


# What is Sensory Input?



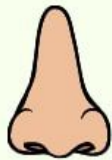


Every time a child moves,  
listens to music, looks at  
their environment, tastes  
food and uses their hands to  
explore, they are receiving  
sensory input



## Olfactory

Sense of smell



## Tactile

Sense of touch



## Proprioception

Awareness of own body in space and strength to move



## Gustatory

Sense of taste



## 8 senses

The sensory system

## Interoception

Awareness of internal body states



## Vestibular

Sense of balance and spatial orientation



## Auditory

Sense of hearing



## Visual

Sense of sight





The greatest tool in helping  
children to focus is:

# Sensory Input

Research shows that giving children  
movement breaks, deep pressure  
activities and alerting activities  
throughout the day will help them to stay  
alert and focused on tasks



# Movement Breaks

Engage your child in regular movement breaks throughout the day to improve their focus and attention. Try:

- Movement songs (e.g. Hokey Pokey)
- Obstacle courses
- Scheduled playground time outdoors
- Using a trampoline
- Sport (e.g. karate, swimming, cycling)

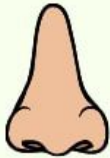
# ما هي المدخلات الحسية؟





يتلقى الطفل العديد من  
المدخلات الحسية في كل مرة  
يتحرك فيها ويمارس نشاط حركي  
وعندما يستمع إلى الموسيقى،  
ويتفاعل وينظر إلى بيئته ، ويتذوق  
الطعام ويستخدم يديه  
للاستكشاف .

حاسة الشم



حاسة اللمس



الضغط العميق  
والاحساس بالجسم  
داخل الفراغ



حاسة التذوق



**حواس 8**  
الاجهزة  
الحسية

احساسنا و وعينا  
بحالة الجسم  
الداخلية



الجهاز الدهليزي  
والتوازن



حاسة السمع



حاسة البصر





اعظم وسيلة لمساعدة اطفالنا على التركيز :

# المدخلات الحسية

اظهرت الأبحاث أن منح الأطفال فترات استراحة حركية وأنشطة من الضغط العميق (استخدام العضلات والمفاصل) و التنبيه كا القفز و الركض و أنشطة الكرة و الدفع وحمل ونقل الاشياء خلال اليوم تساعد على البقاء في حالة تأهب وتركيز على المهام



معهد الكرامة للتدريب  
Al Karamah Training Institute



مدرسة الكرامة  
Al Karamah School

# الاستراحات الحركية

أشرك طفلك في فترات استراحة منتظمة للحركة على مدار اليوم لتحسين تركيزه وانتباهه من خلال :

- أنشطة الاغاني الحركية
- أنشطة التحديات الحركية
- استخدام الملاعب الخارجية العامة
- القفز على الترامبولين
- الرياضة (مثل الكاراتيه والسباحة وركوب الدراجات)