

KREATIVNI BORAVAK

Ideje za poboljšanje kvalitete nastave
produženog boravka za početne razrede
osnovne škole

Prikupila i obradila:
S.I.Unger

05/2009

RADNI MATERIJAL,
rev. 1.

PRIJE UVODA – RIJEČ RODITELJA

- ◆ MOJE DIJETE IMALO JE POTEŠKOĆE PRIJE POLASKA U ŠKOLU, O ČEMU POSTOJI ODGOVARAJUĆA DOKUMENTACIJA:
 - DEFICIT PAŽNJE
 - USPOREN RAZVOJ NEUROLOŠKOG SUSTAVA
 - SMETNJE FINE (DJELOMIČNO I GRUBE) MOTORIKE
 - USPOREN RAZVOJ GOVORA
 - DISLALIJA
- ◆ OVO JE PREZENTACIJA NEKIH OD NAŠIH ISKUSTAVA I METODA KOJE SMO KORISTILI I VEĆINU SMETNJI RIJEŠILI U POTPUNOSTI. DIJETE JE DANAS ZDRAV 9-GODISNJAK KOJI NI U ČEMU NE ZAOSTAJE ZA VRŠNJACIMA, ALI MU JE NAPORNO SJEDITI U ŠKOLI **DESETAK** SATI DNEVNO.
- ◆ **NE** RADI SE O CERTIFICIRANOM PROGRAMU, VEĆ ISKLJUČIVO RODITELJSKOM PRAKTIČNOM ISKUSTVU PRIKUPLJENOM U SURADNJI S PEDIJATROM, LIJEČNIKOM ŠKOLSKE MEDICINE, NEUROLOGOM I LOGOPEDIMA, TE RAZNOM LITERATUROM (KNJIGE I INTERNET)
- ◆ MNOGE STVARI OPLEMENILI SMO I DORADILI S VLASTITOM DJECOM, KORISTEĆI NASE I NJIHOVE KREATIVNE IDEJE

PODSJETIMO SE...

- ◆ NIŠTA NOVO – TO SU RADILI NAŠI DJEDOVI I BAKE
- ◆ TO SU RADILI NAŠI RODITELJI
- ◆ TO SMO RADILI I MI.... ALI NE I NAŠA DJECA:

- ◆ IGRE I AKTIVNOSTI KOJE SU PRIJE BILE ČESTE, A DANAS ZABORAVLJENE
 - PENJANJE NA DRVEĆE
 - SKAKANJE PREKO UŽETA, SAMOSTALNO ILI U TROJE
 - HODANJE NA RUKAMA
 - PLJESKANJE U KRIŽ PO KOLJENIMA ILI U PARU
 - PTIČICA OD DLANOVA (VIŠE VARIJANATA)

- ◆ BROJNE STARINSKE IGRE - PRIMJERI
 - ◆ TAČKE
 - ◆ TRULE KOBILE
 - ◆ NEKA PUCA
 - ◆ IGRA LEDENOG DJEDA
 - ◆ DOPUNITE SAMI SJEĆANJIMA I PRIČAMA IZ VLASTITOG DJETINJSTVA

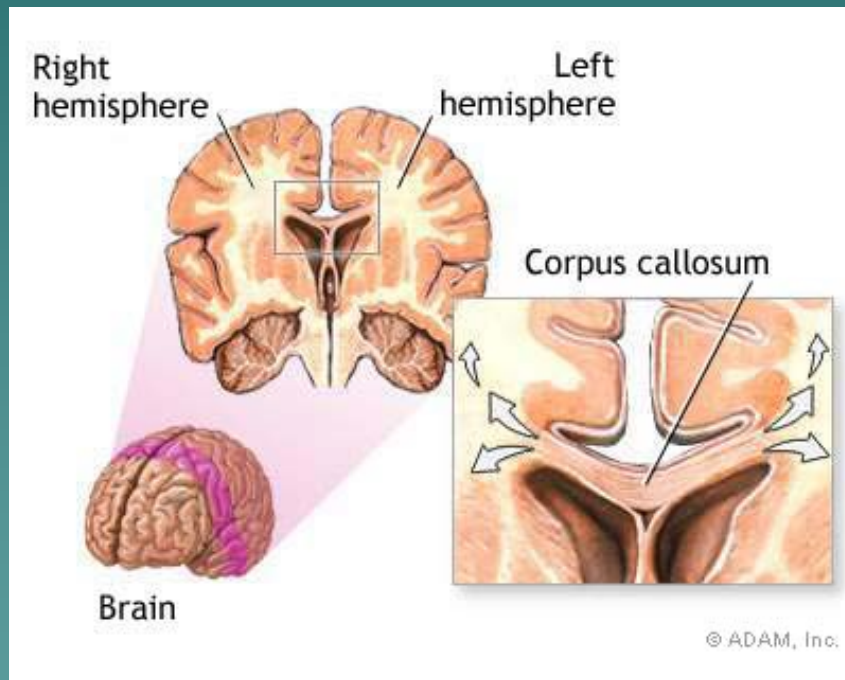
UVOD

- ◆ LJUDSKO TIJELO JE NEDJELJIVA CJELINA
- ◆ UČIMO SVAKOM STANICOM SVOGA TIJELA
- ◆ MOZAK, KAO I TIJELO, MOŽEMO I TREBAMO DRŽATI U FORMI
- ◆ DA BI MOZAK FUNKCIONIRAO KAKO TREBA, TIJELU TREBA OSIGURATI ODGOVARAJUĆU KOLIČINA KRETANJA
- ◆ DANAŠNJI NAČIN ŽIVOTA NE DOPRINOŠI SENZORNOJ STIMULACIJI, PA SE SVE ČEŠĆE SUSREĆEMO S DJECOM (I ODRASLIMA) KOJI IMAJU PROBLEME S ODRŽAVANJEM PAŽNJE I DRUGE SMETNJE

SPECIJALIZACIJA MOŽDANIH HEMISFERA


- ◆ LIJEVA MOŽDANA POLOVICA – INTELEKTUALNA I LOGIČNA
 - ◆ DESNA MOŽDANA POLOVICA – INTUITIVNA I KREATIVNA
-
- DANAŠNJI ŠKOLSKI SUSTAV PRILAGOĐEN DJECI KOJA UČE PRETEŽNO LIJEVOM MOŽDANOM POLOVICOM
 - SVE JE VIŠE DJECE KOJA UČE PRETEŽNO DESNOM MOŽDANOM POLOVICOM
 - NAJBOLJI REZULTATI UČENJA, RADA I OSTALIH AKTIVNOSTI DOBIJU SE AKO SU OBJE POLOVICE DOBRO POVEZANE I URAVNOTEŽENE
 - TO SE POSTIŽE VJEŽBAMA SENZORNE INTEGRACIJE

MOZAK I TIJELO




- ◆ LIJEVA MOŽDANA POLOVICA UPRAVLJA DESNOM STRANOM TIJELA
- ◆ DESNA UPRAVLJA LIJEVOM
- ◆ POVEZIVANJE SE ODVIJA U DIJELU MOZGA KOJI SE ZOVE CORPUS CALLOSUM
- ◆ SPECIJALIZACIJA SE ODVIJA U DJETINJSTVU
- ◆ KOD MNOGE DJECE NIJE USPOSTAVLJENA DOMINACIJA JEDNE POLOVICE DO DESETE GODINE
- ◆ BOLJE UMREŽAVANJE MOŽE SE POTAKNUTI

OSJETILA I NJIHOVA VEZA S MOZGOM

- ◆ NAŠA SU TIJELA KREIRANA ZA KRETANJE
 - ◆ DA BI TIJELO BILO U ODGOVARAJUĆOJ FORMI, POTREBNO MU JE KRETANJE
 - ◆ DA BI OSJETILA RADILA USKLAĐENO I KAKO TREBA, POTREBNO NAM JE KRETANJE
 - ◆ NAJBOLJE SE UČI KADA JE CIJELO TIJELO UKLJUČENO U TAJ PROCES
 - ◆ NAZIV ZA USKLAĐENO DJELOVANJE SVIH OSJETILA I MOZGA JE "SENZORNA INTEGRACIJA"
- 
- A stylized, dark teal silhouette of a mountain range is positioned in the bottom right corner of the slide, extending from the right edge towards the center.

SENZORNA INTEGRACIJA

- ◆ NAČIN NA KOJI KORISTIMO INFORMACIJE I PRIMAMO IH IZ OKOLINE (IZVANA) I OD VLASTITOG TIJELA (IZNUTRA)
 - ◆ OSJETILA NISU ZASEBNI KANALI INFORMACIJA – ONI RADE ZAJEDNO DA NAM OSIGURAJU SLIKU SVIJETA U KOJEM SE NALAZIMO
 - ◆ MOZAK OBRAĐUJE TE INFORMACIJE NA NAČIN KOJI TEK SPOZNAJEMO
 - ◆ MOZAK SE RAZVIJA – MOGUĆE JE STVORITI NOVE NEUROLOŠKE VEZE I OMOGUĆITI UČENJE NOVIH STVARI TIJEKOM CIJELOG ŽIVOTA
 - ◆ TAJ RAZVOJ MOZGA MOŽE SE SVJESNO POTAKNUTI ODABRANIM AKTIVNOSTIMA
- 

POKRETI KOJI KREIRAJU NOVE NEUROLOŠKE VEZE U MOZGU

- ◆ KRIŽNI KRAUL
- ◆ LEŽEĆE OSMICE
- ◆ LIJEVO I DESNO – MOŽDANE HEMISFERE I NJIHOVA SPECIJALIZACIJA
- ◆ VEZA RUKA-OKO – VJEŽBE LOPTICOM
- ◆ VEZA RUKA-UHO – UDARALJKE
- ◆ RAVNOTEŽA – VJEŽBE RAVNOTEŽE, LJULJANJE
- ◆ OPUŠTANJE – DUBOKO DISANJE

SVE TO ZAJEDNO KROZ IGRU I ZABAVU

KRIŽNI KRAUL - OPIS

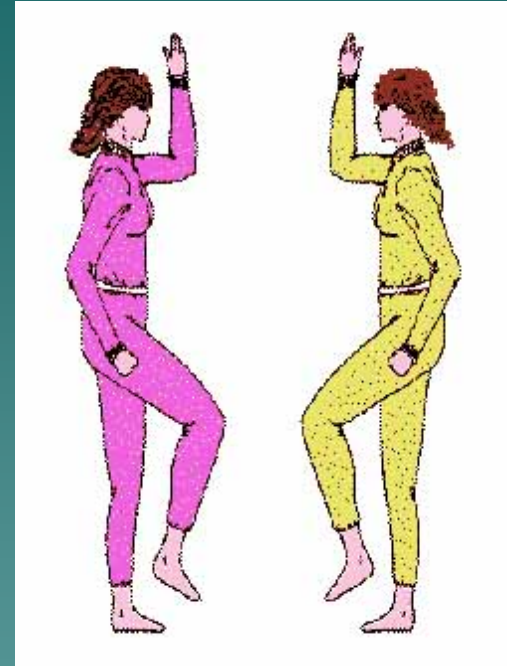
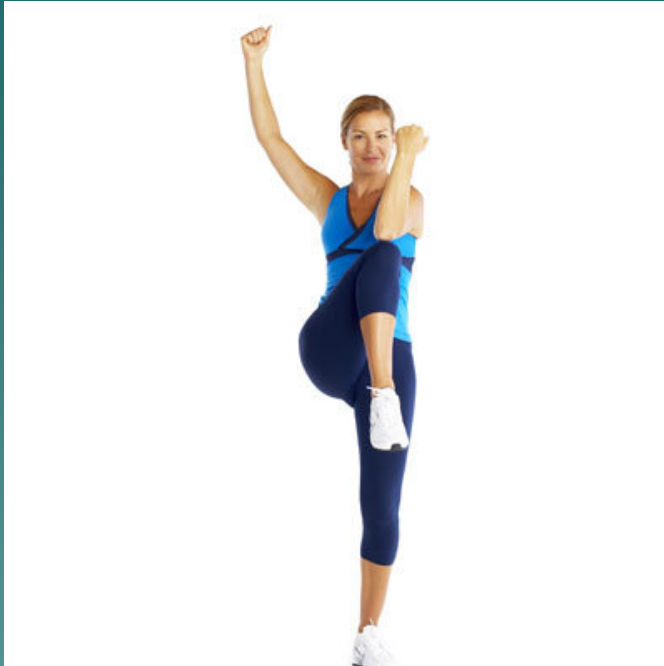
- ◆ SVRHA – BOLJA INTEGRACIJA RADA MOŽDANIH POLOVICA
- ◆ OPIS – SVAKA VRSTA POKRETA KOJI UKLJUČUJU LIJEVU I DESNU STRANU
- ◆ KOLIKO JE DOVOLJNO?
 - OVU I OSTALE VJEŽBE IZVODITI CCA DESETAK PUTA (6-12)
- ◆ GDJE I KADA VJEŽBAMO?
 - NAČIN IZVOĐENJA VJEŽBI MOŽE SE PRILAGODITI ŠKUČENOM PROSTORU KAKAV IMAMO NA RAŠPOLAGANJU U UČIONICI CJELODNEVNOG BORAVKA, A MOŽE SE IZVODITI I KOD KUĆE I U SPORTSKOJ DVORANI
 - VEĆINA VJEŽBI MOŽE SE IZVODITI U NEKOM OBLIKU BILO GDJE I U BILO KOJEM TRENUTKU (TJ. KADA JE TO POTREBNO)
 - DOBRO JE ZA BAREM ZA DIO VJEŽBI NAĆI REGULARNO VRIJEME (JUTRO, UVOD U PISANJE ZADAĆA I SL.)
 - ZA RODITELJE – VJEŽBE SE MOGU IZVODITI U SKLOPU JUTARNJE GIMNASTIKE/MASAŽE

KRIŽNI KRAUL - RAZVOJ



- ◆ PUZANJE –
osnova za
križni pokret
- ◆ KADA DIJETE
POČNE PUZATI,
NAGLO MU
RASTE
INTELEKTUALN
I POTENCIJAL
- ◆ RAZVOJ
GOVORA
DOŽIVLJAVA
SKOK

KRIŽNI KRAUL - PRIKAZ



- ◆ LIJEVI LAKAT(ILI RUKA) – DESNO KOLJENO (ILI NOGA)
- ◆ NAIZMJENIČNI POKRETI SA ILI BEZ DODIRIVANJA
- ◆ USKLADITI RITAM DISANJA

KRIŽNI KRAUL - OSTALE VARIJANTE



- ♦ VARIJANTE POLOŽAJA
 - LEŽEĆI
 - STOJEĆI
 - HODANJE
- ♦ SMJER GIBANJA
 - NAPRIJED
 - NATRAG

KRIŽNI KRAUL - PRIMJERI

- ◆ "STROJEVI KORAK" – STUPANJE U MJESTU S PODIZANJEM UNAKRSNO LIJEVA NOGA/DESNA RUKA
- ◆ STROJEVI KORAK U HODU
- ◆ KRIŽNI KRAUL U LEŽEĆEM POLOŽAJU – VIŠE VARIJANATA
 - LEŽEĆI NA LEĐIMA PODIZATI NAIZMJENCE LIJEVU RUKU I DESNU NOGU
 - ISTO, UZ DODIRIVANJE SUPROTNOG KOLJENA
 - TORZIJA U STRUKU

LEŽEĆE OSMICE

- ◆ CRTATI ZNAK "NEIZIMJERNO BESKONAČNO" ILI LEŽECU OSMICU NA PLOČI
 - JEDNOM RUKOM, DRUGOM RUKOM, OBJEMA RUKAMA U OBA SMJERA (SVE KOMBINACIJE)
 - CRTANJE OSMICE PO ČELU ILI ISPRED OČIJU
- ◆ SVRHA
 - POVEZIVANJE MOŽDANIH POLOVICA
 - KOORDINACIJA RUKA-OKO
 - BINOKULARNI VID
 - POBOLJŠANJE BRZINE ČITANJA
 - POMAŽE KOD GLAVOBOLJE



LEŽEĆE OSMICE U PROSTORU

- ◆ POKRET SE IZVODI NA DVA NAČINA (OPISIVANJE OSMICA RUKAMA ILI KUKOVIMA)
- ◆ SVRHA
 - POTICANJE CENTRA ZA RAVNOTEŽU U UNUTARNJEM UHU
 - POTICANJE KRATKOTRAJNOG I DUGOTRAJNOG PAMĆENJA
 - POBOLJŠANJE SPOZNAJNIH VJEŠTINA

LIJEVO I DESNO

- ◆ ISTOVREMENO CRTANJE SIMETRIČNIH I NESIMETRICNIH OBLIKA OBJEMA RUKAMA
- ◆ BRISANJE PLOČE SA 2 SPUŽVE
- ◆ "CRTANJE" OBJEMA RUKAMA U ZRAKU (SRCE, LEPTIR, CVIJET...)
- ◆ SVRHA
 - PAMĆENJE SIMBOLA (SLOVA, BROJEVI, OSTALO)
 - SLOVKANJE
 - POBOLJŠANJE BAZNIH MATEMATIČKIH VJEŠTINA (ZBRAJANJE, ODUZIMANJE)
 - RAZVOJ LOGIČKOG MIŠLJENJA

ISTEZANJE RUKU

- ◆ RUKU PODIĆI IZNAD GLAVE, SUPROTNOM RUKOM UHVATITI LAKAT I ISTEKNUTI, PA ZAMIJENITI RUKE
 - ◆ SVRHA
 - RELAKSACIJA
 - OPUŠTANJE OŠITA
 - POTICANJE DUBOKOG DISANJA
 - POBOLJŠAVANJE RAZUMIJEVANJA TEKSTA
 - POBOLJŠAVANJE KOORDINACIJE RUKA-OKO
- VJEŽBA JE POGODNA ZA IZVOĐENJE PRIJE PISMENIH ISPITA ZNANJA

ISTEZANJE NOGU

- ◆ MOŽE SE IZVODITI U LEŽEĆEM I SJEDJEĆEM POLOŽAJU
 - LEŽEĆI POLOŽAJ – PRIBLIŽITI KOLJENO JEDNE RUKE DRUGOM PREMA GLAVI, PA NAIZMJENIČNO (ILI S OBJE RUKE)
 - SJEDJEĆI POLOŽAJ – DIZATI JEDNU ISPRUŽENU NOGU, USMJERITI ISPRUŽENE RUKE PREMA NJOJ, PA ZAMIJENITI STRANE
- ◆ SVRHA
 - VJEŽBA POBOLJŠAVA TEMELJNE MATEMATIČKE VJEŠTINE
 - UTJEČE NA APSTRAKTNO MIŠLJENJE


KRIŽNO ISTEZANJE TIJELA

- ◆ SVRHA – OPĆE OPUŠTANJE TIJELA I DUHA
 - SJESTI NA STOLAC (ZA PRIPREMU MOŽE SE ISPREPLESTI PRSTE, PA RASTAVITI)
 - JEDNU NOGU PREBACITI PREKO KOLJENA DRUGE
 - RUKAMA U KRIŽ OBUHVATITI GLEŽANJ (AKO JE DOLJE DESNA NOGA, DESNA RUKA IDE NA GLEŽANJ, A LIJEVOM OBUHVAĆA STOPALO)
 - DISATI 10x U TOM POLOŽAJU
- ZAMIJENITI STRANE
- NAPOMENA – OVO JE POZNATO I KAO WAYNE COOK POLOŽAJ I KORISTI SE U MEDITACIJI ZA POSTIZANJE RAVNOTEŽE

OPUŠTANJE LEĐA

- ◆ IZVODI SE LEŽEĆI NA LEĐIMA U ZGRČENOM POLOŽAJU (FETUS), RUKE OMOTANE OKO KOLJENA
- ◆ ZALJULJATI SE LIJEVO-DESNO NEKOLIKO PUTA KAKO BI SE IZMASIRALA KRALJEŽNICA
- ◆ SVRHA
 - IZUZETNO KORISNO ZA OPUŠTANJE NAKON ZAHTJEVNIH AKTIVNOSTI (TESTOVI, UČENJE NOVOG GRADIVA) I DUGOTRAJNOG SJEDENJA

VEZA RUKA-OKO

- ◆ IGRE LOPTICOM – prebacivanje iz ruke u ruku (gledati u lopticu) – postupno povećavati visinu
 - ◆ IGRE S DVIJE LOPTICE – prebacivanje jedne loptice vodoravno, druge u visokom luku (očima pratiti gornju lopticu, donju prebacivati "na slijepo")
 - ◆ ŽONGLIRANJE – za napredne 😊
- 

VEZA OKO-RUKA

◆ CRTANJE KRIVULJA PO PLOČI

- JEDNOM RUKOM, PA DRUGOM
- OBJE RUKE ISTOVREMENO
- OBJE RUKE U OBRNUTOM SMJERU
- KOMBINACIJE – DAJTE MAŠTI NA VOLJU

VEZA UHO-RUKA

- ◆ PONOVI TI ZADANI RITMIČKI UZORAK
- ◆ UDARCIMA PO STOLU SLIJEDITI SAMO OSNOVNI RITAM POZNATE PJESME (SAMO TAKT)
- ◆ UDARCIMA PO STOLU SLIJEDITI RITAM MELODIJE
- ◆ ZAMIJENITI RUKE
- ◆ POKUŠATI ZAJEDNO (JEDNA RUKA UDARA DOBE 1-2, 1-2 A DRUGA SLIJEDI RITAM PJESME ... _ -- -
- ◆ IZRADA I SVIRANJE INSTRUMENTATA (MOGU BITI I PRIRUČNE IZRADA – BUBNJEVI, UDARALJKE, ŽIČANI INSTRUMENTI OD KUTIJA I GUMICA ZA KOSU ITD.

VJEŽBE FINE MOTORIKE RUKU I ŠAKA

- ◆ ISTEZANJE PRSTIJU
 - JEDAN PO JEDAN PRST "IZVLAČITI" IZ ZGLOBA
- ◆ OPOZICIJA PRSTI-PALAC
 - JEDAN PO JEDAN PRST SUČELJAVATI PALCU REDOM, PA NATRAG 1-2-3-4-3-2-1, POSTEPENO UBRZAVATI RITAM
- ◆ RAZDVAJANJE PRSTIJU
 - RAZLIČITE KOMBINACIJE – ODVOJITI SAMO MALI PRST (SVI PRSTI ISPRUŽENI), RAZDVOJITI 2+2 PRSTA
- ◆ GUSJENICA
 - PALAC LIJEVE RUKE SPOJITI S KAŽIPRSTOM DESNE, PA SPOJITI DRUGI PALAC I KAŽIPRST I TAKO "HODATI", MOŽE SE U OBA SMJERA

OSTALI PRIMJERI POVEZIVANJA MOŽDANIH POLOVICA

◆ PLETENICA

- ISPRUŽITI RUKE ISPRED SEBE I ISPREPLESTI PRSTE
- PREOKRENUTI ISPOD BRADE
- ISTOVREMENO SMOTATI NOGE KOLIKO SE MOŽE


◆ “DOBRO DIJETE”

- JEDNOM RUKOM TAPŠATI SE PO GLAVI
- DRUGOM GLADITI TRBUH KRUŽNIM POKRETIMA
- NAKON DVADESETAK TAPŠANJA ZAMIJENITI RUKE


◆ ISTEZANJE UŠIJU

- LIJEVOM RUKOM POVUĆI SE ZA DESNU UŠKU
- DESNOM RUKOM POVUĆI SE LAGANO ZA LIJEVU UŠKU
- DODATNO SE MOŽE ISPLAZITI VRH JEZIKA U SUPROTNU STRANU OD ODABRANOG UHA

IDEJE ZA KREATIVNO UČENJE SLOVA

- ◆ PISANJE PRSTOM PO LEĐIMA – RAD U PAROVIMA
 - ◆ PISANJE NOŽNIM PRSTOM PO PODU (OBJE NOGE)
 - ◆ PISANJE ŠTAPIĆEM PO PIJESKU
 - ◆ PISANJE KREDOM PO PLOČNIKU
 - ◆ POJEDIMO SLOVA – PISANJE NPR. MAJONEZOM PO KRUHU
- 

OSTALE KREATIVNE IDEJE

- ◆ DOZVOLITI DJECI DA SE ISTRČE, RAZMAŠU SE, SKAČU I VICU (MOŽE I UZ GLAZBU, NPR. ZA VRIJEME ODMORA) – TO POTICE UNOS KISIKA U KRV
 - ◆ PLES UZ GLAZBU PO ŽELJI (UZ PITANJE "KAKO VAS POKREĆE OVA GLAZBA?")
 - ◆ TRAŽENJE SKRIVENOG BLAGA (ČETVERONOŠKE) PO UPUTAMA, UZ GLEDANJE ILI VEZANIH OČIJU
 - ◆ TAKTILNE IGRE (PREPOZNAVANJE PREDMETA NA SLIJEPO)
 - ◆ IGRE POGAĐANJA OKUSA I MIRISA
- 

RAD I ODMOR

- ◆ PRAVILAN ODABIR REDOSLIJEDA AKTIVNOSTI PRI PISANJU ZADAĆA U BORAVKU I/ILI KOD KUĆE
 - OD TEŽIH PREDMETA PREMA JEDNOSTAVNIJIM
 - OD SLOŽENIJIH ZADATAKA PREMA JEDNOSTAVNIJIM
 - PO POTREBI UZETI KRATKOTRAJNE PAUZE I U NJIMA NAPRAVITI 10x KRIŽNI KRAUL, POPITI ČAŠU VODE, PROŠETATI I SL.

RAD I ODMOR

- ◆ POGREŠAN ODABIR AKTIVNOSTI (NPR. ZA VRIJEME ODMORA) MOŽE NARUŠITI KONCENTRACIJU I PAŽNJU U KASNIJIM NASTAVNIM SATIMA
- ◆ NIKAKO SE NE PREPORUČUJE GLEDANJE TELEVIZIJE JER TA AKTIVNOST RAZARA USMJERENU PAŽNJU; SLIČNO JE SA PS I SRODNIM IGRICAMA NA RAČUNALU

VJEŽBE RAVNOTEŽE I KONCENTRACIJE

◆ RAVNOTEŽA U SJEDU

- PRVA VARIJANTA – SKUPLJENE NOGE (SJESTI NA POD, ISPREPLESTI RUKE ISPOD KOLJENA, LAGANO SE ODGURNUTI UNAZAD I NAĆI TOČKU RAVNOTEŽE, ISPRUŽITI NOGE UKOSO GORE I DISATI 1-2 MINUTE
- DRUGA VARIJANTA – SJESTI NA POD, UHVATITI SE ZA STOPALA, RASIRENE NOGE (DRŽATI SE ZA STOPALA) ISPRUŽITI KOLIKO JE MOGUĆE

◆ RAVNOTEŽA U STOJEĆEM STAVU

- NAĆI TOČKU RAVNOTEŽE NA JEDNOJ NOZI, STOPALO DRUGE NASLONITI NA KOLJENO NOGE NA KOJOJ STOJIMO
- RAŠIRITI RUKE I TAKO STAJATI
- RUKE SKLOPITI U POLOŽAJ KATEDRALE ISPRED PRSNE KOSTI, DIGNUTI POLAKO IZNAD GLAVE I VRATITI U POČETNI POLOŽAJ


◆ VAGA

- NAĆI RAVNOTEŽU NA JEDNOJ NOZI
- POLAKO RAŠIRITI RUKE I NAGNUTI SE NAPRIJED KOLIKO MOŽEMO
- DRUGA NOGA ISTOVREMENO IDE OTRAGA (DIGNUTI KOLIKO MOŽEMO)

JOŠ IDEJA ZA POBOLJŠANJE KONCENTRACIJE I RAZVOJ MOTORIKE

- ◆ PRODULJENJE INTERVALA PAŽNJE, TE POBOLJŠANJE MOTORIKE
 - PUZZLE GOTOVE ILI IZ DOMAĆE RADINOSTI (RAZREZATI SLIKU IZ NOVINA)
 - IGRE S GLINOM, GLINAMOLOM I SLANIM TIJESTOM
 - KOLAŽ OD PAPIRA, KRPICA I DRUGIH MATERIJALA
 - LEGO KOCKE I SRODNE IGRAČKE
 - ŠIVANJE ODJEĆE LUTKAMA I SRODNE IGRE
 - LUTKE OD PAPIRA S ODJEĆOM I OPREMOM
 - DVORCI OD PAPIRA

POBOLJŠANJE SLUŠANJA I PAŽNJE

- ◆ AUDIO-PRIČE (ZAPOČETI S KRATKIMA, PRODULJIVATI POSTEPENO)
 - ◆ ČITANJE PRIČE REČENICU PO REČENICU
 - ◆ IZMIŠLJANJE PRIČE REČENICU PO REČENICU
 - ◆ POKVARENI TELEFON
 - ◆ "KALODONT"
- 
- A stylized, dark teal silhouette of a mountain range is positioned in the bottom right corner of the slide, adding a decorative element to the background.

DAJTE MAŠTI NA VOLJU

◆ PORUKA UČITELJIMA

- MAŠTA NEMA OGRANIČENJA
- OVDJE NAVEDENE IDEJE SAMO SU OKVIR U KOJI SE MOGU UBACITI NAJRAZNOVRSNIJE AKTIVNOSTI
- DJECA SU KREATIVNA, SPONTANO ĆE NAĆI UPRAVO ONO ŠTO IM JE POTREBNO, NEMOJMO IH SPREČAVATI U TOME JER NJIHOVI SU ŽIVOTI VEĆ PREPUNI KOJEKAKVIH OGRANIČENJA

◆ PORUKA RODITELJIMA

- UŽIVAJTE I BAVITE SE DJECOM JER NJIHOVO DJETINJSTVO PROLAZI BRZO I VRIJEME PROVEDENO S NJIMA ULOG JE ZA KASNIJU DOBRU KOMUNIKACIJU

OSTALE VAŽNE NAPOMENE, ZA UČITELJE I RODITELJE

- ◆ VODA – TREBA REDOVITO PITI
- ◆ METABOLIZAM ŠEĆERA – TREBA SE TRUDITI ODRŽATI STALNU RAZINU ŠEĆERA U KRVU (NE slatkišima, DA svježem i suhom voću, DA integralnim žitaricama)
- ◆ SMETNJE – TREBA UKLONITI FAKTORE SMETNJE IZ OKOLINE
 - BUKA (POZADINSKA GLAZBA OK, ALI PREGLASNA OMETA)
 - PLAY STATION I TELEVIZIJA – PO MOGUĆNOSTI IZBJEGAVATI
 - KORIŠTENJE RAČUNALA SVESTI NA EDUKATIVNE PROGRAME I OPTIMALNO VRIJEME (30-45 MIN DNEVNO KOD KUĆE)
- ◆ RUTINA
 - USTAJANJE, LIJEGANJE I GLAVNI OBROCI UVIJEK U ISTO PREDVIDIVO VRIJEME
 - OSIGURATI DOVOLJNO SNA (10 SATI)
- ◆ OSTALO
 - UKLJUČIVANJE DJECE U SPORTSKE AKTIVNOSTI KOJE SU DOSTUPNE (PLIVANJE, GIMNASTIKA, ATLETIKA, BORILAČKE VJEŠTINE – SVE JE BOLJE OD SJEDENJA)
 - UKLJUČIVANJE DJETETA U KUĆANŠKE POSLOVE KOD KUĆE I AKTIVNOSTI ODRŽAVANJA RADNE OKOLINE U SKOLI (UREĐENJE SKOLSKOG VRTA/DVORIŠTA, UREĐENJE RAZREDA I SL.)

LITERATURA:

- ◆ A.Jean Ayres:
 - Dijete i senzorna integracija
- ◆ Barbara Meister Vitale:
 - Jednorozi su stvarni – pristup učenju djece s dominantnom desnom moždanom polovinom
- ◆ Ragnhild A. Oussoren:
 - Ples pisanja+cd
- ◆ Stanley Greenspan:
 - Vještine igrališta (i ostale knjige)
- ◆ Violet Oaklander:
 - Put do dječjeg srca (ili ranije izdanje iste knjige "Prozori u svet naše dece")
- ◆ Dopunska literatura:
 - Donna Eden & David Feinstein: Energetska masaža

KORISNI LINKOVI:

VEZA RUKA-OKO:

<http://video.google.com/videoplay?docid=6244433498770472752>

FOLLOW ALONG WITH PAUL:

<http://www.youtube.com/watch?v=88fHxgVgxOs>

IZVOD IZ TV-EMISIJE "BOOSTING YOUR POWER WITH BRAIN GYM (CANADA)":

<http://www.youtube.com/watch?v=5IZcjPOFwY8&feature=related>

BRAIN GYM ELEMENTI:

<http://www.witchhazel.it/brain gym.htm>