

ਸੈਂਟ 1 ਅਤੇ ਸੈਂਟ 2

ਇਹ ਕੰਮ ਐਸਈਟੀ ਦੇ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਦੇ ਖੇਤਰਾਂ ਨੂੰ ਘਰ ਵਿੱਚ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰਾਂ / links ਨਲਾਈਨ ਲਿੰਕਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਕਵਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਸੰਚਾਰ

<https://sensorystoriespodcast.com/sp> ਵਿਸ਼ੇਸ਼-stories/

ਸੰਵੇਦਨਾਤਮਕ ਕਹਾਣੀਆਂ ਅਤੇ ਪੜ੍ਹਨ ਲਈ ਇੱਕ ਵੈਬਸਾਈਟ - ਇੱਕ ਸੰਵੇਦਨਾਤਮਕ ਕਹਾਣੀ ਚੁਣੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਦੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਸਰੋਤਾਂ ਨੂੰ ਾਲੋ। ਉਹੀ ਕਹਾਣੀ ਹਫ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਦੋ ਵਾਰ ਦੁਹਰਾਓ ਅਤੇ ਵੇਖੋ ਕਿ ਕਹਾਣੀ ਵਿੱਚ ਅੱਗੇ ਕੀ ਆਵੇਗਾ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਉਮੀਦ ਹੈ।

ਕਹਾਣੀ ਮਸਾਜ਼

https://www.youtube.com/results?search_query=story+massage ਮੁਫ਼ਤ + ਸਰੋਤ +

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਕਹਾਣੀਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਸਟੋਰੀ ਮਸਾਜ਼ ਦੇ ਵੀਡੀਓ ਵੇਖਣ ਲਈ ਲਿੰਕ ਦਾ ਪਾਲਣ ਕਰੋ ਜਿਸ ਦੀ ਤੁਸੀਂ ਪਾਲਣਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਨਾਲ ਜੁੜ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਸੰਦਰਭ / ਸੰਵੇਦਨਾ ਸੰਕੇਤਾਂ ਦੇ ਉਦੇਸ਼

ਇਸ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਸੁਰੰਧ ਨਾਲ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ ਕਰਾਉਣੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਉਦਾ. ਨਹਾਉਣ / ਸ਼ਾਵਰ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵਨੀਲਾ ਜਾਂ ਨਾਰਿਅਲ. ਇਹ ਇੱਕ ਪਸੰਦੀਦਾ ਬੁਲਬੁਲਾ ਇਸ਼ਨਾਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਉਹ ਹਰ ਵਾਰ ਨਹਾਉਣ / ਸ਼ਾਵਰ ਲਈ ਜਾਂਦੇ ਹਨ. ਹਰ ਵਾਰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੁਹਰਾਓ ਜਦੋਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੀ ਸਮਾਨ ਗਤੀਵਿਧੀ ਹੋਵੇ.

ਜੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਘਰ ਛੱਡ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤਾਂ ਘਰ ਛੱਡਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਕੁਝ ਖਾਸ ਟੈਕਸਟ / ਸਮੱਗਰੀ ਦੇ ਟੁਕੜੇ ਜਾਂ ਕੋਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ. ਇਹ ਹਰ ਵਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਉਹ ਘਰ ਛੱਡਦੇ ਹਨ.

ਸਮੱਸਿਆ ਹੱਲ ਕਰਨ ਦੇ

ਮਾਨਤਾ ਅਤੇ ਸਮੱਸਿਆ ਹੱਲ ਕਰਨ ਦੇ ਸਰੋਤ ਨੂੰ ਵੇਖੋ.

ਰਚਨਾਤਮਕਤਾ

ਸੈਂਸਰੀ ਆਰਟ ਤੇ ਸਰੋਤ ਵੇਖੋ

ਸਾਡੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਦੀ ਦੁਨੀਆ

ਇਸ ਵਿਸ਼ੇ ਵਿੱਚ ਵੱਖ ਵੱਖ ਸਭਿਆਚਾਰਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜੀਆਂ ਆਵਾਜ਼ਾਂ, ਰੰਧੀਆਂ, ਨਜ਼ਰਾਂ ਅਤੇ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਸਮੇਤ ਵੱਖ ਵੱਖ ਸਭਿਆਚਾਰਾਂ ਦੀ ਪੜਚੋਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ.

ਵਰਲਡ ਯੂਐਸ ਤੇ ਸਰੋਤ ਵੇਖੋ.

ਸਰੀਰਕ ਸਿਹਤ

ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿਚ ਤਬਦੀਲੀ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਹੋਵੇ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬਿਸਤਰੇ ਤੋਂ ਬਿਸਤਰੇ ਤੱਕ ਜਾਂ ਕੁਰਸੀ ਤੋਂ ਬੀਨ ਬੈਗ ਜਾਂ ਜੇ ਵੀ ਤੁਸੀਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹੋ। ਕੁਝ ਸੰਵੇਦਨਾਤਮਕ ਸੰਗੀਤ ਦੇ ਨਾਲ, ਮਸਾਜ਼ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਆਰਾਮ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਦਾ ਇੱਕ ਵਧੀਆ wayੰਗ ਹੈ

<https://www.youtube.com/watch?v=xir91dOrO64> ਇਹ ਸੰਗੀਤ ਕਲਾਸ ਵਿੱਚ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਇਸਲਈ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਜਾਣੂ ਹੋਵੇਗਾ।

ਜੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ Occਕੁਪੇਸ਼ਨਲ ਥੈਰੇਪੀ ਹੈਫਰਲ ਸ਼ੇਵ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਖਾਸ ਅਭਿਆਸ ਹੋਏਗਾ ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹੱਥ ਖਿੱਚਣ ਲਈ ਘਰ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਫਿਜ਼ੀਓਥੈਰਾਪਿਸਟਾਂ ਦੁਆਰਾ ਸਰੀਰਕ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਸਪਲਿੰਟਸ ਸ਼ਾਮਲ ਅਤੇ ਸ਼ਾਮਲ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਵਿਕਾਸਸ਼ੀਲ ਹੁਨਰ

ਇਹ ਖੇਤਰ ਕੰਮ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਅਤੇ ਹੁਨਰ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਫੜਨਾ, ਸਮਝਣਾ, ਧੱਕਣਾ, ਚਲਣਾ, ਨਿਚੋੜਣਾ ਆਦਿ 'ਤੇ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਘਰ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੀਆਂ ਵੱਖੋ ਵੱਖਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਇਨ੍ਹਾਂ ਹੁਨਰਾਂ 'ਤੇ ਕੰਮ ਕਰੇਗਾ, ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ। ਸਪੰਜ ਨੂੰ ਨਿਚੋੜਣਾ ਜਾਂ ਖਰਾਬ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਆਟੇ, ਆਟੇ ਖੇਡਣਾ ਆਦਿ। ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਜੁੜੇ ਸਰੋਤ ਸ਼ੀਟ ਵੇਖੋ।

ਸੰਵੇਦਨਾਤਮਕ ਖੋਜ

ਇਹ ਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਡੁੱਬਿਆ ਤਜਰਬਾ ਹੈ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸੈਂਸੋਲੋਜੀ ਤੇ ਜੁੜੇ ਸਰੋਤ ਵੇਖੋ।

ਰਿਕਾਰਡਿੰਗ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਅਤੇ ਜਵਾਬ

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਪ੍ਰਿੰਟ ਕਰਨ ਲਈ ਜੁੜੇ ਲੈਂਗ ਵੇਖੋ (ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ) ਅਤੇ ਜਵਾਬਾਂ ਨੂੰ ਰਿਕਾਰਡ ਕਰੋ। ਇਹ ਘਰ / ਸਕੂਲ ਦੀਆਂ ਡਾਇਰੀਆਂ ਵਿਚ ਜਾਂ ਕਾਗਜ਼ ਦੇ ਟੁਕੜੇ 'ਤੇ ਵੀ ਪੂਰੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਵਿੱਚ ਫੋਟੋ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਦੇ ਸਰੋਤ ਹਨ ਅਤੇ ਫੋਟੋਆਂ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਪਾਸੇ ਟਿੱਪਣੀਆਂ ਦਿਓ।

Linksਨਲਾਈਨ ਲਿੰਕ

ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਲਈ ਵੱਖ ਵੱਖ ਵੈਬਸਾਈਟਾਂ ਨੂੰ [linksਨਲਾਈਨ ਲਿੰਕ](#) ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਜੁੜੇ ਸਰੋਤ ਵੀ ਵੇਖੋ।