



# SILTO SMILŠU NODARBĪBAS/ INFORMĀCIJA VECĀKIEM, CITIEM INTERESENTIEM

## Kas ir Silto smilšu iekārta un kā tā darbojas?

WARMSANDBOX<sup>R</sup> iekārta ir veidota no **kastes**, piepildītas ar smiltīm, un siltumu radošas ierīces, kura ar silta ūdens palīdzību **smiltis uzsilda**, līdz bērna ķermenim komfortablai temperatūrai. Kastē ir **noteiktas kvalitātes smiltis** ar paaugstinātu kvarca sastāvu un šūnu reģenerācijai labvēlīgām fizikālām īpašībām.

## Kam domāta iekārta? Iekārtas PAMATNODOMS

Iekārta BĒRNAM dod iespēju baudīt smilšu pieskārienus visa gada garumā, neatkarīgi no laikapstākļiem. Tā nodrošinot bērna vajadzību pēc siltuma un dabīgu sajūtu pieredzes. Iekārta paredzēta radošām, vispār attīstošām, izglītojošām nodarbībām; fiziskām aktivitātēm un rehabilitācijas pasākumiem. Individuālām un mazo grupu nodarbībām.

## Iekārtas ideja un drošība

Silto smilšu iekārtas ideja ir radusies un pilnveidojusies Latvijā. Iekārta ir patentēts izgudrojums [**LR PATENTS Nr.14477**], [International application Nr.PCT/LV2012/000018], kas Latvijā un Eiropas valstīs ir pazīstama ar reģistrētu preču zīmi **WARMSANDBOX<sup>R</sup>**.

Iekārtas drošību nosaka ES Atbilstības Sertifikāts [**CERTIFICATE OF CONFORMITY Nr.ScD1206S16**]

## Dabas kārtībā balstīta metodika

Silto smilšu **NODARBĪBAS** tiek organizētas atbilstoši Dabas vides estētikas teorētiskajai un metodiskajai bāzei, kura balstīta 20.gadu praksē un pētījumos. Nodarbībās veiktie vingrinājumi un radošie darbi tiek

veikti Dabas estētiskajā kārtībā, izmantojot daudzveidīgus metodiskos un dabas materiālus. Tiek ievēroti **Dabas atbilstības, cikliskuma un kopveseluma** pieejas principi.

### Kas notiek pirms nodarbības?

Pirms nodarbības, speciālists izvērtē bērna vispārējo veselības stāvokli, pārbauda ādas tīrību un iespējamos bojājumus, apgērba tīrību un piemērotību veicamajām kustībām. Ievērojot higiēnas prasības, **bērna rokas un kāju pēdas tiek apstrādātas ar dezinficējošu šķidrumu.**

### Kā norit nodarbība?

Atbilstoši nodarbībai izvirzītajam mērķim, bērns smiltīs var atrasties ar visu **ķermeni**, vai darboties **tikai ar rokām**. Smiltīs, bērns izbauda pasīvus un veic aktīvus vingrinājumus, pilda uzdevumus, veido radošus darbus. Speciālists seko procesa drošībai, lūkojas, lai tiktu izpildīti vingrinājumi, “neuzspiesti” vada bērna darbošanās virzienu, sarunājas ar bērnu, atbild uz viņa jautājumiem un lūgumiem, neļauj pārkāpt noteiktās robežas.

**Pēc nodarbības** bērnam tiek piedāvāts padzerties ūdeni. Ieteicamas kustības, pastaiga svaigā gaisā.

#### **Silto smilšu nodarbību ilgums un biežums**

Individuālas nodarbības ilgums ir viena akadēmiskā stunda – **40 minūtes**.

Bērniem līdz 6 g., veselību stiprinošā, grupas nodarbība ilgst **15 min**.

Nodarbības notiek, **ne biežāk, kā 1 reizi nedēļā**. Pamata cikls sastāv no **4 nodarbībām**. Cikliskā kārtība paredz **4;7;12** nodarbību ciklus, pēc kuriem seko **1-3 mēnešu pārtraukums**. Nepieciešamības gadījumā 12 nodarbību cikls tiek atkārtots.

### Kā atšķiras nodarbība siltajās smiltīs un rotaļāšanās smiltīs ārpus telpām?

**Brīvā dabā** - bērna rotaļāšanās smiltīs, ir intuitīvs un **neapzināts** process. Tas sniedz patīkamas sajūtas, prieku, ļauj bērnam atbrīvoties no saspringuma.

**Silto smilšu nodarbība** - tikai **ārēji** līdzinās rotaļai. Metodisko nosacījumu, telpas, laika **ROBEŽU** un speciālista profesionālās **VADĪBAS** ietekmē, rotaļu procesam tiek piešķirta **APZINĀTA** virzība. Saglabājot, smilšu materiāla atpazīstamību un procesa saprotamības atmosfēru, bērnam netiek radīta papildus spriedze, bet dota “saudzīga” iespēja, koncentrētā veidā, piedzīvot savu sajūtu un emociju radošu **sakārtošanos**, iekšējo grūtību, konfliktu izdzīvošanu un pārvarēšanu.

### Silto smilšu nodarbībā nav atļauts!

**Apdraudēt** savu, citu bērnu, speciālista **drošību un veselību**; neievērot **higiēnas prasības**; pārkāpt laika un telpas **robežas**; tīši lauzt, bojāt inventāru un materiālus.

## Silto smilšu nodarbības EFEKTI

Metodiski strukturētas silto smilšu nodarbības efektu nodrošina – **kvalificēta specialista** plānotas un vadītas nodarbības **kārtība**, ritms, gaita; **siltuma** labvēlīgā ietekme; **sensorā stimulācija**, kuru nodrošina smilšu īpašā kvalitāte; **vides** noteiktās robežas; **drošības** sajūta; veikto **kustību** vingrinājumu un radošo **uzdevumu sakārtojošā ietekme**.

Nodarbību efektivitāte **palielinās** un iegūst ilgspējas raksturu - **ja tiek ievērota** nodarbību regularitāte; ja vecāki, ģimenes locekļi, bērna audzinātāji, skolotāji ir atvērti **sadarbībai** ar speciālistu; **kopīgi ar bērnu** ievēro speciālista ieteikumus, atbalsta bērnu, nepieciešamo iemaņu un prasmju apguvē; ir **pacietīgi** un pretimnākoši jaunu saskarsmes modeļu veidošanā ar bērnu; tiek nodrošināta noslēguma nodarbība.

**Silto smilšu nodarbību efektivitāte** ir pārbaudīta skolotāju, audzinātāju, auklīšu; logopēda, speciālā, sociālā pedagoga, psihologa, fizioterapeita, ergoterapeita, redzes speciālista, atbalsta personāla u.c. speciālistu darbā.

## Ko dod silto smilšu nodarbība?

**FIZIOLOĢIJA:** Atrodoties siltajās smiltīs, smilšu „kristāliņi” veic bērna roku pirkstu, pēdu un ķermeņa dabīgu masāžu, sīkās muskulatūras stimulāciju, nozīmīgus impulsus saņem redze un dzirde. Process labvēlīgi ietekmē balsta un kustību aparātu, nervu un imūno sistēmu veicina organisma pašregulācijas procesus. Bērnam tiek ļauts (kontrolēti un konstruktīvi) izpaust savu aktivitāti.

**EMOCIJAS:** Dabiskās vides un materiālu atpazīstamība rada saprotamu un mierīgu atmosfēru, kas sekmē bērna emociju dabīgu izpausmi, palīdz atbrīvoties no sasprindzinājuma, mazina pārlieku aktivitāti, stiprina pasīvu, bailīgu, nedrošu bērnu. Smiltis bērnam palīdz “ieziemēties”, ļauj atgūt stabilitāti, līdzsvaru un emocionālās drošības sajūtu.

**INTELEKTS:** Radošuma un prieka pilnā atmosfēra bērnam rosina zinātkāri, sekmē kognitīvos (izziņas) procesus, **koncentrēšanās** spējas, uzmanību, ļauj apgūt jaunas un nostiprināt esošās prasmes. Visi vingrinājumi un uzdevumi atbalsta mācīšanās prasmju pilnveidi. Tiek trenēta pacietība, uzcītība, rūpība, precizitāte. Reālos procesos tiek apgūti pēctecības, pakāpenības, cēloņu un sekas u.c. likumi.

**VALODA:** Speciālisti, liels skaits bērnu, kuri apmeklējuši silto smilšu nodarbības, ir fiksējuši dažāda līmeņa **runas traucējumu** būtisku **uzlabošanu**, vai to pilnīgu novēršanu. Mazuļiem, no 1 gada vecuma, nodarbības sekmē runas attīstību, veicina jaunu vārdu apguvi.

**KOMUNIKĀCIJA:** Nodarbību kārtība, paredz miera un **vienbūtības** laiku, kas ļauj bērnam izjust un **apzināties sevi**, savas sajūtas, emocijas, domas, kas paredz arī **līdzcilvēku** sajūtu, emociju apzināšanos un savstarpējo robežu respektu. Pāru, mazo grupu nodarbībās tiek apgūti jauni uzvedības un saskarsmes modeļi. Mazajai personībai tiek stiprinātas apzināšanās un paškontroles prasmes.

**Silto smilšu nodarbībām** ir veselību **stiprinošs** un **bērna vispārējo attīstību atbalstošs** raksturs.

Profilakses nolūkos, pamata cikla (4) nodarbības **ieteicamas** ikvienam bērnam. Kā uzrāda pieredze, **silto smilšu nodarbības** ir **rekomendējamas bērniem ar runas, miega, emocionāliem, mācīšanās, uzvedības traucējumiem; komunikācijas, adaptācijas, integrācijas grūtībām.**



SIA “Dabas vēstniecība”

© Biedrība “Dabas vides estētikas studiju apvienība”

[www.warmsandbox.com](http://www.warmsandbox.com)

[www.dabasvestnieciba.lv](http://www.dabasvestnieciba.lv)