Vizualni raspored aktivnosti tijekom dana[[1]](#footnote-1)









Umivam lice

Oblačim se

Slažem krevet

Budim se

Perem zube









Radim zadatke

Igram se

Ručam

Doručkujem









Crtam

Večeram

Pjevam

Vježbam











Spavam

Spremam se spavati

Perem kosu

Tuširam se

Dragi roditelji, udomitelji!

Ispred Vas se nalaze sličice s prijedlogom aktivnosti tijekom dana.

Sličice mogu olakšati Vašem djetetu **jasnije razumijevanje zahtjeva (što se od djeteta traži u određeno doba dana), lakše snalaženje tijekom dana**, **usvajanje rutine**, **veću samostalnost** u obavljanju određenih zadataka te **uspješniju regulaciju emocija i ponašanja**.

Predvidivost i struktura predstavljaju važan dio naših života.

Obzirom na potpuno nove i neočekivane okolnosti (pandemija, nov način rada – nastava na daljinu) možemo očekivati i promjene u emocijama i načinu ponašanja Vašeg djeteta.

U ovim su trenucima vjerojatno naglašenije i intenzivnije reakcije Vašeg djeteta.

Ne brinite, one su potpuno opravdane i u skladu su s aktualnom situacijom.

Sjetite se da je i nama zadnjih nekoliko dana potrebno više vremena da se reguliramo.

Ponekad smo u tome više, a ponekad manje uspješni. I to je sasvim u redu.

Upravo je zato, vizualni raspored aktivnosti tijekom dana dobar alat u regulaciji ponašanja i lakšeg prihvaćanja trenutne situacije.

Koristite one sličice koje Vama odgovaraju obzirom na raspored aktivnosti i obaveza u Vašoj obiteljskoj sredini.

Sličice možete izrezati i složiti ih u vodoravni ili okomiti raspored, možete ostaviti i ovako.

S vremenom, kada primijetite da je redoslijed aktivnosti svladan, možete postepeno ukidati vizualni raspored

(u početku izostaviti jedan dan u tjednu, kasnije više dana).

Za dodatna obrazloženja i ideje drugih aktivnosti koje možete realizirati koristeći ovaj raspored, stojim na raspolaganju.

Topli pozdrav,

Emina Braniša, mag.rehab.educ.

1. Sličice preuzete s facebook stranice *Edukativni materijal na bazi Montessori pedagogije* [↑](#footnote-ref-1)