

DD92419 Sensory přesýpací Fascinující pohyby 4ks



Pomozte dětem trénovat zvládnání emocí s touto fascinující sadou trubic! Každá ze čtyř barevných trubic nabízí jedinečný, fascinující design pro dlouhotrvající nezávislou hru. Tyto bezpečně uzavřené, snadno uchopitelné trubice pomohou dětem stát se odolnými a pozitivně reagujícími na jakoukoli výzvu! Tato příručka obsahuje odborné tipy, jak začít se sociálně emocionálním učením v jakémkoli prostředí.

Sociálně emocionální učení

Naučit se zvládat velké pocity, pozitivně reagovat na stresové situace a vycházet s ostatními je zásadní součástí dětského vývoje. Děti se silnými sociálně emocionálními dovednostmi si uvědomují své pocity a jednají na ně pozitivně a přiměřeně. Jsou si také vědomi pocitů druhých a komunikují se svými vrstevníky s empatií a respektem. Tyto dovednosti jsou základem celoživotního akademického a osobního úspěchu. Sociálně emocionální dovednosti jsou naučené dovednosti. Děti často potřebují vnější zdroje, které jim pomohou pochopit, jak reagovat, když jsou nadměrně stimulovány nebo rozrušeny. Sensory poskytují podněty, které dětem pomohou vypořádat se s velkými emocemi, zklidnit jejich mysl a tělo a procvičit tiché soustředění.



Začínáme

Povzbudte děti, aby komunikovaly s trubičkami. Děti nemusí automaticky chápat, jak mohou být trubičky uklidňující. Vedení dětí k třepání, překlápění nebo hraní si s trubicemi zavede jejich uklidňující účinek. Každá trubice vyžaduje jiné množství času na usazení a nabízí jinou interakci ruka-oko. Dovolte dětem, aby si vybraly, která trubice jim pomůže se uklidnit nebo se soustředit. Trubice by měly být volně přístupné dětem. Nebude to dlouho trvat, než budou děti samostatně vyhledávat trubičky, aby jim pomohly se samoregulovat.

Tipy a triky

Zaměřte se na uklidňující pohyby

Pokud jsou děti přestimulované nebo rozrušené, povzbuďte je, aby se soustředily na pohyb v trubici. Tím se automaticky zpomalí srdeční frekvence a dýchání, když tam obrátí svou pozornost.

Povzbuďte děti, aby přivedly do svého dýchání pozornost tím, že synchronizují svůj dech s pohyby v trubici. To dává dětem větší povědomí a svobodu při zvládnutí svých emocí.



Mluvte o pocitech

Rozšiřte sociální emocionální povědomí každého dítěte spárováním trubice s rozhovory o pocitech. Pokud jsou děti nadměrně stimulované, rozzlobené nebo rozrušené, zeptejte se na jejich pocity (např. „Cítíte nějaké napětí nebo horko ve svém těle? Jiné pocity? Kde to cítíte?“). Poté je vyzvěte, aby sledovali svůj pokrok směrem ke klidnému, soustředěnému stavu, zatímco si hrají s trubicí. To přitahuje jejich pozornost k tomu, jak se jejich těla cítí, když jsou rozrušená, jak se jejich těla cítí, když jsou v klidu, jaké strategie si mohou pomoci a jak mohou o svých pocitech komunikovat.

Cvičte pozorování

Pomozte dětem pozorovat a komunikovat! Promluvte si s nimi o změnách a pohybech, které společně vidíte v trubici. Naučení se těmto pozorovacím dovednostem s trubicemi může také pomoci dětem všimnout si a podrobněji popsat své pocity – jak se cítí, když se uklidňují, a jak jejich pocity ovlivňují jejich rozhodnutí.

Přímá energie a zaměření

Děti rády mačkají tlačítka! Pokud děti potřebují při hře cítit větší kontrolu, povzbuďte je, aby se zapojily do trubice, která má tlačítko. Interaktivní tlačítko umožňuje dětem vytvářet různé pohybové vzorce uvnitř tubusu. Toto podmanivé vnější zaměření pomáhá dětem vhodně nasměrovat energii, když se uklidňují.

