu pastas

Asu smaržu
meklēšana vai
izvairīšanās no
tām

Priekšmetu
košļāšana,
laizīšana

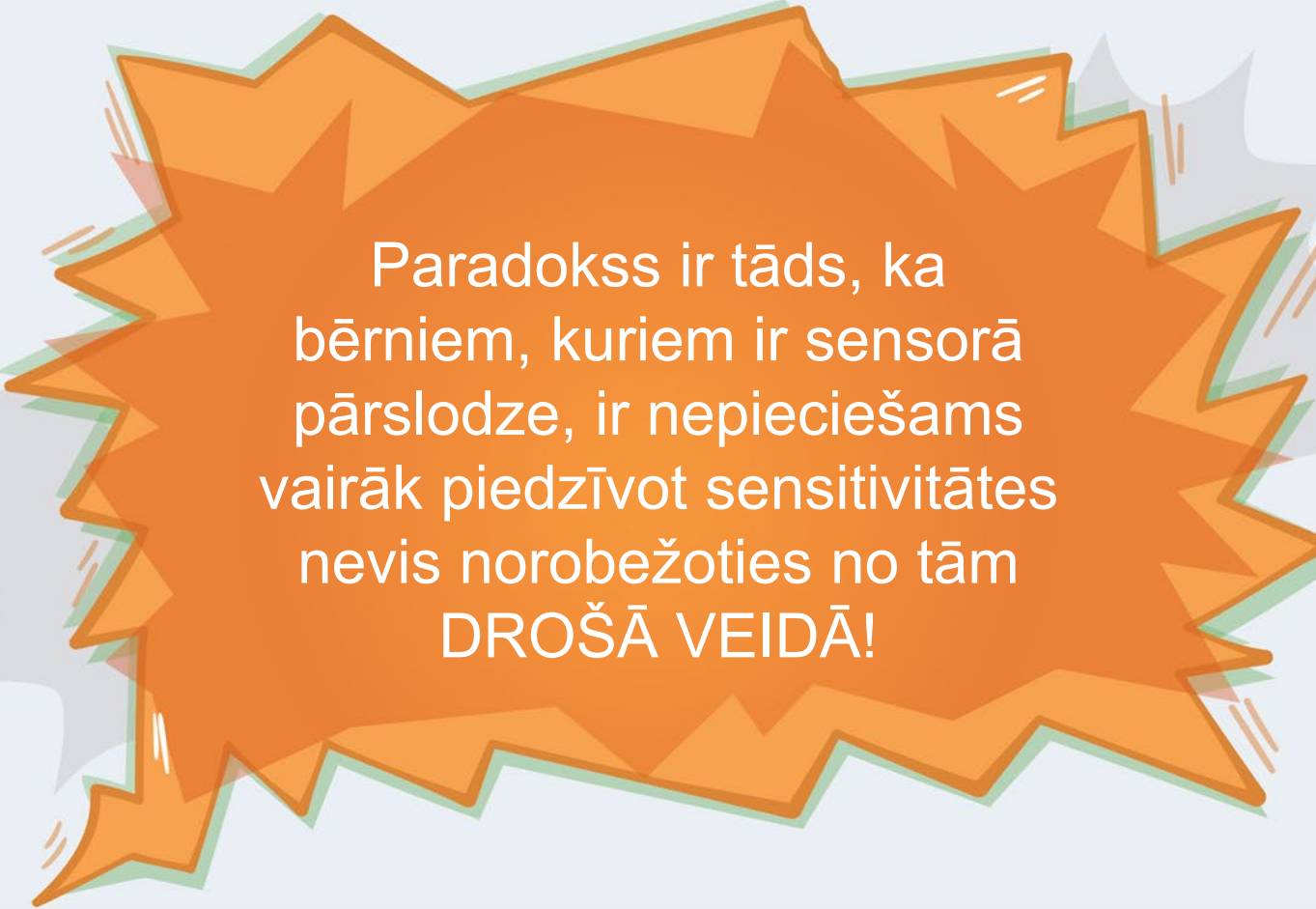
Neilons, apvāktas
grāmatas

Sensoro sajūtu meklēšana/ Izvairīšanās no noteiktām sajūtām



Lielāko daļu
darbību daudzi
uzskatīs par sociāli
nepieņemamu
uzvedību,

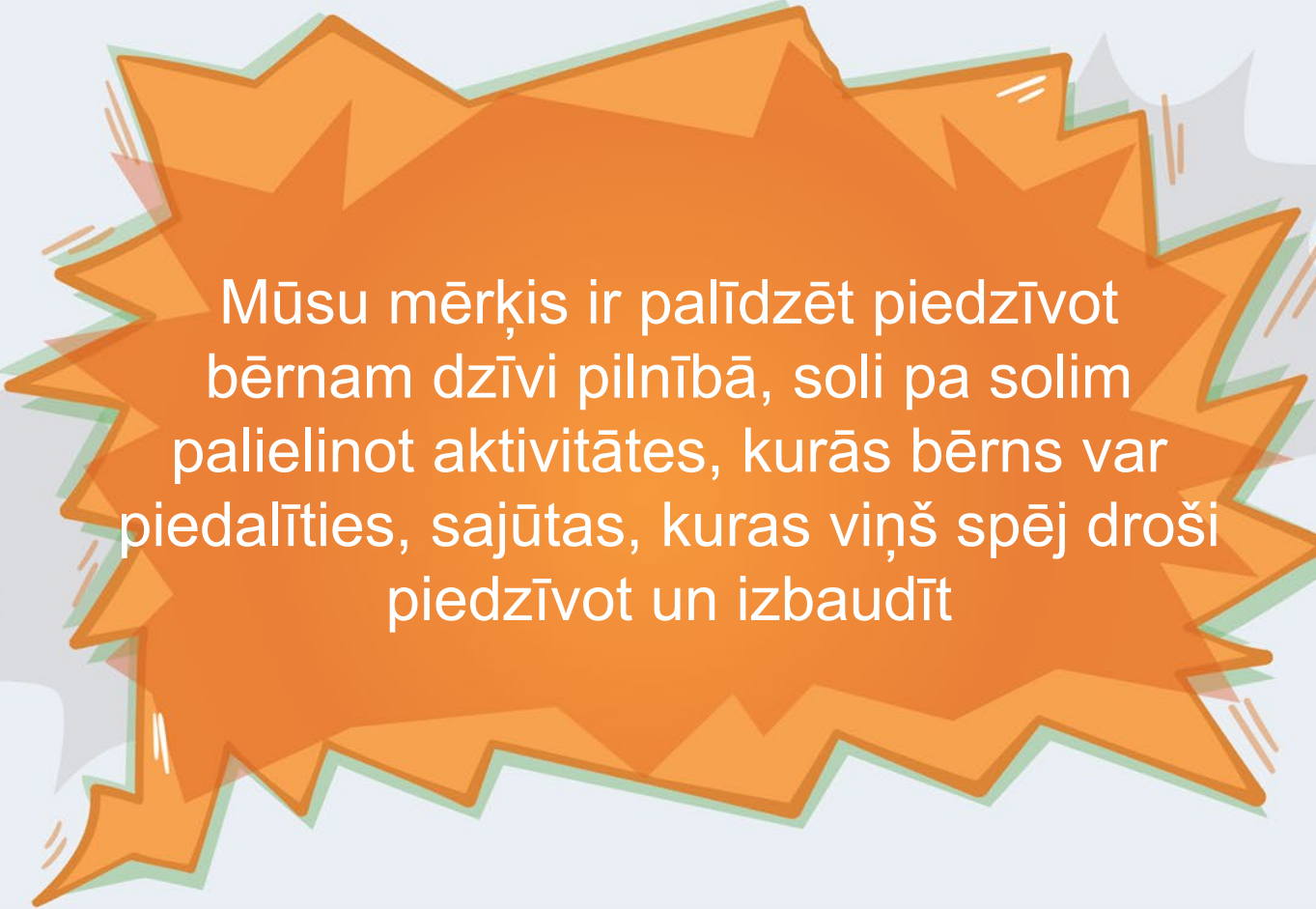
jo centīsies visu sasmaržot, visam
pieskarties, pagaršot utt.



Paradokss ir tāds, ka
bērniem, kuriem ir sensorā
pārslodze, ir nepieciešams
vairāk piedzīvot sensitivitātes
nevis norobežoties no tām
DROŠĀ VEIDĀ!

Spēles un rotaļas nav tikai spēles

- Aktivitātes impulsu regulēšanai ir būtiskas ne tikai īstermiņā, palīdzot samazināt vai palielināt enerģijas līmeni (tas būtisks tiem, kuri visu laiku izskatās nemotivēti un noguruši), bet laika gaitā palīdz arī pārstrukturēt nervu sistēmu.
- Šie bērni būs spējīgi labāk izturēt sensorās sensitivitātes, regulēt trauksmi, palielināt spēju noturēt uzmanību un kontrolēt sensoro stimulu meklēšanas vai izvairīšanās uzvedību



Mūsu mērķis ir palīdzēt piedzīvot
bērnām dzīvi pilnībā, soli pa solim
palielinot aktivitātes, kurās bērns var
piedalīties, sajūtas, kuras viņš spēj droši
piedzīvot un izbaudīt

Redze

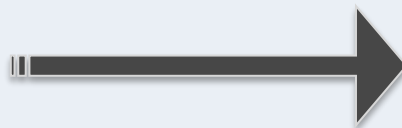
Oža

Garša

Dzirde

Tauste

Kustība,
motorika



APKĀRTĒJĀ
PASAULE

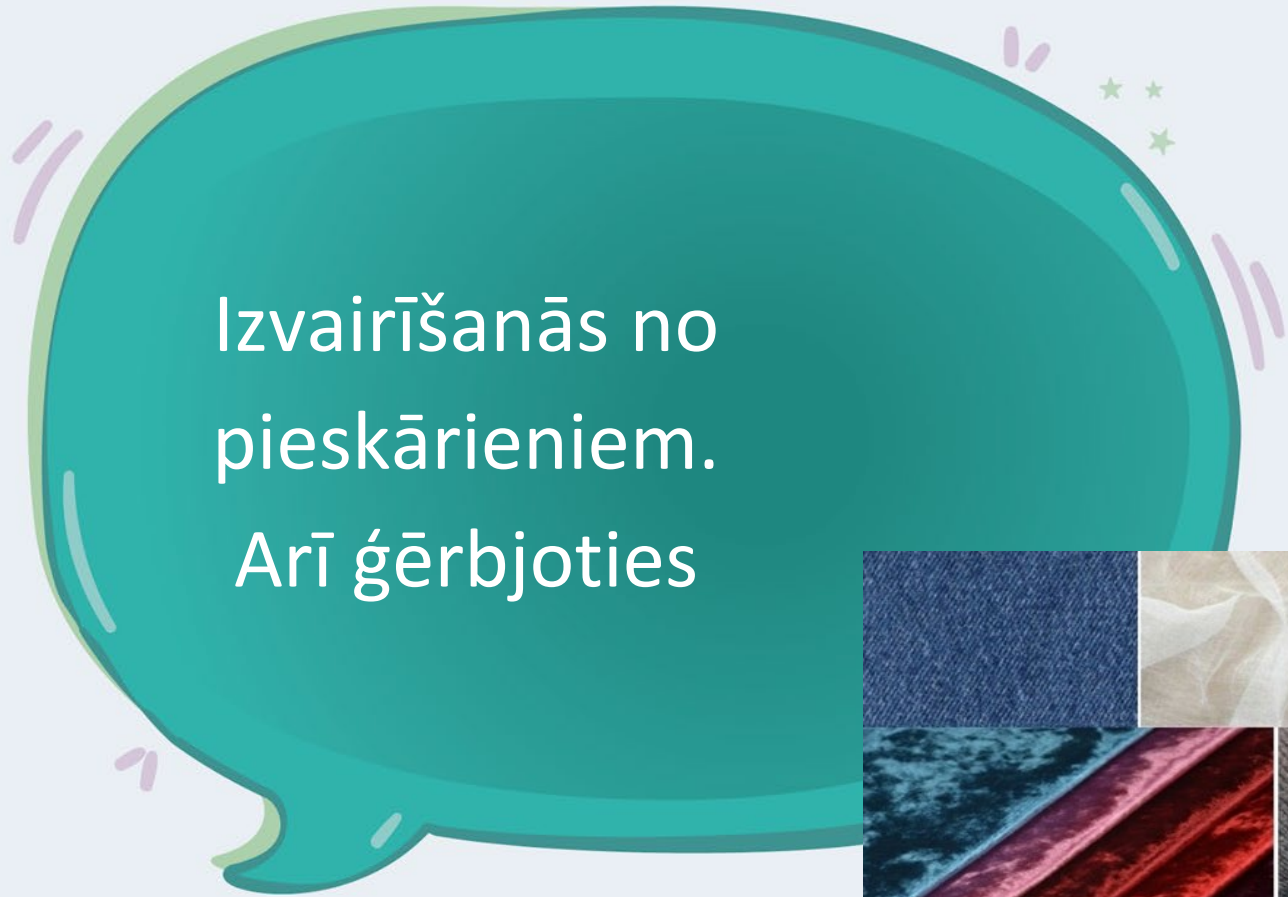
Paaugstināts taustes jutīgums



TAUSTE – paaugstināts jutīgums

- Pieskāriens var radīt sāpju sajūtu un diskomfortu, tādēļ var nepatikt, ja viņus aiztiek;
- Nepatīk, ja kaut kas pieskaras kājām vai rokām (var nepatikt drēbes, apavi; nepatīk, ja rokas ir slapjas vai netīras);
- Grūtības ķemmēt vai mazgāt matus, jo ir jutīga galvas āda;



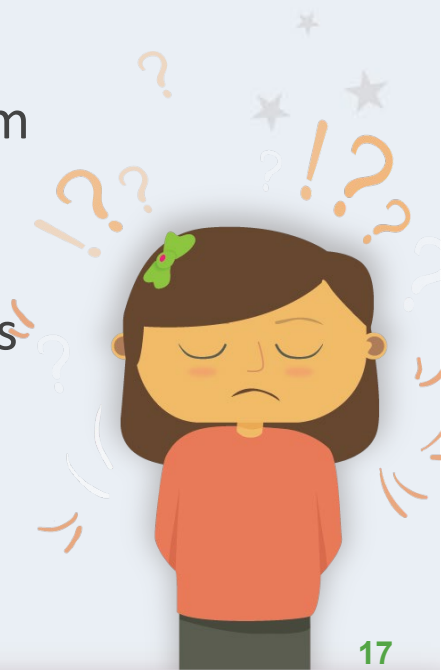


Izvairīšanās no
pieskārieniem.
Arī ģērbjoties



Drēbes

- Patīk noteikta veida drēbes vai materiāli.
- Protests pret skolas formām, sporta apģērbu, lietišķām žaketēm svinību reizēs utt.
- Grūtības pārslēgties starp ziemas un vasaras apģērbu
- Grūtības izmēģināt jaunu apģērbu – velk vienas un tās pašas drēbes
- Atteikšanās vilkt konkrētus apģērbus



TAUSTE – paaugstināts jutīgums

- Izvairīšanās no pieskārieniem
- Izvairīšanās no faktūrām un tekstūrām
- Var nepatikt rakstīt ar pildspalvu, bet virtuozs planšetē
- Grūtības ķemmēt vai mazgāt matus;
- Problēmas ar roku mazgāšanu, mazgāšanos
- Izaicinājumi ar temperatūru, spiedienu, sāpēm, pieskārieniem



Rokraksts un pildspalva

- Bērnām ir jābūt uztrenētām 7 dažādām muskuļu grupām pirms viņš spēj pareizi noturēt pirkstos pildspalvu
- Būtiska ir virsma, un vērojiet, vai bērns neizvairās likt roku uz galda

Rotaļas un aktivitātes paaugstinātam taustes jutīgumam

- **Vispirms tu, pēc tam es** – dariet dažādās lietas secīgi
- **Ejiet dabā.** Gan lietū, gan vējā, gan sniegā
- **Spēlējieties ar ūdeni.** Daudz



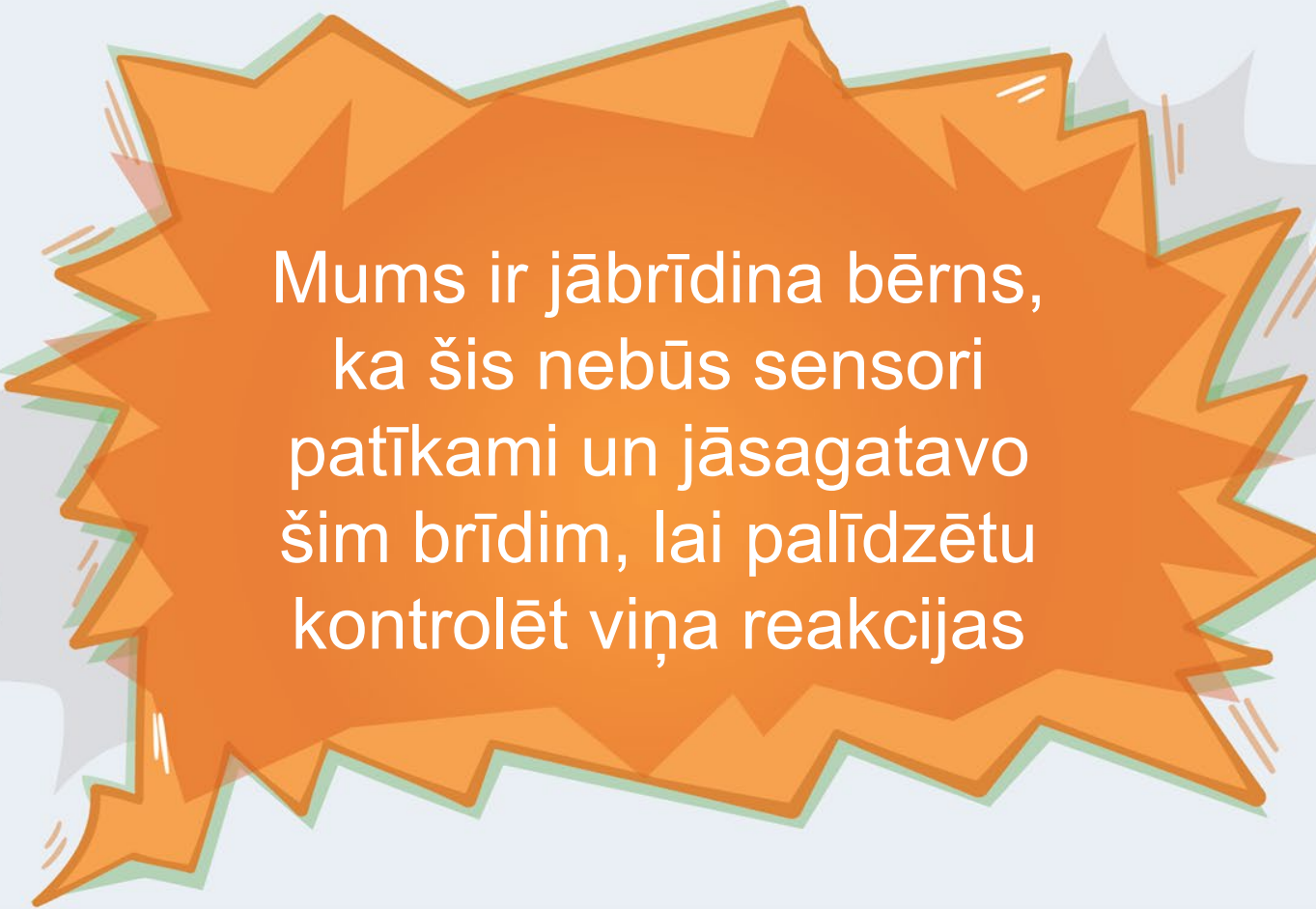
Drēbes

- Patīk noteikta veida drēbes vai materiāli.
- Protests pret skolas formām, sporta apģērbu, lietišķām žaketēm svinību reizēs utt.
- Grūtības pārslēgties starp ziemas un vasaras apģērbu
- Grūtības izmēģināt jaunu apģērbu – velk vienas un tās pašas drēbes

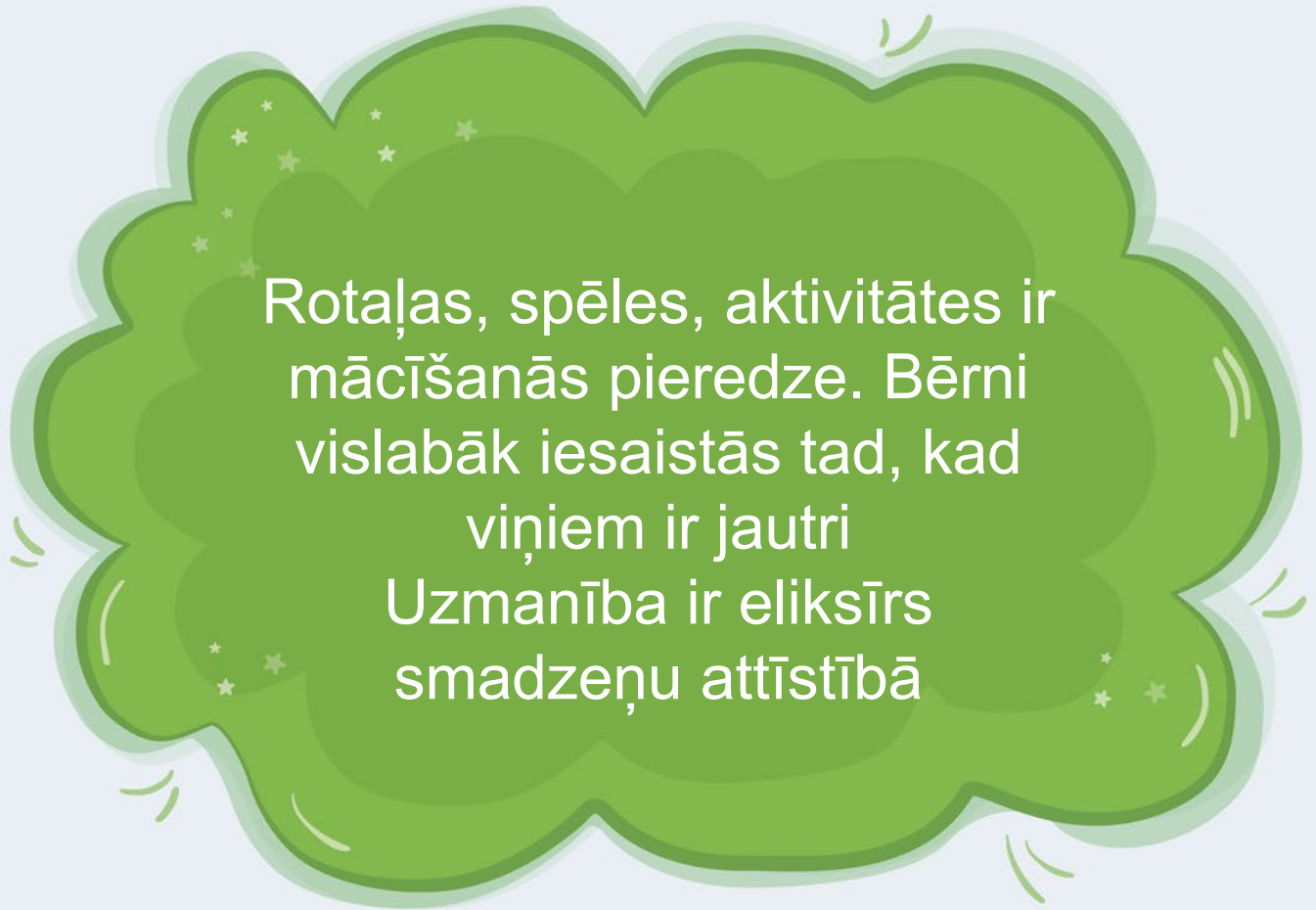


Paaugstināts un pazemināts taustes jutīgums reizē





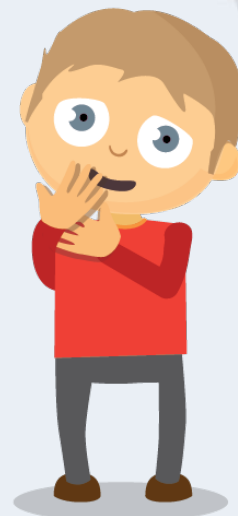
Mums ir jābrīdina bērns,
ka šis nebūs sensori
patīkami un jāsagatavo
šim brīdim, lai palīdzētu
kontrolēt viņa reakcijas



Rotaļas, spēles, aktivitātes ir
mācīšanās pieredze. Bērni
vislabāk iesaistās tad, kad
viņiem ir jautri
Uzmanība ir eliksīrs
smadzeņu attīstībā

TAUSTE - pazemināts jutīgums

- Ir nepieciešamība cieši saspiest lietas (vai citus cilvēkus), pirms rodas jebkura pieskāriena sajūta;
- Ir augsts sāpju sliekšnis, var nepamanīt savus ievainojumus;
- Var savainot sevi;
- Patīk sevi apzīmēt;
- Patīk smagi priekšmeti (piemēram, smagi pārklāji, zem kā noslēpties).
- Neizjūt savu ķermeni pilnībā
- Vēlme pieskarties konkrētai vietai vai cilvēkam



Pazemināts jutīgums - risinājumi

- Rūpīgi pārdomāt atrašanās vietu starp bērniem;
- Dot sensoro bumbi, citas mīļmantiņas bērnam;
- Iedot sarakstu ar vietām atpūtai brīvajos brīžos;



Pazemināts jutīgums – palīdzības iespējas

- Atļaut vilkt konkrētus apģērbus
- Atļaut spēlēties ar mīļmantiņu, sensoro bumbu
- Dot alternatīvo nodarbošanos sarakstu





Vēl idejas!

- Krāsošana ar vatēm,
- Krāsošana uz papīra dvieļa, tualetes papīru utt.
- Mīcīt smilšu cepumu u.tml. ēdamas mīklas



www.giftofcuriosity.com

<https://www.giftofcuriosity.com/watercolor-painting-on-paper-towels/>



<http://www.bubblegumsass.ca/?p=1077>

4



*Paint
with*
Toilet Paper Rolls



<https://www.youtube.com/watch?v=8zA1O1byl2A>



<https://teachpreschool.org/2013/09/24/building-fine-motor-skills-with-cotton-ball-painting/>

- Mandalas no lēcām, pupiņām, kukurūzas, makaroniem u.tml.



<https://stitchplayinaz.com/2020/03/20/mandala-with-beans/>



<https://buggyandbuddy.com/heart-themed-fine-motor-skill-activity/>



<https://www.glitteronadime.com/fine-motor-activities-using-fruit-loops/>

30

- Želatīnā salikt mantiņas, ko ar knaiblītēm vilkt ārā (masu arī var ielikt maisiņā)
- Hidrogela bumbiņas



<https://tinkerlab.com/play-gelatin-150-screen-free-activities-kids/>

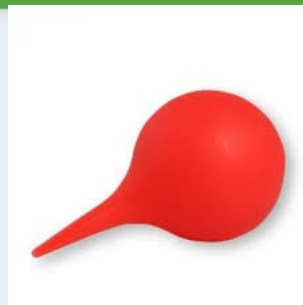
Rotaļas ar ledu

- <https://happytoddlerplaytime.com/12-creative-easy-ways-to-play-with-ice>



Spēles ar ūdeni

- Švammes
- Pipetes
- Pilināmās pudelītes
- Atsūcēji
- Dažādi tilpumi pārļiešanai un piltuves
- Izsmidzināšanas pudele
- Salmiņi



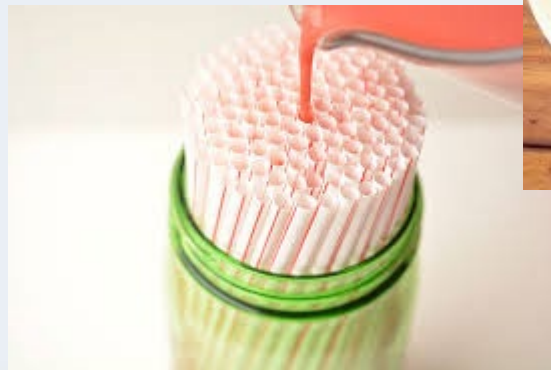
Pieskārienu spēles

- Kādu burtu es tev rakstu uz muguras
- Kur es tev tikko pieskāros?
- Sensorie maisiņi – kas tas par priekšmetu?
- Metam gaisā daudzas šalles, slēpjamiem zem segām
- Žonglēšana ar lakatiņiem – cik daudzus vari noķert



Darbošanās ar pārtiku

- Slēpjam sīklietas griķos, mannā, graudos utt., mēģinām uzminēt, kas tas ir
- Taisiet želejas tārpus
- Ēdamā mīkla
- Gleznojiet ar spagetti
- Krāsojiet ar ketčupu, krējumu utt.



Tekstūru rotaļas

- Uzberiet kartupeļu cieti uz spoguļa un aiciniet zīmēt sevi vai smailijus
- Smiltis, kinētiskās smiltis
- Darbošanās ar sāls mīklu
- Slēpjam lietas pupiņās, graudos (monētas, gredzeni, sīkas rotaļlietas, lego vīriņi, kaklarotas, alfabēta burti, ģeometriskas figūras)
- Darbošanās ar siltu vasku
- Saberiet dažādus sīkos priekšmetus zeķē
- Ar āmuru dažādus materiālus dažādās virsmās





A cartoon illustration of a boy and a girl jumping joyfully around a large, green, cloud-like shape. The boy is on the left, wearing a green shirt and purple shorts, with his arms raised and a thumbs-up gesture. The girl is on the right, wearing a purple dress and blue shoes, with her arms raised and a wide smile. The green shape has a scalloped edge and contains the word 'Paldies!' in white. There are small white stars scattered around the green shape and the children. The background is a light blue gradient.

Paldies!

SENSORĀ UZVEDĪBA REDZE UN DZIRDE

6.aprīlis 16:00

