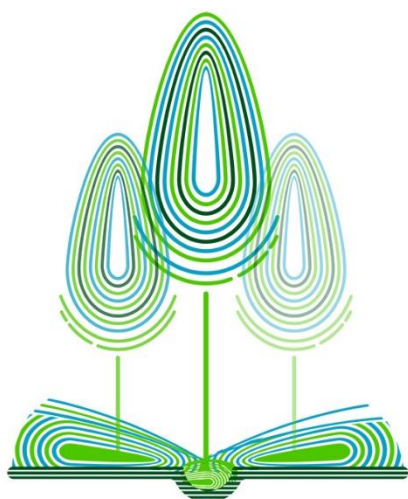




Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

# Gairės/vadovas, kaip įrengti multisensorinius sodus



CO-EDUCATION  
IN GREEN

3 Intelektinis produktas

Sukūrė Asociació Taller  
Baix Camp  
Rugsėjis, 2022

Šis projektas finansuojamas remiant Europos Komisijai. Šis kūrinys atspindi tik autoriaus požiūrį, todėl Komisija negali būti laikoma atsakinga už bet kokį jame pateikiamos informacijos naudojimą.

Projekto Nr.: 2020-1-LT01-KA204-077953

## TURINYS

---

|   |    |
|---|----|
| TURINYS .....   | 2  |
| 1. ĮVADAS .....   | 3  |
| 2. SENSORINIAI SODAI .....  | 3  |
| 3. MULTISENSORINIO SODO KŪRIMAS .....   | 3  |
| 3.1. KONTROLINIS SĄRAŠAS – STANDARTAI IR ERDVĖS IŠDĖSTYMAS .....                  | 3  |
| 3.2. PROJEKTO PARTNERIŲ IDĖJOS SENSORINIO SODO KŪRIMUI .....                      | 5  |
| 3.2.1. Klausia .....  | 5  |
| Įvadas .....  | 5  |
| Projekto partnerių idėjos kuriant erdvę, skirtą klausai .....                     | 5  |
| 3.2.2. Uoslė.....   | 10 |
| Įvadas .....  | 10 |
| Projekto partnerių idėjos kuriant erdvę, skirtą uoslei .....                      | 10 |
| 3.2.3. Skonis .....   | 16 |
| Įvadas .....  | 16 |
| Projekto partnerių idėjos kuriant sodą, skirtą skoniu.....                        | 16 |
| 3.2.4. Lytėjimas.....   | 23 |
| Įvadas .....  | 23 |
| Projekto partnerių idėjos kuriant sodą, skirtą lytėjimui .....                    | 23 |
| 3.2.5. Regėjimas.....   | 27 |
| Įvadas .....  | 27 |
| Projekto partnerių idėjos kuriant sodą, skirtą regėjimui .....                    | 27 |
| 3.2.6. Psichomotoriškumas.....  | 31 |
| Įvadas .....  | 31 |
| Projekto partnerių idėjos kuriant erdvę, skirtą psichomotoriniams įgūdžiams ..... | 32 |

## 1. ĮVADAS

---

Šios gairės/vadovas yra naujausias projekto „Co-education in Green“ intelektinis produktas. Jis yra skirtas suaugusiųjų švietėjams ir švietimo bendruomenėms, kad jie galėtų patys sukurti prieinamą ir įtraukų multisensorinį sodą.

Šias gaires/vadovą, kaip ir kitus projekto intelektinius produktus galima rasti projekto svetainėje.

Šį vadovą sudaro:

- Sensoriniai sodai
- Multisensorinio sodo kūrimas
  - a) Kontrolinis sąrašas – standartai ir erdvės išdėstymas
  - b) Projekto partnerių idėjos sensorinio sodo kūrimui
- Įvertinimas

Šiame vadove rasite įrankių rinkinį, kuris padės transformuoti žaliąją erdvę į multisensorinį sodą atsižvelgiant į prieinamumą ir įtrauktį.

## 2. SENSORINIAI SODAI

---

Sensoriniai sodai, tai žaliosios erdvės, kuriose stimuliuojami 5 žmogaus pojūčiai (rega, klausa, skonis, uoslė ir lytėjimas).

Multisensoriniai sodai gali būti pritaikyti švietimui ir pramogoms. Jie gali būti naudojami specialiųjų poreikių turinčių mokinių ugdyme, kaip sodininkystės terapijos forma ir kaip gydomieji sodai. Tokio tipo sodai idealiai tinka vaikams ir suaugusiems, ypač tiems, kurie turi sensorinės integracijos ir įvairių intelekto ar vystymosi sutrikimų.

Tokio tipo aplinka gali tapti erdve, kurioje jie jaučiasi saugiai ir patogiai tyrinėdami savo pojūčius. Per sodą galima dirbti su vienu ar keliais pojūčiais, priklausomai nuo lankytojų poreikių. Pavyzdžiui, sodas, kuriame yra stimuliuojama klausa, būtų garsų sodas. Arba kaip tik galima dirbti su keliais pojūčiais ir toks sodas vadintųsi multisensoriniu sodu.

Projekto „Co-education in green“ metu susikoncentravome į pastarąjį modelį ir sukūrėme gaires/vadovą, kaip sukurti multisensorinį sodą ir skatinti proto negalia turinčių asmenų įtraukimą ir prieinamumą.

## 3. MULTISENSORINIO SODO KŪRIMAS

---

### 3.1. KONTROLINIS SĄRAŠAS – STANDARTAI IR ERDVĖS IŠDĖSTYMAS

---

Kadangi multisensorinis sodas, kurį pristatome šiame projekte, yra pagrįstas prieinamumo ir įtraukties sąvokomis, svarbu išsiaiškinti kai kuriuos standartus, į kuriuos reikia atsižvelgti, norint tinkamai sukurti specialiųjų poreikių turintiems asmenims.

Pirmiausia nubraižykite multisensorinio sodo eskizą. Tai darydami apsvarstykite šiuos aspektus:

- Sodo jėjimas/išėjimas.**
- Kokias sensorines erdves įtrauksite.**
- Augalai, baldai, šviestuvai ir jų vieta.**
- ...

Kad nieko nepraleistumėte pateikiame jums kontrolinį sąrašą. Pasižymėkite, kai tik atliksite kurį nors punktą.

#### 1. Prieinamas maršrutas, danga ir ženklavimas:

- Nepertraukiamas pėsčiųjų takas (jokių architektūrinių kliūčių).**
- Neslidi danga.**
- Pridėkite bortelius, kad aiški būtų maršruto ar erdvės riba.**
- Venkite šlaitų.**
- Jeigu yra laiptų, sukurkite alternatyvų maršrutą.**
- Pritvirtinkite turėklus ant laiptų ir rampų.**
- Kad informacija būtų prieinama, įrenkite vaizdinius (ženklai), akustinius (garsiniai elementai) ir lytėjimo (Brailio raštas) ženklus.**
- ...

#### 2. Baldai ir apšvietimas:

- Jie turi būti pritvirtinti prie žemės.**
- Jeigu yra stalų, fontanų ar kitų bendro naudojimo elementų, jie turi būti prieinami asmenims su judėjimo negalia.**
- Teritorijose, kuriose yra vazonų, palikite pakankamai vietos asmenims vežimėliuose (rekomenduojamas mažiausiai 1 metro atstumas).**
- Nestatykite baldų tako viduryje.**
- Pasirūpinkite apšvietimu visame parke.**
- ...

## 3.2. PROJEKTO PARTNERIŲ IDĖJOS SENSORINIO SODO KŪRIMUI

### 3.2.1. Klausa

#### Įvadas

Žmogaus ausis – tai organas, padedantis sintetinti visus aplinkoje esančius garsus, triukšmus ir įvairius garso virpesius. Todėl kalbėdami apie ausį, kalbame ir apie klausą – transcendentinės svarbos funkciją visose žmogaus gyvenimo ciklo fazėse.



Klausydami mes suprantame mus supantį pasaulį, užmezgame naujus ryšius, orientuojamės fizinėje erdvėje ir mokomės.

Kalba yra žmogaus įgūdis, suteikiantis galimybę bendrauti, ir mes tą įgūdį įgyjame per pojūčius ir mėgdžiojimą. Kad vaikas išmokytų kalbėti, jis turi klausytis, kaip kalba jį supantys žmonės. Todėl galime teigti, kad klausą yra vienas iš jutimo organų, glaudžiai susijusių su bendravimu.

Kalbos raida yra priklausoma nuo klausos ir tai įrodo, kad klausos sutrikimai yra susiję su kalbos vystymosi vėlavimu ir sunkumais mokykloje.

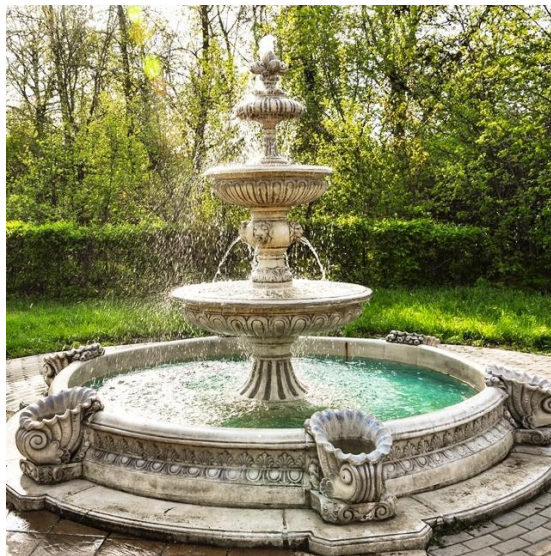
#### Projekto partnerių idėjos kuriant erdvę, skirtą klausai

| ATRASKITE KLAUSYDAMIESI! |  |
|--------------------------|--|
| <b>Pojūtis:</b>          | Klausą   |
| <b>Erdvės tikslas:</b>   | Numatomi erdvės tikslai: <ol style="list-style-type: none"><li>1. Skatinti įsiklausymą ir tylą.</li><li>2. Sustiprinti pojūčius, klausantis įvairių melodijų.</li><li>3. Skatinti sąveiką ir objektų bei gamtos tyrinėjimą.</li><li>4. Pateikti naudotojams kūrybišką ir patrauklų mokymo įrankį.</li><li>5. Pateikti įvairios medžiagos eksperimentams.</li><li>6. Sukurti malonią akustinę aplinką.</li><li>7. Gerinti naudotojų savijautą taikant akustinį metodą.</li><li>8. Skatinti vaizduotę.</li><li>9. Susieti garsą su kasdieniais dalykais.</li></ol> |

|  |  |
|--|--|
| <p><b>Reikalingos priemonės:</b></p>                   | <p>Norint sukurti šią erdvę jums reikės:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Augalų, kurie papūtus vėjui skleidžia garsus</li> <li>- Džiovintų lapų</li> <li>- Garsiakalbių, kurie skleistų svirplių, paukščių ir zvimbiančių bičių garsus</li> <li>- Fontano arba krioklio</li> <li>- Varpelių (vėjo indikatoriai)</li> <li>- Muzikos instrumentų, sukurtų iš keptuvių, puodų, plastikinių butelių, bambukinių lazdelių, skardinių, medinių indų ir t.t.</li> <li>- Bambuko stiebelių</li> </ul>   |
| <p><b>Projekto idėjos:</b></p> <p><b>partnerių</b></p> | <p>Norėdami sukurti erdvę, galite naudoti:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Augalus:</b> būtų įdomu, jei visas sodas būtų pilnas tam tikros rūšies augalų, kurie skleistų įvairius garsus ir tuo pačiu praneštų, kai pučia vėjas. Tokiam tikslui tinka: <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Didžioji ir mažoji kiškio ašarėlė: šių augalų galvutės yra panašios į žibintus, kurie ošia vėjyje.</li> <li>➤ Miškantas žemasis (Nanus Variegatus); graži, į bambuką panaši lapija, kuri skleidžia ošimo garsą.</li> <li>➤ Cukrinis kukurūzas (Zea mays); tai ne tik augalas, bet ir maistas!</li> <li>➤ Bambukas (Phyllostachys); graži lapija, kuri šnabžda vėjyje.</li> <li>➤ Soruolė pašiaušėlinė (Pennisetum alopecuroides); ilga žolė su šereliais.</li> </ul> </li> </ul> <div style="display: flex; justify-content: center; gap: 20px;">   </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Džiovinti lapai:</b> sukurkite kelią iš įvairių tipų lapų, kuriuo žengdami vartotojai sukurs įvairius garsus. Kadangi lapai yra skirtingų dydžių ir formų, užlipus jie skleidžia skirtingus garsus.</li> </ul> |



- **Krioklai/fontanai:** vanduo gali skleisti skirtingus garsus, priklausomai nuo pavidalo. Kai vanduo teka krioklio pavidalu, garsas yra daug intensyvesnis nei tada, kai jis sklinda iš fontano, tačiau tikslas visada yra tas pats: sukurti garsus pasitelkiant vandenį.



- **Varpeliai:** varpelių naudojimas suteikia galimybę sukurti kitokį garsą naudojant gamtos elementą – vėją. Varpeliai praneš naudotojams, kada yra vėjuota.



- **Muzikinė lenta:** tai lenta, ant kurios yra pritvirtinti įvairūs „instrumentai“ - puodai, keptuvės, plastikiniai buteliai, bambukiniai vamzdeliai, skardinės, mediniai indai, ir kt. Rekomenduojama, kad muzikinę lentą sudarytų mušamieji instrumentai, nes tai leis naudotojams patiems sukurti norimą garsą.
- Tokios lentos pristatymas mokiniams yra puiki galimybė parodyti, kaip su paprastais daiktais yra išgaunama muzika.



- **Telefonų gėlės:** tai dvi dirbtinės gėlės, pastatomos skirtingose sodo pusėse. Šios gėlės yra naudojamos bendravimui. Per vieną gėlę vienas žmogus kalba, per kitą gėlę žmogus klausosi. Šios





gėlės yra sugedusio telefono kopija.



- **Gyvūnų garsai:** būdami sode, mes tikimės, kad mus sups įvairūs gyvūnų garsai. Tačiau skirtingu metų laiku mes girdėsime skirtingus garsus. Tam, kad girtėtume visų gyvūnų garsus, galime pastatyti garsiakalbius su atitinkamais garsais. Prie gėlių dėsime garsiakalbį, kuris skleidžia bičių garsus, prie medžių - garsiakalbį su paukščių garsais, prie kitų augalų - garsiakalbį su svirplių garsais.



### 3.2.2. Uoslė

#### Jvadas

Uoslė yra unikalus pojūtis, nes jos receptorių ląstelės pačios yra neuronai. Uoslės nervas susideda iš neuronų, kurių vienas galas tiesiogiai liečiasi su išoriniu pasauliu, o kitas – su smegenimis. Kvapus mes atskiriame su nosimi, kai įkvepiame oro, su kuriuo yra susimaišę kvapai. Šiame kontekste žmogaus smegenys gali atpažinti maždaug 10 000 kvapų rūšių. Tačiau šis skaičius gali siekti trilijoną. Uoslė yra ypač svarbi, kai valgome, nes kvapas ir skonis yra glaudžiai susiję ir kartu yra atsakingi už mūsų skonio patirtį. Taigi maisto kvapą suvokiame per nosį ir netiesiogiai per burną. Kai ką nors ragaujame, 80% atvejų mes iš tikrųjų tai suvokiame kaip kvapą.

Kvapas yra labai emocingas. Pavyzdžiui, tam tikri skoniai gali pažadinti prisiminimus ir priminti praeities skonio patirtį; sugrąžinti mus į vaikystę. Neigiami prisiminimai gali būti susiję su pasibjaurėjimo jausmu dėl sugedusios žuvies, supuvusių vaisių ir pan.

Kvėpalų pramonė kuria kvapus, kuriais siekiama perteikti daugybę emocijų ir jausmų. Kalbant apie kasdienį gyvenimą kvapas yra svarbus, kai kalbama apie trauką tarp dviejų žmonių. Kartais tam tikri kvapai gali sukurti apsaugos jausmą.

Uoslė yra vienas iš būdų mokytis.

#### Projekto partnerių idėjos kuriant erdvę, skirtą uoslei

| LAVINKIME UOSLĖS POJŪTĮ |  |
|-------------------------|--|
| <b>Pojūtis:</b>         | Uoslė  |
| <b>Erdvės tikslas:</b>  | Numatomi erdvės tikslai:<br><ol style="list-style-type: none"><li>10. Stimuliuoti uoslę.</li><li>11. Sodo dizaino rengimas. Kuriant jutiminį sodą, svarbu, kad tai būtų saugi ir kiekvienam prieinama vieta, nepriklausomai nuo amžiaus ir sugebėjimų.</li><li>12. Pagerinti savijautą, sumažinti stresą ir nuraminti protą.</li><li>13. Skatinti bendruomenę įsitraukti į sodo kūrimą – kiekvienas gali ateiti ir prisidėti, taip pat ugdyti priklausymo bendruomenei jausmą.</li><li>14. Skatinti aplinkosauginį sąmoningumą</li><li>15. Skatinti gamtos tyrinėjimą.</li><li>16. Suteikti įrankį suaugusiųjų švietėjams ir visai bendruomenei.</li></ol> |



|                                      |   |
|--------------------------------------|---|
| <p><b>Reikalingos priemonės:</b></p> | <p>Norint sukurti šią erdvę jums reikės:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Takeliams – augalų, sužadinančių įvairius pojūčius, pavyzdžiui, apelsininis citrinmedis, filadelfa, kai kurios rožės, sausmedžiai ir kario augalai.</li> <li>- Dekoratyvinių ar vaisinių augalų, kurie padėtų sukurti pojūčius stimuliuojančią aplinką.</li> <li>- Aromatinių augalų, nuo stipriai kvėpiančių rožių, sausmedžių ir jazminų iki levandų, šalavijų, bijūnų, kraujažolių, budlėjų, monardų, flioksų ir lelijų. Taip pat nuostabų aromata sklaidžia įvairios žolelės: rozmarinai, citrininės aloyzijos ir mėtos.</li> <li>- Bambuko augalų</li> </ul>   |
| <p><b>Projekto idėjos:</b></p>       | <p><b>partnerių</b></p> <p>Pirmiausia, norint parengti sodo kūrimo planą, reikėtų atsakyti į keletą klausimų:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kurioje vietoje kursite sodą?</li> <li>- Kas naudosis sodu?</li> <li>- Ką auginsite sode?</li> <li>- Ką darysite, kad sodas būtų prieinamas?</li> <li>- Kokių medžiagų reikės (dirva, vanduo, sėklos, augalai, įrankiai ir t.t.)?</li> <li>- Kur laikysite medžiagas ir įrankius?</li> <li>- Ar parduosite tai, ką užauginsite sode?</li> <li>- Ar kompostuosite?</li> <li>- Ar naudosite perdirbtas medžiagas?</li> <li>- Kaip paskatinsite bendruomenę prisidėti?</li> <li>- Kaip viešinsite sodo veiklas?</li> </ul> <p>Kaip jau minėjome, norint, kad sodas stimuliuotų mūsų uoslę, reikia sodinti įvairius aromatinius augalus ir žoleles.</p> <p>Šis sodas gali būti suskirstytas į atskiras zonas. Kalbant apie augalus, jie turi būti draugiški aplinkai ir nesukelti alergijų. Šių augalų negalima tręšti įvairiais pesticidais. Taip pat šie augalai turi būti tvirti, įvairaus aukščio, spalvų, tekstūrų, kvapų ir pakantūs įvairioms oro sąlygoms, lietai, saulei ir pan.</p> <p>Kai kurie augalai yra ypatingi. Pavyzdžiui, puošnūs kalikantas paskleidžia savo aromata tuomet, kai yra sutraiškomi jo lapai ir žiedai. Arba, kad hiacintai pavasarį skleistų savo saldų ir stiprų kvapą, jų svogūnelius reikia pasodinti jau rudenį.</p> <p>Tačiau didesnį aromata sklaidžiantys augalai, neturėtų užgožti kitų. Išdėstykite augalus tam tikrais atstumais. Spygliuotus augalus, pavyzdžiui, rožes sodinkite lovio gale.</p> <p>Kuriant sodo dizainą svarbu atsižvelgti į žmones, kurie juo naudosis, atkreipiant dėmesį į jų amžių ir sugebėjimus. Sensorinis sodas turi būti saugi ir visiems prieinama vieta. Esant reikalui, galima atlikti tam tikrus pritaikymus, pavyzdžiui, sodinti gėles ne ant žemės esančiose lėšvėse, o pakabinamuose vazonuose, nes taip juos lengviau pasieks senoliai. Taip</p> |



pat sodo takeliai ir sėdimos vietos turėtų būti pritaikytos asmenims su judėjimo negalia.

Keletas naudingų šaltinių:

<https://www.kew.org/read-and-watch/how-to-create-a-sensory-garden>

<https://extension.sdstate.edu/creating-sensory-garden>

<https://www.rhs.org.uk/get-involved/community-gardening/resources/sensory-garden>

<https://www.sulinformacao.pt/2020/05/legumes-da-horta-pedagogica-de-escola-de-faro-vao-chegar-a-quem-mais-precisa/>

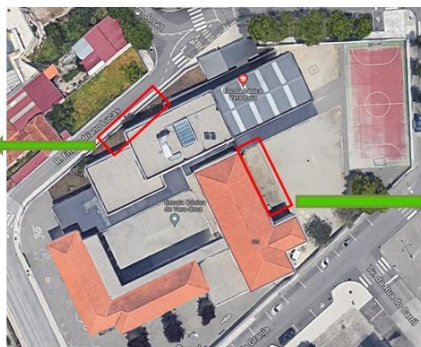
### Vera Cruz mokyklos sensorinio sodas:

Aveiro universiteto komanda įkūrė sensorinį sodą Vera Cruz mokyklos teritorijoje.

Sensorinis sodas buvo padalintas į dvi erdves: pirmoji skirta pažinti visus pojūčius, o antroje buvo įkurtas sodas su įvairių rūšių augalais.

#### Identification of the area

Sensorial  
Garden



Organic  
Garden

Pirmas žingsnis, kurį atliko Aveiro universiteto komanda - mokyklos bendruomenės poreikių nustatymas. Komanda vykdė susitikimus su mokytojais ir tėvais, kurių metu jie diskutavo apie jų poreikius, susijusius su bendros žaliosios erdvės kūrimu.

Taip pat buvo atliktos dvi apklausos, kurių tikslas – išsiaiškinti mokinių, jų tėvų ir mokytojų požiūrį į bendras erdves ir sužinoti idėjas sensoriniam sodui.

#### Identification of the community needs



CO-EDUCATION  
IN GREEN

Vera Cruz mokyklos jutimiam sodui buvo parinkti žemiški aromatai ir gėlių kvapai. Vaikai augalus gali tyrinėti tiek tiesiogiai (įkišdami nosį į gėlę), tiek netiesiogiai (pavyzdžiui, užlipdami ant šliaužiančių čiobrelių arba liesdami augalus pirštais ir užuosdami). Taip pat, kad būtų įdomu ir mažesniems vaikams, pasodinome kvapiųjų žolelių, nes jos yra daugialypės ir taip pat skatina jūsų skonio pojūtį.

Taip pat, sodas siūlo sudalyvauti veiklose, susijusiose su aplinkosauga.

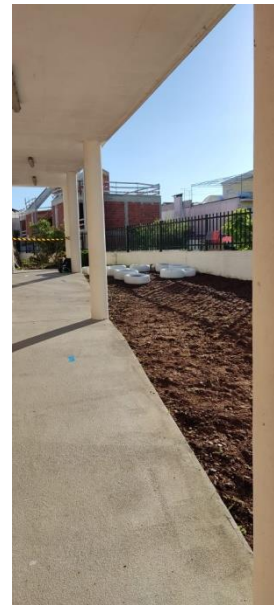
Planuojama sodą išplėsti, pakartotinai panaudojant mokykloje saugomas medžiagas - medines paletes ir dėžes. Naudoti šias sodo konstrukcijas

labai paprasta! Viskas, ką jums reikia padaryti, tai padėti paletes ant žemės ir užberti žeme. Tada belieka pasodinti sėklas, palaistyti ir patręšti.



Sodų pavyzdžiai, kuriose naudojamos medinės paletės. Šaltinis: <https://comoplantarecuidar.com.br/como-fazer-horta-com-pallets/>





Sensorinio sodo viešinimas ir įgyvendinimas Vera Cruz mokykloje

### 3.2.3. Skonis

#### Įvadas

Skonio pojūtis yra vienas iš svarbiausių žmogaus pojūčių, nes padeda atpažinti vertingas maistines medžiagas, kurios suteikia energijos, kuri yra gyvybiškai svarbi mūsų išlikimui. Šis pojūtis leidžia atskirti nepageidaujamus maisto produktus nuo maistingų ir taip pat tai yra stipriai susiję su mūsų emocijomis ir pojūčiais. Jei skonio pojūtis yra sutrikęs, tai gali turėti įtakos mūsų suvalgomo maisto kiekiui ir galiausiai tai gali pakeisti mūsų mitybos įpročius ir sveikatą.

Mūsų burnoje esantys receptoriai gali atpažinti penkis specifinius skonio tipus: saldus, sūrus, kartus, rūgštus ir aštrus. Žemiau pateikiami keli pavyzdžiai, kaip sužadinti šiuos konkrečius skonius jutiminiame sode.

#### Projekto partnerių idėjos kuriant sodą, skirtą skoniui

| IŠTRENIRUOKIME SKONIO RECEPTORIUS! |  |
|------------------------------------|--|
| <b>Pojūtis:</b>                    | Skonis   |
| <b>Erdvės tikslas:</b>             | <p>Pagrindinis šio pojūčio erdvės tikslas – sužadinti skonio receptorius išbandant šviežius sodo produktus. Skonio pojūtis atsiranda sumaišius įvairias jusles, tokias kaip kvapas, skonis, temperatūra. Skonio malonumas lemia mūsų suvartojamo maisto kiekį - jei mėgausimės skoniais, tekstūromis, burnos pojūčiu, tai ne tik mėgausimės valgymo procesu, bet ir patenkinsime savo poreikius.</p> <p>Žmonės liežuviumi gali pajusti 5 skonius. Taip yra todėl, kad lytėjimo pojūtis gali mums padėti išgauti skonį, o nosis vaidina svarbų vaidmenį pajuntant skonį, nes gali aptikti tūkstančius skirtingų kvapų. Šių pojūčių derinys leidžia mums identifikuoti ir atpažinti daiktus, kurie mums yra pažįstami ir kurie nauji.</p> <p>Jei maistas mums pažįstamas, galime numatyti maisto medžiagų apykaitos pasekmes. Jei maistas naujas, galime panaudoti šiuos jutimo ženklus, kad sužinotume apie fiziologinius nurijimo padarinius. Jei rezultatas yra teigiamas, skonis signalizuoja apie malonumą – tiek tiesiogiai dėl malonios skonio kokybės, tiek dėl susijusių medžiagų apykaitos pasekmių.</p> |



## IŠTRENIRUOKIME SKONIO RECEPTORIUS!

### Reikalingos priemonės:

Šiai erdvei paruošti gali prireikti labai įvairių medžiagų, nes norint auginti valgomus augalus, kiekvienam augalui reikia paruošti skirtingą erdvę.

Galime naudoti natūralius elementus, tokius kaip:

- Mediena
- Komposto dėžė
- Skaidrūs plastikiniai dangteliai
- Įvairūs augalai (daržovės, vaisiai, uogos, ir kt.)
- Sodinimo žemė



- Vanduo
- Plastikinė/medinė struktūra šiltnamio kūrimui

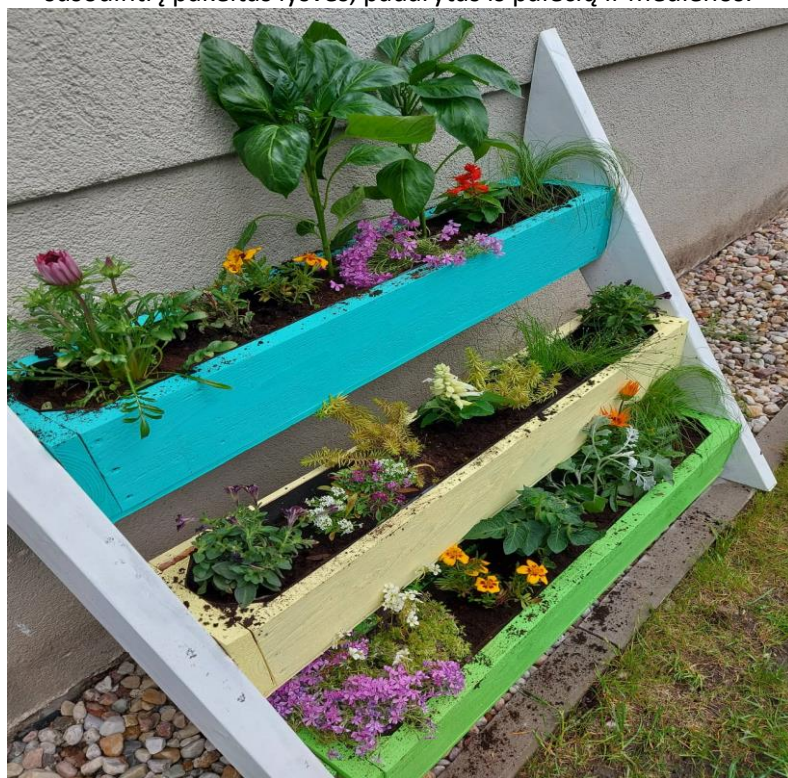


### Projekto partnerių idėjos



Norint sužadinti uoslę, reikia atsižvelgti į daugybę dalykų, nes įvairiems valgomiems augalams reikia skirtingos priežiūros (pvz., šiltos lysvės, saulėta vieta ir pan.). Žemiau pateikiami keli pasiūlymai, kaip sukurti juslinį sodą, kuris skatintų skonio pojūtį:

- Šiltos lysvės/šiltnamis: pastatykite šiltnamį su medine/metaline/plastikine konstrukcija ir uždenkite skaidraus plastiko lakštu, kad galėtumėte ten auginti agurkus, pomidorus ir čili pipirus.
- Pakeliamos lysvės: kad atskirtumėte įvairius augalus, galite juos susodinti į pakeltas lysves, padarytas iš palečių ir medienos.



Septyni skoniai, kuriuos mūsų liežuvis geriausiai atskiria: saldus, kartus, rūgštus, sūrus, umami, vėsus ir aštrus. Žemiau yra pateikiami augalai, skatinantys įvairius skonio receptorių:

- Braškės ir avietės sukelia saldumą



- Lapiniai žalumynai, žolelės ir prieskoniai sukelia kartumą



- Serbentai, agrastai ir rūgštynės sukelia rūgštumą

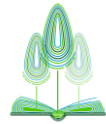


- Mėta sukelia vėšą



- Čili pipirai sukelia aštrumą





### 3.2.4. Lytėjimas

#### Įvadas

Lytėjimo pojūčiu mes atpažįstame savo kūną ir bet kokį objektą, kurį liečiame su savo kūnu per odoje esančius receptorius ir giliuosius audinius.


Didžiausias kūno organas yra mūsų oda, ir tai yra jutimo organas, skirtas prisilietimui. Odoje yra daug įvairių nervų galūnelių, kurios reaguoja į įvairaus tipo slėgį, temperatūrą, tekstūras ir ne tik. Oda taip pat svarbi propriocepcijai – gebėjimui pajusti mūsų kūno padėtį, patiriamą tempimą ir spaudimą.

Todėl norint suprasti mus supanti pasaulį, reikia liesti ir patirti įvairius egzistuojančius objektus ir dalykus, kurių mes dažnai „nematome“.

Kalbėdami apie lytėjimo pojūtį, galime įtraukti tokius veiksmus kaip manipuliacija, tekstūrų tyrinėjimas, atpažinimas, vaikščiojimas basomis, akių užmerkimas ir vaizduotės ugdymas, objektų ir formų derinimas. Šie veiksmai yra reikalingi tam, kad suprastume mus supančią aplinką ir mūsų kūno sudėtingumą.

#### Projekto partnerių idėjos kuriant sodą, skirtą lytėjimui

| PALIESK MANO SODĄ!            |  |
|-------------------------------|--|
| <b>Pojūtis:</b>               | Lytėjimas  |
| <b>Erdvės tikslas:</b>        | <p>Pagrindiniai šios erdvės tikslai:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Stimuliuoti lytėjimo pojūtį naudojant įvairias tekstūras ir medžiagas.</li> <li>2. Sustiprinti naudojamų medžiagų jutiminę patirtį.</li> <li>3. Išsiaiškinti, kaip galima panaudoti įvairias medžiagas, pavyzdžiui, medieną, vyteles ir plastiką.</li> <li>4. Skatinti vaizduotę statant naujas paprastas konstrukcijas.</li> <li>5. Suprasti, kaip įvairūs sodo objektai gali pakeisti dirvožemio tekstūrą.</li> </ol> |
| <b>Reikalingos priemonės:</b> | <p>Norint sukurti šią erdvę jums reikės:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mažų augalų su įvairiais lapais</li> <li>- Sauso šieno</li> <li>- Medienos/plastiko/gumos/kartoninės plokštės perdirbimui</li> <li>- 3D spausdintuvo (pasirinktinai)</li> <li>- Kauptuko, grėblio, kastuvo</li> </ul>  |

|  |   |
|--|---|
| <b>Projekto idėjos:</b>  | <b>partnerių</b><br>Norėdami sukurti erdvę, galite naudoti: <ul style="list-style-type: none"><li>- Medžiagas, kurias gali atnešti dalyviai: galite paprašyti kiekvieno žmogaus atnešti daiktus, kurių jie nebenaudoja, pvz., medienos, kartoninių plokščių ar plastikinių daiktų.</li><li>- Prieš įrengiant erdvę, svarbu sukurti dizaino planą, kad žinotumėte, kokias medžiagas naudoti ir iš kur jų gauti.</li><li>- Reikia suteikti dalyviams galimybę suprasti, kaip skiriasi žemės tekstūra, naudojant skirtingą įrankį, pavyzdžiui kauptuką ar grėblį.</li><li>- Prieš pradėdant naudoti kokią nors medžiagą reikia išsiaiškinti mechaninę charakteristiką (lankstumą, suslėgimą ir pan.).</li><li>- Galima naudoti 3D spausdintuvą, kuriuo būtų galima sukurti įvairius objektus, naudingus sensoriniam sodui.</li><li>- Jei įmanoma, įrenkite fontaną arba iškaskite tvenkinį, kurie suteiktų sodui gaivumo.</li><li>- Naudodami šieną galite sukurti sinerginio sodo pagrindą ir apsaugoti sodą nuo papildomo karščio.</li></ul> |
| <p>1. Pasirinkite erdvę ir skirtingas medžiagas, kurias norite paliesti, aptardami jų nuoseklumą.</p>  |   |





2. Galite eksperimentuoti su skirtingomis dirvožemio konsistencijomis naudodami skirtingus įrankius.



3. Galite naudoti 3D spausdintuvą, kad pridėtumėte kai kurių medžiagų ir apmąstytumėte skirtingas medžiagų konsistencijas.



4. Tada pasodinkite mažų daržovių, kad sukurtumėte savo sodą iš perdirbtų medžiagų!



### 3.2.5. Regėjimas

#### Įvadas

Regos pojūtis yra labai svarbus, nes jis padeda kompensuoti vieno ar kelių kitų pojūčių praradimą arba, dėl kokios nors priežasties, nebuvimą. Tai leidžia mums atskirti gerą maistą nuo blogo, susidaryti įspūdžius, susirasti partnerius, apskritai suvokti ir atpažinti pavojaus požymius. Kai neturime regėjimo pojūčio, labai sunku bendrauti su aplinkiniais, kurie šį pojūtį turi.


Regėjimo pojūtis ypač svarbus dėl šių priežasčių:

1. **Norint išvengti pavojaus:** regėjimas yra pagrindinis jutimas, naudojamas aplinkos suvokimui. Be regėjimo gana sunku atskirti, ar laukia potencialiai pavojingos situacijos, todėl regėjimas suteikia galimybę išvengti pavojingų situacijų ir medžiagų.
2. **Užmegzti santykius:** pirmą įspūdį apie žmogų susidarome per regėjimą. Jis yra gyvybiškai svarbus socialinei sąveikai. Taip pat mūsų akys padeda užfiksuoti kitų asmenų veido išraišką, gestus ir kūno kalbą.
3. **Padėti, kai kiti pojūčiai neveiksmingi:** kai kiti pojūčiai dėl vienokių ar kitokių priežasčių neveiksmingi, regėjimas vaidina pagrindinį vaidmenį kompensuojant jų praradimą. Jei, pavyzdžiui, mūsų uoslė yra neveiksni dėl peršalimo, atskirti ar maistas yra šviežias galime tik į jį pažiūrėję.

#### Projekto partnerių idėjos kuriant sodą, skirtą regėjimui

| VAIZDAS SKAUDANČIOMS AKIMS!   |   |
|-------------------------------|---|
| <b>Pojūtis:</b>               | Regėjimas   |
| <b>Erdvės tikslas:</b>        | <p>Pagrindiniai šios erdvės tikslai:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Skatinti vartotojų įsitraukimą, ypač tų, kurie turi regėjimo sutrikimų.</li> <li>2. Regėjimo tobulinimas per intensyvias spalvas, kurios išgaunamos iš: <ul style="list-style-type: none"> <li>• natūralių elementų: augalų, gėlių ir kitos augmenijos</li> <li>• iš inertinių medžiagų, tokių kaip uolienos, mediena, žvyras, smėlis ir kt.</li> <li>• sumaišius augmeniją ir inertines medžiagas.</li> </ul> </li> <li>3. Išbandyti sukauptą patirtį su naudotojais ir lankytojais.</li> <li>4. Skatinti kūrybiškumą ir vaizduotę.</li> <li>5. Numatyti pramoginę ir socialinę veiklą.</li> <li>6. Sukurti tokią žaliają erdvę, kurioje žmonės jaustųsi laukiami.</li> </ol> |
| <b>Reikalingos priemonės:</b> | <p>Norėdami sukurti tokią erdvę, visų pirma turite apsvastyti:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Laisvą erdvę</li> <li>✓ Prioritetus</li> <li>✓ Spalvas, kurios turėtų dominuoti</li> <li>✓ Natūralius ar nenatūralius elementus, kurie, jūsų nuomone, yra įdomūs ar tinkami ir turėtų būti įtraukti</li> <li>✓ Skirtingas augalų struktūras, kad sukurtumėte raštą</li> </ul>   |



|   |  |
|---|--|
|   | <p>Galite naudoti natūralius elementus, tokius kaip:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>✓ Vietinės gėlės, kurios yra prisitaikiusios prie klimato ir yra ilgaamžės</li><li>✓ Vietiniai augalai</li><li>✓ Vietinė žolė ir augmenija, kuri būtų lengvai prieinama ir pritaikoma jūsų erdvėje</li><li>✓ Vandens šaltinis arba lengvai pagaminami elementai iš vandens, jei įmanoma</li><li>✓ Esama žemė arba jūsų atsivežta</li><li>✓ Bet kokia mediena</li><li>✓ Akmenys, žvyras arba uolos, jei jų yra arba nesunku rasti</li></ul> <p>Arba galite naudoti kelių tipų medžiagas, tokias kaip:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>✓ Įvairių dydžių, formų ir spalvų vazonai iš aplinkai draugiško arba perdirbto plastiko ar bet kokios kitos ekologiškos medžiagos</li><li>✓ Ekologiški dažai, skirti naudoti ant įvairių medžiagų ar daiktų</li><li>✓ Panaudotos padangos</li><li>✓ Ryškus spalvingas arba tamsus audinys, tinkantis įvairiam panaudojimui</li><li>✓ Perdirbti drabužiai</li></ul>   |
| <p><b>Projekto partnerių idėjos</b></p> | <p>Sensoriniame sode galima pasitelkti įvairius regėjimą lavinančius būdus. Pateiksime jums keletą pavyzdžių, kurie sužadins jūsų kūrybiškumą, vaizduotę ir paskatins bendradarbiauti:</p> <p><b>Susikoncentravimas į spalvą</b></p> <p>Norėdami stimuliuoti regėjimą, galite naudoti „karštas“ spalvas, tokias kaip raudona ir oranžinė. Nesvarbu kuris objektas bus tokios spalvos, ar augalas, ar vazonas, ar kitos sode esančios konstrukcijos.</p> <p>Tam, kad <u>įtrauktumėte regėjimo negalią turinčius asmenis</u>, patariama naudoti kontrastingas spalvas, pvz., juodą ir baltą arba raudoną ir geltoną. Kontrastą galite sukurti ir žaisdami su šviesa ir šešėliais, pavyzdžiui, sukurdami tunelį.</p> <p>Kita vertus, jei ketinate sukurti atsipalaidavimo erdvę, rinkitės žalią arba mėlyną spalvą, pavyzdžiui, nudažykite suoliukus. Taip pat tam tikras erdves galima susieti su konkrečiais garsais. Pavyzdžiui, atsipalaidavimo erdvėje įrenkite tvenkinį su žuvelėmis, kuris skleis raminantį garsą.</p>  <p><a href="#">Paveikslėlio šaltinis</a></p> |

### Vizualinis patrauklumas

Tam, kad jūsų erdvė būtų įdomi, turite sukurti patrauklų vaizdą. Tai galima padaryti renkantis augalus ne tik pagal jų spalvą, bet ir paskirtį. Taip pat, įdomų vaizdą galima sukurti naudojant ne tik augalus, bet ir kitas įvairias medžiagas, iš kurių galima sukurti mozaiką ar takelį.

Tam puikiai tiktų laipiojantys ir vijokliniai augalai, kiliminiai, besidriekiantys ir šliaužantys augalai, iš kurių galima sukurti įvairias formas ir papuošti įdomias konstrukcijas.

Taip pat galite įtraukti vietinius augalus, kurių žiedų, lapų ir stiebų spalvos skiriasi skirtingais augimo etapais.

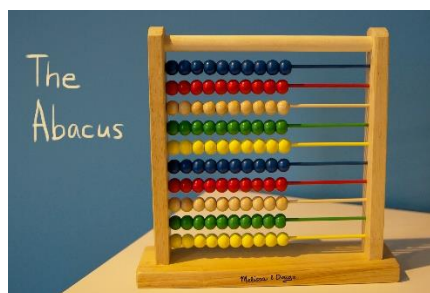


#### [Paveikslėlių šaltinis](#)

Yra ir kitų būdų, padėsiančių patraukti lankytojų žvilgsnius. Galite įrengti pakeltas lysves, jas spalvingai nudažyti, įrengti vandens telkinį arba pridėti spalvingai nudažytų padangų.

#### Žaisminga dvasia

Norėdami dar labiau pajvairinti erdvę, galite vesti rankdarbių užsiėmimus arba vykdyti pramogines veiklas ir žaidimus, įtraukiant natūralius sodo elementus. Pavyzdžiui, iš naudotų vamzdžių ir panaudotų dažytų plastikinių butelių sukurkite abaką..



#### [Paveikslėlio šaltinis](#)

Kitas pasiūlymas - įrengti arba gaminti sūpynes iš perdirbtų medžiagų, tokių kaip mediena, plastikas ar metalinės plokštės ar sijos, naudotos padangos ir perdirbti audiniai. Galite apsvarstyti galimybę tam skirtoje erdvėje pasodinti augalų, kurių spalva ir tekstūra ją išskirtų ir palengvintų prieigą bei naudojimą.



[Paveikslėlio šaltinis](#)

### 3.2.6. Psichomotoriškumas

---

#### Įvadas

---

Sąvoka „psichomotorinės raidos vystymasis“ daugeliui siejasi su bejėgiu kūdikiu, kuris turi ribotus pažinimo ir stambiosios motorikos įgūdžius, tačiau ilgai tampa pilnaverčiu žmogumi.

Vaikai lavina stambiają motoriką, kai pradeda judėti ir lavina smulkiają motoriką, įtraukdami į judesį mažesnes raumenų grupes.

Tačiau psichomotorinius įgūdžius galima lavinti visą gyvenimą.

Bet kas tiksliai yra psichomotoriniai įgūdžiai? Tai judėjimo užduotys, kurioms reikalingi tiek pažinimo, tiek motoriniai procesai, padedantys asmenims sužinoti apie juos supančią aplinką ir gebėti ta aplinką manipuliuoti. Svarbu suprasti, kad tokių įgūdžių įgijimo procesas gali būti labai ilgas ir varginantis.

Pagal Bloom taksonomijos klasifikaciją yra septyni pagrindiniai įgūdžiai:

- Vertinimas
- Sintezė
- Analizavimas
- Taikymas
- Supratimas
- Žinios

Kita vertus, tobulėjant stambiajai motorikai, įsijungia kitų rūšių motoriniai įgūdžiai, būtent smulkioji motorika. Smulkioji motorika yra susijusi su kūno ir (arba) galūnių judesiais, kuriems reikia didesnio tikslumo ir įgūdžių, nes juos reikia geriau suvokti, ypač naudojant rankas.

Tokio tipo motorinius įgūdžius galima lavinti įvairiais būdais. Vienas iš jų, kurio dauguma žmonių mokosi nuo mažens, yra rašymas. Norint lavinti koordinaciją ir smulkiosios motorikos įgūdžius, būtina užsiimti sportine ar rankų miklumo veikla. Reikėtų pabrėžti, kad tokio tipo motorinius įgūdžius reikėtų pradėti lavinti nuo kūdikystės, kad jų raida laikui bėgant būtų daug vaisingesnė.

## Projekto partnerių idėjos kuriant erdvę, skirtą psichomotoriniams įgūdžiams

| GAL PAJUDAM?                      |  |
|-----------------------------------|--|
| <b>Pojūtis:</b>                   | Išvardykite pojūčius (rega, klausa, uoslė, skonis, lytėjimas). Gali būti daugiau nei vienas.   |
| <b>Erdvės tikslas:</b>            | <p>Pagrindinis šios erdvės tikslas ir uždavinys yra lavinti mažųjų raumenų, pavyzdžiui, rankų, riešų ir pirštų koordinaciją. Smulkiosios motorikos pagrindinis tikslas yra įtraukti mažuosius kūno raumenis, kurie leidžia atlikti tokias funkcijas kaip rašymas, smulkių daiktų griebimas ir kt.</p> <p>Smulkioji motorika kartu su jėga, stambia motorika ir smulkiosios motorikos valdymu gali padėti palengvinti gyvenimą. Smulkiosios motorikos trūkumai gali turėti įtakos kieno nors gebėjimui valgyti, rašyti ar net vartyti knygos puslapius.</p>   |
| <b>Reikalingos priemonės:</b>     | <p>Psichomotorinė veikla gali būti atliekama nenaudojant jokios specialios įrangos.</p> <p>Šiai veiklai gali prireikti:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Markerio</li> <li>- Pieštukų</li> <li>- Kreidelių</li> <li>- Lipdukų</li> <li>- Karoliukų</li> <li>- „Pipe cleaner“ ir siūlų</li> <li>- Mažų kamuoliukų arba stiklo rutuliukų</li> <li>- Kita</li> </ul>  |
| <b>Projekto partnerių idėjos:</b> | <p>Psichomotorinės raidos erdvėje gali būti atliekami įvairūs pratimai, skirti lavinti smulkiąją motoriką, pavyzdžiui:</p> <p><b>Spalvų medžioklė</b></p> <p>Pagrindinis šios veiklos tikslas – stiprinti rankas. Instrukcija:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nubrėškite punktyrinį kelią.</li> <li>2. Tarp punktyrų priklijuokite taškinių lipdukų.</li> <li>3. Į žemėlapij pridėkite keletą „priedų“, pvz., didelį X, kaukolę ir pan., kad jis būtų tikroviškesnis ir interaktyvesnis.</li> <li>4. Pabaigoje nupieškite lobių dėžutę.</li> </ol> <p>Žaidėjas su žymekliu turi sekti punktyrinę liniją, kuri nuves į spalvotą apskritimą. Pasiekęs apskritimą, jis/ji turėtų rasti tokios pat spalvos objektą. Žaidėjas gali sekti punktyrinę liniją, kol pasieks kitą spalvotą apskritimą – iki tol, kol suras lobių skrynią.</p> |





- **Karoliukų vėrimas ant „pipe cleaner“**



Tai veikla, skatinanti smulkiosios motorikos vystymąsi. Tai reikalauja susikaupimo, mąstymo įgūdžių bei stiprina smulkiuosius rankų raumenis.

Vietoje „pipe cleaner“, galite naudoti siūlą, tačiau iš „pipe cleaner“ galima sukurti įvairias formas.

- **Spalvų rūšiavimas**

Tai puikus žaislas, skirtas lavinti smulkiają motoriką. Ji skirta vaikams ir mažiems vaikams, tačiau tai priklauso nuo to, kaip auklėtojas/tėvai pritaikys veiklą. Kai žaidėjas bando įterpti kvadratinę figūrėlę į apvalią skylę ir pamato, kad ji netinka, jis gali pabandyti tą pačią figūrėlę įkišti per kitą skylę.


Atlikę šią veiklą, žaidėjai gali surūšiuoti figūras pagal spalvą ir formą.





| GAL PAJUDAM?                      |  |
|-----------------------------------|--|
| <b>Pojūtis:</b>                   | Išvardykite pojūčius (rega, klausa, uoslė, skonis, lytėjimas). Gali būti daugiau nei vienas.   |
| <b>Erdvės tikslas:</b>            | Reguliarus pratimas <b>vyresnio amžiaus asmenims ir senjorams</b> turi daug naudos, bet, deja, tik 30% žmonių per dieną juda bent 20 min. Tais atvejais, kai dėl insulto ar kito medicininio įvykio smarkiai sutriko žmogaus stambioji motorika, svarbu su tuo žmogumi dirbti, kad jis atgautų pačius pagrindinius įgūdžius.   |
| <b>Reikalingos priemonės:</b>     | Psichomotorinė veikla gali būti atliekama nenaudojant jokios specialios įrangos.<br>Šiai veiklai jums gali prireikti: <ul style="list-style-type: none"><li>✓ Kamuolio</li><li>✓ Lankų</li><li>✓ Virvės</li><li>✓ Kita</li></ul>   |
| <b>Projekto partnerių idėjos:</b> | Psichomotorinės raidos erdvėje gali būti atliekami įvairūs pratimai, skirti lavinti smulkiąją ir stambiąją motoriką, pavyzdžiui:<br><br><b>- Veiklos, kurias reikia atlikti kasdieniame gyvenime, siekiant lavinti stambiąją motoriką</b> <ol style="list-style-type: none"><li>1) Pradėkite vaikščioti.</li><li>2) Lipkite laiptais.</li><li>3) Šokinėkite pirmyn ir atgal, kad išsiugdytumėte pusiausvyrą ir įgytumėte kūno kontrolę. Suraskite liniją palei namo grindis arba lauke ir treniruokitės šokinėti iš vienos linijos pusės į kitą</li><li>4) Spardykite kamuolį – tai padės valdyti raumenis. Padėkite kamuolį ant žemės, nusitaikykite į taikinį ir spirkite.</li><li>5) Mėtykite kamuolį.</li><li>6) Atsistokite ant vienos kojos, o paskui ant kitos, kad išlaikytumėte ir pagerintumėte pusiausvyrą</li></ol><br><b>- Smagūs užsiėmimai senjorams, skirti lavinti smulkiąją motoriką</b> <p>Smulkioji motorika padeda išnaudoti mažus rankų, pirštų ar riešų raumenis. Įprasta veikla, pvz., marškinių sagų segimas, rašymas, kirpimas ir šakutės naudojimas, apima smulkiąją motoriką</p> <ol style="list-style-type: none"><li>a) <b>Origami:</b> popieriaus lankstymo menas kuriant figūras ir objektus yra žinomas kaip origami. Tam nereikia specialios įrangos ar specialaus popieriaus. Naudokite laikraščius, kopijavimo popierių, nereikalingas knygas ir žurnalus.</li></ol> |



|  |   |  |
|--|---|--|
|  | <p>b) <b>Dėlionės:</b> mažų detalių dėliojimas padeda lavinti sugriebimo įgūdžius.</p> <p>c) <b>Drabužių lankstymas:</b></p> <p>d) <b>Stalo žaidimai:</b> žaidimai su kortomis, žaidimai su popieriumi ir pieštuku bei strateginiai žaidimai ir kita.</p> |  |
|--|---|--|

| ŽAIDIMAI                         |   |
|----------------------------------|---|
| <b>Pojūtis:</b>                  | Psichomotoriškumas  |
| <b>Erdvės tikslas:</b>           | <p>Pagrindinis šios srities tikslas yra lavinti ir dirbti su visomis kūno dalimis per stambiuosius motorinius įgūdžius, tai yra atliekant bendrus ir įprastus judesius, tokius kaip ėjimas, bėgimas, šokinėjimas ir kita veikla, galinti sustiprinti patį kūną.</p> <p>Be to, atsižvelgiant į stambiosios motorikos pratimus, tiesiogiai bus dirbama su propriocepcija, kuri padės sustiprinti sąnarius, kad būtų išvengta įvairių traumų.</p> <p>Visa tai bus pasiekta atliekant koordinacijos, vikrumo ir pusiausvyros pratimus.</p>  |
| <b>Reikalingos priemonės:</b>    | <p>Daugeliu atvejų motorinės stimuliacijos pratimai gali būti atliekami nenaudojant jokios įrangos.</p> <p>Tačiau kitame skyriuje „Partnerių idėjos“ pasiūlysime įvairias veiklas, kuriose, be kita ko, stambiosios motorikos įgūdžiams lavinti gali būti panaudotos šios medžiagos:</p> <p>Galime naudoti natūralius elementus, tokius kaip:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mediena</li> <li>- Dirbtinė arba natūrali žolė</li> <li>- Akmenys</li> <li>- ...</li> </ul> <p>Arba galime naudoti kitas priemones, tokias kaip:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kamuoliai</li> <li>- Drobė</li> <li>- Įvairios plastikinės medžiagos (kūgiai, lankai...)</li> <li>- Spalvoti dažai</li> <li>- Įvairių dydžių kubai</li> <li>- ...</li> </ul> |
| <b>Projekto partnerių idėjos</b> | <p>Šioje erdvėje galite atlikti šias veiklas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Beprotiškas boulingas</b></li> </ul> <p>Pažymėkite vietą, kurioje žaisite šį žaidimą. Norėdami pasigaminti kėglius, galite juos išdrožti iš medžio. Kėgliai turi būti vienodo dydžio ir storio. Kėglių numušimui naudokite kamuolį.</p>   |

Rekomenduojame pasigaminti 10 kėglių ir sustatyti juos taip, kaip jūs norite (dažniausiai jie yra sustatomi į piramidę). Atsistokite 5 metrų atstumu ir pabandykite juos numušti.

Norint paskatinti kitų pojūčių vystymąsi, kėgliai gali būti nudažyti skirtingomis spalvomis ir turi būti pastatyti tokia pat spalva nudažytoje vietoje.



#### - „Parcheesi“ žaidimas

Tai klasikinė, tik padidinta šio žaidimo versija. Tam, kad sukurtumėte šį žaidimą, jums reikės suprojektuoti kvadratą iš medžiagos, ant kurios būtų galima piešti, pavyzdžiui baltos drobės. Drobę galite daryti bet kokio dydžio, tačiau rekomenduojama 5x5. Lentą galite nudažyti su dažais, o loštukus pagaminti iš perdirbtų (pvz., skardinės, dažų kibirėlių dangteliai) ir natūralių (pvz., mediena, akmenys) medžiagų. Loštukus nudažykite skirtingomis spalvomis.



#### - Kliūčių ruožas

Kurdami kliūčių ruožą pasitelkite savo vaizduotę. Jie gali būti sukurti pagal tikslinę auditoriją, todėl prisiminkite, kad šie žaidimai turi būti pritaikyti asmenims su negalia.

Kliūčių ruožą galite kurti iš lankų, kūgių ir kitų medžiagų. Geriausia šią veiklą būtų atlikti ant dirbtinės arba natūralios žolės, kad žaidėjai galėtų bėgioti basi ir nesusižeistų.

- **Įmesk mane!**

Šiam užsiėmimui reikės panaudotų įvairių dydžių kibirų, į kuriuos galėtumėte mesti skirtingų dydžių kamuoliukus.

Padėkite „krepšelius“ skirtingame aukštyje, vienus arčiau, kitus toliau ir nurodykite, kuris kamuoliukas į kurį kibirą turi būti metamas. Tam, kad sukeltumėte konkurenciją, kiekvienam „krepšeliui“ sugalvokite skirtingus balus.