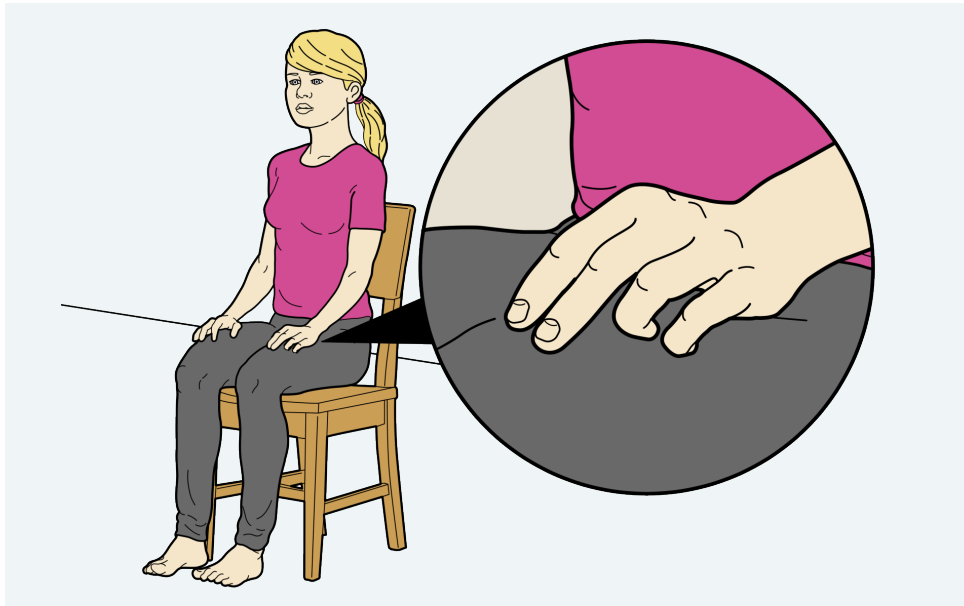
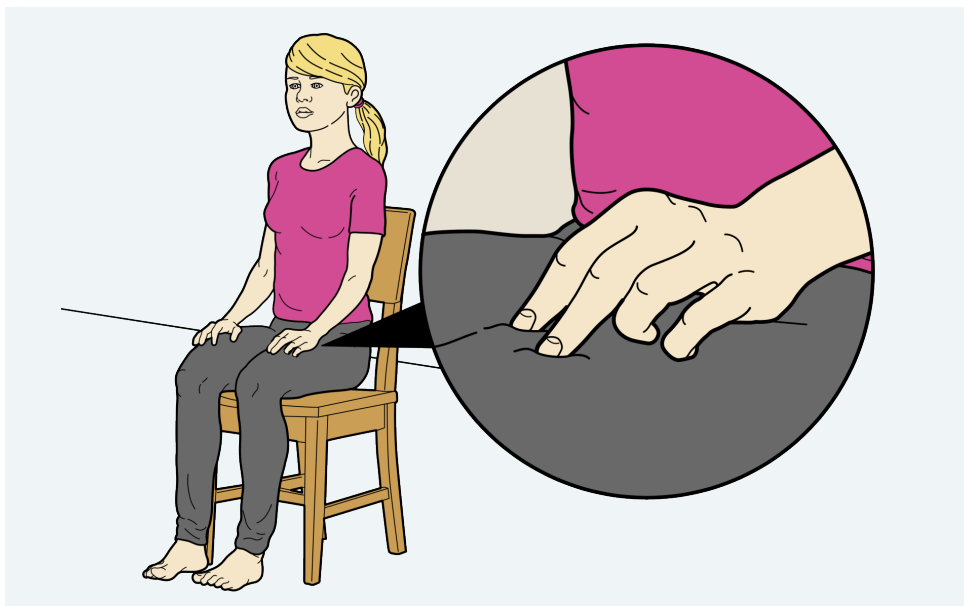


Δραστηριότητα 13: Αίσθηση γερού αγγίγματος έναντι ελαφριού αγγίγματος #1



1. Καθίστε σε μια καρέκλα ή στο πάτωμα και ακουμπήστε δύο δάχτυλα στο πάνω μέρος του ποδιού σας.

Τι μπορείτε να νιώσετε στο πόδι και στα δάχτυλά σας;



2. Τώρα πιέστε δυνατά τα δύο δάχτυλα στο πόδι σας.
3. Επαναλάβετε τα βήματα 1 και 2 εστιάζοντας στο πώς αισθάνεται το πόδι σας με κάθε είδος αγγίγματος.
4. Επαναλάβετε τα βήματα 1 και 2 εστιάζοντας στο πώς αισθάνονται τα δάχτυλα και το χέρι σας με κάθε είδος αγγίγματος.

Επακόλουθη δραστηριότητα:

Τι θα συμβεί αν το κάνετε αυτό στην κνήμη σας; Έχει διαφορετική αίσθηση στο χέρι σας από το πόδι σας;