



সেট - ইস্টার হোম ক্রিয়াকলাপ প্যাক

Sēta - ištāra hōma kriyākalāpa pyāka

দরকারী ওয়েবসাইট

ইয়ান বিন বিন সংস্থানসমূহ <https://www.ianbean.co.uk/senict-mebers-resource-portal/>

সেন্সরি প্রকল্প

জোয়ানা গ্রেস সেনসোরি স্টোরিগুলি <http://www.thesensoryprojects.co.uk/sensory-stories>

প্রাইরি উডস আইসিটি রিসোর্সগুলি

<http://www.priorywoods.middlesbrough.sch.uk/page/?title=Switch+%2F+টাচ+স্ক্রিন+ভিডিও+অ্যান্ড+পিড=231>

গল্পের ম্যাসেজ <https://www.storymassage.co.uk/blog/>

সংগীত- অ্যান্ডি পিডকক

ইউটিউব <https://www.youtube.com/user/andypidcock/videos>

পিট ওয়েলস সেনসোরি স্টোরিস পডকাস্টস <https://sensorystoriespodcast.com/>

Darakāri ōyēbasā'iṭa iṣāna bina bina sansthānasamūha <https://Www.Ianbean.Co.Uk/senict-mebers-resource-portal/> sēnsari prakalpa jōyānā grēsa sēnasōri sṭōriguli

<http://Www.TheSensoryProjects.Co.Uk/sensory-stories> prā'iri uḍasa ā'isiṭi risōrsaguli

<http://Www.Priorywoods.Middlesbrough.Sch.Uk/page/?Title=Switch+%2F+tāca+skrina+bhidi'ō>

a□yāṇḍa piḍa=231 galpēra myāsēja <https://Www.Storymassage.Co.Uk/blog/> saṅgīta- a□yāṇḍi piḍakaka

i'uti'uba <https://Www.Youtube.Com/user/andypidcock/videos> piṭa ōyēlasa sēnasōri sṭōrisa paḍakāstasa

<https://Sensorystoriespodcast.Com/>

গল্প ম্যাসেজ

<https://www.storymassage.co.uk/the-story-massage-programme/>

স্টোরি ম্যাসাজ কী?

স্টোরি ম্যাসাজের সাথে সরল চলাচল (কাপড়ের মাধ্যমে) ব্যবহার করা হয়, এমন শব্দগুলির সাথে যুক্ত যা গল্প তৈরিতে সহায়তা করে। সন্তানের পিঠে একটি বৃহত বৃত্তটি সন্ধান করা, উদাহরণস্বরূপ, বিশ্বের চিত্র চিত্রিত করতে পারে যখন কাঁধে মুদু চঁচানো ক্রিয়া খুব সুস্বাদু কিছু খাওয়ার উপস্থাপন করতে পারে। স্টোরি ম্যাসাজটি শিশু হিসাবে বা সন্তানের ক্রিয়াকলাপের কাছে বাবা হিসাবে ভাগ করা যায়। বর্তমানে এটি হোম, স্কুল, স্কুল-পরবর্তী ক্লাবগুলি, পরিবার কেন্দ্রগুলি, আশ্রয়কেন্দ্রগুলি এবং বিশেষ স্কুলগুলি সহ বিভিন্ন সেটিংসে বিশ্বব্যাপী ব্যবহৃত এবং বিকশিত হচ্ছে।

স্টোরি ম্যাসাজ স্ট্রোকগুলি কাঁধ, পিঠ, বাহু এবং মাথাতে মনোনিবেশ করে এমন সমস্ত অঞ্চল যা সহজেই অ্যাক্সেসযোগ্য এবং অ-ইন্ট্রুসিভ হয়। গল্পের ম্যাসাজের জন্য কোনও তেল ব্যবহার করা হয় না এবং শিক্ষার্থীদের কোনও পোশাক অপসারণ করার প্রয়োজন হয় না। আন্দোলনগুলি নিরাপদ এবং বিভিন্ন ব্যক্তিত্ব এবং মেজাজ অনুসারে মানিয়ে নেওয়া যায়। গল্প / গল্পের মাধ্যমে ইতিবাচক স্পর্শ বিশেষ / অতিরিক্ত প্রয়োজনীয় শিশুদের জন্য বিশেষত উপকারী হতে পারে।

শিশুদের জন্য স্টোরি ম্যাসেজের উপকারিতা

আমরা সবাই ভালবাসার গল্প। যখন সাধারণ ম্যাসেজ স্ট্রোকের সুবিধার সাথে মিলিত হয়, গল্পগুলি সৃজনশীল মজা এবং মিথস্ক্রিয়াটির জন্য দুর্দান্ত সুযোগ উপস্থাপন করে। ইতিবাচক স্পর্শ ভাগ করে নেওয়া সমস্ত বয়সের এবং দক্ষতার শিশুদের জন্য কল্পনামূলক কার্যকলাপ এবং শেখার জন্য দুর্দান্ত সুযোগ দেয়।

গল্পের ম্যাসেজ www.storymassage.co.uk

টেলিফোন: 01243 779600 মোবাইল: 07899813659

ইমেল: info@storymassage.co.uk

কপিরাইট স্টোরি ম্যাসেজ, সমস্ত অধিকার সংরক্ষিত

শিশুদের জন্য ইতিবাচক স্পর্শের সুবিধাগুলি দ্য ম্যাসেজ ইন স্কুল অ্যাসোসিয়েশন এবং টাচ রিসার্চ ইনস্টিটিউট মিয়ামি থেকে প্রাপ্ত গবেষণাগুলি সহ ব্যাপক গবেষণা দ্বারা সমর্থিত:

Ness উন্নত প্রশান্তি এবং ঘনত্ব

Self আত্মবিশ্বাস, আত্ম-সচেতনতা এবং আত্ম-সম্মান বৃদ্ধি পেয়েছে

Social উন্নত সামাজিক দক্ষতা

Activities ক্রিয়াকলাপে ব্যস্ততা বৃদ্ধি

আরও ভাল যোগাযোগ

এখানে একটি শিক্ষামূলক উপাদান রয়েছে কারণ জাতীয় পাঠ্যক্রমের সাথে ফিট করার জন্য স্টোরি ম্যাসেজ ব্যবহার করা যেতে পারে। অনেক শিশু গল্প ম্যাসেজের মাধ্যমে তাদের নম্বর এবং অক্ষর এবং ইতিহাস, ভূগোল এবং প্রকৃতির উপাদানগুলি শিখেছে।

স্টোরি ম্যাসাজ খেলা এবং ইতিবাচক মিথস্ক্রিয়াটির মাধ্যমে শেখার এবং যোগাযোগের একটি উপায় সরবরাহ করে। আপনি পছন্দের গল্প এবং নার্সারি ছড়া থেকে আপনার নিজের গল্পের ম্যাসেজগুলি রূপান্তর করতে পারেন, বা নির্দিষ্ট আগ্রহ, ক্রিয়াকলাপ বা জন্মদিন এবং আউটটিংয়ের মতো ইভেন্টগুলি প্রতিফলিত করতে আপনার নিজস্ব গল্প তৈরি করতে মজা করতে পারেন।

Galpa myāsēja <https://Www.Storymassage.Co.Uk/the-story-massage-programme/> sṭōri myāsāja kī? Sṭōri myāsājēra sāthē sarala calācala (kāpaṛēra mādhyamē) byabahāra karā haṃya, ēmana śabdagulira sāthē yukta yā galpa tairitē sahāyatā karē. Santānēra piṭhē ēkaṭi bṛhata bṛttatī sandhāna karā, udāharaṇasbarūpa, biśbēra citra citrita karatē pārē yakhana kāṃdhē mṛdu cēṃcānō kriyā khuba susbādu kichu khā'ōyāra upasthāpana karatē pārē. Sṭōri myāsājaṭi śīsu hisābē bā santānēra kriyākālāpēra kāchē bābā hisābē bhāga karā yāya. Bartamānē ēṭi hōma, skula, skula-parabartī klābaguli, paribāra kēndraguli, āśrayakēndraguli ēbam biśēṣa skulaguli saha bibhinna sēṭinsē biśbabyāpī byabahṛta ēbam bikaśita hacchē. Sṭōri myāsāja sṭrōkaguli kāṃdha, piṭha, bāhu ēbam māthātē manōnibēsa karē ēmana samasta añcala yā sahajē'i a□yāksēsāyōgya ēbam a-intībhrēsibha haṃya. Galpēra myāsājēra jan'ya kōna'o tēla byabahāra karā haṃya nā ēbam śikṣārthīdēra kōna'o pōśāka apasāraṇa karāra praṃyōjana haṃya nā. Āndōlanaguli nirāpada ēbam bibhinna byaktitba ēbam mējāya anusārē māniyē nē'ōyā yāya. Galpa/ galpēra mādhyamē itibācaka sparśa biśēṣa/ atirikta praṃyōjanīya śīśudēra jan'ya biśēṣata upakārī hatē pārē. Śīśudēra jan'ya sṭōri myāsājēra upakāritā āmarā sabā'i bhālabāsāra galpa. Yakhana sādḥāraṇa myāsēja sṭrōkēra subidhāra sāthē milita haṃya, galpaguli sṭjanaśīla majā ēbam mithaskriyāṭira jan'ya durdānta suyōga upasthāpana karē. Itibācaka sparśa bhāga karē nē'ōyā samasta bayasēra ēbam dakṣatāra śīśudēra jan'ya kalpanāmūlaka kāryakālāpa ēbam śēkhāra jan'ya durdānta suyōga dēya. Galpēra myāsēja www.Storymassage.Co.Uk ṭēlipḥōna: 01243 779600 Mōbā'ila: 07899813659 Imēla: Info@storymassage.Co.Uk kapirā'īta sṭōri myāsēja, samasta adhikāra sanrakṣita śīśudēra jan'ya itibācaka sparśēra subidhāguli dya myāsēja ina skula a□yāsōsiyēsana ēbam ṭāca risāra inasṭīṭi'ūta miyāmi thēkē prāpta gabēṣaṇāguli saha byāpaka gabēṣaṇā dbārā samarthita: Ness unnata praśānti ēbam ghanatba Self ātmabiśbāsa, ātma-sacētanatā ēbam ātma-sam'māna bṛd'dhi pēyēchē Social unnata sāmājika dakṣatā Activities kriyākālāpē byastatā bṛd'dhi āra'ō bhāla yōgāyōga ēkhānē ēkaṭi śikṣāmūlaka upādāna raṃyēchē kāraṇa jāṭīya pāṭhyakramēra sāthē piṭha karāra jan'ya sṭōri myāsēja byabahāra karā yētē pārē. Anēka śīsu galpa myāsājēra mādhyamē tādēra nambara ēbam akṣara ēbam itihāsa, bhūgōla ēbam prakṛtira upādānaguli śikhēchē. Sṭōri myāsāja khēlā ēbam itibācaka mithaskriyāṭira mādhyamē śēkhāra ēbam yōgāyōgēra ēkaṭi upāya sarabarāha karē. Āpani pachandēra galpa ēbam nārsāri charā thēkē āpanāra nijēra galpēra myāsējaguli rūpāntara karatē pārēna, bā nirdiṣṭa āgraha,

kriyākalāpa bā janmadina ēbarā ā'uṭaṭinīyēra matō ibhēṅtaguli pratiphalita karatē āpanāra nijasba galpa tairi karatē majā karatē pārēna.

নিরাপদ এবং স্বাস্থ্যকর থাকা

স্টোরি ম্যাসেজ প্রোগ্রামের জন্য লেখা - (এমজি দ্বারা গৃহীত)

www.storymassage.co.uk

কেএস 3 এবং এসইটি

ম্যাসেজ আন্দোলন সম্পর্কিত পাঠ্য।

বৃত্ত - পিছন, বাহু, পা বা হাতে একটি বৃহতাকার বৃত্তাকার আন্দোলন করুন Make
আমরা ঘরে কেন? লোকেরা খারাপ কেন? কীভাবে আমরা নিজের এবং অন্যদের
সুরক্ষিত রাখতে সাহায্য করতে পারি?

শান্ত - উভয় হাতের তালু দৃ back-ভাবে পিছনের মাথা বা কাঁধে রাখুন। এটা চলে
যাবে। আপনার উদ্বিগ্ন হওয়ার দরকার নেই।

চেপে ধরুন - আলতো করে চেপে ধরুন এবং কাঁধ, বাহুতে ইত্যাদি ছেড়ে দিন
আমাদের হাত প্রচুর বার ধুয়ে ফেলবে এবং তারপরে সেগুলি ভাল করে শুকিয়ে
ফেলব। আমরা পরিষ্কার হাতে নিরাপদে রাখব।

ছিটিয়ে দিন - আঙ্গুলের হালকাভাবে ট্যাপ প্যাডগুলি এলোমেলোভাবে চলছে।

কোনও গান শোনার সময় আমরা আমাদের হাত ধুয়ে ফেলব।

ছিটিয়ে দিন - আঙ্গুলের হালকাভাবে ট্যাপ প্যাডগুলি এলোমেলোভাবে চলছে। হাঁচি
দেওয়া বা নাক ফুঁকতে বা মুখ স্পর্শ করার পরে আমরা আমাদের হাত ধুয়ে ফেলব।

পাখা - মেরুদণ্ড / পা / বাহুর গোড়ায় উভয় হাতের ফ্ল্যাটগুলি উপরের দিকে ইশারা
করে, স্ট্রাকের হাতগুলি শেষে দিকে ফ্যানআউট। যদি আমাদের মনে হয়

আমাদের হাঁচি বা কাশি প্রয়োজন তবে কেউ টিস্যু ব্যবহার করতে সহায়তা করবে।

তারপরে তাত্ক্ষণিকভাবে টিস্যুটি ফেলে দিন।

বাউন্স - হাতগুলি যেন ক্যাসিনেটস খেলে আলতো করে আঙ্গুলগুলি এবং থাম্বকে
চেপে ধরুন এবং আঙ্গুলে আঙ্গুলে বাউন্স করুন। আমরা নখ কামড়াতে বা মুখের
দিকে বা নাক বা চোখের কাছে হাত না দেওয়ার জন্য চেষ্টা করব।

শান্ত - উভয় হাতের তালু দৃ back-ভাবে পিছনের মাথা বা কাঁধে রাখুন। আমরা যদি
ভাল অনুভব না করে থাকি তবে আমাদের দেখাশোনা করা হবে।

Ave-উ - একটি তরঙ্গ তৈরি করুন - পিছনে / শরীরে জিগ-জাগ আন্দোলন।

যতক্ষণ না সবাই ভালো বোধ হয় আমরা লোককে আলিঙ্গন দেব না। পরিবর্তে
আমরা একটি তরঙ্গ দিতে পারি।

হাঁটাচলা - শরীরে হাঁটার ধরণে হাতের ফ্ল্যাটগুলি স্কুল এবং ক্লাবগুলি বন্ধ হয়ে গেছে
এবং প্রত্যেকে ঘরে বসে থাকবে। যতক্ষণ না সবাই ভাল বোধ করছেন সেগুলি
কেবল তখনই বন্ধ থাকবে।

বৃত্ত - পিছন, বাহু, পা বা হাতে একটি বৃহতাকার বৃত্তাকার আন্দোলন করুন Make
এটা চলে যাবে। আপনার উদ্বিগ্ন হওয়ার দরকার নেই।

শান্ত - উভয় হাতের তালু দৃ alms-ভাবে পিছনের মাথা বা কাঁধে রাখুন। আমাদের
সবাইকে নিরাপদ ও সুস্থ রাখতে প্রত্যেকে কঠোর পরিশ্রম করছে।

Nirāpada ēbaṁ sbāsthyakara thākā sṭōri myāsēja prōgrāmēra jan'ya lēkhā - (ēmaji dbārā grhīta)

www.Storymassage.Co.Uk kē'ēsa 3 ēbaṁ ēsa'iṭi myāsēja āndōlana samparkita pāṭhya. Brṭta - pichana,

bāhu, pā bā hātē ēkaṭi bṛhatākāra bṛttākāra āndōlana karuna Make āmarā gharē kēna? Lōkērā khārāpa kēna? Kībhābē āmarā nijēra ēbam an'yadēra surakṣita rākhātē sāhāyā karatē pāri? Śānta - ubhāya hātēra tālu dṛ back□bhābē pichanēra māthā bā kāṁdhē rākhuna. Ēṭā calē yābē. Āpanāra udbigna ha'ōyāra darakāra nē'i. Cēpē dharuna - ālatō karē cēpē dharuna ēbam kāṁdha, bāhutē ityādi chēṛē dina āmādēra hāta pracura bāra dhuyē phēlabē ēbam tāraparē sēguli bhāla karē śukiyē phēlaba. Āmarā pariṣkāra hātē nirāpadē rākhaba. Chiṭiyē dina - āṅgulēra hālakābhābē ṭyāpa pyāḍaguli ēlōmēlōbhābē calachē. Kōna'ō gāna sōnāra samāya āmarā āmādēra hāta dhuyē phēlaba. Chiṭiyē dina - āṅgulēra hālakābhābē ṭyāpa pyāḍaguli ēlōmēlōbhābē calachē. Hāṁci dē'ōyā bā nāka phumkatē bā mukha sparśa karāra parē āmarā āmādēra hāta dhuyē phēlaba. Pākḥā - mērudanḍa/ pā/ bāhura gōṛāya ubhāya hātēra phlyāṭaguli uparēra dikē isārā karē, strōkēra hātaguli śēṣē dikē phyāna'a'uta. Yadi āmādēra manē hāya āmādēra hāṁci bā kāśi prayōjana tabē kē'u ṭisyu byabahāra karatē sahāyatā karabē. Tāraparē tātkṣaṇikabhābē ṭisyuṭi phēlē dina. Bā'unsa - hātaguli yēna kyāsinēṭasa khēlē ālatō karē āṅgulaguli ēbam thāmbakē cēpē dharuna ēbam āstē āstē bā'unsa karuna. Āmarā nakha kāmaṛātē bā mukhēra dikē bā nāka bā cōkhēra kāchē hāta nā dē'ōyāra jan'ya cēṣṭā karaba. Śānta - ubhāya hātēra tālu dṛ back□bhābē pichanēra māthā bā kāṁdhē rākhuna. Āmarā yadi bhāla anubhaba nā karē thāki tabē āmādēra dēkhāsōnā karā habē. Aveē'u - ēkaṭi taraṅga tairi karuna - pichanē/ śarīrē jiga-jāga āndōlana. Yatakṣaṇa nā sabā'i bhālō bōdha hāya āmarā lōkakē āliṅgana dēba nā. Paribartē āmarā ēkaṭi taraṅga ditē pāri. Hāṁṭācalā - śarīrē hāṁṭāra dharaṇē hātēra phlyāṭaguli skula ēbam klābaguli bandha hayē gēchē ēbam pratyēkē gharē basē thākabē. Yatakṣaṇa nā sabā'i bhāla bōdha karachēna sēguli kēbala takhana'i bandha thākabē. Bṛtta - pichana, bāhu, pā bā hātē ēkaṭi bṛhatākāra bṛttākāra āndōlana karuna Make ēṭā calē yābē. Āpanāra udbigna ha'ōyāra darakāra nē'i. Śānta - ubhāya hātēra tālu dṛalms□bhābē pichanēra māthā bā kāṁdhē rākhuna. Āmādēra sabā'ikē nirāpada o sustha rākhātē pratyēkē kathōra pariśrama karachē.

সেপোলজি ওয়ার্কআউট – এক লংহর্ন

চিন্তাভাবনা দক্ষতার নক্ষ্যবস্তু করতে ইন্দ্রিয়গুলি ব্যবহার করা (এলএস দ্বারা বিতর্কিত)
সেট আপ করুন

• গন্ধ = ভ্যানিলা

• জুতা খুলো!

ভূমিকা এবং 'হ্যালো' পেশন

R সূচনা সংগীত - স্বাচ্ছন্দ্যময় সংগীত।

Music সংগীত খেলুন এবং একটি তালি আছে।

! 'এটা আমাদের সেপোলজি সময়!'

Together একসাথে গান

"হ্যালো.....

হ্যালো.....

হ্যালো....

তুমি আজ কেমন আছো?"

সেপোলজি ক্রিয়াকলাপ

Eyes আমার চোখ।

মশাল দিয়ে হলুদ / কমলা অনুভূত হয়েছে) (ভি আই হ্যান্ডেল অবজেক্টটি মোটিভেটিং
অবজেক্টের জন্য রূপান্তর)

কোথায় চোখ আছে তা ইঙ্গিত করুন। (আঙুলগুলি ব্যবহার করে ভি আই এর জন্য
অভিযোজন)

ক্রিয়াকলাপটি সম্পর্কে সতর্ক করতে গলে স্পর্শ করুন।

ধীরে ধীরে এবং তারপরে দ্রুত একটি টর্চের পাশ দিয়ে ট্র্যাকিং।

আঙুলগুলি দিয়ে ট্র্যাক আপ এবং ডাউন - আপনি অবজেক্টটি খুঁজে পেতে পারেন

• আমার কান আছে।

বাদ্যযন্ত্র বা অস্বাভাবিক ডিজিটাল শব্দ প্রভাব effect

কান কোথায় রয়েছে তা নির্দেশ করুন - "শুনুন"।

প্রতিটি শিক্ষার্থীর পিছনে এক কান থেকে অন্য কান পর্যন্ত পিছনে কাজ করে শব্দটি সক্রিয়
করুন এবং 360 ° ঘোরান °

মুখের সামনে, সামনে কাজ করে, একপাশ থেকে অন্য দিকে যান।

শব্দটি মিদলাইনটি পেরিয়ে আবার ফিরে।

• আমার মুখ আছে।

(মধু) স্বাদ বাচ্চাদের পক্ষে বাদ দেওয়া উচিত নয়-মুখের দ্বারা বা লাল্য এবং পুলিং / গিলে
যাওয়ার ঝুঁকিতে।

'সবার স্বাদ আছে! এখানে কিছু মধু আছে।'

সম্ভব হলে জিহ্বায় কিছুটা মধু এবং কিছুটা ঠোঁটে মুখের গতিবিধিকে উত্সাহিত করুন।

• আমার একটা নাক।

(তুলো উলের বলের উপর প্রয়োজনীয় তেল বা গন্ধযুক্ত)

দুটি গন্ধ অফার - একই সাথে উভয় নাসিকাতে একটি গন্ধ অফার করুন - নাকের নীচে
ওয়াশ্ট গন্ধ

শুধুমাত্র একটি চাবুক প্রয়োজন। প্রতিক্রিয়া জন্য দেখুন। অফার 'আরও'।

- আমার স্পর্শ করার জন্য দুক আছে
(আইটেম যেমন স্পঞ্জ, কাপেট অফ কার্ট, অ্যাসেস্ট্রা টার্ক, প্রাকৃতিক উপাদান যেমন পাতাগুলি অনুভব করতে হাত, পা ব্যবহার করা)।
এক হাত / পায়ে এটি অনুভব করুন।
এখন অন্য পা / হাত দিয়ে অনুভব করুন।
এখন দুজনকে একসাথে অনুভব করুন।
শরীরের মিডলাইনের উপরে হাত / পা ক্রস করুন।
হাত / পায়ের তালু গোড়ালি থেকে ডগা এবং পিছনে ত্রাশ করুন।
হাত / পা ঘুরিয়ে আবার হাতের / পায়ের পিছনে / উপরে পুনরাবৃত্তি করুন।

আমার একটা দেহ আছে। উত্সাহী পপ সঙ্গীত ব্যবহার করুন।
ক্রম, প্যাটার্ন এবং ছন্দ বোঝার বিকাশ।

- রক এবং স্টপ

কাঁধ / উপরের বাহুগুলিতে কোমল চাপ দোলনা সংবেদনটি পাশ থেকে পাশের উচ্চারণে
প্রতিলিপি করতে - "শিলা এবং শিলা এবং শিলা এবং স্টপ"।
4 বার পুনরাবৃত্তি করুন।

Arms অস্ত্র অধীনে প্যাটিং

হাতের পিট থেকে কনুই, কনুই পর্যন্ত কনুই।
প্রতিটি দিকে 2 বার।

Should কাঁধ কাটা

আপনার হাতটি আপনার (বিপরীত) কাঁধে নিয়ে যান এবং একটি সঙ্কুচিত করুন।
অন্য দিকে নিন।
প্রতিটি দিকে 2 বার।

- আলিঙ্গন এবং tug

আলিঙ্গন এবং আলিঙ্গন আঙুলগুলি (আলতোভাবে) প্রথমে এবং শেষে দিকে শুরু
হয়।
অন্য হাত দিয়ে পুনরাবৃত্তি

বুদবুদ ফেটে workout শেষ উদযাপন!

সংগীত এবং তালি দিয়ে শেষ।

Sensōlaji ōyārka'rūta – ēpha lanhama cintābhābanā daksatāra lakṣyabasta karatē indriyaguli
byabahāra karā (ēla'ēsa dbārā bitarkita) sēta āpa karuna • gandha = bhyāmīlā • jutā khulō!
Bhūmikā ēbarā 'hyālō' sēāna R sūcanā saṅgīta - sbācchandyamaṣā saṅgīta. Music saṅgīta
kheḷuna ēbarā ēkati tāli āche! ! 'Ējā āmādera sensōlaji samaya!' Together ēkasāthē gāna
'hyālō..... hyālō..... Hyālō..... Tumī āja kēmana āchō?' Sensōlaji kriyākalāpa Eyes
āmāra cōkha! Maṣāla diyē haluda/ kamalā anubhūta hayēchē) (bhī. Ā'i hyāndēla abajēktaṭi
mō'ibhējān abajēk(ēra jan'ya rūpāntarā) kōthāya cōkha āchē tā ṅgita karuna! (Āṅulaguli
byabahāra karē bhī. Ā'i ēra jan'ya abhiyōjana) kriyākalāpaṭi samparkē satarka karatē galē
sparśa karuna. Dhīrē dhīrē ēbarā tāraparē druta ēkati tarēra pāsa diyē tryākīrī. Ānalaguli
diyē tryāka āpa ēbarā dā'una - āpanā abajēktaṭi khūmūṭe pētē pāreṇa • āmāra kāna āchē!

Bādyayantra bā asbābhābika dijīṭāla śabda prabhāba effect kūna kōthāya rayēchē tī nirdēśa karuna - "śununa". Pratiṭi śikṣārthāra pīchanē ēka kāna thēkē an'ya kāna paryanta pīchanē kāja karē śabdaṭi sakriya karuna ēbaṁ 360 ° ghōrāna ° mukhēra sāmanē, sāmanē kāja karē, ēkapāśa thēkē an'ya dikē yāna. Śabdaṭi mīdalā'natī pēriyē ābāra phirē. • Āmāra mukha āchē! (Madhu) śbāda bhūcādēra pakṣē bāda dē'ōyā ucīta nāya mukhēra dbārē bā lālā ēbaṁ pulim' gilē yō'yāra jhuṁkitē. 'Sabāra śbāda āchē! Ēkhanē kichu madhu āchē. ' Sambhāba halē jīhbāya kichutā madhu ēbaṁ kichutā thōṁtē mukhēra garibidhōkē utsāhita karuna. • Āmāra ēkaṭā nūka! (Tulō ulēra balēra upara prayōjanīya tēla bā gandhayukta) duṭi gandha aphāra - ēka'ī sāthē ubhāya nāsikātē ēkaṭi gandha aphāra karuna - nākēra nīcē ōyāphṭa gandha , śudhūmātra ēkaṭi cābuka prayōjana. Pratikriyā jan'ya dēkhuna. Aphāra 'āra'ō?' • Āmāra sparśa karāra jan'ya tṣaka āchē (ā'itēma yēmana spaṅṭja, kārpēta apha kāta, a'iyāstrō tārpha, prūṅṭika upādāna yēmana pātōguli anubhāba karatē hāta, pā byabāhāra karit). Ēka hāta/ pāyē ēti anubhāba karuna. Ēkhana an'ya pā/ hāta diyē anubhāba karuna. Ēkhana dujanakē ēkasāthē anubhāba karuna. Śarīrēra mīdalā'inēra uparē hāta/ pā krasa karuna. Hāta/ pāyēra tālu gōrāli thēkē dagā ēbaṁ pīchanē brāśa karuna. Hāta/ pā ghurīyē ābāra hātēra/ pāyēra pīchanē/ uparē punarābṭti karuna. Āmāra ēkaṭā deha āchē! Utsāhi papa saṅgita byabāhāra karuna. Krama, pyātārna ēbaṁ chanda bōjhāra bikāśa. • Raka ēbaṁ stapa kāṁdha/ uparēra bāhagahitē kōmala cāpa dōlanā sambēdanaṭi pāśa thēkē pāsēra uccāranē pratilipi karatē - "śilā ēbaṁ śilā ēbaṁ śilā ēbaṁ stapa". 4 Hāra punarābṭti karuna. Arms astra adhīnē pyātīm hātēra piṭa thēkē kanu'i, kanu'i paryanta kanu'i. Pratiṭi dikē 2 bāra. Should kāṁdha kāṭṣ āpanāra hātati āpanāra (hipaēta) kūṁdhiē niyē yāna ēbaṁ ēkaṭi saṅkucita karuna. An'ya dikē nina. Pratiṭi dikē 2 bāra. • Ālīngana ēbaṁ tug ālīngana ēbaṁ ālīngana ānūlaguli (ālatōbhābē) prathamē ēbaṁ thāmba sēsēra dikē śuru haya. An'ya hāta diyē punarābṭti budabuda phētē workout sēsā udayāpana! Saṅgita ēbaṁ tāli diyē sēsā!

Show less

নাচের ম্যাসেজ

যোগাযোগ: শারীরিক স্বাস্থ্য ও সৃজনশীলতার লিঙ্ক

সংস্থানসমূহ: প্রয়োজনীয় তেল-ল্যাভেন্ডার

ইউটিউব থেকে সংগীত — বিবিসি-কড়া নাচান অন্তর, ওয়াল্টজ, ট্যাঙ্গো, জিভ, পাসো ডাবল, কুইকস্টেপ, চা চ, ফক্সট্রোট, রুম্বা, সাস্বা dancing scarves

উদ্দেশ্য: 'আরও' যোগাযোগের অভিপ্রায় অনুসন্ধান করতে; ক্রিয়াকলাপ প্রত্যাখ্যান।

সেশন এর আগে আপনি যুবকের ম্যাসেজ করার অনুমতি চেয়েছেন তা নিশ্চিত করুন।

পরিবেশ: ম্লান আলো, সংবেদক লাইট / মিরর বল / আইপ্যাড সক্রিয় করুন এবং জুতা সরান।

ক্রিয়াকলাপ চিহ্নিতকারী: নাচের জন্য পটি

পরিচয়: দু' set-তার সাথে আসুন নাচের ইন্ট্রো ভিডিও প্যাটটি পুরো স্টুডেন্টের শরীরে (বাহু, পা, পিছনে এবং কাঁধে) দৃশ্যের সেট করার জন্য সংগীতকে ofুকিয়ে দিন।

ওয়াল্টজ ভিডিও ক্লিপ ও সঙ্গীত শরীরে 3 টি মূল পয়েন্ট যেমন কাঁধ, কনুই এবং হাত চয়ন করুন। ধীরে ধীরে প্রতিটি ঘুরে নিন, সময়ের সাথে সাথে সংগীতটি 1,2,31,2,3... ..

বিকল্পভাবে ওয়াল্টজের সময় কাঁধে ম্যাসেজ করুন, 1 ম বীটের উপর সবচেয়ে চাপ প্রয়োগ করুন, 2 এবং 3 গুনে হালকা চাপ দিয়ে।

ট্যাঙ্গো ভিডিও ক্লিপ এবং সঙ্গীত শিক্ষার্থীদের সামনে তাদের পা ধরে রাখার জন্য, গানের সাথে সময়মতো গোড়ালি টিও হাঁটু থেকে উজ্জ্বলভাবে এবং দৃlyভাবে ম্যাসেজ করুন the পায়ে অদলবদল করুন

জিভ ভিডিও ক্লিপ এবং সঙ্গীত আপনার আঙ্গুলের সাহায্যে, 'পিটার-প্যাটার' শিক্ষার্থীর হাত ও পা উপরে তুলে, সংগীতের সাথে সময়মতো হালকা ঝাঁকুনি দিয়ে চলাচল করে।

৫. পাসো ডাবল ভিডিও ক্লিপ এবং সঙ্গীত শিক্ষার্থীর হাত এবং পায়ে সময়মত সংগীততে চালাতে একটি স্কার্ফ ব্যবহার করুন।

কুইকস্টেপ ভিডিও এবং সঙ্গীত। হাতের নীচে থেকে কব্জির কাছে বগলের কাছাকাছি থেকে অবিচ্ছিন্ন স্ট্রোক চালিয়ে শিক্ষার্থীকে এক বাহু ধরে রাখতে সহায়তা করুন। পুনরাবৃত্তি করার আগে এটি নখদর্পণে প্রসারিত করুন।

চ চ ভিডিও এবং সঙ্গীত সংগীতের সাথে সময় এবং বাহুর নিচে মোচড়ানোর আন্দোলন ব্যবহার করে পুরো বাহুটি ম্যাসেজ করুন।

ফক্সট্রোট সংগীত ও ভিডিও। হিল এবং পায়ের আঙ্গুলগুলিতে বিশেষ মনোযোগ দিয়ে গানের জন্য শিক্ষার্থীদের পায়ে সময়মতো ম্যাসেজ করুন।

রুম্বা সঙ্গীত এবং ভিডিওটি প্রতিটি হাতের আঙুলে আঙুলে এবং মসৃণভাবে কাঁধের মাঝখানে থেকে কাঁধের নীচে থেকে ম্যাসেজ করুন।
সাম্বা সংগীত ও ভিডিও। হালকা এবং উজ্জ্বলভাবে, শিক্ষার্থীর হাত এবং তাদের পায়ের তলগুলি সময় মতো সঙ্গীতটিতে চাপান। ম্যাসেজের ফাইনাল হিসাবে এটির সাথে সত্যিই মজা করুন।

শিথিল সঙ্গীত এবং বুদ্ধি দিয়ে শেষ করুন।

Nācēra myāsēja yōgāyōga: Śārīrika sbāsthya ō sṛjanaśīlatāra līnka sansthānasamūha: Prayōjanīya tēla-lyābhēndāra i'uti'uba thēkē saṅgīta — bibisi-kaṛā nācāna antara, ōyālṭaja, ṭāṅgō, jībha, pāsō dābala, ku'ikastēpa, cā ca, phaksatrōṭa, rumbā, sām̄bā dancing scarves uddēsya: 'Āra'ō' yōgāyōgēra abhiprāya anusandhāna karatē; kriyākalāpa pratyākhyāna. Sēsana ēra āgē āpani yubakēra myāsēja karāra anumati cēyēchēna tā niścita karuna. Paribēsā: Mlāna ālō, sambēdaka lā'īṭa/ mirara bala/ ā'ipyāḍa sakriya karuna ēbam jutā sarāna. Kriyākalāpa cihnitakārī: Nācēra jan'ya paṭi paricaḥya: Dṛ setāra sāthē āsuna nācēra intrō bhiḍi'ō pyāṭaṭi purō stuḍēntēra śārīrē (bāhu, pā, pichanē ēbam kām̄dhē) dṛsyēra sēṭa karāra jan'ya saṅgītakē ofukiḥyē dina. Ōyālṭaja bhiḍi'ō klipa ō saṅgīta śārīrē 3 ṭi mūla payēnta yēmana kām̄dha, kanu'ī ēbam hāta caḥana karuna. Dhīrē dhīrē pratiṭi ghurē nina, samayēra sāthē sāthē saṅgītaṭi 1,2,31,2,3... .. Bikalpabhābē ōyālṭajira samāya kām̄dhē myāsēja karuna, 1 ma biṭēra upara sabacēyē cāpa prayōga karuna, 2 ēbam 3 gunē hālakā cāpa diyē. Ṭyāṅgō bhiḍi'ō klipa ēbam saṅgīta śikṣārthīdēra sāmanē tādēra pā dharē rākhāra jan'ya, gānēra sāthē samāyamatō gōṛāli ṭi'ō hām̄ṭu thēkē ujjbalabhābē ēbam dṛlybhābē myāsēja karuna the pāyē adalabadala karuna jībha bhiḍi'ō klipa ēbam saṅgīta āpanāra āṅgulēra sāhāyyē, 'piṭāra-pyāṭāra' śikṣārthīra hāta ō pā uparē tulē, saṅgīterā sāthē samāyamatō hālakā jhām̄kuni diyē calācala karē. 5. Pāsō dābala bhiḍi'ō klipa ēbam saṅgīta śikṣārthīra hāta ēbam pāyē samāyamata saṅgītatē cālātē ēkaṭi skārpha byabahāra karuna. Ku'ikastēpa bhiḍi'ō ēbam saṅgīta. Hātēra nīcē thēkē kabjira kāchē bagalēra kāchākāchi thēkē abicchinna sṭrōka cāliḥyē śikṣārthīkē ēka bāhu dharē rākhatē sahāyatā karuna. Punarābṛtti karāra āgē ēṭi nakhadarpanē prasārīta karuna. Ca ca bhiḍi'ō ēbam saṅgīta saṅgīterā sāthē samāya ēbam bāhura nicē mōcaṛānōra āndōlana byabahāra karē purō bāhuṭi myāsēja karuna. Phaksatrōṭa saṅgīta ō bhiḍi'ō. Hila ēbam pāyēra āṅgulagulitē biśēṣa manōyōga diyē gānēra jan'ya śikṣārthīdēra pāyē samāyamatō myāsēja karuna. Rumbā saṅgīta ēbam bhiḍi'ōṭi pratiṭi hātēra āstē āstē ēbam masṛṇabhābē kām̄dhēra mājhakhānē thēkē kām̄dhēra nīcē thēkē myāsēja karuna. Sām̄bā saṅgīta ō bhiḍi'ō. Hālakā ēbam ujjbalabhābē, śikṣārthīra hāta ēbam tādēra pāyēra talaguli samāya matō saṅgītaṭitē cāpāna. Myāsējēra phā'ināla hisābē ēṭira sāthē satyī'i majā karuna. Śīthila saṅgīta ēbam budabuda diyē śēṣa karuna.



আপনার প্রয়োজন হবে:

রঙিন প্লাস্টিকের ডিম বা একটি খালি ডিমের বাক্স / বাটি ইত্যাদি

সেন্সরি ক্রাফট আইটেম

ডিমের বাক্স (alচ্ছিক)

এসেন্সেস / অ্যারোমা (উদাঃ ভ্যানিলা এক্সট্র্যাক্ট / ভিনেগার ইত্যাদি)

কিভাবে তৈরী করে:

প্লাস্টিকের ডিমগুলি বিভিন্ন সংবেদনশীল কারুকার্ঘ আইটেমগুলিতে পূরণ করুন এবং বিভিন্ন ডিম / বিভাগগুলিতে গন্ধ যুক্ত করুন।

প্লাস্টিকের ডিমগুলি সহজেই সঞ্চয় এবং ব্যবহারের জন্য ডিমের বাক্সে রাখুন

হাতের স্পর্শ করতে এবং ডিমের সংখ্যা গণনা করতে Support

বাচ্চাদের একটি ডিম চয়ন করুন, কেউ কেউ কোন রঙটি পছন্দ করতে পারে তা বোঝাতে সক্ষম হতে পারে, অন্বেষণকে সমর্থন করে।

উদ্দেশ্য:

বিভিন্ন টেক্সচার এক্সপ্লোর করুন।

গন্ধ অন্বেষণ করুন।

Āpanāra prayōjana habē: Rañina plāstikēra ñima bā ēkaṭi khāli ñimēra bāksa/ bāṭi ityādi sēnsari krāphaṭa ā'itēma ñimēra bāksa (alcchika) ēsēnsēsa/ añyārōmā (udāḥ bhyānilā ēksaṭryākṭa/ bhinēgāra ityādi) kibhābē tairī karē: Plāstikēra ñimaguli bibhinna sambēdanaśīla kārukārya ā'itēmagulitē pūraṇa karuna ēbañ bibhinna ñima/ bibhāgagulitē gandha yukta karuna. Plāstikēra ñimaguli sahañē'i sañcaya ēbañ byabahārēra jan'ya ñimēra bāksē rākhuna hātēra sparśa karatē ēbañ ñimēra sañkhyā gaṇanā karatē Support bāccādēra ēkaṭi ñima caṇana karuna, kē'u kē'u kōna rañati pachanda karatē pārē tā bōjhātē sakṣama hatē pārē, anbēṣaṇakē samarthana karē. Uddēśya: Bibhinna ṭēksacāra ēksaplōra karuna. Gandha anbēṣaṇa karuna.

ম্যাসেজ হ্যান্ড (এলএস দ্বারা অবদান এবং অভিযোজিত) কেবল এই পদক্ষেপগুলি অনুসরণ করুন!

[OBJ]

পদক্ষেপ 1 - আপনার পদ্ধতির সময় ব্যবহার করার জন্য একটি নির্ভরযোগ্য ম্যাসেজ মাধ্যম চয়ন করুন। এটি একরকম ডেডিকেটেড ম্যাসেজ লোশন বা ম্যাসেজ অয়েল হওয়া উচিত। আপনার উভয় হাতে এই মাধ্যমের কিছু রাখুন। আরম্ভ করার জন্য, আপনার ক্লায়েন্টদের হাতটি এক হাতের সাথে ধরে রাখুন আপনি অন্যের সাথে ম্যাসাজের মাধ্যমটিতে আলতো করে ঘষছেন। আপনার ক্লায়েন্টের বাহুতে আপনার হাতটি পুরোপুরি কনুই পর্যন্ত নিয়ে যান। আপনার হাতের অবস্থানটি উল্টো করুন এবং পুনরাবৃত্তি করুন। পরিশেষে, মাঝারিটি আপনার ক্লায়েন্টের ত্বকের পৃষ্ঠটিকে পুরোপুরি মিশ্রিত করেছে কিনা তা নিশ্চিত করার জন্য এই পুরো প্রক্রিয়াটি আরও একবার বা দু'বার পুনরাবৃত্তি করুন।

[OBJ]

পদক্ষেপ 2 - আপনি অন্য হাতের সাথে ম্যাসেজ করার সাথে সাথে আপনার ক্লায়েন্টের বাহুটিকে ধরে রাখার জন্য এক হাত ব্যবহার চালিয়ে যান। এই কৌশলটি চিকিত্সা জুড়ে আমাদের কাজে আসবে। এখন, কব্জি থেকে কেবল কনুইয়ের নীচে পেশীগুলি টিজ করার জন্য আপনার মুক্ত হাতটি মৃদু সঙ্কুচিত গতিতে ব্যবহার করুন। বিপরীত হাতের অবস্থানের সাথে পুনরাবৃত্তি করুন।

[OBJ]

পদক্ষেপ 3 - এই মুহুর্তে, হাতের পিছনের পৃষ্ঠকে হালকাভাবে ব্রাশ করতে আপনার থাম্বগুলি ব্যবহার করুন your আপনার থাম্বটি কব্জির গোড়ার দিকে চলে যাওয়ার সাথে সাথে এই আন্দোলনের চাপ বৃদ্ধি করুন।

ফুট ম্যাসেজের কৌশল (এলএস দ্বারা)

পায়ের অ্যানোটমি

অঙ্গুলি - আমাদের প্রতিটি পায়ে সাধারণত পাঁচটি থাকে। এগুলি ছোট এবং পায়ের আঙ্গুলের মধ্যেই একটি যৌথ থাকে এবং একটি যুগ্ম এটি পায়ে সংযুক্ত করে।

পায়ের আঙ্গুলগুলি সম্পর্কে সতর্কতা অবলম্বন করুন, তারা সূক্ষ্ম।

বল - পায়ের নীচে প্যাড, পায়ের আঙ্গুলের ঠিক আগে। এটি পাদদেশের মাঝারি অংশ। এর কিছুটা নমনীয়তা রয়েছে।

খিলান - প্রায় টেনশন ব্রিজ মত পাদদেশ সমর্থন সিস্টেম। এটি একটি

সংবেদনশীল অঞ্চল হতে পারে, স্ট্রেস এবং প্রদাহজনিত। এই অংশটি ম্যাসেজ

করার সময় সতর্ক হন এবং প্রতিক্রিয়া পান get

হিল - পায়ের অস্থির প্রান্ত, হাঁটার সময় এটি অনেক প্রভাব ফেলবে। এখানে খুব কম পেশী থাকায় কোমল ম্যাসেজ নির্দেশিত হয়।

গোড়ালি - যুগ্ম যা পায়ের পা সংযুক্ত করে। প্রতিটি পক্ষেই হাড়ের নাম রয়েছে, যা অত্যন্ত নাজুক এবং আঘাতের প্রবণ। এটি চারপাশে লিগামেন্ট এবং টেন্ডস দ্বারা বেষ্টিত।

।

হাত প্লেসমেন্ট

বসলে, পাটি আপনার বুকের স্তর সম্পর্কে আসে। পায়ের শীর্ষে আঙ্গুলগুলি এবং এককভাবে থাম্বগুলি দিয়ে এখান থেকে বোঝা সহজ।

আপনার থাম্ব দিয়ে পায়ের বল জুড়ে চেনাশোনাগুলি তৈরি করুন।

পায়ের খিলানের উপরের দিকে স্ট্রাকে চাপ প্রয়োগ করতে আপনার থাম্বটি ব্যবহার করুন।

আপনার হাতটি হিলের পিছনে নীচে সরান, আস্তে আস্তে চেষ্টা করুন।

প্রতিটি পায়ের আঙ্গুলের দিকে যোগ দিন - মৃদু হোন এবং খুব শক্তভাবে টানবেন না।

উভয় পক্ষের গোড়ালিটির চারপাশে ছোট ছোট বৃত্ত তৈরি করুন। এই প্রতিসম করে।

বেসিক প্রযুক্তি

আপনার হাত ধুয়ে নিন। প্রাপককে জিজ্ঞাসা করুন যে তাদের পা ধোয়া এবং শুকানো ঠিক আছে কিনা।

তাদের পায়ের নীচে একটি তোয়ালে রাখুন।

একটি বালাম বা ক্রিম চয়ন করুন। তেল গুই এবং লোশন খুব দ্রুত শোষণ করে।

তাদের পায়ের তলগুলির মুখোমুখি বসে শুরু করুন। আপনার হাতগুলি এমনভাবে রাখুন যাতে আপনার আঙ্গুলগুলি তাদের পায়ের শীর্ষে থাকে এবং আপনার থাম্বগুলি প্যাডে থাকে। প্রথম স্ট্রাকটি সুড়সুড়ি না দেওয়ার জন্য যথেষ্ট দৃ be হওয়া উচিত, তবে পর্যাপ্ত পরিমাণে হালকা যাতে তারা আঘাত না করে। মনে রাখবেন, পা হাড়যুক্ত।

উপরে এবং নীচে ভ্রমণ। আঙ্গুলের আঙ্গুলগুলি গোড়ালি এবং পিছনের পায়ের গোড়ালির গোড়া থেকে এবং পিছনে এবং থাম্বগুলি প্যাড থেকে খিলান এবং পিছনে যাচ্ছে।

এবার পায়ের প্যাডে মনোনিবেশ করুন। এই অঞ্চলটি সাধারণত কিছুটা চাপ সহ্য করতে পারে। বৃত্তাকার গতিতে কাজ করতে আপনার থাম্বগুলি ব্যবহার করুন।

পায়ের খিলান সাধারণত হালকা থেকে মাঝারি চাপ নিতে পারে। এটি দেখতে সহজ জায়গা আবার আপনার থাম্বটি চেনাশোনাগুলিতে কাজ করতে বা উপরের দিকে চাপের জোর দিয়ে একটি আপ / ডাউন স্ট্রাক ব্যবহার করুন।

পায়ের পাশে দাঁড়িয়ে, দু'হাত দিয়ে ধরুন এবং আলতোভাবে "ক্রিং" করুন যেন আপনি ভেজা ওয়াশকোথ কাপড়ের মতো হন। আবার, আঙ্গুলগুলি পায়ের শীর্ষে এবং নীচের দিকে থাম্বগুলি হওয়া উচিত।

আপনার প্রারম্ভিক জায়গায় ফিরে আসুন, পায়ের উপরের অংশে হাড়ের মধ্যে আলতো করে কাজ করুন। সেখানে খুব বেশি জায়গা নেই, তবে আপনাকে যা করতে হবে তা হ'ল আপনার আঙ্গুলগুলিকে সেই স্থানটিতে উজ্জ্বল হতে দিন। এখন গোড়ালিটির জন্য - আবার থাম্ব দিয়ে বিজ্ঞপ্তিযুক্ত গতিগুলি। আপনার হাতের গোড়ালিটি আলতো করে রেখে আপনার হাতটি আপনার দিকে চালিত হতে দিয়ে আলতো করে পিছনে পা টিপে নিশ্চিত হন। এটি হ্যান্ড-ওভার হ্যান্ড কৌশলটি তৈরি করে।

পায়ের আঙ্গুলগুলি পাশাপাশি কিছু মনোযোগ চাইবে। আবার, নম্ন হতে হবে। ত্বককে পৃথকীকরণ বা বিভক্ত করার ভয়ে আপনি আঙুলের মাঝে পুরো আঙ্গুলটি সত্যি রাখতে চান না। হালকা ঘষা দেওয়ার জন্য উভয় হাতের তালু সরলভাবে ব্যবহার করুন এবং তারপরে আঙুল এবং থাম্বের মাঝে প্রতিটি পায়ের আঙ্গুলটি আলতো করে চিমটি করুন এবং একটি গ্লাইডিং মোশন দিয়ে টানুন।

গোড়ালিটির দুপাশে কাজ করা একটি সুন্দর সমাপ্তি স্পর্শ। একপাশে এক হাত দিয়ে, হাড়ের ক্ষেত্রের বাইরের অংশের চারপাশে ছোট চেনাশোনাগুলি করতে আপনার নখদপণীর সাহায্যে ব্যবহার করুন।

ফাইনালের জন্য প্রথম স্ট্রোক কৌশলটিতে ফিরে আসুন। আপনি পায়ের সাথে যোগাযোগ করার জন্য আপনার হাতের উষ্ণতা দিয়ে শুরু করতে এবং শেষ করতে চান।

Myāsēja hyāṇḍa (ēla'ēsa dbārā abadāna ēbam abhiyōjita) kēbala ē'i padakṣēpaguli anuṣaraṇa karuna! [06]
 Padakṣēpa 1 - āpanāra pad'dhatira samaya byabahāra karāra jan'ya ēkaṭi nirbharayōgya myāsēja mādhyama caṣana karuna. Ēṭi ēkarakama dēḍikēṭēḍa myāsēja lōšana bā myāsēja ayēla ha'o'yā ucita. Āpanāra ubhaṣa hātē ē'i mādhyamēra kichu rākhuna. Ārambha karāra jan'ya, āpanāra klāyēntādēra hātaṭi ēka hātēra sāthē dharē rākhuna āpani an'yēra sāthē myāsējēra mādhyamaṭiṭē ālatō karē ghaṣachēna. Āpanāra klāyēntēra bāhutē āpanāra hātaṭi purōpuri kanu'i paryanta niyē yāna. Āpanāra hātēra abasthānaṭi ulṭō karuna ēbam punarābṛtti karuna. Parisēṣē, mājhāriṭi āpanāra klāyēntēra tbakēra pṛṣṭhāṭikē purōpuri miśrita karēchē kinā tā niścita karāra jan'ya ē'i purō prakriyāṭi āra'o ēkabāra bā du'bāra punarābṛtti karuna. [06]
 Padakṣēpa 2 - āpani an'ya hātēra sāthē myāsēja karāra sāthē sāthē āpanāra klāyēntēra bāhutikē dharē rākhāra jan'ya ēka hāta byabahāra cāliyē yāna. Ē'i kauśalaṭi cikitsā juṛē āmādēra kājē āsabē. Ēkhana, kabji thēkē kēbala kanu'i'yēra nīcē pēśiguli ṭija karāra jan'ya āpanāra mukta hātaṭi mṛḍu saṅkucita gatitē byabahāra karuna. Biparīta hātēra abasthānēra sāthē punarābṛtti karuna. [06]
 Padakṣēpa 3 - ē'i muhurtē, hātēra pichanēra pṛṣṭhakē hālakābhābē brāśa karatē āpanāra thāmbaguli byabahāra karuna your āpanāra thāmbaṭi kabjira gōṛāra dikē calē ya'o'yāra sāthē sāthē ē'i āndōlanēra cāpa bṛḍ'dhi karuna. Phuṭa myāsējēra kauśala (ēla'ēsa dbārā) pāyēra a□yānōṭami ānguli - āmādēra pratiṭi pāyē sādharāṇata pāmcaṭi thākē. Ēguli chōṭa ēbam pāyēra āngulēra madhyē'i ēkaṭi yautha thākē ēbam ēkaṭi yugma ēṭi pāyē sanyukta karē. Pāyēra āngulaguli samparkē satarkatā abalambana karuna, tārā sūkṣma. Bala - pāyēra nīcē pyāḍa, pāyēra āngulēra ṭhika āgē. Ēṭi pādādēśēra mājhāri anśa. Ēra kichuṭā namanīyatā rayēchē. Khilāna - prāya ṭēnaśana brija mata pādādēśa samarthana sistēma. Ēṭi ēkaṭi sambēdanaśīla añcala hatē pārē, strēsa ēbam pradāhajanita. Ē'i anśaṭi myāsēja karāra samaya satarka hana ēbam pratikriyā pāna get hila - pāyēra asthira prānta, hāmṭāra samaya ēṭi anēka prabhāba phēlabē. Ēkhānē khuba kama pēśi thākāya kōmala myāsēja nirdēśita haṣa. Gōṛāli - yugma yā pāyē pā sanyukta karē. Pratiṭi pakṣē'i hāṛēra nāma rayēchē, yā atyanta nājuka ēbam

āghātēra prabaṇa. Ēṭi cārapāsē ligāmēṇṭa ēbam tēṇḍasa dbārā bēṣṭita. . Hāta plēsamēṇṭa basalē, pāṭi āpanāra bukēra stara samparkē āsē. Pāyēra śīrṣē āṅgulaguli ēbam ēkakabhābē thāmbaguli diyē ēkhāna thēkē bōjhā sahaja. Āpanāra thāmba diyē pāyēra bala juṛē cēnāsōnāguli tairi karuna. Pāyēra khilānēra uparēra dikē strōkē cāpa prayōga karatē āpanāra thāmbaṭi byabahāra karuna. Āpanāra hātaṭi hilēra pichanē nīcē sarāna, āstē āstē cēṁcācchēna. Pratiṭi pāyēra āṅgulēra dikē yōga dina - mṛḍu hōna ēbam khuba śaktabhābē ṭānabēna nā. Ubhaṃya pakṣēra gōṛālīṭira cārapāsē chōṭa chōṭa bṛtta tairi karuna. Ē'i pratisama karē. Bēsika prayukti āpanāra hāta dhuṃyē nina. Prāpakakē jijnāsā karuna yē tādēra pā dhōyā ēbam śukānō ṭhika āchē kinā. Tādēra pāyēra nīcē ēkaṭi tōyālē rākhuna. Ēkaṭi bālāma bā krima caṃyana karuna. Tēla gu'i ēbam lōsana khuba druta śōṣaṇa karē. Tādēra pāyēra talagulira mukhōmukhi basē śuru karuna. Āpanāra hātaguli ēmanabhābē rākhuna yātē āpanāra āṅgulaguli tādēra pāyēra śīrṣē thākē ēbam āpanāra thāmbaguli pyāḍē thākē. Prathama strōkaṭi suṛasuṛi nā dē'ōyāra jan'ya yathēṣṭa ḍṛ be □ ha'ōyā ucita, tabē paryāpta parimāṇē hālakā yātē tāra āghāta nā karē. Manē rākhābēna, pā hārayukta. Uparē ēbam nīcē bhramaṇa. Āṅgulēra āṅgulaguli gōṛālī ēbam pichanēra pāyēra gōṛālira gōṛā thēkē ēbam pichanē ēbam thāmbaguli pyāḍa thēkē khilāna ēbam pichanē yācchē. Ēbāra pāyēra pyāḍē manōnibēsa karuna. Ē'i añcalaṭi sādharāṇata kichuṭā cāpa sahya karatē pārē. Bṛttākāra gatitē kāja karatē āpanāra thāmbaguli byabahāra karuna. Pāyēra khilāna sādharāṇata hālakā thēkē mājhāri cāpa nitē pārē. Ēṭi dēkhatē sahaja jāyagā ābāra āpanāra thāmbaṭi cēnāsōnāgulitē kāja karatē bā uparēra dikē cāpēra jōra diyē ēkaṭi āpa/ ḍā'una strōka byabahāra karuna. Pāyēra pāsē dāṁṛiyē, du'hāta diyē dharuna ēbam ālatōbhābē "krim" karuna yēna āpani bhējā ōyāsakōṭha kāpaṛēra matō hana. Ābāra, āṅgulaguli pāyēra śīrṣē ēbam nīcēra dikē thāmbaguli ha'ōyā ucita. Āpanāra prārambhika jāyagāya phirē āsuna, pāyēra uparēra anśē hāṛēra madhyē ālatō karē kāja karuna. Sēkhānē khuba bēsi jāyagā nē'i, tabē āpanākē yā karatē habē tā ha'la āpanāra āṅgulagulikē sē'i sthānaṭitē ujjbala hatē dina. Ēkhana gōṛālīṭira jan'ya - ābāra thāmba diyē bijñaptiyukta gatiguli. Āpanāra hātēra gōṛālīṭi ālatō karē rēkhē āpanāra hātaṭi āpanāra dikē cālita hatē diyē ālatō karē pichanē pā ṭipē nīscita hana. Ēṭi hyāṇḍa-ōbhāra hyāṇḍa kauśalaṭi tairi karē. Pāyēra āṅgulaguli pāsāpāsī kichu manōyōga cā'ibē. Ābāra, namra hatē habē. Tbakakē pṛthakīkaraṇa bā bibhakta karāra bhaṃyē āpani āṅgulēra mājhē purō āṅgulaṭi satya'i rākhatē cāna nā. Hālakā ghaṣā dē'ōyāra jan'ya ubhaṃya hātēra tālu saralabhābē byabahāra karuna ēbam tāraparē ānula ēbam thāmbēra mājhē pratiṭi pāyēra āṅgulaṭi ālatō karē cimaṭi karuna ēbam ēkaṭi glā'idiṁ mōsana diyē ṭānuna. Gōṛālīṭira dupāsē kāja karā ēkaṭi sundara samāpti sparśa. Ēkapāsē ēka hāta diyē, hāṛēra kṣētrēra bā'irēra anśēra cārapāsē chōṭa cēnāsōnāguli karatē āpanāra nakhadarpaṇira sādhyē byabahāra karuna. Phā'inālēra jan'ya prathama strōka kauśalaṭitē phirē āsuna. Āpani pāyēra sāthē yōgāyōga karāra jan'ya āpanāra hātēra uṣṇatā diyē śuru karatē ēbam sēṣa karatē cāna.

সমস্যা সমাধান — ইস্টার সেন্সরি লাকি ডিপ (এমজি দ্বারা অবদান)

Samasyā samādhāna — istāra sēnsari lāki dīpa (ēmajī dbārā abadāna)



আপনার প্রয়োজন হবে:

। বড় টব বা ট্রে

- রঙিন ইস্টার ঘাস বা কাটা কাগজ, কাটা কাটা গম broken
- পোম পোমস, পাইপ ক্লিনার, রঙিন লালি পপ স্টিকস, পালক, সুতির উলের ইত্যাদি

কিভাবে তৈরী করে:

The টব বা ট্রেতে রঙিন ঘাস / কাগজ / গম মিশ্রিত করুন

The পোম পোমস, পাইপ ক্লিনার, রঙিন লালি পপ স্টিকস ইত্যাদি রঙিন ঘাসের সাথে মিশ্রিত করুন

সংবেদনশীল আইটেমগুলি সংগ্রহ করতে ঘাসের অন্বেষণ করতে মজা করুন
hands হাতে থাকা বস্তুগুলিকে সমর্থন করুন, আকারগুলি অনুভব করুন এবং
অন্বেষণ করুন

Items আইটেম সংখ্যা গণনা স্পর্শ অভিজ্ঞতা।

উদ্দেশ্য: অন্বেষণ এবং নিয়ন্ত্রণের সামগ্রী।

Objects বস্তুগুলিকে ধাক্কা দিয়ে, কড়া নাড়তে, সোয়াইপ করা ইত্যাদি দ্বারা
ইচ্ছাকৃতভাবে চলাচল করুন

Things জিনিসগুলিকে সূক্ষ্ম আন্দোলনের সাথে সরানো করুন উদাঃ আঙ্গুলের।

Āpanāra prayōjana habē: . Baṛa ṭaba bā ṭrē • raṇina iṣṭāra ghāsa bā kātā kāgaja, kātā kātā gama broken •
pōma pōmasa, pā'ipa klināra, raṇina lali papa ṣṭikasa, pālaka, sutira ulēra ityādi kibhābē tairī karē: The ṭaba
bā ṭrētē raṇina ghāsa/ kāgaja/ gama miśrita karuna The pōma pōmasa, pā'ipa klināra, raṇina lali papa
ṣṭikasa ityādi raṇina ghāsēra sāthē miśrita karuna sambēdanaśīla ā'iṭēmaguli saṅgraha karatē ghāsēra
anbēṣaṇa karatē majā karuna hands hātē thākā bastugulikē samarthana karuna, ākāraguli anubhaba karuna
ēbam anbēṣaṇa karuna Items ā'iṭēma saṅkhyā gaṇanā sparśa abhijñatā. Uddēśya: Anbēṣaṇa ēbam
niyantraṇēra sāmagrī. Objects bastugulikē dhākkā diyē, kaṛā nāratē, sōyā'ipa karā ityādi dbārā
icchākṛtabhābē calācala karuna Things jinisagulikē sūkṣma āndōlanēra sāthē sarānō karuna udāḥ āṅgulēra.

যোগাযোগ - ইস্টার ট্যাকপ্যাক (এমজি দ্বারা)

Yōgāyōga - istāra tyākapyāka (ēmajī dbārā)



. উপহার এবং উপহার-ফিতা দিয়ে স্ট্রোকিং।
স্ট্রোক ফিতা / উপাদান বা হাতের উপর থ্রেড যদি তারা চান তাদের শিক্ষার্থীদের
দখল করতে দেয়।

সংগীত: <https://www.youtube.com/watch?v=Nd4YHyReUHM>

1. Upahāra ēbañ upahāra-phitā diyē strōkim. Strōka phitā/ upādāna bā hātēra upara thrēḍa yadi tāra cāna tādēra śikṣārthīdēra dakhala karatē dēya. Saṅgīta:

<https://www.youtube.com/watch?v=Nd4YHyReUHM>

2.



২. ডিম - ডিম / বল দিয়ে ঘূর্ণায়মান
শরীরের বাইরের দিকে ডিম বা ছোট বল রোল করুন।

সংগীত: <https://www.youtube.com/watch?v=Incr2g9XJHU>

2. Ḍima - ḍima/ bala diyē ghūrṇāyamāna śarīrēra bā'irēra dikē ḍima bā chōṭa bala rōla karuna. Saṅgīta:

<https://www.youtube.com/watch?v=Incr2g9XJHU>



3. ড্যাফোডিলস - পাপড়ি / গন্ধ

বাগান থেকে একটি ড্যাফোডিল গন্ধ বা পাপড়ি এবং স্রাণ ভ্যানিলা এসেন্স বা সুগন্ধযুক্ত সাবান।

সংগীত: <https://www.youtube.com/watch?v=8Qx2IMaMsl8>

3. D̄yāphōḍilasa - pāpaṛi/ gandha bāgāna thēkē ēkaṭi d̄yāphōḍila gandha bā pāpaṛi ēbaṁ ghrāṇa bhyānilā ēsēnsa bā sugandhayukta sābāna. Saṅgīta: <https://Www.Youtube.Com/watch?V=8Qx2IMaMsl8>



3. ল্যাম্বস - উল / পশম

পশম বা পশম দিয়ে প্যাটিং করা। হাত এবং পায়ে ধীরে ধীরে প্রতিক্রিয়াগুলি খুঁজছেন pat

সংগীত: <https://www.youtube.com/watch?v=6KVWIMsacw>

4.

5. Lyāmbasa - ula/ paśama paśama bā paśama diyē pyāṭim karā. Hāta ēbaṁ pāyē dhīrē dhīrē

pratikiṛiyāguli khun̄jachēna pat saṅgīta: <https://Www.Youtube.Com/watch?V=6KVWIMsacw>

6.



৫. খরগোশ — ছুইস্কারস

হাত ও পায়ে আলতো করে ব্রাশ করতে ফাইবার অপটিক্স বা ব্রাশ ব্যবহার করুন।

সংগীত: <https://www.youtube.com/watch?v=cGyQmH9NZcw>

5. Kharagōśa — hu'iskārasa hāta o pāyē ālatō karē brāśa karatē phā'ibāra apaṭikṣa bā brāśa byabahāra karuna. Saṅgīta: <https://www.youtube.com/watch?v=cGyQmH9NZcw>



৬. আরাম - ম্যাসেজ

কোমল হাত ম্যাসাজ।

সংগীত: আপনার পছন্দের শিথিল সঙ্গীত music

6. Ārāma - myāsēja kōmala hāta myāsāja. Saṅgīta: Āpanāra pachandēra śithila saṅgīta music

ইস্টার সেন্সরি গল্প - (ডাব্লুবি) দ্বারা

1. 2 কাঠের কাঠি থেকে ক্রস আকার তৈরি করুন। এটি বাগান থেকে 2 পেন্সিল লালিপপ লাঠি বা লাঠি হতে পারে। টেপ বা স্ট্রিং ব্যবহার করে এগুলিকে একসাথে আটকে দিন। (অন্যে গণে শিক্ষার্থীকে ক্রস দেওয়া হবে) সঙ্গীত দিয়ে ইস্টার গল্প শুরু করতে ক্রসটি ব্যবহার করুন। বলছি এটি ইস্টার গল্প। (ক্রসটি জুড়ে যীশুকে উপস্থাপন করতে ব্যবহার করা যেতে পারে)

<https://www.youtube.com/watch?v=5wkAO5o7uoE>

(1 বা 2 মিনিটের জন্য খেলুন)

২. যীশু গাধার উপরে জেরুজালেমে চলেন - আপনার যদি খেলনা গাধা থাকে তবে এই শিক্ষার্থীকে অন্তর্ভুক্ত করতে দিন। জেরুজালেম ধূলাবালি গরম শহর হিসাবে বালি এবং হিট প্যাডের মতো অন্যান্য সংবেদনশীল আইটেমগুলিও ব্যবহার করতে পারে। যদি শিক্ষার্থীরা পছন্দ করে তবে মাথার স্কার্ফের মতো কাপড়চোপড় ব্যবহার করতে পারেন।

জেরুজালেমের লোকেরা যীশুর আগমনের উদযাপনে খেজুর পাতাগুলি বর্ধন করায় খেজুর পাতাও তৈরি করতে পারে। খালি খালি খবরের কাগজ বাইরে কাটা। গান গাইতে বরাবর। (এটি স্কুলে আগে ব্যবহৃত হয়েছিল তাই শিক্ষার্থীরা এটি আগে শুনে থাকতে পারে)

<https://www.youtube.com/watch?v=slhT2GZSzYA>

যীশু একটি গাধা চড়েছিলেন (পাম রবিবার)

সিডিবিবি ইউটিউবকে সরবরাহ করেছেন যীশু একটি গাধা চালিয়েছিলেন (পাম রবিবার) · রজার জোন্স জেরুসালেম জয় © 1998 রজার জোন্স মুক্তি পেয়েছে: 1998-06-01 ইউটিউব দ্বারা স্বয়ংক্রিয়ভাবে উত্পাদিত।

www.youtube.com

৩. যীশু শিষ্যদের পা ধুয়ে ফেলেন - আপনার যদি একটি পা স্পা থাকে তবে শিক্ষার্থীদের পা বা হাত ধুয়ে নিন। না পারলে আমাদের এক বাটি জল।

সংবেদনশীল অভিজ্ঞতা বাড়াতে কিছু বুদ্ধিমানের ভিতরে রাখতে পারে।

রাস্তায় পা পরে হাত নোংরা এবং ধূলাবালি তাই ধোয়া দরকার। পটভূমিতে সংগীত

খেলুন

<https://www.youtube.com/watch?v=aJaZc4E8Y4U>

৪. সর্বশেষ নৈশভোজ -

যিশু তাঁর শিষ্যদের সাথে একটি খাবার ভাগ করে নিলেন। খাবারের অংশ হিসাবে তিনি রুটি এবং আংগুর-রসকে তাঁর বন্ধুদের উপহার দিয়েছিলেন। আপনার যদি কিছু রুটি এবং রস থাকে তবে শিক্ষার্থীদের রুটিটি অন্বেষণ করতে দিন। একটি ছোট অল্পের মধ্যে রসটি টিপুন এবং তারা নিজের হাতে এটি অনুভব করতে পারেন। রুটি এবং রস গন্ধও।

৫. যিশু বিশ্বাসঘাতকতা করেছিলেন - যিহূদা নামে পরিচিত যিশুর এক বন্ধু তাঁর সাথে দেখা করে তাঁকে ধর্মীয় নেতাদের হাতে সোপর্দ করেছিলেন যারা যীশুকে পছন্দ করেন না। ধর্মীয় নেতারা জুডাসকে রৌপ্য মুদ্রার একটি ব্যাগ দিয়েছিলেন। একটি ব্যাগ সন্ধান করুন এবং এতে শিক্ষার্থীর সাথে কিছু টাকা রাখুন। তারপরে ব্যাগ বাঁকুনি তাই কয়েনের ছড়াছড়ি শুনতে পাবে। পটভূমিতে সংগীত খেলুন https://www.youtube.com/watch?v=inS_ZD_kAWo

Jesus. যিশু প্রার্থনা করেন - যিশু এবং তাঁর বন্ধুরা গেথসমানির বাগানে যান Jesus যিশু তাঁর বন্ধুদের জন্য প্রার্থনা করেন এবং toশ্বরের কাছ থেকে তাঁর প্রতি যা ঘটতে চলেছে তা মোকাবিলা করার জন্য সাহায্য প্রার্থনা করেন। শিক্ষার্থীদের এক সাথে প্রার্থনায় হাত রাখতে সাহায্য করতে পারে। বাগানটি একটি জলপাই গ্রোভ ছিল যাতে শিক্ষার্থীরা জলপাইয়ের তেল গন্ধ পেতে পারে এবং যদি তা থাকে তবে টেক্সচার বা জলপাই অনুভব করতে পারে। বিকল্প তেল ব্যবহার করতে না পারলে। এছাড়াও উদ্ভিদ বা ফুলের চারপাশে বা গুল্ম এবং মশালির গন্ধ পেতে পারে।

এই দৃশ্যটি যীশুকে গ্রেপ্তার করার সাথে সাথে শেষ হয়। সৈন্যরা আগমন করুক (আপনার পায়ে স্ট্যাম্প লাগান এবং শিক্ষার্থীদের পা ও পাতে টাকা দিন) খেলনা তরোয়ালগুলি খেলনা শাল বা কোনও রোমান সলাইডার পরতে পারে এমন কিছু শিক্ষার্থীদের দ্বারা অনুসন্ধান করতে পারে।

<https://www.youtube.com/watch?v=bA631oqahPA>

□

অডিওম্যাচিন - উত্সাহিত কালো বর্ণের উত্থান

সংগীত দ্বারা: অডিওম্যাচেন ট্র্যাক: দ্য ব্ল্যাক কার্টেনের উত্থান অ্যালবাম: ম্যাগনাস সুরকার: পল ডিন্লেটার ইমেজ:

http://cdn.wallpaperhi.com/1920x1200/20120706/black%20and%20সাদা%20সাদা%20ডিগ্রি%20মন্ট্রেস%20২০২০%20ফ্যান্টাসি%20২০২০%20গ্রেসক্লোটি%20অডিওম্যাচিন%20ব্ল্যাক%20কার্টেনের%20প্রসারিত%20মেলোডিকের%20উত্থান...%202020%%%20ডিগ্রি%201920x1200%20ওয়ালপেপার_ইউইউইউওয়াল্পপপারি.কম_18.jpg
অডিওম্যাচিন ...

www.youtube.com

যীশু গ্রেপ্তার হওয়ায় এই সংগীত বাজানো যেতে পারে।

Jesus. যীশুকে করুশে দেওয়া হয়েছে - রোমান সৈন্যরা যীশুকে হত্যা করেছে।
ঘরটি যতটা সম্ভব অন্ধকার করুন (উপযুক্ত হলে)। অন্ধকার উপস্থাপন করতে
একটি ভারী কঞ্চল ব্যবহার করতে পারে। 1-2 মিনিটের জন্য সম্ভবে সংগীত খেলুন।

<https://www.youtube.com/watch?v=p8UYvbqROdc>

৮. যীশু জীবিত - যীশুর বন্ধুরা সমাধিতে গিয়েছিলেন যখন যীশুর দেহকে সমাধিস্থ
করা হয়েছিল। পরিবর্তে তারা এমন এক স্বর্গদূতকে দেখল, যিনি তাদের বলেছিলেন
যে Jesus সা মসিহ বেঁচে আছেন anymore

কোনও খেলনা দেবদূত বা দেবদূত ডানা ব্যবহার করুন যদি তাদের কাছে
শিক্ষার্থীদের অন্বেষণ করতে হয় বা সাদা হালকা ম্যাটারিলের একটি টুকরা থাকে।
আপনি এর পাশে একটি স্যুপ বাউল রাখতে পারেন ছাত্রটিকে বৃত্তাকার আকৃতিটি
দেখানোর জন্য বাটিটির গোলাকার রিমটি অনুভব করতে এবং খালি সমাধি
দেখাতে ভিতরে হাত রাখতে সহায়তা করে help

9. উদযাপন গান - শাইনে যীশু চকমক।

যেকোন বাদ্যযন্ত্রের খেলনা যন্ত্র, ড্রামস, পতাকা, পাটির পপার্স ইত্যাদি ব্যবহার
করুন along চারপাশে নাচ।

<https://www.youtube.com/watch?v=J3iB30gCqAc>

Iṣṭāra sēnsari galpa - (dāblubi) dbārā 1. 2 Kāṭhēra kāṭhi thēkē krasa ākāra tairi karuna. Ēṭi bāgāna thēkē 2
pēnsila lalipapa lāṭhi bā lāṭhi hatē pārē. Tēpa bā ṣṭrīm byabahāra karē ēgulikē ēkasāthē āṭakē dina.

(Anbēṣaṇē śikṣārthikē krasa dē'ōyā habē) saṅgīta diyē iṣṭāra galpa śuru karatē krasaṭi byabahāra karuna.

Balachi ēṭi iṣṭāra galpa. (Kruṣaṭi juṛē yīśukē upasthāpana karatē byabahāra karā yētē pārē)

<https://www.youtube.com/watch?v=5wkAO5o7uoE> (1 bā 2 miniṭēra jan'ya khēluna) 2. Yīśu gādhāra

uparē jērujālēmē calēna - āpanāra yadi khēlanā gādhā thākē tabē ē'i śikṣārthikē anbēṣaṇa karatē dina.

Jērujālēma dhulābāli garama śahara hisābē bāli ēbaṁ ḥiṭa pyāḍēra matō an'yān'ya sambēdanaśīla

ā'iṭēmaguli'ō byabahāra karatē pārē. Yadi śikṣārthirā pachanda karē tabē māthāra skārphēra matō

kāpaṛacōpaṛa byabahāra karatē pārēna. Jērujālēmēra lōkērā yīśura āgamanēra udayāpanē khējura pātāguli

bardhana karāya khējura pātā'ō tairi karatē pārē. Khāli khāli khabarēra kāgaja bā'irē kāṭā. Gāna gā'itē

barābara. (Ēṭi skulē āgē byabahṛta hayēchila tā'i śikṣārthirā ēṭi āgē śunē thākatē pārē)

<https://www.youtube.com/watch?v=slhT2GZSzyA> yīśu ēkaṭi gādhā caṛēchilēna (pāma rabibāra)

siḍibābi i'utī'ubakē sarabarāha karēchēna yīsu ēkaṭi gādhā cāliyēchilēna (pāma rabibāra)· rajāra jōnsa jērusālēma jāya © 1998 rajāra jōnsa mukti pēyēchē: 1998-06-01 I'utī'uba dbārā sbaḃānkriyabhābē utpādita. Www.Youtube.Com 3. Yīsu śiṣyadēra pā dhuḃyē phēlēna - āpanāra yadi ēkaṭi pā spā thākē tabē śiḃsārthīdēra pā bā hāta dhuḃyē nina. Nā pāralē āmādēra ēka bāṭi jala. Sambēdanaśīla abhijñatā bārātē kichu budbuda snānēra bhitarē rākhatē pārē. Rāstāya pā parē hāta nōnrā ēbam dhulābāli tā'i dhōyā darakāra. Paṭabhūmitē saṅgīta khēluna <https://Www.Youtube.Com/watch?V=aJaZc4E8Y4U> 4. Sarbaśēṣa naiśabhōja - yīsu tāṃra śiṣyadēra sāthē ēkaṭi khābāra bhāga karē nilēna. Khābārēra anśa hisābē tini ruṭi ēbam āngura-rasakē tāṃra bandhudēra upahāra diyēchilēna. Āpanāra yadi kichu ruṭi ēbam rasa thākē tabē śiḃsārthīdēra ruṭiṭi anbēṣaṇa karatē dina. Ēkaṭi chōṭa antrēra madhyē rasaṭi ṭipuna ēbam tāra nijēra hātē ēṭi anubhaba karatē pārēna. Ruṭi ēbam rasa gandha'ō. 5. Yīsu biśbāsaghātakatā karēchilēna - yihūdā nāmē paricita yīsura ēka bandhu tāṃra sāthē dēkhā karē tāṃkē dharmīya nētādēra hātē sōparda karēchilēna yārā yīśukē pachanda karēna nā. Dharmīya nētārā juḍāsakē raupya mudrāra ēkaṭi byāga diyēchilēna. Ēkaṭi byāga sandhāna karuna ēbam ētē śiḃsārthīra sāthē kichu ṭākā rākhuna. Tāraparē byāga jhāṃkuni tā'i kayēnēra chaṛāchaṛi śunatē pābē. Paṭabhūmitē saṅgīta khēluna https://Www.Youtube.Com/watch?V=inS_ZD_kAWo Jesus. Yīsu prārthanā karēna - yīsu ēbam tāṃra bandhurā gēthasamānira bāgānē yāna Jesus yīsu tāṃra bandhudēra jan'ya prārthanā karēna ēbam tośbarēra kācha thēkē tāṃra prati yā ghatatē calēchē tā mōkābilā karāra jan'ya sāhāyya prārthanā karēna. Śiḃsārthīdēra ēka sāthē prārthanāya hāta rākhatē sāhāyya karatē pārē. Bāgānaṭi ēkaṭi jalapā'i grōbha chila yātē śiḃsārthīrā jalapā'iyēra tēla gandha pētē pārē ēbam yadi tā thākē tabē ṭēksacāra bā jalapā'i anubhaba karatē pārē. Bikalpa tēla byabahāra karatē nā pāralē. Ēchārā'ō udbhida bā phulēra cārapāśē bā gulma ēbam maśālira gandha pētē pārē. Ē'i dṛṣyaṭi yīśukē grēptāra karāra sāthē sāthē śēṣa haḃa. Sain'yarā āgamana karuka (āpanāra pāyē styāmpa lāgāna ēbam śiḃsārthīdēra pā ō pātē ṭōkā dina) khēlanā tarōyālaguli khēlanā shāla bā kōna'ō rōmāna salā'īdāra paratē pārē ēmana kichu śiḃsārthīdēra dbārā anusandhāna karatē pārē. <https://Www.Youtube.Com/watch?V=bA631oqahPA> □ aḍi'ōmyācina - utsāhita kālō barnēra ut'thāna saṅgīta dbārā: Aḍi'ōmyācēna ṭryāka: Dya blyāka kāṛṭēnēra ut'thāna a□yālabāma: Myāganāsa surakāra: Pala ḍinlētāra imēja: <http://Cdn.Wallpaperhi.Com/1920x1200/20120706/black%20and%20sādā%20sādā%20ḍigri00%20manṭṛēsa%20phyāntāsi%2020%20grēsaklētī%20aḍi'ōmyācina%20-blyāka%20kāṛṭēnēra%20prasārīta%20mēlōḍikēra%20ut'thāna...%2020%20%20ḍigri%201920x1200%20> oḃyālapēpāra_i'u'u'i'u'ōyālppapāri.Kama_18.Jpg aḍi'ōmyācina... Www.Youtube.Com yīsu grēptāra ha'ōyāya ē'i saṅgīta bājānō yētē pārē. Jesus. Yīśukē kruśē dē'ōyā hayēchē - rōmāna sain'yarā yīśukē hatyā karēchē. Gharaṭi yataṭā sambhaba andhakāra karuna (upayukta halē). Andhakāra upasthāpana karatē ēkaṭi bhārī kambala byabahāra karatē pārē. 1-2 Miniṭēra jan'ya sambrē saṅgīta khēluna. <https://Www.Youtube.Com/watch?V=p8UYvbqROdc> 8. Yīsu jībita - yīsura bandhurā samādhitē giyēchilēna yakhana yīsura dēhakē samādhistha karā hayēchila. Paribartē tāra ēmana ēka sbargadūtakē dēkhala, yini tādēra balēchilēna yē Jessusā masiha bēṃcē āchēna anymore kōna'ō khēlanā dēbadūta bā dēbadūta ḍānā byabahāra karuna yadi tādēra kāchē śiḃsārthīdēra anbēṣaṇa karatē haḃa bā sādā hālakā myāṭārīlēra ēkaṭi ṭukarā thākē. Āpani ēra pāśē ēkaṭi syupa bā'ula rākhatē pārēna chātraṭikē bṛṭṭākāra āḃṛṭiṭi dēkhānōra jan'ya bāṭiṭira gōlākāra rimaṭi anubhaba karatē ēbam khāli samādhi dēkhātē bhitarē hāta rākhatē sahāyatā karē help 9. Udayāpana gāna - śā'inē yīsu cakamaka. Yēkōna bādyayantrēra khēlanā yantra, ḍrāmasa, patākā, pāṭira papārsa ityādi byabahāra karuna along cārapāśē nāca. <https://Www.Youtube.Com/watch?V=J3iB30gCqAc>

আমাদের চারপাশের দুনিয়া. (এইচবি দ্বারা)

আমাদের চারপাশের ওয়ার্ল্ড শিক্ষার্থীদের বিশ্ব সম্পর্কে সচেতনতার দিকে মনোনিবেশ করে। এর মধ্যে রয়েছে কঠিন সংস্কৃতির গল্প, মানুষ এবং জায়গাগুলির সচেতনতা এবং সেইসাথে জিনিসগুলি কীভাবে কাজ করে সে সম্পর্কে একটি সচেতনতা এবং বর্ধমান বোঝার অন্তর্ভুক্ত।

আমাদের ইস্টার হোমওয়ার্কের জন্য আমরা থিম হিসাবে ইস্টারকে ব্যবহার করে কীভাবে জিনিসগুলি কাজ করে সে সম্পর্কে সচেতনতা বৃদ্ধিতে ফোকাস করছি।

উদ্দেশ্য:

তাপমাত্রায় পরিবর্তনের সচেতনতা বিকাশ করা

জমিন পরিবর্তন সম্পর্কে সচেতনতা বিকাশ।

ক্রিয়াকলাপ:

একটি পৃষ্ঠের উপর চকোলেট ছোট টুকরা রাখুন, উদা। টেবিল বা প্লেট এবং চকোলেট গলেতে একটি চুল ড্রায়ার ব্যবহার করুন। শিক্ষার্থীরা কঠিন চকোলেট এবং গলিত চকোলেট অনুভব করতে পারে, শিক্ষার্থীরা চুল ড্রায়ার থেকে তাপ অনুভব করতে পারে, যেখানে শিক্ষার্থীরা চুলের ড্রায়ার ধরে রাখতে পারে বা চকোলেট মিশ্রিত করার জন্য একটি চামচ রাখে।

গরম জলের বোতল গরম (ফুটন্ত নয়) দিয়ে ভরাট করুন এবং চকোলেটটির

টুকরোগুলি বোতল ছাত্রদের উপর রাখুন চকোলেট গলে যাওয়ার জন্য, গলে যাওয়া চকোলেট অনুভব করুন।

শিক্ষার্থীরা হাতে চকোলেট ধরে তা গলিত অনুভব করে।

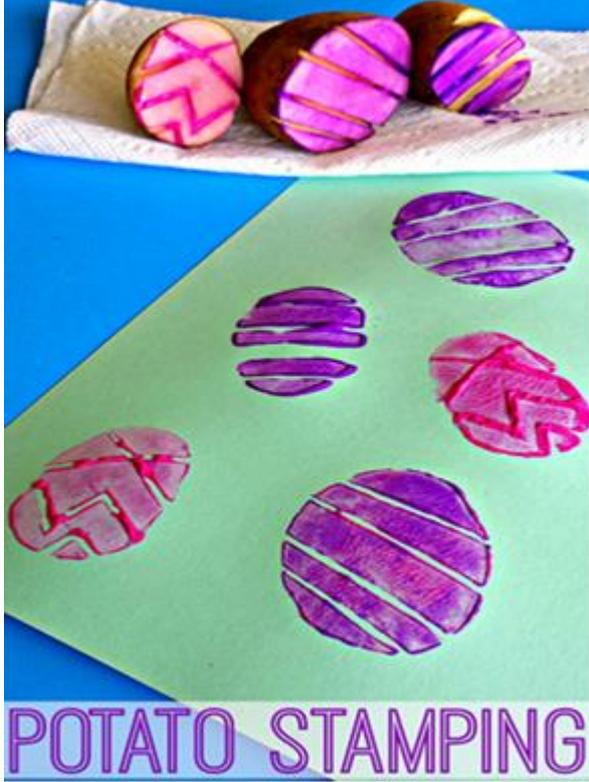
Āmādēra cārapāsēra duniyā. (Ē'icabi dbārā) āmādēra cārapāsēra oṅārīḍa śikṣārthīdēra biśba samparkē sacētanatāra dikē manōnibēśa karē. Ēra madhyē rayēchē kāṭhina sanskṛtira galpa, mānuṣa ēbam jāyagāgulira sacētanatā ēbam sē'isāthē jinisaguli kībhābē kāja karē sē samparkē ēkaṭi sacētanatā ēbam bardhamāna bōjhāra antarbhukta. Āmādēra istāra hōma'oṅārkēra jan'ya āmarā thima hisābē istārakē byabahāra karē kībhābē jinisaguli kāja karē sē samparkē sacētanatā bṛd'dhitē phōkāsa karachi. Uddēśya: Tāpamātrāya paribartanēra sacētanatā bikāśa karā jamina paribartana samparkē sacētanatā bikāśa.

Kriyākalāpa: Ēkaṭi pṛṣṭhēra upara cakōlēṭa chōṭa ṭukarā rākhuna, udā. Ṭēbila bā plēṭa ēbam cakalēṭa galatē ēkaṭi cula ḍrāyāra byabahāra karuna. Śikṣārthīrā kāṭhina cakōlēṭa ēbam galita cakōlēṭa anubhaba karatē pārē, śikṣārthīrā cula ḍrāyāra thēkē tāpa anubhaba karatē pārē, yēkhānē śikṣārthīrā culēra ḍrāyāra dharē

rākhatē pārē bā cakōlēṭa miśrita karāra jan'ya ēkaṭi cāmaca rākhē. Garama jalēra bōtala garama (phuṭanta naḃa) diyē bharāṭa karuna ēbam cakōlēṭaṭira ṭukarōguli bōtala chātradēra upara rākhuna cakōlēṭa galē ya'ōyāra jan'ya, galē ya'ōyā cakōlēṭa anubhaba karuna. Śikṣārthirā hātē cakōlēṭa dharē tā galita anubhaba karē.

সৃজনশীলতা- ইস্টার ডিম আলু মুদ্রণ (যেমন করে)

Srjanaśīlatā- istāra ḃima ālu mudraṇa (yēmana karē)



আপনার দরকার হবে . আলু . ছুরি . পেইন্ট paper এক টুকরো কাগজ কীভাবে তৈরি করবেন:

Paint পেইন্টে একটি নকশা তৈরি করতে একজন বয়স্ক উদাঃ জিগজ্যাগ, সোজা রেখা, তরঙ্গ

The আলুটি পেইন্টে দুব দিন

Ip পরামর্শ: আপনি আলু স্ট্যাম্প ব্যবহার করার আগে রান্নাঘরের রোল দিয়ে শুকিয়ে ফেলুন - এগুলি কখনও কখনও অল্প জলযুক্ত হতে পারে।

The আলুর কাগজে মুদ্রণ করুন

দক্ষতা বিকাশ - ফি ব্যাগ (এএস দ্বারা)

আপনার প্রয়োজন হবে

• স্যান্ডউইচ ব্যাগ

Objects বিভিন্ন জিনিস অনুভব করতে

ছাত্রদের একটি স্যান্ডউইচ ব্যাগে যেমন বিভিন্ন জিনিস অনুভব করুন উদাঃ তরল হিসাবে জল

খরগোশের মতো নরম তুলা উলের মতো

হার্ড হিসাবে বুক

স্কোয়াশি হিসাবে গলিত চকোলেট

চকচকে হিসাবে ফয়েল

বিকাশকারী দক্ষতা - গাজর মুদ্রণ / চিহ্ন তৈরি (এএস দ্বারা)

আপনার প্রয়োজন হবে

• গাজর

T পেইন্ট

• পেপার

• কাগজের প্লেট

কমলা এবং সাদা পেইন্ট সহ কয়েকটি প্লেট সেট করুন, গাজর ডুবিয়ে কিছু চিহ্ন তৈরির চেষ্টা করুন।

Āpanāra darakāra habē· ālu· churi· pē'inṭa paper ēka ṭakarō kāgaja kībhābē tairi karabēna: Paint pē'inṭē ēkaṭi nakaśā tairi karatē ēkajana bayaska udāḥ jigajyāga, sōjā rēkhā, taraṅga The āluṭi pē'inṭē ḍuba dina Ip parāmarśa: Āpani ālu sṭyāmpa byabahāra karāra āgē rānnāgharēra rōla diyē sūkiyē phēluna - ēguli kakhana'o kakhana'o alpa jalayukta hatē pārē. The ālura kāgajē mudraṇa karuna dakṣatā bikāśa - phi byāga (ē'ēsa dbārā) āpanāra prayōjana habē • syāṇḍa'u'ica byāga Objects bibhinna jinisa anubhaba karatē chātradēra ēkaṭi syāṇḍa'u'ica byāgē yēmana bibhinna jinisa anubhaba karuna udāḥ tarala hisābē jala kharagōśēra matō narama tulā ulēra matō hārḍa hisābē buka skōyāśi hisābē galita cakōlēṭa cakacakē hisābē phayēla bikāśakārī dakṣatā - gājara mudraṇa/ cihna tairi (ē'ēsa dbārā) āpanāra prayōjana habē • gājara T pē'inṭa • pēpāra • kāgajēra plēta kamalā ēbam sādā pē'inṭa saha kayēkaṭi plēta sēṭa karuna, gājara ḍubiyē kichu cihna tairira cēṣṭā karuna.



সৃজনশীলতা - বনি টয়লেট রোল (এএস দ্বারা)

Srjanaśīlatā - bani ṭayalēṭa rōla (ē'ēsa dbārā)



আপনার প্রয়োজন হবে

T পেইন্ট - আমরা প্রিমিক্সড পোস্টার পেইন্ট ব্যবহার করেছি

- টয়লেট রোলস বা কার্ডবোর্ড টিউবগুলি
- আঠালো
- পেপার
- কাগজের প্লেট
- অনুভূত টিপস

কিভাবে তৈরী করে:

Begin শুরু করার জন্য, টয়লেট পেপার রোলার একপাশে একটি তীক্ষ্ণ বিন্দুতে ভাঁজ করুন এবং তারপরে দ্বিতীয় টয়লেট টোলার জন্য একই করুন এবং এটি কান। তারপরে আঠালো এটিকে বৃত্তাকার টয়লেট রোলার সাথে ব্যবহার করুন। শুকনো অনুমতি দিন। আপনার টয়লেট রোলগুলি মুদ্রণের জন্য এমনকি শেষে রয়েছে কিনা তা নিশ্চিত করা গুরুত্বপূর্ণ।

• তারপরে কাগজে প্রিন্ট করার জন্য বানীতে টান টয়লেট রোলটি রাখুন।

The বানসগুলি সাজানোর জন্য অনুভূত টিপস ব্যবহার করে রঙ / আঁকুন

Āpanāra prayōjana habē T pē'inṭa - āmarā primikṣaḍa pōṣṭāra pē'inṭa byabahāra karēchi • ṭāyalēṭa rōlasa bā kārḍabōrḍa ṭi'ubaguli • āṭhālō • pēpāra • kāgajēra plēṭa • anubhūta ṭipasa kibhābē tairī karē: Begin śuru karāra jan'ya, ṭāyalēṭa pēpāra rōlēra ēkapāśē ēkaṭi tīkṣṇa bindutē bhāṃja karuna ēbaṃ tāraparē dbitīya ṭāyalēṭa ṭōlēra jan'ya ēka'i karuna ēbaṃ ēṭi kāna. Tāraparē āṭhālō ēṭikē bṛttākāra ṭāyalēṭa rōlēra sāthē byabahāra karuna. Śukanō anumati dina. Āpanāra ṭāyalēṭa rōlaguli mudraṇēra jan'ya ēmanaki śēṣē rayēchē kinā tā niścita karā gurutbapūrṇa. • Tāraparē kāgajē printa karāra jan'ya bānītē ṭāna ṭāyalēṭa rōlaṭi rākhuna. The bānasaguli sājānōra jan'ya anubhūta ṭipasa byabahāra karē raṅga / āṅkuna

সৃজনশীলতা - শেভ ক্রিম ডিম (এএস দ্বারা)

Srjanaśīlatā - śēbha krima ḍima (ē'ēsa dbārā)



আপনার প্রয়োজন হবে

- শেভিং ক্রিম
- কার্ড যা একটি ডিম আকারে আকার ধারণ করে
- রং
- তুলি
- ফর্ক

কিভাবে তৈরী করে

শেভিং ক্রিমটি একটি ট্রে বা বাক্সের idাকনাতে স্প্রে করুন এবং বাচ্চাদের এটি চারপাশে ছড়িয়ে দিন।

শেভিং ফোমের পেইন্টের উপরে রাখুন।

তারপরে পেইন্ট এবং শেভিং ফোনাকে মিশ্রিত করতে একটি কাঁটাচামচ ব্যবহার করুন।

শেভিং ফোমের উপর ডিমের কার্ডটি রাখুন, কার্ডটি নীচে টিপুন এবং তারপরে টানুন এবং কয়েক মিনিটের জন্য পত্রিকায় রাখুন।

Āpanāra prayōjana habē • śēbhiṁ krīma • kāṛḍa yā ēkaṭi ḍīma ākārē ākāra dhāraṇa karē • raṁ • tuli • pharka kibhābē tairī karē śēbhi śēbha krīmaṭi ēkaṭi ṭrē bā bāksēra idākanātē sprē karuna ēbaṁ bāccādēra ēṭi cārapāśē chaṛiyē dina. Śēbhiṁ phōmēra pē'intēra uparē rākhuna. Tāraparē pē'inṭa ēbaṁ śēbhiṁ phēnākē miśrita karatē ēkaṭi kāṁṭācāmaca byabahāra karuna. Śēbhiṁ phōmēra upara ḍīmēra kāṛḍaṭi rākhuna, kāṛḍaṭi nīcē ṭīpuna ēbaṁ tāraparē ṭānuna ēbaṁ kaṛṭēka miṇṭēra jan'ya patrikāya rākhuna.

দুর্দান্ত মোটর দক্ষতা (এলই দ্বারা)

Durdānta mōṭara dakṣatā (ēla'i dbārā)



সেন্সরি এক্সপ্লোরেশন (এইচবি দ্বারা)
ইস্টার সংবেদনশীল ক্রিয়াকলাপ

খেতে নিরাপদ করুন (যদিও মুখের নীলের পক্ষে সম্ভবত দুর্দান্ত স্বাদ আসবে না)
মাল্টি টেক্সচার সেন্সরি 'ভাজা ডিম'

ডিমকে সাদা করতে একটি ঘন তবে তরল ধারাবাহিকতা তৈরি করতে অল্প পরিমাণ
জলের সাথে প্রায় 4 টি মরুভূমির চামচ কর্ন ফ্লাওয়ার মিশ্রিত করুন।
ডিমের কুসুম তৈরি করতে এক চা চামচ কেচাপ এক চা চামচ মেয়োনেজের সাথে
মিশিয়ে শীর্ষে যুক্ত করুন।

Sēnsari ēksaplōrēśana (ē'icabi dbārā) iśtāra sambēdanaśīla kriyākalāpa khētē nirāpada karuna (yadi'ō
mukhēra nīlēra pakṣē sambhabata durdānta sbāda āsabē nā) mālṭi ṭēksacāra sēnsari 'bhājā ḍima' ḍimakē
sādā karatē ēkaṭi ghana tabē tarala dhārābāhikatā tairi karatē alpa parimāṇa jalēra sāthē prāya 4 ṭi
marubhūmira cāmaca karna phlā'ōyāra miśrita karuna. Ḍimēra kusuma tairi karatē ēka cā cāmaca kēcāpa
ēka cā cāmaca mēyōnejēra sāthē miśiyē śīrṣē yukta karuna.



শিক্ষার্থীরা ভুট্টার ময়দা এবং জলের পরিবর্তিত সংবেদন অনুভব করে মিশ্রিত রংগুলি একসাথে মিশ্রিত করতে পারে। শিক্ষার্থীরা মিশ্রণটি ঘ্রাণ নিতে, তাদের আঙুলের মাঝে চঁচিয়ে নিতে এবং শীতল তাপমাত্রা অনুভব করতে নিরাপদ

Śikṣārthīrā bhutṭāra mayādā ēbam jalēra paribartita sambēdana anubhaba karē miśrita raṅguli ēkasāthē miśrita karatē pārē. Śikṣārthīrā miśraṇaṭi ghrāṇa nitē, tādēra ānulēra mājhē cēṁciyē nitē ēbam śītala tāpamātrā anubhaba karatē nirāpada

সংগীত এবং সেন্সরি এক্সপ্লোরেশন (বিবি দ্বারা)

1) সংবেদনশীল উপকরণ ব্যবহার করে সংগীত শেখান কিছু সাধারণ গান গাইতে বাজানোর সময় বাচ্চাদের কীভাবে বিভিন্ন জিনিস এবং সংবেদনশীল উপকরণ ব্যবহার করা যেতে পারে তা দেখুন। পাঠ্যতে বস্তু এবং উপকরণগুলি ব্যবহার করা বাচ্চাদের একা গান শোনার পরিবর্তে বিভিন্ন টেক্সচারের অন্বেষণের মাধ্যমে শব্দগুলি বুঝতে সহায়তা করবে। এই ক্রিয়াকলাপের জন্য আপনার কী উপকরণ প্রয়োজন আপনি যে খাবারগুলি ব্যবহার করতে পারেন তার তালিকা এখানে রয়েছে:

- লেবু
- চকোলেট দই / মাউস
- কফি
- লবণ
- জ্যাম
- খামিরের নির্যাস
- চিনি
- গরম জলের বোতল / তাপ এবং শীতল জেল প্যাড
- * অ্যালার্জির জন্য গুরুত্বপূর্ণ চেক

ইন্টারনেট অ্যাক্সেস

নীচের লিঙ্কটি অনুলিপি করুন এবং পেস্ট করুন এবং আপনার সন্তানের সাথে মজা করুন।

<https://www.bbc.co.uk/teach/bring-the-noise/SEND-music-sensory-activity/zdxtqp3>

2) সংগীত এবং সংবেদী অন্বেষণের সাথে একটি গল্প বলা
অনুশীলনটির উদ্দেশ্য আপনাকে সংবেদনশীল অন্বেষণ ব্যবহার করে আপনার
সন্তানের কাছে একটি গল্প পড়ার আত্মবিশ্বাস দেওয়া এবং সহজ গান অন্তর্ভুক্ত
করা at
এই ক্রিয়াকলাপের জন্য আপনার কী উপকরণ প্রয়োজন

এই বাদ্যযন্ত্রের গল্পটি বলতে আপনার নিম্নলিখিত বিষয়গুলির প্রয়োজন হবে:
Sun রাকস্যাক বা ট্র্যাভেল ব্যাগ সান ক্রিম, সান টুপি এবং সানগ্লাসের সাথে

• হাত ধরে থাকা পাখা

• ছিটানোর বোতল

• সবুজ রাফিয়া স্ফাট বা কাটা সবুজ কাগজ

Ud কাদা - কর্নফ্লোর, জল এবং তাৎক্ষণিক কফি বা চকোলেট এর মিশ্রণ

Snow শেভ ফেনা তুষার অনুকরণ করতে

• উষ্ণ জেল প্যাড বা সান ক্রিম

* অ্যালার্জির জন্য গুরুত্বপূর্ণ চেক

ইন্টারনেট অ্যাক্সেস

নীচের লিঙ্কটি অনুলিপি করুন এবং পেস্ট করুন এবং আপনার সন্তানের সাথে
উপভোগ করুন।

<https://www.bbc.co.uk/teach/bring-the-noise/SEND-telling-story-music/z7psxyc/>

Saṅgīta ēbaṁ sēnsari ēksaplōrēśana (bibī dbārā) 1) sambēdanaśīla upakaraṇa byabahāra karē saṅgīta
śēkhāna kichu sādharāṇa gāna gā'itē bājānōra samaya bāccādēra kībhābē bibhinna jinisa ēbaṁ
sambēdanaśīla upakaraṇa byabahāra karā yētē pārē tā dēkhuna. Pāṭhyatē bastu ēbaṁ upakaraṇaguli
byabahāra karā bāccādēra ekā gāna sōnāra paribartē bibhinna ṭēksacārēra anbēṣaṇēra mādhyamē śabdaguli
bujhatē sahāyatā karabē. Ē'i kriyākalāpēra jan'ya āpanāra kī upakaraṇa prayōjana āpani yē khābāraguli
byabahāra karatē pārēna tāra tālikā ēkhānē rayēchē: • Lēbu • cakōlēṭa da'i/ mā'usa • kaphi • labāṇa • jyāma •
khāmīrēra niryāsa • cini • garama jalēra bōtala/ tāpa ēbaṁ śītala jēla pyāḍa * a□yālārjira jan'ya
gurutbapūrṇa cēka intāranēṭa a□yāksēsa nīcēra līnkaṭi anulipi karuna ēbaṁ pēṣṭa karuna ēbaṁ āpanāra
santānēra sāthē majā karuna. <https://www.bbc.co.uk/teach/bring-the-noise/SEND-music-sensory-activity/zdxtqp3>

শারীরিক স্বাস্থ্য (এলএস দ্বারা)

বসন্ত-সময়ের সংগীতে নাচুন-প্রসারিত এবং আইটেমগুলির কাছে পৌঁছানোর জন্য উত্সাহ দিন।

ইস্টার ডিমগুলি একটি বাক্স / বুড়িতে আঁকড়ে ধরে ফেলে

একটি ইস্টার বনেট তৈরি করা - তাদের মাথাটি কোথায় থাকে তা পছন্দ করে তা পছন্দ নির্দেশ করতে বিভিন্ন কাপড়ের আইটেম ব্যবহার করে।

স্বাস্থ্যকর বসন্তকালীন মসৃণতা তৈরি করা - বিভিন্ন রকমের বিভিন্ন ফল এবং শাক-সবজির গন্ধ / স্বাদগ্রহণ-টেবিলচার চপ / স্লাইস / ম্যাশ আইটেমগুলি এক্সপ্লোর করুন।

শিথিলকরণের সময়- আমরা কি আজকের ক্রিয়াকলাপগুলিতে প্রতিফলিত হতে পারি এবং মুহুর্তে এখনও থাকতে পারি?

সেন্সরি এক্সপ্লোরেশন;

ইস্টার বাসা-সিরিয়াল এবং গলিত চকোলেট তৈরি করা; আইটেমের টেবিলচার / স্বাদ এক্সপ্লোর করুন।

ডিমের আঁকাগুলি ঘূর্ণায়মান - শক্তভাবে সিদ্ধ ডিম ব্যবহার করে এবং কাগজগুলিতে এগুলি পেইন্ট-ঘূর্ণায়মান।

স্প্রিং টাইম আর্ট- কাঠিগুলি ব্যবহার করে- সেলোটোপ পাতা, ফুল, ঘাস, বাকল ইত্যাদি কাগজে বিভিন্ন প্রিন্ট তৈরি করতে।

এমজি

□

এমজি দ্বারা সংকলিত

Śārīrika sbāsthya (ēla'ēsa dbārā)

basanta-samayēra saṅgītē nācuna-prasārīta ēbam ā'īṭēmagulira kāchē pauṁchānōra jan'ya utsāha dina.

Iṣṭāra ḍimaguli ēkaṭi bākṣa/ jhuṛitē āṁkaṛē dharē phēlē

ēkaṭi iṣṭāra banēṭa tairi karā - tādēra māthāṭi kōthāya thākē tā pachanda karē tā pachanda nirdēśa karatē bibhinna kāpaṛēra ā'īṭēma byabahāra karē.

Sbāsthyakara basantakālīna masṛṇatā tairi karā - bibhinna rakamēra bibhinna phala ēbam śāka-sabajira gandha/ sbādagrahaṇa-ṭēksacāra capa/ slā'isa/ myāśa ā'īṭēmaguli ēksaplōra karuna.

Śīthilakaraṇēra samaya- āmarā ki ājakēra kriyākālāpagulitē pratiphalita hatē pāri ēbam muhurtē ēkhana'o thākatē pāri?

Sēnsari ēksaplōrēśana;

iṣṭāra bāsā-siriyaḷa ēbam galita cakōlēṭa tairi karā; ā'īṭēmēra ṭēksacāra/ sbāda ēksaplōra karuna.

Ḍimēra āṁkāguli ghūrṇāyamāna - śaktabhābē sid'dha ḍima byabahāra karē ēbam kāgajagulitē ēguli pē'inṭa-ghūrṇāyamāna.

Sprim ṭā'ima ārṭa- kāṭhiguli byabahāra karē- sēlōṭēpa pātā, phula, ghāsa, bākala ityādi kāgajē bibhinna prinṭa tairi karatē.

Ēmaji

□