

# Bēbīšu skoliņa "Saulstariņi" aicina uz nodarbībām pašus mazākos saulkrastiešus



Bēbīšu skoliņa "Saulstariņi" sadarbībā ar Saulkrastu "Jauniešu māju" piedāvā nodarbības māmiņām ar bērniem, kā arī māmiņām gaidībās.

## • Vingrošana un izzinošas sarunas māmiņām gaidībās

### Trešdienās, no plkst. 12:30 - 14:00

Nodarbībā vingrojot gatavojam ķermeni dzemdībām, trenējam dziļo elpošanu un savu spēju atslābināties. Ikreiz arī nesteidzīgā atmosfērā pārrunājam kādu no gaidību laikā aktuālajām tēmām – par grūtniecību, dzemdībām un pēcdzemdību periodu ar mērķi izzināt notiekošās pārmaiņas, pieņemt informētus lēmumus par to, kā gatavoties bērna piedzimšanai, dzemdībām un dzīvei kopā ar mazuli. Varēsi saņemt arī atbildes uz saviem jautājumiem, kā arī ierosināt tieši Tev nozīmīgas pārrunājamās tēmas citām reizēm.

## • Bēbīšu skoliņa pavisam maziņajiem (no 3 mēnešiem līdz 1.5 gadiem)

### Trešdienās, no plkst. 11:00 - 12:00

Vieta, kur mamma ar mazu bērnu var nākt kopā, lai satiktu citas mammas, lai parunātu par to, kas viņām svarīgs un lai piedzīvotu, ka arī viņām kāds pajautā: "Kā Tev pašai (nevis bērnam) klājas?"

Nodarbības notiek mājīgā rotaļu telpā, kur bērniem pieejamas dažādas attīstošas rotaļlietas. Brīvi spēlējoties ar tām, mazuli var iepazīt, pētīt un izzināt sev jaunu vidi, kā arī veidot pirmo saskarsmi ar vienaudžiem.

Tikmēr mammas varēs ne tikai atvēlēt šo laiku, lai vērotu un iepazītu savu bērnu vēl labāk vai līdzdarboties ar viņu kopīgās rotaļās, bet arī saprotošā, pieņemošā un drošā vidē pārrunāt sev aktuālus jautājumus, dalīties savās sajūtās, pieredzē un pārdomās par pārmaiņām dzīvē, ko ienesis bērns. Grupā, pārrunājot dažādas ar bērna attīstību un vecāku lomu saistītas tēmas, palīdzēsim un atbalstīsim viena otru, lai spējam drošāk un pārliecinātāk ik dienu izvēlēties, kas tieši mūsu bērnam katrā konkrētā gadījumā ir vislabākais, gan iedrošināsim cits citu mīlēt un turpināt rūpēties arī par sevi, lai bērns var saņemt vislabāko, ko viņam spējam sniegt.

## • Bēbīšu skoliņa mazuliem no 1,5 - 4 gadiem

### Otrdienās, no plkst. 10.00 - 11.00

Rotaļājoties un darbojoties kopā ar māmiņām draudzīgajā atmosfērā attīstīsim bērniņiem sīko pirkstiņu muskulatūru.

Bērna runas un valodas attīstība, kā arī elementārās pašapkalpošanas iemaņas ir cieši saistīta ar roku sīkās muskulatūras pilnvērtīgu darbību, tāpēc ir svarīgi uzsākt bērna sīkās muskulatūras attīstīšanu jau no agrīna vecuma.

Nodarbības:

- Veicināsim bērna interesi par apkārt notiekošo;
- Klausīsimies mūziku;
- Katru nodarbību būs maziņš radošs darbiņš, kura laikā bērniņus iepazīstināsim ar veidošanu, zīmēšanu un aplicēšanu. Darbiņi balstīti uz bērna spējām attiecīgajā vecumā. Nodarbības izmantosim interesantus un neierastus materiālus, radošo uzdevumu veikšanai;
- Veidosim priekšstatus par matemātiku. (cipariņiem, formām utt.);
- Nodarbības laikā, māmiņas droši varēs uzdot jautājumus pedagogam.