

Ready
4Scho^ol

ПЛАНИ
ЗАНЯТЬ

2023-1-CZ01-KA220-
SCH-000156079



Co-funded by
the European Union



Co-funded by
the European Union

Ready
4School

НАЗВА ПРОЄКТУ

Підготовка до школи за допомогою дошкільної програми на основі АВА

Номер проєкту: 2023-1-CZ01-KA220-SCH-000156079

Відмова від відповідальності

За фінансової підтримки Європейського Союзу. Погляди та думки, висловлені в публікації, належать виключно автору(ам) і не обов'язково відображають позицію Європейського Союзу або Європейського агентства з питань освіти і культури (EACEA). Ані Європейський Союз, ані EACEA не несуть за них відповідальності.

Веб-сайт: <https://ready4school.eu/>

Контакт: ready4schoolerasmus@gmail.com

Плани занять Ready4School © 2024 by Masarykova Univerzita, Sina Svetulka, Vimodo ltd, Centar za autizam, INNOVATION HIVE, Odessa Regional Academy of In-Service Education is licensed under CC BY-NC-ND 4.0. Щоб переглянути копію цієї ліцензії, відвідайте

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>



MASARYK
UNIVERSITY





Зміст

Заняття 1: Дотримання правил поведінки в групі.....	3
Заняття 2: Виконання (багатокрокових) інструкцій.....	12
Заняття 3: Очікування доступу до дорослої людини та/або предмета	19
Заняття 4: Ділимося з однолітками	26
Заняття 5: Привітання та/або комплімент одноліткам	35
Заняття 6: Визнання того, що комусь боляче/сумно (емпатія)	43
Заняття 7: Просити уваги/доступу до чогось у однолітків	51
Заняття 8: Звернення за допомогою до дорослого або однолітка	57
Заняття 9: Вимагаємо уваги дорослих.....	67
Заняття 10: Управління часом	75
Заняття 11: Сприйняття змін	83
Заняття 12: Використання копінг-стратегій у складних сенсорних ситуаціях.....	92



Заняття 1:

Дотримання правил поведінки в групі

Віковий діапазон: 4-6 років

Тривалість заняття: 45 - 60 хвилин

Огляд та мета

Правила поведінки в групі в закладі дошкільної освіти мають вирішальне значення для забезпечення безпечного та сприятливого середовища для дітей дошкільного віку, коли вони починають свою освітню подорож. Ці правила є основою для встановлення чітких очікувань і настанов щодо поведінки дітей, заохочення позитивної поведінки, відповідальності та поваги до інших у групі. У дошкільному віці правила часто пристосовані до потреб розвитку дітей дошкільного віку, з особливим акцентом на сприянні соціально-емоційному навчанню. Це означає, що правила покликані допомогти дітям навчитися спілкуватися, ділитися, чергуватися, використовувати добрі слова та бути уважними слухачами. Дотримуючись цих правил, дошкільнята можуть розвинути соціальні навички, необхідні для позитивної взаємодії з однолітками, побудови міцних стосунків і розвитку здорової самооцінки. Правила також допомагають створити в групі відчуття структури та рутини, надаючи дітям відчуття безпеки та стабільності, що є важливими для їхнього загального благополуччя.

Цілі

1. Розуміти важливість дотримання правил поведінки в групі для власної безпеки та благополуччя.
2. Розвивати соціальні навички, такі як спілкування, вміння ділитися, говорити по черзі, використовувати добрі слова та бути уважним слухачем.
3. Навчитися поважати інших у групі та дотримуватися вказівок вихователя.
4. Розвивати відповідальність за своє навчальне середовище та свою поведінку.
5. Розуміти наслідки недотримання правил поведінки в групі та їхній вплив на однолітків і навчальне середовище.



Необхідні матеріали

- Книжки з картинками про дотримання правил та повагу до інших.
- Наочні посібники, такі як плакати або схеми із зображеннями правил поведінки в групі.
- Матеріали для рольових ігор, такі як перевдягання або ляльки для демонстрації прикладів дотримання правил.
- Невеликі іграшки або маніпулятори для відпрацювання навичок прийняття черги та спільного використання.
- Матеріали для написання та розфарбовування для створення індивідуальних таблиць правил у групі.
- Аудіо- та відеоресурси, такі як пісні або відеоролики, які підкреслюють важливість дотримання правил у цікавій та захоплюючій формі.

Викладацька діяльність

- Вступ (5 хвилин)
 - Зберіть дітей у коло і запитайте, чи знають вони правила і чому ми їх дотримуємося.
 - Обговоріть важливість правил і те, як вони допомагають нам бути в безпеці та щасливими.
- Книжки та плакати (15 хвилин)
 - Прочитайте історію про дотримання правил і повагу до інших, наприклад, "Девід іде до школи" Девіда Шеннона. (Можливо замінити на «Казку про Михайлика та Горе-лихо» Надії Красоткіної. <https://lnk.ua/Yx4LxJn4n>)
 - Покажіть на плакатах зображення правил поведінки в групі та обговоріть з дітьми кожне з них.
 - Запитайте, чому вони вважають це правило важливим.
- Рольова гра (15 хвилин)
 - Використовуйте маскарадний одяг або ляльок, щоб продемонструвати приклади дотримання правил. Наприклад, по черзі уявіть себе вихователем та дитиною і розіграйте різні сценарії, де дотримання правил є важливим.
- Підбиття підсумків та обмін думками (10 хвилин)
 - Дайте маленькі іграшки або маніпулятори і попросіть дітей потренуватися ділитися ними по черзі.



- Індивідуальні таблиці правил (10 хвилин)
 - Дайте кожній дитині матеріали для письма та розмальовки і попросіть їх створити свою індивідуальну таблицю правил у групі.
 - Попросіть їх додати малюнки і слова, що представляють правила, які вони вивчили під час заняття.
- Аудіо- або відеоресурси (5 хвилин)
 - Увімкніть веселу та цікаву пісню або відео, що підкреслює важливість дотримання правил.
- Висновок (5 хвилин)
 - Зберіть дітей знову в коло і повторіть, що вони дізналися про правила поведінки в групі.
 - Заохочуйте дітей використовувати свої навички в повсякденних ситуаціях.

Диференційована інструкція

Рівень 1 (діти з просунутими навичками):

- Опублікуйте правила поведінки в групі: Відобразіть чіткі та стислі правила групи в позитивній та візуально привабливій формі (наприклад, у вигляді малюнків-схем, коротких віршиків).
- Регулярно переглядайте правила: Переглядайте правила поведінки в групі на початку року, після канікул і щоразу, коли потрібно нагадати про них.
- Використовуйте позитивну мову: Формулюйте правила позитивно, зосереджуючись на тому, що ви хочете, щоб діти робили (наприклад, "Пересувайтеся всередині" замість "Не біжіть").
- Розпорядок дня: Встановіть послідовний розпорядок дня та розмістіть наочний графік, щоб допомогти дітям передбачити, що буде далі, і почуватися комфортно в структурі.
- Переходи: Чітко сигналізуйте про переходи між видами діяльності за допомогою візуальних або звукових сигналів (наприклад, дзвіночків, пісень) та надайте чіткі інструкції щодо переходів.
- "Ловіть" їх на дотриманні правил: Активно хваліть і відзначаєте вихованців, коли вони дотримуються правил. Таке позитивне підкріплення посилює бажану поведінку.



- Позитивні рольові моделі: Продемонструйте очікувану поведінку самі та заохочуйте дітей допомагати один одному дотримуватися правил.
- Винагороди для всієї групи: Запровадьте систему заохочень для всієї групи, коли вихованці колективно дотримуються правил протягом певного періоду.
- Зосередьтеся на позитивній взаємодії: Побудуйте позитивні стосунки з вихованцями та створіть сприятливий клімат у групі.
- Вибір і контроль: Пропонуйте дітям можливість вибору або контролю, коли це можливо (наприклад, вибір місця для самостійної роботи).
- Навички вирішення конфліктів: Навчіть дітей базовим навичкам вирішення конфліктів, щоб вони могли вирішувати розбіжності, не порушуючи правил.

Пам'ятайте: Стратегії Рівня 1 застосовуються до всіх вихованців у групі. Мета - створити прозоре, передбачуване та позитивне навчальне середовище, де дотримання правил стає природною частиною повсякденного життя.

Рівень 2 (діти з відповідними для їхнього розвитку навичками):

- Заздалегідь вивчіть правила за допомогою наочності та простої мови.
- Розвісьте візуальні нагадування про правила в групі.
- Забезпечити послідовне дотримання правил усіма дорослими.
- Хваліть і підтверджуйте дотримання правил.
- Використовуйте позитивні фрази, коли даєте вказівки (наприклад, "Йдіть спокійним кроком", "Іди, будь ласка, поруч" або "Ходімо спокійно" замість "Не біжіть").
- Перенаправляйте поведінку дитини на очікувану поведінку, коли вона порушує правило. Пропонуйте вибір, коли це можливо.
- Встановіть чіткий розпорядок і графік дня.
- Розбивайте складні дії на менші, більш керовані кроки з чіткими інструкціями.
- Запропонуйте час очікування після надання інструкцій, перш ніж очікувати на відповідь.
- Навчіть дітей навичкам саморегуляції, наприклад, вправам на глибоке дихання або лічбі, щоб заспокоїтися.



- Практикуйтеся виконувати вказівки за допомогою ігор або вправ, щоб закріпити цю навичку в цікавій формі.
- Залучайте дітей до рольових ігор, де вони можуть попрактикуватися в дотриманні правил і позитивних наслідках, які з цього випливають.

Ці стратегії Рівня 2 можна використовувати разом зі стратегіями Рівня 1, щоб створити комплексний підхід, який допоможе дітям навчитися дотримуватися правил. Стратегії Рівня 1 зазвичай застосовуються в групі для всіх вихованців, тоді як стратегії Рівня 2 використовуються для дітей, які потребують додаткової підтримки.

Рівень 3 (діти, які потребують додаткової підтримки):

- Визначте конкретні проблеми: Попрацюйте з дитиною, щоб визначити конкретні проблеми, з якими вона стикається при виконанні правил. Важко зрозуміти саме правило? Проблеми з переходами? Сенсорне перевантаження?
- Індивідуальні таблиці правил: Створюйте індивідуальні правила за допомогою наочності та чіткої, лаконічної мови, пристосованої до потреб дитини. Використовуйте картинки, піктограми або навіть прості малюнки, щоб представити правило.
- Соціальні історії: Розробіть соціальні історії, які пояснюють важливість дотримання правил і наслідки їх порушення. Ці історії можна персоналізувати, вказавши ім'я дитини та конкретні ситуації в групі.
- Попередня корекція: Нагадуйте дитині про очікувану поведінку спокійно і позитивно до того, як виникне потенційно складна ситуація. Такий проактивний підхід може допомогти запобігти поведінці, що порушує правила.
- Навчання соціальним навичкам: Надавати цілеспрямоване навчання соціальним навичкам, особливо зосереджуючись на таких навичках, як вміння звертатися по черзі, уважно слухати та виконувати вказівки.
- Тайм-аут з можливістю вибору: Впроваджуйте модифіковану систему тайм-аутів, коли дитина може вибрати заспокійливу діяльність під час короткої перерви, щоб відновити самовладання. Це дає дитині відчуття контролю і зменшує її асоціацію з покаранням.
- Жетонна економіка: Впровадьте систему жетонної економіки, де дитина заробляє жетони, дотримуючись правил. Потім ці жетони можна обміняти на бажані види діяльності або винагороди.



- "Ловіть їх на тому, що вони хороші": Активно шукайте можливості похвалити дитину за дотримання правил, навіть, здавалося б, незначних. Таке позитивне підкріплення посилює бажану поведінку.
- Дошки вибору: Перед початком заняття запропонуйте дитині дошку вибору з двома-трьома прийнятними варіантами, з яких вона може вибрати. Це забезпечує певний рівень контролю і зменшує ймовірність опору.
- Структуроване середовище: Забезпечте структуроване середовище в групі з чіткими правилами та очікуваннями.
- Сенсорні модифікації: Якщо сенсорне перевантаження сприяє порушенню правил, спробуйте застосувати такі модифікації, як навушники з шумозаглушенням, інструменти для непосиди або доступ до заспокійливих зон.

Пам'ятайте: Втручання 3-го рівня є більш інтенсивними, ніж на 1-му чи 2-му рівнях, і можуть передбачати співпрацю зі спеціалістами. Мета - надати цілеспрямовану підтримку, яка допоможе дитині зрозуміти очікування, розвинути механізми подолання труднощів і сформувати успішний досвід дотримання правил.

Рівень 4 (діти, які потребують значної допомоги та мають обмежені комунікативні навички):

Інструкції рівня 4 зосереджені на високоіндивідуалізованій та інтенсивній підтримці дітей з розладами аутистичного спектру (РАС) або іншими порушеннями, які потребують значної допомоги в дотриманні правил. Ось кілька стратегій для розгляду:

- Негайне і часте підкріплення: Використовуйте негайне і часте позитивне підкріплення (наприклад, похвалу, улюблену іграшку, "п'ять") навіть за невеликі спроби дотримуватися правил.
- Поєднання з улюбленими видами діяльності: Поєднуйте дотримання правил з улюбленою діяльністю, щоб підвищити мотивацію. Наприклад, дозвольте доступ до улюбленої іграшки або діяльності лише після виконання правила.
- Візуальні розклади та рутини: Створюйте наочні розклади, використовуючи картинки або природні об'єкти, щоб зобразити майбутні дії та очікувану поведінку.



- Дошки "спочатку/потім": Використовуйте дошки "спочатку/потім" з наочністю, щоб пояснити, що має відбутися спочатку (виконання правила) перед бажаною діяльністю (улюбленою іграшкою).
- Фізичні підказки та керівництво з рук в руки: Надавайте фізичні підказки або керівництво з рук в руки, щоб продемонструвати бажану поведінку (наприклад, фізично показуйте дитині, що вона повинна сісти під час гри в колі). Поступово зменшуйте кількість підказок у міру того, як дитина розвиває самостійність.
- Прості та зрозумілі правила: Зосередьтеся на кількох простих і зрозумілих правилах одночасно. Розбивайте складні правила на менші, більш керовані кроки.
- Моделювання очікуваної поведінки: Змоделюйте очікувану поведінку самі і заохочуйте однолітків робити те саме. Це дає чіткий візуальний приклад того, як виглядає "слідування правилу".
- Визначте тригери: Співпрацюйте зі спеціалістами (наприклад, поведінковими аналітиками), щоб визначити тригери, які можуть ускладнити дотримання правил для дитини (наприклад, сенсорне перевантаження, нечіткі очікування).
- Проактивні стратегії: Розробляйте проактивні стратегії для усунення потенційних тригерів до того, як вони переростуть у складну поведінку. Це може включати заспокійливі заходи, візуальні нагадування або зміну оточення.
- Замісна поведінка: Навчіть дитину замісній поведінці для складних ситуацій, які виникають, коли правила не виконуються. Наприклад, навчіть її використовувати картку з малюнком, щоб висловити свою потребу, замість того, щоб влаштовувати істерику.
- Альтернативна та допоміжна комунікація (АДК): Якщо дитина має обмежені навички вербальної комунікації, спробуйте використовувати методи АДК, такі як картки з малюнками або комунікаційні додатки, щоб полегшити спілкування про потреби та розуміння правил.
- Проста і пряма мова: Використовуйте просту, пряму мову з короткими реченнями та позитивними формулюваннями, повідомляючи про очікування.
- Перевірте розуміння: Регулярно перевіряйте розуміння дитиною правила, ставлячи прості запитання або використовуючи жести.



Додаткові поведінкові стратегії

- Очікувані поведінкові виклики:
 - Деструктивна поведінка, недотримання правил, відсутність концентрації уваги.
- Превентивні стратегії:
 - Використовуйте позитивне підкріплення, встановлюйте чіткі очікування, забезпечуйте структурований розпорядок дня та використовуйте наочні посібники.
- Стратегії втручання при складних формах поведінки:
 - Використовуйте перенаправлення, пропонуйте позитивний зворотній зв'язок і забезпечте спокійний і безпечний простір, щоб діти могли зробити перерву.

Стратегії співпраці

- **Відповідна взаємодія:** Батьки, практичні психологи, консультанти та адміністрація.
- **Можливості для включення:**
 - Залучайте батьків до закріплення правил у групі та вдома
 - співпрацювати зі практичними психологами, консультантами для вирішення проблемної поведінки та звертатися за підтримкою до адміністрації, коли це необхідно.

Технологічна інклюзія

- Додатки, інструменти, програмне забезпечення тощо, які будуть використовуватися:
 - Інтерактивні дошки, навчальні програми та відео.
- Супер прості правила - інтерактивний додаток, який вчить дітей дотримуватися правил та поважати інших.
- PBS Kids - веб-сайт, який пропонує навчальні відео та ігри на тему дотримання правил та соціально-емоційного навчання.
- Вулиця Сезам - популярне дитяче шоу, в якому є епізоди про дотримання правил і вміння ладнати з іншими.
- Сусіди тигра Даніеля - анімаційний серіал, який фокусується на соціально-емоційному навчанні, в тому числі на дотриманні правил та прояві поваги.



- Happy Kids Timer - додаток, який допомагає маленьким дітям розвивати корисні звички та розпорядок дня, дотримуючись простих правил.
- Kid-E-Cats - шоу, яке вчить дошкільнят працювати в команді, чергуватися та дотримуватися правил.
- ABCmouse - освітній веб-сайт, який пропонує заняття з соціально-емоційного навчання, включаючи дотримання правил та відповідальність.
- BrainPOP Jr. - веб-сайт, який пропонує навчальні відео на різні теми, в тому числі про дотримання правил і правильний вибір.

Результати

Кроки для перевірки розуміння здобувача освіти:

1. Спостереження за дотриманням вихованцями правил поведінки в групі.
2. Збір даних про те, скільки разів вихованці порушують правила або дотримуються їх.
3. Самооцінка дитиною розуміння правил поведінки в групі.

Додаткові ресурси підтримки

Веб-сайти/посилання на інші корисні ресурси з обраної теми.

- <https://www.autismadventures.com/teaching-classroom-rules/>
- https://cdn2.hubspot.net/hub/94958/file-1524764724-pdf/dos_and_donts_of_classroom_management_your_25_best_tips.pdf
- <https://www.teachhub.com/classroom-management/2016/01/classroom-management-develop-clear-rules-and-expectations/>
- <https://www.autismadventures.com/classroom-rules-behavior-basics/>
- <https://iris.peabody.vanderbilt.edu/module/ecbm/cresource/q1/p03/>
- <https://autismclassroomresources.com/visual-rules-and-expectations-freebie/>



Заняття 2: Виконання багатокрокових інструкцій

Віковий діапазон: 3-8

Тривалість заняття: 60 хвилин

Огляд та мета

Мета цього заняття - розвинути здатність дитини виконувати багатокрокові інструкції, що є фундаментальною навичкою для академічного успіху та повсякденного життя. Розбиваючи завдання на прості кроки та надаючи чіткі інструкції, діти навчаться уважно слухати, послідовно опрацьовувати інформацію та ефективно виконувати завдання. Оволодіння цією навичкою сприяє когнітивному розвитку, покращує академічну успішність, виховує самостійність і впевненість у виконанні завдань.

Цілі

1. Дотримуйтесь покрокових інструкцій дорослого під час групової діяльності.
2. Дотримуйтесь покрокових інструкцій дорослого під час групової діяльності.
3. Дотримуйтесь покрокових інструкцій від колеги під час групової діяльності.
4. Дотримуйтесь покрокових інструкцій від однолітків під час групової вправи.

Необхідні матеріали

- Червона, синя, жовта та зелена крейда для кожної дитини
- Папір
- Олівці та маркери
- Роздруківки простих креслень
- Друковані інструкції



Викладацька діяльність

- Вступ (5 хвилин):
 - Зберіть дітей у коло і поясніть, що таке покрокове виконання інструкцій. Обговоріть, чому важливо дотримуватися інструкцій і як це допомагає нам успішно виконувати завдання. Наведіть приклади покрокових інструкцій з повсякденної діяльності, наприклад, приготування бутерброда або прибирання іграшок.
- Замовлення об'єктів (10 хвилин).
 - Розкладіть кольорову крейду на столі перед вихованцями. Поясніть їм, що вони повинні переставити крейду відповідно до ваших інструкцій.
 - Для однокрокових інструкцій давайте прості почергові вказівки, наприклад: "Візьми синю крейду". "Поклади її перед червоною крейдою", або попросіть їх зробити фігуру, наприклад, "Зроби літеру «Т» за допомогою крейди". Наприкінці у всіх дітей має бути однаковий порядок/фігура.
 - У двокрокових інструкціях давайте дві інструкції одночасно. Наприклад: "Візьми синю крейду і поклади її перед червоною", "Переклади жовту крейду на друге місце". "Переклади олівець з першого місця на третє".
 - Наприкінці всі діти повинні мати однаковий порядок/форму. Ви можете просуватися настільки, наскільки хочете, поступово ускладнюючи інструкції. Наприклад: "Поклади зелену крейду на третє місце, а останню крейду - на перше місце".
- Малювання (15 хвилин)
 - Об'єднайте дітей в пари, переконавшись, що кожна пара складається з партнерів зі схожими здібностями. Попросіть їх сісти обличчям один до одного, де один партнер буде "інструктором", а інший - "підопічним".
 - Дайте простий дизайн/малюнок "інструктору", який починає давати усні інструкції щодо малюнка своєму партнеру, який уважно слухає і виконує вказівки. Після завершення малюнка "малювальник" повинен відгадати, що це був за малюнок. Переконайтеся, що діти помінялися ролями, дозволивши кожній дитині по черзі побути і в ролі інструктора, і в ролі "малювальника".



- Саймон розповідає (15 хвилин)
 - Пограйте в класичну гру "Саймон каже", але трохи по-іншому. Почніть з простих дій і поступово переходьте до багатокрокових інструкцій, наприклад, "Саймон каже, зробіть три кроки вперед, двічі оберніться і плесніть у долоні". Діти повинні уважно слухати і правильно виконувати всі кроки, щоб залишитися в грі.
 - Узагальнення: Попросіть одного з дітей провести гру і давати інструкції (ви можете надати список інструкцій, на які ви хочете орієнтуватися).
- Груповий виклик (15 хвилин)
 - Попросіть дітей сісти в коло. Кожна дитина отримає папірець із написаним на ньому напрямком. Хитрість полягає в тому, що вони можуть рухатися за своїм напрямком лише після того, як інша дитина виконає свій. Отже, вони повинні бути дуже уважними!
 - Вам знадобиться стільки папірців, скільки дітей, але для того, щоб гра працювала, інструкції повинні бути в послідовному порядку. Ви можете створити власні мішені (або скористатися наведеними нижче), роздрукувати кожен інструкцію на аркуші паперу і роздати їх у довільному порядку.
 - Щоб ще більше ускладнити завдання, ви можете дати кожній дитині два напрямки, щоб йому довелося приділяти пильну увагу двом різним діям одночасно. Це також буде чудова гра для дітей з цілями розвитку уваги!

Приклад:

Вихователь починає: Стрибки на місці.

Після того, як хтось підстрибне на місці, встаньте і двічі покружляйте двічі навколо себе.

Після того, як хтось покружляє двічі, встаньте і плесніть у долоні тричі.

Після того, як хтось тричі плесне в долоні, встаньте і тупніть ногами.

Коли хтось тупне ногою, встаньте і вигукніть своє ім'я.

Після того, як хтось вигукне своє ім'я, встаньте і гавкніть, як собака.

Після того, як хтось гавкне, як собака, встаньте і помахайте волоссям туди-сюди.

Після того, як хтось помахав волоссям туди-сюди, встаньте і двічі підстрибніть.

Після того, як хтось стрибне двічі, встаньте і вклоніться.

Після того, як хтось вклонився, встаньте і скажіть "КІНЕЦЬ!"



Диференційована інструкція

Рівень 1 (діти з просунутими навичками):

- Під час занять давайте дітям більш складні та творчі інструкції.
- Заохочуйте їх створювати власні покрокові інструкції для однолітків.

Рівень 2 (діти з відповідними для їхнього розвитку навичками):

- Надавайте чіткі та стислі інструкції під час заходів.
- Хваліть і заохочуйте за точне виконання інструкцій.
- Надайте дітям можливість керувати та давати вказівки своїм одноліткам.

Рівень 3 (діти, які потребують додаткової підтримки):

- Розбивайте інструкції на менші кроки, щоб зробити їх більш керованими.
- Запропонуйте наочні посібники або моделювання для кращого розуміння.
- Забезпечте додаткову практику і повторення для дітей, які можуть мати труднощі з виконанням багатоступеневих інструкцій.
- Зробіть "гнучкі" та "негнучкі" картки, щоб допомогти дитині розпізнати, коли вона або хтось інший поводить себе "гнучко" та "негнучко".

Рівень 4 (діти, які потребують значної допомоги та мають обмежені комунікативні навички):

- Запропонуйте підтримку 1-2-1 від вихователя або асистента під час занять.
- Спростіть інструкції та використовуйте жести, моделювання та фізичні підказки, щоб допомогти їм зрозуміти та виконати завдання.
- Розбивайте завдання на менші, більш досяжні кроки і давайте багато позитивного підкріплення за кожен успіх.
- Надайте письмові інструкції разом із відповідними малюнками. Заохочуйте дітей самостійно зіставляти письмові інструкції з малюнками. Це покращує розуміння письмових та усних інструкцій, а також включає візуальні підказки для підкріплення.



- Розгляньте можливість включення сенсорних елементів або альтернативних методів комунікації для залучення дітей з обмеженими вербальними здібностями.

Додаткові поведінкові стратегії

Очікувані поведінкові проблеми:

- Труднощі з виконанням багатокрокових інструкцій, що може призвести до розчарування і спричинити складну поведінку (істерики, агресію тощо).
- Труднощі з подоланням втрати, що може призвести до складної поведінки.
- Складно залишатися зосередженим.
- Невиконання вимог або опір участі в групових заходах.

Превентивні стратегії:

- Надавати чіткі та стислі інструкції, використовуючи просту мову та наочні посібники для полегшення розуміння.
- Налаштуйте дитину на успіх, обов'язково розбивши інструкції на менші, легкі для виконання кроки, враховуючи здібності кожної дитини.
- Заохочуйте дитину похвалою, позитивними словами або матеріальною винагородою, якщо це необхідно (позитивне підкріплення), щоб мотивувати і заохочувати її до участі.
- Включайте рухливі перерви та сенсорні вправи, щоб допомогти дітям регулювати рівень енергії та уваги.
- Встановіть послідовний розпорядок дня та наочний графік, щоб сприяти передбачуваності та зменшенню тривожності.
- Пропонуйте дитині вибір у діяльності, щоб підвищити її почуття контролю та автономії. Дозвольте дитині обирати завдання або види діяльності, яким вона надає перевагу, або запропонуйте їй вибір способу виконання завдань. Це може допомогти зменшити опір участі та підвищити залученість і співпрацю.
- Встановіть чіткі очікування та правила поведінки, а також моделюйте відповідні соціальні навички
- Заохочуйте позитивну та дружню атмосферу під час ігор чи заходів, наголошуючи на задоволенні від участі, а не на зосередженні лише на перемозі.



- Змодельуйте відповідні реакції на перемогу і поразку, демонструючи милосердя і стійкість в обох ситуаціях.
- Пропонуйте часті можливості для руху та активної участі, щоб запобігти неспокою та нудьзі.

Стратегії втручання при складних формах поведінки:

- Перенаправляйте поведінку, що не пов'язана з виконанням завдань.
- Нагадуємо правила гри.
- Використовуйте таймер, щоб показати, скільки часу залишилося до завершення вправи.
- Використовуйте методи деескалації, такі як вправи на глибоке дихання або візуальне заспокоєння, щоб допомогти дітям керувати сильними емоціями та поведінкою.
- Пропонуйте індивідуальні вказівки та допомогу за потреби, щоб дитина відчувала підтримку і була здатна виконати завдання.
- Якщо під час заняття виникають проблеми з поведінкою, переконайтеся, що всі діти в безпеці.
- Мінімізуйте увагу, яку ви приділяєте складним формам поведінки. Натомість чітко висловлюйте похвалу дітям, які демонструють бажану поведінку. Якщо потрібно припинити заняття з дитиною, обов'язково поверніться до нього, коли дитина заспокоїться.
- Коли дитина заспокоїться, підійдіть до неї зі співчуттям і розумінням, визнаючи її почуття розчарування або розчарування. Заспокойте дитину і похваліть її за зусилля, навіть якщо вона не досягла успіху. Заохочуйте дитину висловлювати свої емоції вербально і підтверджуйте її почуття.

Стратегії співпраці

- **Відповідна взаємодія:** Батьки відіграють вирішальну роль у підтримці навчання та розвитку своєї дитини. Ви можете співпрацювати з ними, пропонуючи їм практикувати ігри вдома. Інші педагоги та терапевти також можуть співпрацювати, надаючи дитині багато можливостей для виконання інструкцій у групі.
- **Можливості для включення:** Батьки і педагоги можуть практикувати "Дотримання інструкцій" вдома і під час щоденних занять, доручаючи дитині виконувати щоденні завдання.



Технологічна інклюзія

Гра за інструкцією: <https://apps.apple.com/ca/app/following-directions-game/id1203449640>

Саймон каже <https://apps.apple.com/us/app/word-vault-pro/id672989436>
<https://www.hearbuilder.com/>
<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.DefaultCompany.Splingo&hl=en&gl=US>

Створюйте візуальні матеріали: <https://arasaac.org/index.html>

Результати

1. Спостерігайте за реакцією дитини, коли дорослий або одноліток дає їй вказівки під час занять та протягом дня.
2. Збирайте дані про виконання дитиною інструкцій. Ви можете підрахувати, скільки разів дитина правильно виконала одно- або багатокрокову інструкцію самостійно або з вашою додатковою допомогою/підказками, а також скільки разів вона не виконала її до кінця. Крім того, збирайте дані про кількість кроків, які дитина успішно виконала, щоб ви могли поступово збільшувати кількість кроків. Приклад форми нижче:

Дата	Цільова кількість кроків в інструкції	Самостійно виконано	Дотримується підказок	Не довела справу до кінця	Виклична поведінка так/ні
1.3.	2			x	ТАК
1.3.	2		x		ТАК
1.3.	2		x		НІ
1.3.	2	x			НІ

Додаткові ресурси підтримки

<https://www.youtube.com/watch?v=8xXgo3Dq214>

<https://www.youtube.com/watch?v=dEk9FbPNv4E>

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



Заняття 3: Очікування доступу до дорослої людини та/або предмета

Віковий діапазон: 3-6 років

Тривалість заняття: 60 хвилин

Огляд та мета

Розвивати соціальні навички та навички саморегуляції, навчаючи дитину терпляче чекати до 90 секунд, використовуючи слова очікування, такі як "добре" або піднятий вгору великий палець (якщо це доречно), щоб отримати доступ до дорослого, допомоги та/або матеріалів. Якщо у дитини немає голосу, вона може мовчати.

Розвиток навички очікування в дошкільному віці є життєво важливим для дітей перед переходом до початкової школи. Це готує їх до участі в структурованих заходах і дотримання розпорядку дня, забезпечуючи більш плавний перехід і кращу залученість у освітній процес. У соціальному плані очікування сприяє позитивній взаємодії з однолітками та дорослими, розвиваючи емпатію, співпрацю та вирішення конфліктів, що є важливими для стосунків у початковій школі. Крім того, це допомагає управлінню групою дітей, зменшуючи деструктивну поведінку, і дозволяє педагогу зосередитися на навчанні. В емоційному плані воно розвиває саморегуляцію, що має вирішальне значення для подолання викликів у середовищі початкової школи. Зрештою, навчання очікування в дошкільному віці дає дітям навички, необхідні для академічного, соціального та емоційного успіху в початковій школі та за її межами.

Цілі

1. Терпляче зачекайте 30 секунд, коли вам кажуть "зачекайте" після того, як ви попросили дорослого про допомогу або про доступ до бажаних предметів.
2. Терпляче зачекайте 60 секунд, коли вам кажуть "зачекайте" після того, як ви попросили дорослого про допомогу або доступ до бажаних предметів.



3. Терпляче чекати 90 секунд, коли вам кажуть "зачекайте" після того, як ви попросили дорослого про допомогу або доступ до бажаних предметів.

Переконайтеся, що дитина щиро бажає отримати предмет, або хоче взаємодіяти з людиною, або просить про допомогу (дитина повинна висловити це бажання, або вербально, або показуючи на нього, або використовуючи іншу форму спілкування, щоб показати свою перевагу).

Необхідні матеріали

Матеріали, які використовуються, є цінними для дітей, діти хочуть гратися з ними або контактувати з ними.

- Книжки з малюнками/соціальні історії про очікування (наприклад, "Чекати нелегко" Мо Віллемс або надана соціальна історія про очікування)
- Таймер або годинник
- Наочні посібники (наприклад, фотографії або плакати, що ілюструють очікування)
- Реквізит для рольових ігор (наприклад, ігрова їжа, іграшки)
- Папір та кольорові олівці/маркери

Викладацька діяльність

- Вступ (10 хвилин):
 - Зберіть дітей у коло і обговоріть з ними поняття очікування. Поставте запитання на кшталт: "Що означає чекати?" і "Чи можете ви пригадати випадки, коли вам доводиться чекати?".
- Прочитайте ілюстровану книжку про очікування, залучаючи дітей до обговорення досвіду героїв, пов'язаного з очікуванням. Використовуйте книгу про очікування місцевою мовою або переклад короткої соціальної історії про очікування, яку можна знайти тут: <https://ellakids.app/>
- Розуміння очікування (10 хвилин):
 - Використовуйте наочні посібники (для ілюстрації різних сценаріїв, де необхідно чекати (наприклад, чекати черги на гойдалці, чекати, поки друг закінчить грати).



- Обговоріть, чому очікування важливе і як воно допомагає нам та іншим.
- Стратегії очікування (10 хвилин):
 - Впроваджуйте різні стратегії терплячого очікування, наприклад, глибоке дихання, лічба, відволікання на якусь діяльність.
 - Продемонструйте використання стратегій, попросіть дітей виконувати їх разом з вами (наприклад, всі разом глибоко вдихають або рахують).
- Рольова гра (10 хвилин):
 - Об'єднайте дітей в пари і дайте їм реквізит для рольової гри (наприклад, іграшкову їжу, іграшки).
 - Призначте одну дитину в кожній парі "офіціантом", а іншу - "людиною, яка чекає".
 - Попросіть "людину, яка чекає" потренувати терпіння, поки "офіціант" вдає, що не поспішає подавати їжу або ділитися іграшками.
 - Через кілька хвилин поміняйтеся ролями і повторіть вправу.
- Мистецька активність (10 хвилин):
 - Надайте папір та кольорові олівці/маркери.
 - Попросіть дітей намалювати, як вони терпляче чекають.
- Висновок (5 хвилин):
 - Зберіть дітей знову в коло і повторіть, що вони дізналися про очікування.
 - Потренуйтеся чекати разом у групі (наприклад, запитайте групу, чи хочуть вони послухати улюблену пісню, а потім попросіть їх почекати разом, використовуючи відпрацьовану стратегію, протягом 30 секунд, перш ніж увімкнути пісню).
 - Заохочуйте дітей використовувати свої навички терпіння в повсякденних ситуаціях і нагадуйте їм, що практика очікування допомагає нам рости і вчитися.

Диференційована інструкція

Рівень 1 (діти з просунутими навичками):

- Розширюйте навчання: Надайте можливості для глибшого вивчення концепції очікування, наприклад, обговоріть, чому очікування може бути корисним.



- Заохочуйте критичне мислення: Ставте відкриті запитання, які спонукають дітей розмірковувати про власний досвід очікування та розглядати альтернативні перспективи.
- Виховуйте лідерство: Призначайте лідерські ролі дітям, які демонструють просунуті навички очікування, наприклад, керують груповими практиками "гра в учителя"/моделюють стратегії очікування для своїх однолітків.
- Створюйте виклики: Під час рольових ігор пропонуйте більш складні сценарії очікування, наприклад, очікування впродовж тривалого часу або в ситуаціях, які більше відволікають.

Сприяйте саморефлексії: Заохочуйте дітей розмірковувати про власний прогрес у розвитку навичок терпіння та очікування, ставлячи перед собою особисті цілі для вдосконалення.

Рівень 2 (діти з відповідними для їхнього розвитку навичками):

- Дотримуйтесь стандартного заняття: Дотримуйтесь плану заняття, як зазначено в ньому, переконавшись, що вправи та обговорення відповідають віку та є цікавими.
- Диференціюйте інструкції: Під час рольових ігор пропонуйте дітям різні рівні завдань, змінюючи складність сценаріїв очікування або тривалість часу, протягом якого їх просять чекати.
- Надайте можливість вибору: Під час обговорення дозвольте дітям обирати різні стратегії очікування і заохочуйте їх обирати ті, з якими вони почуваються найкомфортніше.

Рівень 3 (діти, які потребують додаткової підтримки):

- Спростіть мову: Використовуйте простішу мову і коротші речення, щоб пояснити поняття очікування.
- Надайте візуальну підтримку: Використовуйте більше наочних посібників, таких як картки з малюнками або реальні фотографії, щоб проілюструвати сценарії очікування, або візуальний таймер, що показує зворотний відлік часу очікування.
- Пропонуйте конкретні приклади: Використовуйте конкретні приклади очікування, які можуть бути зрозумілі дітям, наприклад, очікування перекусу або очікування черги на гірку.



- Використання поведінкової стратегії «шейпінг»: Систематично використовуйте практичні сценарії очікування, які переходять від очікування менш бажаних предметів до більш бажаних.
- Використовуйте моделювання: Демонструйте стратегії очікування самі і заохочуйте дітей моделювати вашу поведінку.
- Забезпечте додаткову практику: Пропонуйте додаткові можливості для практики під час рольових ігор, виправляйте і хваліть дитину за потреби, або працюйте з нею один на один, націлюючи її на повторне очікування.
- Пропонуйте підтримку однолітків: Під час рольових ігор об'єднуйте дітей у пари з дітьми з різним рівнем здібностей, щоб вони могли бачити зразки для наслідування серед однолітків.

Рівень 4 (діти, які потребують значної допомоги та мають обмежені комунікативні навички):

- Забезпечити візуальну підтримку.
- Спростуйте мову: використовуйте лише одне слово при спілкуванні з дитиною.
- Спочатку встановіть короткий час очікування (навіть 1 секунда може бути достатньою).
- До поступового збільшення часу очікування слід підходити з терпінням, переходячи від 1 секунди до 3 секунд, 4 секунд і так далі. Залишайте достатньо часу.
- Застосовуйте поведінкові техніки «шейпінг»: Почніть чекати на щось або когось менш значущого для дітей, а потім поступово переходьте до більш цінних предметів або людей.
- Пропонуйте підтримку однолітків: Під час рольових ігор об'єднуйте дітей у пари з дітьми з різним рівнем здібностей, щоб вони могли бачити зразки для наслідування серед однолітків.
- Забезпечте додаткову практику: Пропонуйте додаткові можливості для практики під час рольових ігор, робіть зауваження та хваліть за потреби, працюйте з дитиною один на один, орієнтуючись на повторювані можливості очікування.



Додаткові поведінкові стратегії

Очікувані поведінкові проблеми: Істерики (наприклад, плач, падіння на землю, крики) або хапання людей/предметів можуть виникати через необхідність чекати.

Профілактичні стратегії: Щоб запобігти виникненню проблемної поведінки, перед початком заняття зробіть такі кроки:

- Змініть навколишнє середовище: приберіть улюблені предмети з-під досяжності та дистанційуйтеся від дитини, яка, найімовірніше, буде схильна до проблемної поведінки.
- Систематично вибирайте цільові предмети для тренування очікування, працюючи над освоєнням очікування менш бажаних предметів, перш ніж працювати над очікуванням більш бажаних предметів.
- Налаштуйте дитину на успіх, переконавшись, що вона провела достатньо часу з вами та/або з улюбленими предметами, перш ніж починати роботу над очікуванням на груповому занятті.
- Заохочуйте (наприклад, словесною похвалою) маленькі успіхи, які ви помічаєте у дитини (наприклад, сидіння в групі, уважність на занятті).

Стратегії втручання у випадку складної поведінки: Якщо виклична поведінка трапляється під час заняття, переконайтеся, що всі діти в безпеці. Зведіть до мінімуму увагу, яку ви приділяєте проблемній поведінці. Натомість чітко висловлюйте похвалу дітям, які демонструють бажану поведінку. Якщо вправу з очікування для дитини потрібно припинити, обов'язково поверніться до неї знову, коли дитина заспокоїться.

Припинення означає, що дитина продемонструвала складну поведінку, і їй було надано дві можливості заспокоїтися. Якщо дитина не може заспокоїтися, вона втрачає доступ до бажаного предмета, допомоги або особи

Стратегії співпраці

- **Відповідна взаємодія:** Подумайте про співпрацю з батьками, попросивши їх надіслати список речей/ситуацій, в яких їхня дитина вважає очікування більш складним.



- **Можливості для включення:** Попросіть батьків попрацювати над очікуванням вдома і надішліть додому копії наочних посібників, використаних на занятті.

Технологічна інклюзія

Для підтримки очікування можна використовувати візуальні ефекти, які є частиною таких програм, як таймер часу:

<https://www.timetimer.com/collections/applications>

Результати

1. Поспостерігайте, як дитина поводить себе в очікуванні під час заняття і протягом дня.
2. Зберіть дані про поведінку дитини під час очікування. Це може бути кількість разів, коли дитина чекала самостійно або з вашою додатковою допомогою/підказками. Крім того, збирайте дані про тривалість очікування (наприклад, 30 секунд), щоб ви могли систематично повторювати частини навчальної діяльності, які передбачають триваліші періоди очікування. Приклад форми нижче:

Дата	Цільовий час очікування	Виклична поведінка так/ні
1.3.	30 сек	ТАК
1.3.	30 сек	ТАК
1.3.	30 сек	НІ
1.3.	30 сек	НІ

Додаткові ресурси підтримки

<https://best-practice.middletonautism.com/teachingcoreskills/waiting/>

<https://youtu.be/WYgZb3B87pw?si=6--65KH2zL5u03ZR>

<https://autismclassroomresources.com/teach-waiting/>

<https://www.youtube.com/watch?v=xQr7NTO1rh4>

<https://www.youtube.com/watch?v=u5CwKg7gYm8>



Заняття 4: Ділимося з однолітками

Віковий діапазон: 3-6 років

Тривалість заняття: 60 хвилин

Огляд та мета

Соціальні навички дають дітям широкий спектр переваг. Вони пов'язані з більшою успішністю в школі та кращими стосунками з однолітками.

Ділитися - це фундаментальна соціальна навичка, яку більшість дітей зазвичай набувають, коли ростуть і взаємодіють з іншими. Це важливий аспект побудови позитивних стосунків і орієнтування в соціальних ситуаціях. Вміння ділитися - важлива соціальна навичка, яка допомагає дітям будувати стосунки, співпрацювати та позитивно взаємодіяти з однолітками.

Готовність поділитися закускою чи іграшкою може допомогти дітям знайти та зберегти друзів. Згідно з дослідженням, опублікованим у журналі Psychological Science, діти вже у віці 2 років можуть виявляти бажання ділитися з іншими - але зазвичай лише тоді, коли у них є багато ресурсів. Однак діти у віці від 3 до 6 років часто проявляють егоїзм, коли справа доходить до того, щоб ділитися ресурсами, які мають певну ціну. Вони можуть неохоче ділитися половиною свого печива з другом, тому що це означає, що у них залишиться менше смаколика. Але ті ж самі діти можуть охоче поділитися іграшкою, з якою їм більше не цікаво гратися.

Для дітей з розладами аутистичного спектру (РАС) навчання ділитися інформацією може бути пов'язане з особливими труднощами.

Цілі

1. Коли інша дитина не має іграшок або матеріалів для гри, протягом 10 секунд після появи новачка цільова дитина запропонує їй кілька іграшок або матеріалів, які є в межах досяжності.

Необхідні матеріали

- Ножиці, кольорові олівці, маркери, клейкі палички та будь-які інші художні матеріали, необхідні для виконання групового мистецького проекту



- Книжки з картинками, соціальні історії
- Великі набори іграшок, іграшки для вільної гри
- Візуальний графік, картки візуальної підтримки
- Іграшки з конструктора
- Планшет/ноутбук

Викладацька діяльність

- Вступ (10 хвилин):
 - Під час роботи в колі обговоріть поняття "ділитися". Поставте запитання на кшталт: "Що означає ділитися?" і "Чи можеш ти пригадати випадки, коли тобі потрібно поділитися чимось з друзями?".
 - Прочитайте ілюстровану книжку про взаємодопомогу, залучаючи дітей до обговорення досвіду героїв у цій сфері. Використовуйте книжку місцевою мовою про спільне використання або переклад короткої соціальної історії про очікування, яку можна знайти тут.
 - Опишіть, як ділитися: "Коли ти бачиш когось, у кого немає іграшок, поділися з ним іграшками".
- Рольова гра (10 хв.)
 - Вихователі моделюють відповідні взаємодії. Ведучий запрошує дитину пограти з великим набором іграшок (наприклад, 10 вантажівок). Потім ведучий запрошує ще одну дитину приєднатися до ігрової зони. Якщо дитина бере участь в обміні іграшками, тобто пропонує іграшку новачкові, вихователь хвалить її: "Молодець, що поділився іграшками, коли побачив когось, у кого їх не було. Це було дуже по-дружньому". Якщо дитина не бере участі в обміні, педагог тимчасово забирає у неї іграшки і каже: "Коли ти побачиш когось, у кого немає іграшок, поділися з ним іграшками. Давай потренуємося".
- Побудуй вежу (10 хв.)
 - Побудуйте вежу всією командою. По черзі кладіть цеглинки на вежу.
 - Наголошуйте на важливості спільного використання ресурсів і спільної роботи для досягнення спільної мети.



- Free-Play (10 хв.)
 - Поки дитина займається улюбленою справою під час вільної гри, педагог організовує наступну ситуацію з дитиною-"помічником"; помічник не має жодних матеріалів і підходить до дитини-мішені, коли та грається з кількома матеріалами. Протягом 10 секунд після приходу новачка цільова дитина повинна запропонувати деякі з іграшок або матеріалів, що знаходяться в межах досяжності. Ситуація така ж сама, як і в попередньому випадку, за винятком того, що ці ситуації слід створювати в рамках вільної гри.
 - Організуйте структуровані ігрові побачення або заходи, які заохочують ділитися. Надайте дитині різноманітні іграшки та види діяльності, які вимагають чергування та обміну. Уважно стежте за цією взаємодією і заохочуйте дитину, коли вона ділиться, позитивно підкріплюючи її поведінку.
- Робота над груповим мистецьким проектом (15 хв.)
 - Поставте два столи з художніми матеріалами, які діти можуть використовувати для виконання групового мистецького проекту. Об'єднайте дітей в дві підгрупи і посадіть кожну дитину за один із двох столів. Дайте дітям відповідні інструкції для виконання мистецького проекту. Після того, як діти розпочнуть роботу, попросіть їх помінятися місцями за столами. Коли дитина пересідає за інший стіл, дитина, яка сидить найближче до неї, повинна обмінятися з нею своєю роботою. Продовжуйте міняти дітей місцями, доки кожна дитина не матиме змоги взяти участь в обміні, а також доки мистецькі проекти не будуть завершені.
- Висновок (5 хв.)
 - Зберіть дітей знову в коло і повторіть, що вони дізналися про те, як ділитися.
 - Заохочуйте дітей використовувати свої навички ділитися в повсякденних ситуаціях і нагадуйте їм, що ділитися - означає піклуватися.



Диференційована інструкція

Рівень 1: (діти з відповідними для їхнього розвитку навичками):

- Дотримуйтесь стандартного заняття: Дотримуйтесь плану заняття, як зазначено в ньому, переконавшись, що вправи та обговорення відповідають віку та є цікавими.
- Надавайте чіткі та стислі інструкції під час заходів.
- Хваліть і заохочуйте за точне виконання інструкцій.
- Надайте дітям можливість керувати та давати вказівки своїм одноліткам.

Рівень 2: (діти, які потребують додаткової підтримки):

- Спростіть мову: Використовуйте простішу мову і коротші речення, щоб пояснити концепцію спільного використання.
- Надавайте візуальну підтримку: Використовуйте більше наочних посібників, таких як картки з малюнками або реальні фотографії, щоб проілюструвати сценарії спільного використання.
- Пропонуйте конкретні приклади: Використовуйте конкретні приклади обміну, які можуть бути зрозумілими для дітей, наприклад, обмін іграшками під час вільної гри.
- Використовуйте моделювання: Демонструйте, що ви ділитеся собою, і заохочуйте дітей моделювати вашу поведінку.
- Забезпечуйте додаткову практику: Пропонуйте додаткові можливості для практики під час рольових ігор, виправляйте помилки і хваліть за потреби, або працюйте з дитиною один на один, щоб вона мала змогу повторювати свої дії.
- Пропонуйте підтримку однолітків: Під час рольових ігор об'єднуйте дітей у пари з дітьми з різним рівнем здібностей, щоб вони могли бачити зразки для наслідування серед однолітків.

Рівень 3: (діти з просунутими навичками):

- Розширюйте навчання: Надайте можливості для глибшого вивчення концепції спільного використання, наприклад, обговоріть переваги, чому спільне використання є важливим.
- Заохочуйте критичне мислення: Ставте відкриті запитання, які спонукають дітей розмірковувати про власний досвід спілкування та розглядати альтернативні точки зору.



- Виховуйте лідерство: Призначайте лідерські ролі дітям, які демонструють просунуті навички обміну інформацією, наприклад, керують груповими практиками "граючись у вчителя"/моделюють стратегії обміну інформацією для своїх однолітків.
- Створюйте виклики: Під час рольових ігор пропонуйте більш складні сценарії обміну інформацією, наприклад, очікування протягом тривалого періоду часу або в ситуаціях, де є багато відволікаючих чинників.
- Сприяйте саморефлексії: Заохочуйте дітей розмірковувати про власний прогрес у розвитку навичок ділитися, ставлячи перед собою особисті цілі для вдосконалення.

Рівень 4 (діти, які потребують значної допомоги та мають обмежені комунікативні навички):

- Прочитайте/покажіть дитині адаптовану книжку-картинку або коротке соціальне оповідання. Використовуйте прості піктограми або реальні фотографії, лише кілька. Опишіть обмін через моделювання або відеомоделювання.
- Спростіть мову: використовуйте лише одне слово при спілкуванні з дитиною.
- Рольова гра
 - Викладачі моделюватимуть відповідні взаємодії.
 - Працюйте один на один, надавайте багато можливостей поділитися, завжди використовуйте похвалу. Також підказуйте дитині, якщо потрібно - фізично (направляйте її руку), жестами, візуальною підтримкою.
- Безкоштовна гра
 - Використовуйте візуальну підтримку,
 - За потреби використовуйте підказки
 - Забезпечте додаткову практику: Пропонуйте додаткові можливості для практики під час рольових ігор, робіть зауваження та хваліть за потреби, працюйте з дитиною один на один, орієнтуючись на повторювані можливості очікування.
- Заохочуйте дитину використовувати свої навички ділитися в повсякденних ситуаціях.



- Пропонуйте підтримку однолітків: Під час рольових ігор об'єднуйте дітей у пари з дітьми з різним рівнем здібностей, щоб вони могли бачити зразки для наслідування серед однолітків.

Додаткові поведінкові стратегії

Очікувані поведінкові виклики:

- Істерики (наприклад, плач, падіння на землю, крики) або хапання людей/предметів можуть виникати через необхідність ділитися.
- Труднощі з виконанням інструкцій, що може призвести до фрустрації та викликати складну поведінку (істерики, агресію тощо).
- Складно залишатися зосередженим.
- Невиконання вимог або опір участі в групових заходах.
- Уникнення-втеча від завдання.

Превентивні стратегії

Щоб запобігти виникненню проблемної поведінки, перед початком заняття виконайте наступні кроки:

- Змініть навколишнє середовище, прибравши улюблені речі з-під досяжності та дистанціюючись від дитини, яка, найімовірніше, буде схильна до проблемної поведінки.
- Систематично обирайте цільові предмети для практики обміну, працюючи над освоєнням обміну менш бажаними предметами, перш ніж переходити до обміну більш бажаними.
- Налаштуйте дитину на успіх, переконавшись, що вона провела достатньо часу з вами та/або з предметами, яким вона надає перевагу, перш ніж розпочати роботу над тим, як ділитися на груповому занятті.
- Налаштуйте дитину на успіх, підказуючи, якщо потрібно.
- Заохочуйте (наприклад, словесною похвалою) маленькі успіхи, які ви помічаєте у дитини (наприклад, сидіння в групі, уважність на занятті).
- Надавати чіткі та стислі інструкції, використовуючи просту мову та наочні посібники для полегшення розуміння.
- Включайте рухливі перерви та сенсорні вправи, щоб допомогти дітям регулювати рівень енергії та уваги.
- Встановіть послідовний розпорядок дня і наочний графік, щоб сприяти передбачуваності та зменшенню тривоги.



- Пропонуйте дитині вибір у діяльності, щоб підвищити її почуття контролю та автономії. Дозвольте дитині обирати завдання або види діяльності, яким вона надає перевагу, або запропонуйте їй вибір способу виконання завдань. Це може допомогти зменшити опір участі та підвищити залученість і співпрацю.
- Встановіть чіткі очікування та правила поведінки, а також моделюйте відповідні соціальні навички
- Пропонуйте часті можливості для руху та активної участі, щоб запобігти неспокою та нудьзі.

Стратегії втручання при складних формах поведінки:

Якщо виклична поведінка трапляється під час заняття, переконайтеся, що всі діти перебувають у безпеці. Зведіть до мінімуму увагу, яку ви приділяєте проблемній поведінці. Замість цього чітко висловлюйте похвалу дітям, які демонструють бажану поведінку. Якщо потрібно припинити спільну діяльність з дитиною, обов'язково поверніться до неї, коли вона заспокоїться. Припинення означає, що дитина продемонструвала складну поведінку, і їй було надано дві можливості заспокоїтися. Якщо дитина не може заспокоїтися, вона втрачає доступ до бажаного предмета, допомоги або особи.

Перенаправлення нецільової поведінки:

- Використовуйте методи деескалації, такі як вправи на глибоке дихання або візуальне заспокоєння, щоб допомогти дітям керувати сильними емоціями та поведінкою.
- Пропонуйте індивідуальні вказівки та допомогу в разі потреби, щоб дитина відчувала, що її підтримують і вона здатна виконати завдання.
- Коли дитина заспокоїться, підійдіть до неї зі співчуттям і розумінням, визнаючи її почуття розчарування або розчарування. Заспокойте її та похваліть за зусилля, навіть якщо вони не увінчалися успіхом. Заохочуйте дитину висловлювати свої емоції вербально і підтверджуйте її почуття.



Стратегії співпраці

●**Відповідна взаємодія:** Батьки, брати і сестри відіграють вирішальну роль у підтримці навчання і розвитку дитини. Ви можете співпрацювати з ними, попросивши їх попрактикуватися у спілкуванні в більш природному середовищі вдома. Інші педагоги та психологи також можуть співпрацювати, надаючи дитині багато можливостей для спілкування.

●**Можливості для включення:** Батьки, брати і сестри можуть взяти додому матеріали і наочні посібники, які використовуються на занятті, і попрактикуватися в спілкуванні з дитиною в природному середовищі, інструктуючи дитину і допомагаючи їй, підказуючи і моделюючи.

Технологічна інклюзія

- Соціальні історії
[Елла - Ділимося \(ellakids.app\)](http://ellakids.app)
- Візуальна підтримка
[Символи AAC - ARASAAC](#)

Результати

1. Спостерігайте за тим, як дитина поводить себе під час заняття і впродовж дня.
2. Збирайте дані про те, як дитина ділиться. Це може бути кількість разів, коли дитина ділилася іграшкою/матеріалом самостійно або з вашою додатковою допомогою/підказками.

Дата	Запланований час для обміну	Самостійно виконано	Дотримуйтесь підказок	Не довели справу до кінця	Виклична поведінка так/ні
1.3.	10 сек			x	ТАК
1.3.	10 сек		x		ТАК
1.3.	10 сек		x		НІ
1.3.	10 сек	x			НІ



Додаткові ресурси підтримки

<https://www.theblueparachute.com/blogs/learning-to-share-how-to-teach-a-child-to-share/>

<https://www.verywellfamily.com/seven-social-skills-for-kids-4589865>

<https://www.educationoutside.org/preschool/activities/sharing/>

<https://veryspecialtales.com/sharing-activities-for-kids/>

<https://yourschoolpsych.com/free-social-story-templates/>

<https://www.bing.com/videos/riverview/relatedvideo?q=sharing+соціальна+історія+безкоштовний+приклад&mid=D6C18C40032CC8970BFFD6C18C40032CC8970BFF&FORM=VIRE>

<https://www.bing.com/videos/riverview/relatedvideo?q=sharing+social+story+free+example&mid=542DAC846272F80FAC8F542DAC846272F80FAC8F&FORM=VIRE>

https://www.youtube.com/watch?v=cVgerbLQ_pI&t=534s

<https://www.twinkl.co.uk/>

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



Заняття 5: Привітання та/або комплімент одноліткам

Віковий діапазон: 3-6 років

Тривалість заняття: 60 хвилин

Огляд та мета

Привітання та компліменти відіграють вирішальну роль у соціальній взаємодії. Вони слугують основою для побудови стосунків і встановлення зв'язків з іншими людьми. Навчання вітанню і компліментам сприяє вербальній і невербальній комунікації. Діти вчаться ефективно використовувати слова і передавати свої почуття і думки, а також це дає можливість практикувати важливі навички невербальної комунікації, такі як встановлення зорового контакту, використання відповідної мови тіла і доброзичливого тону голосу. Коли діти вчаться вітатися і робити компліменти один одному, вони розвивають важливі соціальні навички, такі як ввічливість, активне слухання, участь у розмовах і розвиток емпатії, оскільки діти вчаться розпізнавати і реагувати на емоції інших. Зрештою, коли дітей вітають і роблять компліменти їхні однолітки та інші члени їхнього оточення, вони відчують, що їх цінують і приймають. Це почуття приналежності сприяє їхньому загальному благополуччю та самооцінці.

Цілі

1. Коли в кімнату або ігрову групу заходить інша дитина, протягом 10 секунд після появи новачка цільова дитина має привітатися ("Привіт") та/або зробити комплімент ("Мені подобається ____") новоприбулому.

Необхідні матеріали

- Соціальні історії / книжки-картинки про привітання та/або компліменти
- Лялька-рукавичка (або будь-яка інша лялька)
- Наочні посібники (малюнки та плакати, що ілюструють способи привітання), картки з візуальною підтримкою
- "Мені подобаються" візуальні карти



Викладацька діяльність

- **Вступ (5 хв.)**
 - Зберіть дітей у коло і почніть вправу з пісні **Make A Circle | Preschool Song | Super Simple Songs** або будь-якої іншої пісні - вітання місцевою мовою.
<https://www.youtube.com/watch?v=oulkCf5ADmM>
<https://www.youtube.com/watch?v=5utr237ToNc>
 - Стимулюйте подальшу розмову про важливість привітання та його вплив на соціально-емоційне навчання і поясніть важливість привітання (Чи пам'ятаєте ви випадок, коли хтось не привітався з вами? Що ви тоді відчували? А що ви відчуваєте, коли хтось вітається з вами?)
- **Візуальні матеріали та відеопрезентація (10 хв.)**
 - Використовуйте відеомодельювання про привітання - **Відеомодельювання соціальних навичок: Привітання**
 - Використовуйте наочні посібники для ознайомлення зі способом вітання та різними видами привітань (плакат/картки з ілюстрованими кроками та видами привітань, наприклад, подивіться, посміхніться, скажіть "Привіт", помахайте рукою, потисніть руку, обійміть, потисніть кулак...) та продемонструйте їх **Візуальні посібники для привітання.**
- **Гра-вітання (15 хв.)**
 - Перед початком вправи візьміть ляльку-рукавичку (або будь-яку іншу ляльку) і покладіть її в мішечок. Попросіть дітей сісти в коло. Дістаньте мішок, відкрийте його так, щоб можна було зазирнути всередину, і крикніть у мішок "Привіт!". Потім прикладіть вухо до отвору і послухайте - нічого не чути. Попросіть всіх дітей разом крикнути "Привіт!" одночасно. Цього разу лялька прокидається і вистрибує з мішка! Скажіть: "Коли хтось новий приходить, кажіть "Привіт". Потім змодельуйте рольову гру з лялькою: підійдіть до першої дитини і скажіть "Привіт". Заохочуйте його/її привітатися у відповідь у свій спосіб (посміхнутися, помахати рукою, сказати "Привіт", "Доброго ранку" тощо). Після цього вихованець, який отримав привітання, повинен повторити його людині, яка сидить праворуч від нього. Наступна дитина вітається з людиною, яка сидить праворуч від нього, або може вибрати інший спосіб



привітання. Цикл продовжується доти, доки кожна дитина не привітається і не отримує привітання.

- **Комплімент одноліткам**

- **Вступ (5 хв.)**

- Педагог звертається до ляльки зі словами: "Я помітив, що у тебе дуже гарний/гарна.... / Мені подобається твоя" (показує жест "подобається" з піднятим вгору великим пальцем і дає ляльці візуальну картку-"Мені подобається"). Потім пояснює, що зробила ляльці комплімент і що комплімент - це коли ви говорите комусь щось приємне - про те, як він виглядає, що у нього є, що він зробив, що він сказав, або про те, яким він є.

- **Соціальна історія та відеомодельовання (5 хв.)**

- Використовуйте відео-модельовання про те, як робити компліменти ("Вулиця Сезам": Хайді Клум: комплімент").

- Прочитайте книжку-картинку місцевою мовою або переклад короткої соціальної історії про те, як робити компліменти, яку можна знайти тут: <https://ellakids.app/s/6d32ed53-8c87-4417-874a-315b4b97f6b4>

- **Рольова гра - Гра в компліменти (15 хв.)**

- Попросіть дітей сісти в коло обличчям один до одного. Поясніть, що мета вправи - потренуватися говорити компліменти і вступати в розмову з однолітками. Попросіть кожного виховання сказати комплімент людині, яка сидить праворуч від нього, і дати їй паперове сердечко. Заохочуйте їх бути конкретними і щирими у своїх компліментах. Продовжуйте по колу, поки всі діти не скажуть і не отримають компліменти.

- **Висновок (5 хв.)**

- Повторіть з дітьми те, що вони дізналися про привітання та компліменти.
 - Встановіть наочні посібники на вході в аудиторію.
 - Заохочуйте дітей використовувати свої навички вітання і компліментів у повсякденних ситуаціях.



Диференційована інструкція

Рівень 1 (діти з просунутими навичками):

- Заохочуйте їх вивчати різні типи привітань (у різний час доби) та підвищувати обізнаність про те, як інші можуть почуватися, коли отримують компліменти.
- Призначте дітям лідерські ролі, наприклад, керувати групою, граючи у "вчителя"/моделюючи стратегії привітання та/або компліменту для своїх однолітків.
- Заохочуйте їх створювати власні способи вітання та компліментів за те, що добре виходить у їхніх однолітків.

Рівень 2 (діти з відповідними для їхнього розвитку навичками):

- Дотримуйтесь плану заняття, як зазначено в ньому, переконавшись, що вправи та обговорення відповідають віку та є цікавими.
- Дозвольте дітям обирати різні стратегії привітання та компліментів під час обговорення та заохочуйте їх обирати ті, з якими вони почуваються найкомфортніше.

Рівень 3 (діти, які потребують додаткової підтримки):

- Використовуйте простішу мову та коротші речення, а також більше наочних посібників, таких як картки з малюнками або реальні фотографії.
- Запропонуйте додаткові можливості для практики під час рольових ігор, а також за потреби виправляйте та хваліть, або працюйте з дитиною один на один.
- Під час рольових ігор об'єднуйте дітей у пари з дітьми з різним рівнем здібностей, щоб вони могли бачити моделі однолітків.
- Створіть і запропонуйте їм конкретну і просту візуальну підтримку з практичними кроками для виконання вправ (наприклад, Крок 1 - Подивіться на мене; Крок 2 - Посміхніться; Крок 3 - Скажіть "Привіт").
- Щодня використовуйте прості візуальні ефекти для того, щоб робити компліменти.



Рівень 4 (діти, які потребують значної допомоги та мають обмежені комунікативні навички):

- Забезпечити підтримку вихователя/асистента або об'єднати дітей у пари з дітьми з різним рівнем здібностей під час рольових ігор, щоб вони могли бачити зразки для наслідування серед однолітків.
- Давати прості інструкції за допомогою одного слова, жесту або фізичної підказки.
- Давати прості візуальні вказівки, які супроводжуватимуться одним коротким словом (наприклад, Крок 1 - Поглянь; Крок 2 - Посміхнись; Крок 3 - Дай п'ять/ Дай п'ять, жест "великий палець вгору" - "Подобається").
- Наберіться терпіння - спочатку дайте більше часу для відповіді на ваші запити (20 - 30 сек).
- Ви повинні надмірно реагувати на будь-яку успішну ініціацію вашої дитини (якщо вона дивиться і махає, або навіть просто дивиться на вас, ви повинні дати зрозуміти, що це дуже важливо).
- Для дітей з обмеженими комунікативними навичками комплімент - це дуже складний процес, тому заохочуйте їх виражати себе одним жестом (наприклад, піднятим вгору великим пальцем - "Мені подобається").
- Щодня використовуйте прості візуальні ефекти для того, щоб робити компліменти.
- Майте на увазі, що ці соціальні навички для цієї категорії дітей слід розвивати поступово - спочатку навчитися вітатися, а вже потім робити компліменти.

Додаткові поведінкові стратегії

Очікувані поведінкові виклики:

- Істерики (наприклад, плач, падіння на землю, крики) або хапання людей/предметів.
- Уникання зорового контакту та соціальної взаємодії
- Відсутність соціальної мотивації або опір участі в групових заходах.

Профілактичні стратегії: Щоб запобігти виникненню проблемної поведінки, перед початком заняття зробіть такі кроки:



- Змініть навколишнє середовище: приберіть улюблені речі з-під досяжності та дистанційуйтеся від дитини, яка, найімовірніше, буде схильна до проблемної поведінки.
- Налаштуйте дитину на успіх, підказуючи, якщо потрібно.
- Заохочуйте (наприклад, словесною похвалою) маленькі успіхи, які ви помічаєте у дитини (наприклад, сидіння в групі, уважність на занятті).
- Використовуйте прості наочні посібники, забезпечуйте невербальний підхід або ініціацію іншої людини.
- Встановіть послідовний розпорядок дня та наочний графік, щоб сприяти передбачуваності та зменшенню тривожності.
- Встановіть чіткі очікування та правила поведінки, а також моделюйте відповідні соціальні навички.
- Створіть для дитини простий план, як, кого, коли і де вітати та/або робити компліменти людям.
- Пропонуйте часті можливості для руху та активної участі, щоб запобігти неспокою та нудьзі.

Стратегії втручання у випадку складної поведінки: Якщо виклична поведінка трапляється під час заняття, переконайтеся, що всі діти в безпеці. Зведіть до мінімуму увагу, яку ви приділяєте проблемній поведінці. Натомість чітко висловлюйте похвалу дітям, які демонструють бажану поведінку. Якщо вправу потрібно припинити, обов'язково поверніться до неї, коли дитина заспокоїться.

Припинення означає, що дитина продемонструвала складну поведінку, і їй було надано дві можливості заспокоїтися. Якщо дитина не може заспокоїтися, вона втрачає доступ до бажаного предмета, допомоги або особи.

Стратегії співпраці

- **Відповідна взаємодія:** Батьки, брати, сестри та інші родичі дитини відіграють вирішальну роль у підтримці навчання та розвитку дитини. Ви можете співпрацювати з ними, попросивши їх потренуватися вітатися та/або робити компліменти в більш природній обстановці вдома. Працівники закладу/інші педагоги, психолог та логопед також можуть брати участь у розвитку цих соціальних навичок дитини.



- **Можливості для включення:** Практикувати вітання та/або компліменти з батьками та братами і сестрами у знайомій домашній обстановці, використовуючи матеріали та наочність, що були використані на занятті.

Технологічна інклюзія

Додаток, інструменти, програмне забезпечення тощо, які будуть використовуватися.

- Інтерактивна дошка, додатки та відео
- <https://ellakids.app/s/d62ac681-ea48-4d38-88db-d4ddbe4847f7>
- <https://ellakids.app/s/6d32ed53-8c87-4417-874a-315b4b97f6b4>

Результати

Кроки для перевірки розуміння здобувача освіти

1. Спостерігайте за тим, як дитина вітається та/або робить компліменти під час заняття і протягом дня.
2. Зберіть дані про те, як дитина вітається та/або робить компліменти. Це може бути кількість разів, коли дитина вітається та/або робить компліменти одноліткам самостійно або з вашою додатковою допомогою/підказками.

Дата	Цільовий час для привітання та/або компліменту	Самостійно виконано	Дотримується підказок	Не довела справу до кінця	Виклична поведінка так/ні
1.3.	10 сек			x	ТАК
1.3.	10 сек		x		ТАК
1.3.	10 сек		x		НІ
1.3.	10 сек	x			НІ



Додаткові ресурси підтримки

Веб-сайти/посилання на інші корисні ресурси з обраної теми.

Make A Circle | Дошкільна пісня | Супер прості пісні

https://youtu.be/ALcL3MuU4xQ?si=R_rkFy2oYINXPQo9

Відеомodelювання соціальних навичок: Привітання

<https://youtu.be/Ch9nB8mF1XM>

Вітальне відео

<https://www.teacherspayteachers.com/browse/free?search=greeting%20visuals>

https://youtu.be/OOryAGXqXBI?si=qRpzPWlFD5_PdHLq

- Вулиця Сезам: Хайді Клум: Комплімент

<https://littlepuddins.ie/greetings-visuals-autism/>

https://youtu.be/hQ3_AIyxNl0?si=Iv15ZvpWM2TN43DK

- Аутизм і привітання: анімаційні соціальні історії для дітей з аутизмом

<https://arasaac.org/https://arasaac.org/materials/en/124>

- Вчимося вітатися та прощатися

<https://autismclassroomresources.com/video-modeling-tips-and-tricks/>

<https://luxai.com/blog/how-to-teach-greeting-to-children-with-autism/>

<https://theautismhelper.com/social-skills-teaching-complimenting/>

<https://paigebessick.com/compliment-circles-creating-kind/>



Заняття 6: Визнання того, що комусь боляче/сумно (емпатія)

Віковий діапазон: 3-6 років

Тривалість заняття: 60 хвилин

Огляд та мета

Вихователям закладів дошкільної освіти вкрай важливо розвивати емпатію та емоційну підтримку вихованців з розладом аутистичного спектру (РАС), сприяти соціальному та емоційному розвитку всіх дітей і формувати більш емпатійне та інклюзивне навчальне середовище. Цей план заняття має на меті озброїти педагогів стратегіями ефективного розпізнавання та реагування на емоції дітей з РАС, особливо коли вони ображені, засмучені чи засмучені.

Розуміння та вираження емоцій може бути складним для дітей з РАС, що може вплинути на їхню соціальну взаємодію та загальне благополуччя. Недавні дослідження показали, що люди з РАС можуть мати труднощі з читанням соціальних сигналів і розпізнаванням виразу обличчя, що може перешкоджати розвитку емпатії (Baron-Cohen та ін., 2001; Pelphrey та ін., 2002). Однак за умови належної підтримки та втручання діти з РАС можуть розвинути основні соціальні та емоційні навички, необхідні для довгострокового успіху та готовності до школи (Kasari та ін., 2015; Wodka та ін., 2013).

Цілі

1. Заохочення емоційного самовираження: Педагоги можуть навчити дітей з РАС продуктивно взаємодіяти з іншими, надаючи їм можливість висловлювати свої емоції належним чином і схвалюючи їх.
2. Розвиток емпатії та розуміння: Дослідження показали, що діти з РАС можуть розвинути емпатію за допомогою чітких інструкцій і моделювання емпатійної поведінки (Hobson та ін., 2013; Rieffe та ін., 2011). Діти вчаться розуміти та ідентифікувати емоції своїх однолітків через діяльність та дискусії, які сприяють розвитку емпатії. У групі педагоги можуть сприяти доброті, співчуттю та інклюзивності, розвиваючи емпатію.



3. Покращити готовність до школи: Надаючи дітям з РАС підтримку, необхідну для управління емоціями та соціалізації, ми допомагаємо їм підготуватися до академічних і соціальних викликів початкової школи.

Необхідні матеріали

- Картки емоцій (із зображенням різних виразів обличчя), діаграма почуттів або колесо. Ви можете знайти версії для друку тут: <https://www.twinkl.gr/resource/t-s-150-feelings-and-emotions-cards> та тут: <https://www.autistichub.com/free-emotions-flashcards-for-autism-and-speech-therapy/>
- Книжки з картинками про емоції (наприклад, "Книга почуттів" Тодда Парра). Ви можете придбати її тут: <https://www.amazon.com/Feelings-Book-Todd-Parr/dp/0316012491> або скористатися наступним відео: <https://www.youtube.com/watch?v=sBFbQ7oAJjs>
- Планшет або комп'ютер для показу відео або використання цифрових навчальних матеріалів (наочних посібників) для розвитку цих соціальних навичок
- Ляльки
- Тихий куточок або заспокійлива зона з сенсорними інструментами (наприклад, м'ячі від стресу, іграшки для непосиди)
- Художні матеріали (крейда, маркери, папір)
- Пристрої альтернативної та доповнюючої комунікації (АДК) або засоби візуальної комунікації

Викладацька діяльність

Вступ (10 хвилин):

- Зберіть дітей у коло і поясніть тему емоцій. Обговоріть, як вони можуть відповідати на запитання: "Що сталося?", "З тобою все гаразд?", "Чим я можу допомогти?" тощо.
- Покажіть картки емоцій і обговоріть різні вирази обличчя. Діти з аутизмом можуть отримати користь від використання карток емоцій, таких як Шкала оцінки емоцій, щоб виражати свої емоції іншим і допомагати дорослим реагувати на них у найбільш здоровий і заохочувальний спосіб. Якщо ви помітили певні патерни, ви можете допомогти їм регулюватися, змінюючи оточення, обставини тощо. Це



має підказати вам, що потрібно з'ясувати, що саме турбує дитину в даний момент. Це може бути сенсорна проблема, наприклад, запах обіду, що наповнює кімнату, або розуміння наближення неструктурованого часу, який їм важко пережити.

- Запропонуйте учасникам схему або колесо емоцій і поясніть, як воно може допомогти у визначенні емоцій. Існують різні форми, наприклад, різні обличчя, кольори світлофора або цифри. Переконайтеся, що малюнки, які ви використовуєте, мають значення для дитини, і що вона може їх зрозуміти, працюючи над ними разом з нею. Якщо ви вводите нову лексику, переконайтеся, що дитина розуміє її, і надайте додаткову інформацію, яка допоможе їй запам'ятати її. Наприклад, слово "злий" може означати "червоне обличчя", якщо саме так дитина відчуває і розпізнає гнів.
- Обговоріть, чому розуміння емоцій важливе для спілкування та стосунків.

Інтерактивна вправа: Емоційні шаради (15 хвилин):

- Об'єднайте дітей в малі групи і роздайте кожній групі набір карток з емоціями.
- Одна дитина з кожної групи тягне картку і розіграє емоцію без слів, а інші діти відгадують емоцію.
- Поміняйте ролі так, щоб кожна дитина мала можливість розіграти і вгадати різні емоції.
- Використовуйте цю вправу, щоб закріпити розуміння міміки та невербальних сигналів спілкування.

Групова вправа: Дослідження емоцій (20 хвилин):

- Почитайте книжку-картинку про емоції, наприклад, "Книгу почуттів" Тодда Парра. Книжки-картинки, як і вся художня література, зображують почуття вигаданих персонажів і те, як вони сприймають почуття один одного. На відміну від художніх текстів, книжки-картинки викликають наш емоційний відгук не лише за допомогою слів, а й через посилення слів за допомогою малюнків. Основна функція безсловесних книжок-картинок - викликати сильні емоції у читача. У багатьох книжках-картинках використовуються безсловесні подвійні розвороти, щоб викликати сильні емоції, для яких слів було б недостатньо.
- Попросіть дітей визначити емоції персонажів і обговорити, чому вони можуть так себе почувати.



- Використовуйте лялькову виставу, щоб розігрувати різні сценарії з різними емоціями, дозволяючи дітям брати на себе різні ролі.
- Сприяйте обговоренню стратегій подолання різних емоцій, таких як глибоке дихання або перерва в спокійному місці.

Мистецтво та самовираження (10 хвилин):

- Надайте художні матеріали, такі як кольорові олівці, маркери та папір.
- Попросіть дітей намалювати або створити колаж, що відображає їхні почуття сьогодні. На сьогоднішній день навички малювання дітей з РАС досліджувалися з точки зору розвитку, щоб визначити, чи відповідають їхні малюнки закономірностям розвитку дітей, які нормально розвиваються (НР) (Charman and Baron-Cohen 1993;). Малюнки дітей з РАС мають такий самий рівень загальної виразності, як і малюнки дітей з помірними труднощами у навчанні та дітей того ж розумового віку. З іншого боку, діти з РАС, як правило, створюють якісно інші, тобто менш розвинені або навіть неповні зображення людської фігури, часто зображуючи лише обличчя і включаючи в свої малюнки менше соціальних сцен, ніж їхні однолітки з контрольної групи.
- Заохочуйте їх використовувати кольори, форми та символи для творчого вираження своїх емоцій.
- Після завершення роботи запропонуйте дітям поділитися своїми творіннями з групою і пояснити, які емоції вони зобразили.

Закриття та рефлексія (5 хвилин):

- Зберіть дітей разом і поміркуйте над завданнями заняття.
- Ставте запитання на кшталт: "Що ми сьогодні дізналися про почуття? "Як ти відчуваєшся зараз порівняно з початком заняття?", "Як можна запитати когось, чи все гаразд?", "Як можна зрозуміти, щаслива людина чи сумна?".
- Підкресліть важливість розуміння і вираження емоцій для побудови позитивних стосунків з іншими.

Диференційована інструкція

Рівень 1 (діти з просунутими навичками):

- Запропонуйте розвиваючі заняття для дітей, які демонструють високий рівень здатності розпізнавати та виражати емоції.
- Давати складніші завдання, наприклад, розпізнавати нюанси емоцій або досліджувати емпатію в складних соціальних контекстах.



- Допомагаючи одноліткам розуміти свої емоції та керувати ними, діти можуть надихнутися на лідерські ролі.

Рівень 2 (діти з відповідними для їхнього розвитку навичками):

- Адаптуйте заняття до стадії розвитку кожної дитини, пропонуючи допомогу та керівництво в разі потреби.
- Щоб допомогти дітям зрозуміти та висловити свої емоції, розбивайте завдання на менші кроки та використовуйте візуальні підказки або підказки.

Рівень 3 (діти, які потребують додаткової підтримки):

- Пропонуйте індивідуальну допомогу дітям, які можуть потребувати більшої допомоги в осмисленні та вираженні своїх почуттів.
- Надавайте дітям чіткі пояснення та практичні вправи, які допоможуть їм зрозуміти концепції.
- Щоб посилити навчання та забезпечити передбачуваність, використовуйте наочні посібники.

Рівень 4 (діти, які потребують значної допомоги та мають обмежені комунікативні навички):

- Щоб допомогти дітям, яким бракує комунікативних навичок, виражати свої почуття, наголошуйте на невербальних сигналах.
- Щоб покращити взаєморозуміння та комунікацію, використовуйте системи передачі зображень або засоби АДК.
- Щоб допомогти дітям регулювати свої емоції та підвищити рівень залученості, використовуйте на заняттях сенсорні інструменти та вправи.

Додаткові поведінкові стратегії

Очікувані поведінкові проблеми:

Сенсорна чутливість, порушення комунікації, труднощі з розумінням і вираженням емоцій - все це може сприяти виникненню різноманітних поведінкових проблем у дітей з діагнозом РАС. Нижче наведено кілька типових поведінкових проблем:

- Зникає під впливом сенсорних подразників або емоційного стресу.
- Труднощі з перемиканням між видами діяльності.
- Труднощі зі зміною звичного способу життя.



- Гнів або саморуйнівні дії, викликані роздратуванням або порушенням комунікації.
- Поведінка відходу або уникнення у відповідь на соціальну взаємодію або сенсорне перевантаження.

Превентивні стратегії:

Щоб запобігти виникненню складних форм поведінки, важливо створити сприятливе середовище та проактивно усувати фактори, які можуть призвести до дистресу чи фрустрації.

Деякі превентивні стратегії включають:

- Створюйте рутини та візуальні графіки, щоб забезпечити структуру та зменшити тривожність.
- Створіть спокійний, сенсорний простір з тихими куточками та сенсорними інструментами для саморегуляції.
- Щоб підготувати дітей до майбутніх змін або переходу, використовуйте прості та зрозумілі методи спілкування або наочні посібники.
- Щоб розширити можливості дітей і зменшити їхні почуття безпорадності чи розчарування, надайте їм більше автономії.
- Протягом дня робіть рухові вправи або сенсорні перерви, щоб контролювати збудження та уникати сенсорного перевантаження.

Стратегії втручання для подолання проблемної поведінки:

Коли виникає складна поведінка, важливо реагувати швидко та ефективно, щоб деескалувати ситуацію та підтримати дитину в управлінні своїми емоціями.

Деякі стратегії втручання включають:

- Залишайтеся спокійними і розслабленими.
- Дайте дитині відчуття безпеки та захищеності.
- Заохочуйте бажану поведінку похвалою та позитивним підкріпленням.
- Використовуйте візуальні сигнали або підказки, щоб переключити увагу і спрямувати поведінку на більш адаптивну реакцію.
- Надайте дитині можливість вибору, щоб допомогти їй відновити контроль і автономію.
- Використовуйте спокійні зони та осередки.
- Надайте сенсорні інструменти, які допоможуть контролювати збудження і сприятимуть розслабленню.



- Використовуйте поступове розслаблення м'язів або глибоке дихання як методи деескалації, щоб допомогти дитині заспокоїтися.
- Працуйте з батьками та терапевтами над розробкою індивідуальних стратегій та підтримки для управління складною поведінкою.

Стратегії співпраці

- **Відповідна взаємодія:** Співпрацюйте з батьками та опікунами, щоб посилити навчання та підтримати узгодженість між домашнім та освітнім середовищем.
- **Можливості для включення:** Проконсультуйтеся з психологом, щоб розробити індивідуальні стратегії для дітей з особливими потребами.

Технологічна інклюзія

- Інтегруйте навчальні додатки, які спрямовані на розвиток соціальних навичок та емоційної регуляції. Наприклад, "Choiceworks" - це додаток візуальної підтримки, розроблений, щоб допомогти дітям з РАС розуміти та керувати своїми повсякденними справами, емоціями та поведінкою. Він використовує візуальні графіки, дошки вибору та соціальні історії для підтримки комунікації та незалежності. Завантажити його можна тут: <https://apps.apple.com/us/app/choiceworks/id486210964>
- Використовуйте технології альтернативної та допоміжної комунікації (АДК) або візуальну підтримку для підтримки спілкування та вираження емоцій. Наприклад, комунікаційний додаток "Proloquo2Go" розроблений для людей з мовними та мовленнєвими порушеннями, в тому числі з РАС. Він пропонує налаштовані комунікаційні дошки з піктограмами та можливістю перетворення тексту в мову для підтримки експресивного спілкування. Завантажити його можна тут: <https://www.assistiveware.com/products/proloquo2go> та "Емоційний", цифровий інструмент, який допомагає дітям виражати свої емоції за допомогою візуальних засобів, таких як смайлики, малюнки та письмові описи. Він надає дітям платформу для того, щоб ділитися своїми почуттями та передавати свій емоційний досвід. Завантажити його можна тут: <https://appadvice.com/app/emotionary-by-funny-feelings/515860459>



Результати

1. Зверніть увагу на вираз обличчя дитини, мову тіла та вербальні реакції, щоб визначити її емоційний стан.
2. Звертайте увагу на ознаки розчарування, розгубленості, збудження або активності у відповідь на різні інструкції та дії.
3. Помічайте закономірності або тенденції.
4. Спостерігайте за здатністю дитини виявляти емпатію до однолітків і реагувати на їхні емоції (вербальні та невербальні прояви) під час різних видів діяльності в групі та збирайте дані. Наприклад:

Ім'я дитини:	Дата:	Взаємодія з однолітками	Спостерігається емпатичний відгук	Якість реагування
Марія	08/05/2024	Одноліток впав і поранився	Запитав, чи з ними все гаразд	Середній
		Одноліток почувається сумно	Обійняв його	Високий
		Інша дитина намагається впоратися із завданням	Запропонована допомога	Високий

Додаткові ресурси підтримки

1. Autism Speaks: <https://www.autismspeaks.org/>
2. Національна асоціація аутизму: <https://nationalautismassociation.org/>
3. Від нуля до трьох: <https://www.zerotothree.org/>
4. Центр аутизму та споріднених розладів (CARD): <https://www.centerforautism.com/>
5. Товариство аутизму: <https://www.autism-society.org/>

Ці ресурси пропонують цінну інформацію, підтримку та рекомендації для педагогів, батьків та опікунів, які працюють з дітьми з РАС. Впроваджуючи науково обґрунтовані практики та заручаючись підтримкою авторитетних організацій, ми можемо створити більш інклюзивне та сприятливе навчальне середовище для всіх дітей.



Заняття 7: Просити уваги/доступу до чогось у однолітків

Віковий діапазон: 3-7 років

Тривалість заняття: 60 хвилин

Огляд та мета

Для того, щоб діти могли ефективно розвивати соціальні навички та навички саморегуляції, дуже важливо, щоб вони навчилися ввічливо просити у своїх однолітків уваги або доступу до таких речей, як іграшки, їжа або заняття. Якщо дитина не вміє цього і замість цього вдається до проблемної поведінки, її розвиток соціальних навичок і навичок саморегуляції може бути ускладнений, що стане бар'єром на шляху її загального розвитку. Для невербальних дітей використання знаків або малюнків для передачі своїх бажань може бути корисним. Оволодіння мистецтвом просити уваги або речей у однолітків є однією з найбільш життєво важливих навичок, які може набути дитина. Ця навичка важлива з кількох причин. Вміння ввічливо просити уваги або речей у однолітків, не вдаючись до деструктивної поведінки, є фундаментальною соціальною навичкою. Без неї соціальний розвиток дитини може постраждати, що потенційно перешкоджатиме її здатності формувати нові дружні стосунки з однолітками.

Цілі

1. Діти зможуть попросити однолітка звернути на себе увагу.
2. Діти зможуть попросити однолітка виконати певну роботу.
3. Діти зможуть попросити у однолітка щось, іграшку тощо.

Переконайтеся, що дитина щиро бажає отримати об'єкт/увагу від когось або діяльності (дитина повинна висловити це бажання, або вербально, або показуючи пальцем, або використовуючи якусь форму спілкування, щоб показати свою перевагу).



Необхідні матеріали

- Наочні посібники (наприклад, картки з малюнками)
- Ілюстровані книжки/соціальні історії про прохання

Викладацька діяльність

Вступ (10 хвилин)

- Зберіть усіх дітей у коло і поясніть, чому ввічливе прохання дуже важливе. Опишіть, що означає ввічливе прохання і в яких ситуаціях його потрібно використовувати. Наведіть конкретні приклади відповідних ситуацій для його використання.
- Також проілюструйте, як вони повинні просити про увагу, демонструючи різні підходи.
- Включіть коротку соціальну історію про те, як ввічливо звертатися до однолітків, або коротку розповідь про те, як просити уваги у однолітків.
- Переконайтеся, що вони розуміють, як важливо ввічливо просити однолітків про щось.

Обговорення (10 хвилин)

- Попросіть дітей пригадати, чи бували вони в ситуаціях, коли їм потрібно було ввічливо попросити однолітка про щось або привернути до себе увагу. Обговоріть допущені помилки та альтернативні підходи.

Стратегії подання запитів (5 хвилин)

- Об'єднайте дітей в пари і поясніть, що від них очікується. Поясніть, як просити у однолітків речі чи увагу, наголошуючи на правильній мові та поведінці. Крім того, розгляньте різні способи привернення уваги.

Моделювання (5 хвилин)

- Продемонструйте, як правильно і ввічливо звертатися з проханням, а також приклади некоректних підходів. Показати різні способи привернення уваги.

Спроба та зворотній зв'язок (15 хвилин)

- Цей сегмент можна розділити на два етапи. На першому етапі дайте дітям чіткі інструкції щодо того, що вони мають робити, і нехай кожна пара спробує ввічливо попросити про щось. Потім, на другому етапі, заохочуйте дітей розробляти власні сценарії і практикувати їх. На початковому етапі створіть дві ситуації: одну для прохання про річ, а іншу - для привернення уваги. На другому етапі вони повинні створити



свої власні два сценарії. Запропонуйте зворотній зв'язок щодо їхніх спроб.

Висновок (5 хвилин)

- Поверніть дітей у коло і повторіть, що вони дізналися про те, як просити однолітків.
- Обговоріть будь-які конкретні виклики чи ситуації, з якими вони зіткнулися.
- Заохочуйте дітей застосовувати свої навички прохання в повсякденних ситуаціях, підкреслюючи його важливість.

Диференційована інструкція

Рівень 1 (діти з просунутими навичками):

- Ви можете обговорити з ними, чому ввічливе прохання до однолітків є більш ефективним і як вони можуть використовувати його не лише в садочку, але й поза ним.
- Ви також можете розпитати їх про їхній досвід і проаналізувати, як вони реагують і як вони могли б реагувати краще.

Рівень 2 (діти з відповідними для їхнього розвитку навичками):

- Дотримуйтесь стандартного заняття: Дотримуйтесь плану заняття, як зазначено в ньому, переконавшись, що вправи та обговорення відповідають віку та є цікавими.
- Запропонуйте варіанти, як вони можуть попросити про увагу.

Рівень 3 (діти, які потребують додаткової підтримки):

- Спростіть мову: Використовуйте простішу мову і коротші речення, щоб пояснити концепцію запиту.
- Надайте візуальну підтримку: Використовуйте більше наочних посібників, таких як картки з малюнками або реальні фотографії, щоб проілюструвати сценарії запитів.
- Пропонуйте конкретні приклади: Використовуйте конкретні приклади прохання про різні речі/діяльність та увагу.
- Для дітей цього типу заохочуйте їх просити предмети тільки тоді, коли вони знають їхню назву або мають відповідний знак чи картинку. В іншому випадку їм буде складно висловити свої потреби, якщо їм бракує словникового запасу. Привертаючи увагу, корисно дати їм одну фразу



або слово, яке вони будуть використовувати постійно. Бажано, щоб вони знали, як просити, а не мусили щоразу обирати щось нове. Наприклад, фрази на кшталт "вибачте", або, якщо вони знають ім'я людини, використовувати його, або використовувати загальнозрозумілий сигнал для привернення уваги. Забезпечте додаткову практику: Пропонуйте додаткові можливості для практики під час рольових ігор, виправляйте помилки і хваліть, коли це доречно, або працюйте з дитиною один на один.

- Пропонуйте підтримку однолітків: Під час рольових ігор об'єднуйте дітей у пари з дітьми з різним рівнем здібностей, щоб вони могли бачити зразки для наслідування серед однолітків.

Рівень 4 (діти, які потребують значної допомоги та мають обмежені комунікативні навички):

- Забезпечити візуальну підтримку.
- Спростуйте мову: використовуйте лише одне слово при спілкуванні з дитиною.
- Ви можете використовувати більше додаткової практики, і з цими дітьми буде краще, якщо вони спробують спочатку з вами, а потім оберуть дитину, з якою будуть співпрацювати, і спробують разом з нею.
- Застосовуйте техніки поведінкової стратегії «шейпінг»: Ви можете почати з чогось, що не буде найулюбленішою іграшкою чи заняттям, почати з чогось нейтрального - з того, що дитина хоче, але зазвичай не має проблемної поведінки щодо цього.
- Пропонуйте підтримку однолітків: Під час рольових ігор об'єднуйте дітей у пари з дітьми з різним рівнем здібностей, щоб вони могли бачити зразки для наслідування серед однолітків.
- Забезпечте додаткову практику: Пропонуйте додаткові можливості для практики під час рольових ігор, робіть зауваження та хваліть за потреби, працюйте з дитиною один на один, орієнтуючись на повторювані можливості очікування.

Додаткові поведінкові стратегії

Очікувані поведінкові виклики

Очікувані поведінкові проблеми можуть включати істерики, коли дитина не може отримати щось негайно, або вдається до хапання людей замість того,



щоб просити їхньої уваги, або хапає іграшки без дозволу. Іншою проблемою може бути уникнення завдань, які вимагають занадто багато зусиль, і пошук альтернативних видів діяльності.

Профілактичні стратегії

Щоб запобігти виникненню таких проблемних ситуацій, перед початком заняття виконайте наступні кроки:

- Змініть середовище, розмістивши бажані предмети поза зоною досяжності та забезпечивши контроль доступу до бажаних видів діяльності або предметів.
- Систематично обирайте конкретні об'єкти для практики запитів, починаючи з менш бажаних об'єктів, а потім переходячи до більш бажаних. Той самий підхід застосовується і до заходів.
- Переконайтеся, що дитина знає назви видів діяльності або предметів, на які вона спрямована.
- Переконайтеся, що дитина знає, як правильно просити про увагу.

Стратегії втручання для подолання складних форм поведінки.

- Якщо під час заняття трапляються випадки зухвалої поведінки, надайте пріоритет безпеці всіх дітей. Зменшіть кількість уваги, яку ви приділяєте викличній поведінці.
- Замість цього покажіть дитині, як правильно запитувати, і дайте їй можливість спробувати ще раз; ви можете запропонувати до двох спроб.
- Якщо дитина не може ввічливо попросити навіть після допомоги, вона не отримає доступу до предмета/заняття або уваги.
- Припинення доступу означає, що дитина продемонструвала складну поведінку, незважаючи на те, що їй було надано дві можливості заспокоїтися. Якщо дитина не може заспокоїтися, вона втрачає доступ до бажаного предмета, допомоги чи взаємодії.

Стратегії співпраці

Відповідна взаємодія: Дуже важливо тісно співпрацювати з батьками, щоб отримати уявлення про вподобання та заняття їхньої дитини. Поцікавтеся, які речі та заняття подобаються їхній дитині, щоб краще адаптувати навчання навичкам прохання. Крім того, запитайте батьків, чи знає дитина назви цих предметів.



Можливості для включення: Заохочуйте батьків продовжувати практикувати навички очікування вдома і надайте їм копії будь-яких наочних посібників, використаних на занятті, для підкріплення.

Результати

Кроки для перевірки розуміння здобувача освіти

1. Спостерігайте за взаємодією дитини протягом заняття і протягом дня, відзначаючи її вміння ввічливо просити увагу, предмети або діяльність у однолітків.
2. Задokumentуйте прохальну поведінку дитини, фіксуючи частоту ввічливих прохань про увагу або предмети/діяльність. Приклад форми дивись нижче:

Дата	Увага (У) / речі або діяльність (Д)	Виклична поведінка так/ні (все, що не є ввічливим проханням)
		ТАК / НІ
		ТАК / НІ
		ТАК / НІ
		ТАК / НІ

Додаткові ресурси підтримки

Веб-сайти/посилання на інші корисні ресурси з обраної теми.

<https://autismclassroomresources.com/teaching-appropriate-attention-seeking/>



Заняття 8: Звернення за допомогою до дорослого або однолітка

Віковий діапазон: 4-7 років

Тривалість заняття: 60 хвилин

Огляд та мета

Дошкільний вік дитини - це період формування здатності встановлювати та підтримувати контакти з оточуючими людьми. Методи виховання та навчання дітей в інклюзивній групі (класі) мають бути спрямовані на формування навичок спілкування, взаємодії дитини з РАС з іншими дітьми.

Для успішної соціалізації дитини з аутизмом важливо навчитися просити про допомогу у однолітків і дорослих. Дитина з РАС, яка вміє просити про допомогу, демонструє здатність проявляти альтернативну поведінку в разі виникнення складних ситуацій, а отже, зменшується кількість проявів агресивної, небажаної поведінки, що, в свою чергу, впливає на академічні навички дитини. Адже вміння просити допомоги в інших стає частиною життєвого досвіду дитини, а отже, в подальшому дитина з РАС здатна використовувати цю навичку у відповідних ситуаціях.

Заняття має на меті навчити дітей з РАС звертатися за допомогою до однолітків та дорослих у разі потреби.

Цілі

1. Вчити дітей використовувати вербальні та невербальні способи спілкування під час прохання про допомогу.
2. Вчити дітей використовувати мовні конструкції "Я хочу...", "Мені потрібна допомога з...", "Будь ласка, дай...", "Будь ласка, допоможи..." тощо.
3. Вчити дітей визначати ситуації, коли потрібно використовувати ввічливі форми прохання про допомогу.
4. Надайте дітям візуалізацію та структурні схеми побудови ввічливої форми звертання до інших з проханням про допомогу.



Необхідні матеріали

Матеріали до заняття

- картки для моделювання
- соціальна історія (відео, картки)
- комунікаційна картка "Допомога"
- Візуальна підказка "Довідка"
- предмет побуту
- матеріали для творчості
- іграшки
- форми для збору даних

Викладацька діяльність

- **Вступ (10 хвилин):**

Педагог у колі пропонує дітям пригадати ситуації, коли вони допомагали комусь у якійсь справі або спостерігали, як дорослі допомагали один одному. Педагог заохочує дітей ділитися власним досвідом. Як родичі або друзі просили про допомогу? Які слова вони використовували?

Вихователь підводить дітей до того, що є речі, які ми робимо легко, і в нас це чудово виходить, ми навіть можемо допомогти в цьому іншим. Але деякі викликають певні труднощі, тоді ми можемо звернутися за допомогою до інших: батьків, вихователів, друзів тощо. Так само, як це робили вони, коли потребували допомоги і зверталися до інших.

Педагог пропонує дітям пригадати ситуації, коли їм потрібна допомога, і розповісти про них.

** Можна запропонувати дітям пограти в парах*

- **Розгляд ситуації, коли діти потребують допомоги (10 хвилин)**

Перегляд соціальної історії про можливість звернутися по допомогу до інших (повторення та закріплення інформації, яка обговорювалася в колі).

Зміст історії

У нашому житті є речі, які ми можемо робити легко, а є речі, з якими нам потрібна допомога. Коли ми не можемо впоратися самостійно, ми



можемо відчувати смуток, гнів, відчай, страх, незадоволення або тривогу.

Такими ситуаціями можуть бути, наприклад, такі:

- під час гри: не можна діставати іграшку, відкривати коробку з олівцями;
- під час заняття: ви не змогли виконати завдання на занятті.

У таких ситуаціях можна попросити про допомогу. Так завжди роблять, коли не можуть впоратися самотужки.

Щоб дорослі або друзі почули твоє прохання і допомогли, потрібно, щоб тебе почули:

1. Вирішіть, чи дійсно вам потрібна допомога і яка саме.
2. Зверніться до когось, хто знаходиться поруч (наприклад, до матері, педагога, друга).
3. Звертаючись, використовуйте фрази з проханням про допомогу: "Мені потрібна допомога" або "Допоможіть, будь ласка". Якщо ти не можеш впоратися із завданням на занятті - підніми руку або скористайся картою* так, щоб вихователь бачив. Якщо не можеш сказати, покажи жестом "Підійди" і вкажи, що саме ти не можеш зробити.
4. Дякуємо за допомогу.

Ви відчуєте задоволення і радість від того, що вам вдалося виконати завдання.

Тепер ви знаєте, як просити про допомогу і як просити інших про допомогу. Після перегляду соціальної історії діти, за потреби з допомогою вихователя, називають послідовність дій при зверненні за допомогою до інших та складають алгоритм дій у вигляді карток.

** Якщо в групі є правила взаємодії, нагадайте дитині про них.*

● Вправа 1. Складання алгоритму звернення за допомогою (5 хв)

Дітям пропонується розкласти картки (картки для моделювання) в логічній послідовності: що спочатку, а що потім. Педагог полегшує процес.

○ **Ситуація, в якій мені потрібна допомога. Вирішіть, яка допомога вам потрібна.**

○ **Я прошу про допомогу. Виріши, хто може тобі допомогти: батьки, педагог, друг. Якщо тобі потрібна допомога під час заняття, підніми руку або покажи картку*. Якщо ти не можеш сказати, то використовуй жест**



"Підійди" і покажи на щось, що не працює (або що тобі потрібно взяти, дістати тощо). Якщо ви можете звернутися з проханням, скажіть: "Будь ласка, допоможіть мені" або "Мені потрібна допомога".

Крок 1	Крок 2	Крок 3
Ситуація, в якій мені потрібна допомога	Я прошу про допомогу	Буду вдячний

- **Вправа 2. Гра "Це легко. Це важко" (10 хвилин)**

Мета цієї вправи - навчити дітей визначати ситуації, в яких потрібна допомога.

Вихователь показує сюжетні картинки (картки для моделювання) з побутовими діями і просить дітей вирішити, важко чи легко їм виконувати ці дії.

Якщо дитина може зробити це самостійно, попросить її плеснути в долоні. Якщо дія складна і потрібна допомога, дитина може підняти голову.

Приклади сюжетних малюнків:

- заправляю ліжку;
- поїсти;
- гра в м'яч;
- шнурувати черевики;
- різання ножицями;
- їзда на велосипеді;
- перев'язка;
- ручне прання;
- чистити зуби;
- складаючи пазли;
- годувати домашнього улюбленця;
- мити посуд.

- **Вправа 3. Гра "Хто мені допоможе" (10 хвилин)**

Вправа має на меті навчити визначати, хто з близьких чи знайомих людей може надати допомогу в складних ситуаціях; актуалізувати знання дітей про служби екстреної допомоги.



Дітям роздають картки із зображенням дорослих (мами, педагога, однолітка). Вихователь просить дітей вирішити, до кого вони мають звернутися у запропонованих ситуаціях.

Вихователь описує ситуацію, а діти повинні підняти картку, яка може допомогти в цій ситуації. Можливо, що в одній і тій же ситуації можуть допомогти кілька людей, наприклад: мама, вихователь і друг можуть допомогти застібнути ґудзик. У такій ситуації дитина бере три картки. Приблизні ситуації:

- Я не можу намалювати гарне коло;
- Я не можу застелити ліжко;
- Я не можу зробити бутерброд;
- Я не можу застібнути ґудзик;
- Я не можу з'єднати деталі конструктора;
- не зрозумів завдання, яке дав вихователь;

Під час виконання вправи можливі різні варіанти відповідей дітей. Педагог заохочує до обговорення.

- **Гра на вибір (20 хвилин)**

Під час гри з вільним вибором дайте дітям можливість обрати будь-яку локацію в ігровому середовищі (наприклад: малювання, ліплення, конструювання, сюжетно-рольова гра). У спільній діяльності діти мають визначити, в якій ситуації варто попросити про допомогу. Приклад:

"Допоможи мені вирізати".

"Допоможіть мені підключитися".

○ "Допоможи мені побудувати" тощо.

Вихователь сприяє ігровій діяльності дітей і робить пропозиції, коли є можливість звернутися по допомогу до інших.

- **Висновок (5 хвилин):**

- Зберіть дітей знову в коло і повторіть, що вони дізналися про те, як просити про допомогу у важкій ситуації.
- Заохочуйте дітей просити про допомогу у складній ситуації.
- Перегляд відео "Попроси про допомогу"
<https://youtu.be/ohkiH4NGopg>



Диференційована інструкція

Рівень 1 (діти з просунутими навичками):

- З'ясуйте потребу дитини (у допомозі) та мотивацію до звернення (наприклад, коли у неї щось не виходить і їй потрібна допомога дорослого).
- Якщо це відбувається під час перерви, вихователь підходить до дитини і використовує підказку: "Скажи - допоможи, будь ласка" (підказка). Дитина каже "Допоможи, будь ласка, (називає вихователя на ім'я)", і вихователь допомагає.
- Як і в групі, вихователь показує візуальну підказку і каже: "Якщо вам потрібна допомога, підніміть руку".
- Дитина піднімає руку і просить вихователя про допомогу.
- Вихователь відповідає: "Так, я вас слухаю. Чим я можу тобі допомогти?" (позитивне підкріплення).
- Наступного разу затримуємо підказку на 2 секунди. Якщо дитина не реагує, дорослий мовчить.
- Дитина запитує - вихователь відповідає.
- Втретє в мотиваційній ситуації підказка не надається. Дитина просить про допомогу - вихователь допомагає.

Рівень 2 (діти з відповідними для їхнього розвитку навичками):

- З'ясуйте потребу дитини (наприклад, допомогти з чимось), а також мотивацію звернення (наприклад, коли щось не виходить).
- Якщо це відбувається під час перерви, вихователь підходить до дитини і використовує візуальну підказку "Допоможи", одночасно промовляючи "Скажи - допоможи, будь ласка" (підказка). Дитина каже "Допоможи, будь ласка, (називає вихователя на ім'я)", і вихователь допомагає.
- Як і в класі, вихователь може підійти, показати візуальну підказку і сказати: "Якщо вам потрібна допомога, підніміть руку".
- Дитина піднімає руку і просить вихователя про допомогу.

Ввести варіативність. У вправі "Хто може мені допомогти" ("Who can help me")



Рівень 3 (діти, які потребують додаткової підтримки):

- З'ясуйте потребу дитини (наприклад, допомогти з чимось), а також мотивацію звернення (наприклад, коли дитині дійсно щось потрібно, але вона не може це зробити або взяти самостійно).
- Якщо це відбувається під час перерви, вихователь підходить до дитини, використовує візуальну підказку і каже: "Допоможи мені", одночасно вимовляючи "Help" (підказка). Дитина дає вихователю комунікаційну картку "Help" або використовує іншу альтернативну систему комунікації. Якщо дитина може повторити - вона повторює "до-по" / "Help", вихователь допомагає в поточній ситуації.
- Як і в класі, вихователь підходить до дитини, показує візуальну підказку і водночас каже: "Підніми руку". Ви можете використовувати часткову фізичну підказку, доторкнувшись до ліктя дитини, щоб змусити її підняти руку.
- Дитина піднімає руку.
- Вихователь запитує: "Що тобі потрібно?". (позитивне підкріплення).
- Дитина дає вихователю комунікативну картку "Допоможи". Вихователь каже "Допоможи мені". Якщо дитина може повторити - вона повторює "до-по" / "допоможи". Педагог допомагає в ситуації, що склалася. Проробіть цю процедуру тричі.
- Наступного разу затримуємо підказку на 2 секунди. Чекаємо на дії дитини. Якщо дитина просить про допомогу - вихователь допомагає. Якщо дитина нервує або крутиться, але не просить про допомогу - мовчки показуємо дитині візуальну підказку і торкаємося її ліктя.
- Дитина просить про допомогу - вихователь допомагає. Проробіть цю процедуру тричі.
- Третій раз у мотиваційній ситуації надається лише візуальна підказка. Дитина тричі звертається за допомогою на основі візуальної підказки - вихователь допомагає.
- Якщо дитина тричі поспіль самостійно попросить про допомогу, тренування закінчується.



Рівень 4 (діти, які потребують значної допомоги та мають обмежені комунікативні навички):

- З'ясуйте потребу дитини (наприклад, допомогти з чимось), а також мотивацію звернення (наприклад, коли дитині дійсно щось потрібно, але вона не може це зробити або взяти це самостійно).
- Якщо це під час перерви, вихователь підходить до дитини, використовує візуальну підказку і каже "Допоможи мені", одночасно вимовляючи "Help" (підказку). Дитина дає вихователю комунікаційну картку "Help" або використовує іншу альтернативну систему комунікації (АДК), вихователь допомагає в ситуації, що склалася.
- Як і в класі, вихователь підходить до дитини, показує візуальну підказку і водночас каже: "Підними руку". Ви можете використовувати часткову фізичну підказку, доторкнувшись до ліктя дитини, щоб змусити її підняти руку.
- Дитина піднімає руку.
- Вихователь запитує: "Що тобі потрібно?". (позитивне підкріплення).
- Дитина дає вихователю комунікативну картку "Допоможи". Вихователь каже "Допоможи мені". Якщо дитина може повторити - вона повторює "до-по" / "Допоможи". Педагог допомагає в ситуації, що склалася. Проробіть цю процедуру тричі.
- Наступного разу затримуємо підказку на 2 секунди. Чекаємо на дії дитини. Якщо дитина просить про допомогу - вихователь допомагає. Якщо дитина нервує або крутиться, але не просить про допомогу - мовчки показуємо дитині візуальну підказку і торкаємося її ліктя.
- Дитина просить про допомогу - вихователь допомагає. Проробіть цю процедуру тричі.
- Втретє в мотиваційній ситуації надається лише візуальна підказка. Дитина тричі просить про допомогу на основі візуальної підказки - вихователь допомагає.
- Якщо дитина тричі поспіль самостійно попросить про допомогу, тренування закінчується.



Додаткові поведінкові стратегії

Очікувані поведінкові проблеми: Істерики (наприклад, плач, падіння на землю, крики) або хапання людей/предметів можуть виникати через необхідність чекати.

Профілактичні стратегії: Щоб запобігти виникненню проблемної поведінки, перед початком заняття зробіть такі кроки:

- Змініть навколишнє середовище: приберіть улюблені предмети з-під досяжності та дистанційуйтеся від дитини, яка, найімовірніше, буде схильна до проблемної поведінки.
- Систематично обирайте цільові предмети для тренування очікування, працюючи над тим, щоб навчитися чекати на менш бажані предмети, перш ніж працювати над очікуванням на більш бажані предмети.
- Налаштуйте дитину на успіх, переконавшись, що вона провела достатньо часу з вами та/або з улюбленими предметами, перш ніж починати роботу над очікуванням на груповому занятті.
- Заохочуйте (наприклад, словесною похвалою) маленькі успіхи, які ви помічаєте у дитини (наприклад, сидіння в групі, уважність на занятті).

Стратегії втручання у випадку складної поведінки: Якщо виклична поведінка трапляється під час заняття, переконайтеся, що всі діти в безпеці. Зведіть до мінімуму увагу, яку ви приділяєте проблемній поведінці. Натомість чітко висловлюйте похвалу дітям, які демонструють бажану поведінку. Якщо вправу з очікування для дитини потрібно перервати, обов'язково поверніться до неї, коли дитина заспокоїться.

Припинення означає, що дитина продемонструвала складну поведінку, і їй було надано дві можливості заспокоїтися. Якщо дитина не може заспокоїтися, вона втрачає доступ до бажаного предмета, допомоги або особи.

Стратегії співпраці

- **Відповідна взаємодія:** Подумайте про співпрацю з батьками, попросивши їх надіслати список речей/ситуацій, в яких їхня дитина потребує допомоги.
- **Можливості для включення:** Попросіть батьків попрацювати над тим, як просити допомоги вдома, і надішліть додому копії візуальних підказок, використаних на занятті.



Технологічна інклюзія

Створення соціальних історій для закріплення навичок та візуальної підтримки за допомогою карток Дивогра

<https://www.dyvogra.com/produktsiia/symvoly>

Ситуативні картки

https://drive.google.com/drive/folders/1eeQvPlJnXFU1oXycOHPFoGvzA63xSo_Q?usp=sharing

Результати

1. Спостерігайте за поведінкою дитини, коли вона просить про допомогу під час заняття та протягом дня.
2. Збирайте дані про поведінку дитини, коли вона просить про допомогу. Це може бути кількість разів, коли дитина просить про допомогу самостійно або з вашою додатковою допомогою/підказками. Крім того, збирайте дані про поведінку, щоб ви могли систематично повторювати окремі елементи навчальної діяльності протягом тривалих періодів очікування. Приклад форми нижче:

Дата	Кількість звернень за допомогою на годину	Рівень оперативності (фізичний/вербальний; повний/частковий)	Небажана поведінка (Так/Ні)
1.3.			
1.3.			
1.3.			
1.3.			

Додаткові ресурси підтримки

<https://autismclassroomresources.com/teach-waiting/>

<https://youtu.be/gn6r5IERgds>

<https://youtu.be/mRyjAmGycdM>

<https://youtu.be/ZMpU2i5tHrI>

<https://youtu.be/OwHdSZonotw>



Заняття 9: Вимагаємо уваги дорослих

Віковий діапазон: 3-6 років

Тривалість заняття: 60 хвилин

Огляд та мета

Соціальний розвиток дітей дошкільного віку включає в себе процес засвоєння ними системи правил і норм поведінки в суспільстві. У процесі соціальної адаптації діти вчаться жити за певними правилами і виробляють норми поведінки.

Вміння використовувати ввічливі форми привернення уваги дорослого, поки він зайнятий, важливе для дитини, яка засвоює норми і правила поведінки в суспільстві, і в той же час є однією з корисних навичок соціальної взаємодії з оточуючими.

Дитині з розладами аутистичного спектру, щоб впевнено почуватися в соціумі, дуже важливо мати в арсеналі готові інструменти соціальної взаємодії.

Мета заняття - навчити дітей з РАС ввічливо привертати увагу дорослого, встановлювати зоровий контакт для подальшої взаємодії.

Цілі

1. Навчіть дітей визначати ситуацію, коли потрібно привернути увагу дорослого, коли він зайнятий.
2. Навчіть дітей використовувати ввічливу мовну форму звертання/звертання для налагодження взаємодії з дорослими "Вибачте, будь ласка".
3. Навчіть дітей з РАС встановлювати зоровий контакт при зверненні.

Необхідні матеріали

- Картки для моделювання
- Соціальна історія (відео, картки)
- Картки для невербальних дітей
- Візуальна підказка (два аркуші з послідовними кроками в різних ситуаціях: на перерві, в групі)



- Візуальна підказка "Піднята рука"
- Іграшки для взаємодії
- Побутовий предмет
- Форми для збору даних

Викладацька діяльність

- **Вступ (5 хвилин):**

Педагог пропонує дітям обговорити ситуацію, що вони роблять, коли хочуть звернутися до дорослого, коли він зайнятий: спілкується з іншою людиною або зайнятий своїми справами. Під час обговорення вихователь наголошує, що це можна робити у прийнятний спосіб, і пропонує переглянути соціальну історію на цю тему.

- **Розгляд ситуації, коли діти потребують допомоги (10 хвилин)**

Слідкуйте за соціальною історією.

<https://youtu.be/VaruOweSbSI?t=172>

Зміст історії.

Якщо мені потрібно підійти до іншого дорослого в той час, коли він зайнятий, у вільний час, я зроблю це так:

- Я підійду ближче.
- Я скажу: "Вибачте", і називатиму їх на ім'я.
- Або доторкнуся до руки дорослого.
- Я чекатиму, поки дорослий звернеться до мене і відповість.
- Я скажу їм, що мені потрібно.

Після перегляду відео вихователь і діти повторюють послідовність дій, імітуючи рухи:

- Я прийду (крок вперед).
- Я скажу (діти хором кажуть "вибач").
- Або доторкнутися до твоєї руки.
- Я почекаю (позиція очікування).
- Я скажу, що мені потрібно (руки з відкритими долонями вперед).

Повторіть вправу кілька разів.



Якщо мені потрібно привернути увагу репетитора або вихователя на занятті, я зроблю це так:

- Я підніму руку.
- Я буду чекати, коли вихователь\дорослий прийде до мене.
- Я скажу їм, що мені потрібно.

Діти та вихователь згадують правила поведінки в групі (правило "Піднятої руки"). Візуальна підказка "Піднята рука".

** Правило піднятої руки: Під час заняття, якщо дитина хоче щось сказати або потребує допомоги, вона повинна підняти руку, щоб привернути увагу вихователя.*

● **Вправа 1. Моделювання ситуації "На перерві" (10 хвилин)**

Педагог і діти моделюють ситуацію: педагог вдає, що він зайнятий (наприклад, гортає книгу, щось пише). Одна дитина підходить ближче до педагога і каже: "Вибачте, (ім'я, по батькові педагога). Вихователь одразу реагує і повертається до дитини. Каже: "Я тебе слухаю".

Розіграйте ситуацію 3 рази.

** Для дітей віком 3-6 років.*

● **Вправа 2. Моделювання ситуації "Під час занять" (20 хвилин)**

Педагог пропонує дітям виконати творче завдання (орігамі, ліплення, аплікація). У дитини можуть виникнути труднощі з виконанням цього завдання (дитина не вміє тримати ножиці, не вміє клеїти, не вміє ліпити тощо), завдання дається дитині трохи складніше, ніж її рівень майстерності. Коли у дитини виникають труднощі, вона піднімає або руку, вихователь підходить до дитини і запитує: "Чим я можу тобі допомогти?". Дитина відповідає: "Допоможи мені зробити..."

Повторіть ситуацію 3 рази. Щоразу ви можете пропонувати різні теми для заняття.

** Для дітей віком 3-6 років.*



- **Вправа 3. Узагальнення. Рольова гра "Магазин" (20 хвилин)**
(узагальнення навички)

У рольовій грі "Магазин" або "Супермаркет" діти за допомогою вихователя обирають ролі: продавця, покупця, касира*. Під час гри діти повинні використовувати прийоми привернення уваги, які вони вивчили на занятті. Педагог допомагає дітям грати. Під час взаємодії вони можуть запитати: "Ви останній у черзі?", до касира: "Вибачте, я хочу купити..."

** Для дітей віком 5-6 років.* Кількість ролей залежить від вікової групи дітей.*

- **Висновок (10 хвилин):**

- Діти повертаються в коло і обговорюють, що вони дізналися про те, як привернути увагу дорослого.
- Діти називають дії, які вони можуть використовувати, звертаючись до дорослого, і дії, які вони можуть використовувати, звертаючись до однолітків.
- Якщо в групі є діти, чутливі до дотиків, повторіть особливості поводження з ними.

Диференційована інструкція

Рівень 1 (діти з просунутими навичками):

- Визначте потребу дитини (наприклад, допомогти з чимось), мотивацію для звернення (наприклад, коли щось вийшло добре і дитина хоче поділитися своїми емоціями).
- Підійдіть до дитини.
- Якщо це відбувається під час перерви, вихователь підходить до дитини і, використовуючи візуальну підказку, каже: "Повернись до мене" (cue). Дитина відповідає: "Вибачте, він/вона називає ПОВНЕ ІМ'Я", і вихователь відповідає.
- Якщо це відбувається в класі, вихователь може підійти, показати візуальний знак і сказати: "Якщо вам щось потрібно, підніміть руку".
- Дитина піднімає руку і звертається до вихователя.
- Педагог відповідає: "Так, я вас слухаю. Чим я можу тобі допомогти?" (позитивне підкріплення навички).



- Наступного разу ми затримуємо підказку на 2 секунди. Якщо дитина не відповідає, дорослий показує візуальну підказку і мовчить.
- Якщо дитина говорить, вихователь відповідає.
- Третій раз у мотиваційній ситуації підказка не дається. Дитина говорить - вихователь відповідає.

Рівень 2 (діти з відповідними для їхнього розвитку навичками):

- Визначте потребу дитини (наприклад, допомогти з чимось), мотивацію для звернення (наприклад, коли щось вийшло добре і дитина хоче поділитися своїми емоціями).
- Підійдіть до дитини.
- Якщо це відбувається під час перерви, вихователь підходить до дитини і, використовуючи візуальну підказку, каже: "Повернись до мене" (одразу після цього подає візуальну підказку) (сue). Дитина каже: "Вибачте, він називає своє ім'я", і вихователь відповідає.
- Якщо це відбувається в класі, вихователь може підійти, показати візуальний знак і сказати: "Якщо вам щось потрібно, підніміть руку".
- Дитина піднімає руку і звертається до вихователя.
- Вихователь відповідає: "Так, я вас слухаю. Чим я можу тобі допомогти?" (позитивне підкріплення навички). Виконайте цю процедуру тричі.
- Щоразу затримуємо підказку на 2 секунди. Чекаємо на дії дитини. Якщо дитина говорить, вихователь відповідає. Якщо дитина мовчить, ми мовчки показуємо їй візуальну підказку.
- Якщо дитина говорить, вихователь відповідає. Повторіть цю процедуру тричі.
- Третій раз, у мотиваційній ситуації, підказка не дається. Дитина говорить тричі - вихователь відповідає.
- Якщо дитина тричі поспіль подає заявку самостійно, навчання закінчується.

Рівень 3 (діти, які потребують додаткової підтримки):

- Визначте потребу дитини (наприклад, допомогти з чимось), мотивацію звернення (наприклад, коли щось вийшло добре і дитина хоче поділитися своїми емоціями).
- Підійдіть до дитини.



Якщо це відбувається під час перерви, вихователь підходить до дитини і за допомогою візуальної підказки каже: "Підійди до мене" (одразу показує візуальну підказку і одразу після неї каже слово "можу", залежно від того, що дитина може повторити) (підказка). Дитина повторює "Я можу", а вихователь відповідає.

Якщо це відбувається в класі, вихователь може підійти і показати візуальну підказку, одночасно кажучи: "Якщо тобі щось потрібно, підними руку". Ви можете використовувати частковий фізичний сигнал, доторкнувшись до ліктя дитини, щоб змусити її підняти руку.

Дитина піднімає руку, а вихователь відповідає.

Вихователь відповідає: "Так, я слухаю. Чим я можу вам допомогти?" (позитивне підкріплення навички). Виконайте цю процедуру **тричі**.

Наступного разу затримуємо підказку на 2 секунди. Чекаємо на дії дитини. Якщо дитина говорить, вихователь відповідає. Якщо дитина не реагує, ми мовчки показуємо дитині візуальну підказку і торкаємося її ліктя.

Якщо дитина піднімає руку, вихователь відповідає. Повторіть цю процедуру **тричі**.

Третій раз у мотиваційній ситуації дається лише візуальна підказка. Якщо дитина тричі реагує на візуальну підказку, вихователь відповідає.

Якщо дитина самостійно повертається три рази поспіль, тренування закінчується.

Рівень 4 (діти, які потребують значної допомоги та мають обмежені комунікативні навички):

- З'ясуйте потребу дитини (наприклад, допомогти з чимось), мотивацію для контакту (наприклад, коли щось вийшло добре і дитина хоче поділитися своїми емоціями). Використовуйте альтернативну систему комунікації, жести або РЕХ.

Підійдіть до дитини.

Педагог говорить і фізично торкається рукою дитини до своєї руки (репліка).

Вихователь відповідає: "Чим я можу тобі допомогти?" або "Ого, круто".

Виконайте цю процедуру тричі.

Якщо це відбувається в класі, вихователь підходить і фізично піднімає руку дитини, кажучи: "Я тобі допоможу". Зробіть це тричі.



Наступного разу затримуємо підказку на 2 секунди. Чекаємо на дії дитини. Якщо дитина не реагує, даємо фізичну підказку і говоримо "Я тобі допоможу" або "Вау, круто" - залежно від ситуації. Зробіть це тричі.

Втретє в мотиваційній ситуації вихователь підходить до дитини так, щоб вона могла доторкнутися до нього. Дитина самостійно торкається руки вихователя. Вихователь каже: "Я тобі допоможу". Або дитина самостійно піднімає руку, а вихователь каже "Я тобі допоможу" чи "Ого, круто" - залежно від ситуації. Якщо дитина самостійно піднімає руку три рази поспіль, тренування закінчено.

Додаткові поведінкові стратегії

Очікувані поведінкові проблеми: Істерики (наприклад, плач, падіння на землю, крики) або хапання людей/предметів можуть виникати через необхідність чекати.

Профілактичні стратегії: Щоб запобігти виникненню проблемної поведінки, перед початком заняття зробіть такі кроки:

- Змініть навколишнє середовище: приберіть улюблені предмети з-під досяжності та дистанційуйтеся від дитини, яка, найімовірніше, буде схильна до проблемної поведінки.
- Систематично вибирайте цільові предмети для тренування очікування, працюючи над освоєнням очікування менш бажаних предметів, перш ніж працювати над очікуванням більш бажаних предметів.
- Налаштуйте дитину на успіх, переконавшись, що вона провела достатньо часу з вами та/або з улюбленими предметами, перш ніж починати роботу над очікуванням на груповому занятті.
- Заохочуйте (наприклад, словесною похвалою) маленькі успіхи, які ви помічаєте у дитини (наприклад, сидіння в групі, уважність на занятті).
- Стратегія навчання поведінки очікування уваги дорослого.

Стратегії втручання у випадку складної поведінки: Якщо виклична поведінка трапляється під час заняття, переконайтеся, що всі діти в безпеці. Зведіть до мінімуму увагу, яку ви приділяєте проблемній поведінці. Натомість чітко висловлюйте похвалу дітям, які демонструють бажану поведінку. Якщо вправу з очікування для дитини потрібно перервати, обов'язково поверніться до неї, коли дитина заспокоїться.



Припинення означає, що дитина продемонструвала складну поведінку, і їй було надано дві можливості заспокоїтися. Якщо дитина не може заспокоїтися, вона втрачає доступ до бажаного предмета, допомоги або особи.

Стратегії співпраці

- **Відповідна взаємодія:** Подумайте про співпрацю з батьками, попросивши їх надіслати список речей/ситуацій, в яких їхня дитина вважає очікування більш складним.
- **Можливості для включення:** Попросіть батьків попрацювати над очікуванням вдома і надішліть додому копії наочних посібників, використаних на занятті.

Технологічна інклюзія

<https://best-practice.middletownautism.com/teachingcoreskills/waiting/>

Результати

1. Спостерігати за дитиною під час взаємодії в групі, відзначаючи, скільки разів дитина підняла руку або звернулася до вихователя, аналізуючи, чи підвищилася якість дії протягом дня в дитячому садку.

Дата	Потребує уваги	Виклична поведінка так/ні
	+/-	ТАК / НІ
	+/-	ТАК / НІ
	+/-	ТАК / НІ
	+/-	ТАК / НІ

Додаткові ресурси підтримки

<https://youtu.be/WYgZb3B87pw?si=6--65KH2zL5u03ZR>

<https://autismclassroomresources.com/teach-waiting/>



Заняття 10: Управління часом

Віковий діапазон: 3-6 років

Тривалість заняття: 60 хвилин

Огляд та мета

Мета цього плану заняття з тайм-менеджменту та планування дня для дітей з розладами аутистичного спектру (РАС) - надати педагогам науково обґрунтовані стратегії підтримки дітей з РАС у розвитку важливих життєвих навичок, таких як управління своїм часом, складання та дотримання щоденного розкладу.

Діти з РАС часто отримують користь від рутини та передбачуваності у своєму оточенні. Дослідження показали, що структурований розклад може допомогти зменшити тривожність і сприяти підвищенню почуття безпеки у дітей з РАС (Boyd та ін., 2011; Evans та ін., 2013). Крім того, навчання дітей з РАС навичкам тайм-менеджменту може покращити їхні навички виконавчої діяльності, які часто порушені в цій популяції (Kenworthy та ін., 2013; Demetriou та ін., 2018).

Цілі

1. Сприяння незалежності: Навчаючи дітей керувати своїм часом і дотримуватися розпорядку дня, ми даємо їм змогу взяти на себе відповідальність за свої щоденні справи та активності. Діти набувають впевненості та незалежності, коли вчаться керувати своїми днями з більшою автономією.
2. Підтримка управлінських навичок: Підтримка виконавчих навичок: Діти з РАС часто мають труднощі з навичками виконавчої діяльності, які включають управління часом і щоденне планування. Наша структурована підтримка та настанови допомагають розвинути у дітей організаційні навички, навички планування та ініціювання завдань.
3. Підвищення передбачуваності та зниження тривожності: Діти з РАС часто отримують користь від рутини та передбачуваності у своєму середовищі. Ми можемо зменшити тривожність і сприяти почуттю безпеки в групі, створивши послідовний щоденний розклад, який є передбачуваним і стабільним.



Необхідні матеріали

- Візуальна дошка розкладу або діаграма. Дивіться відео тут: <https://youtu.be/1yE8SPYxnEs?si=fe8exQnsQN3OEEA7>
- Картки з малюнками, що представляють щоденні види діяльності (наприклад, ігри, перекуси, гурткові заняття). Приклади для друку можна знайти тут: <https://adayinourshoes.com/free-printable-visual-schedules-for-home-and-daily-routines/>
- Таймер або годинник
- Дошка або папір для діаграм
- Маркери або олівці
- Візуальна підтримка, така як соціальні історії або візуальні графіки
- Пристрої АДК (Augmentative and Alternative Communication) або засоби візуальної комунікації
- Планшет або комп'ютер з навчальними програмами або програмами для управління часом, такими як <https://www.kazutime.com/> або <https://happykidstimer.com/>

Викладацька діяльність

- **Вступ до тайм-менеджменту (15 хвилин):**
 - Обговоріть важливість тайм-менеджменту та розпорядку дня, а також їхні цілі. Не дивно, якщо сприйняття часу у дітей з РАС дійсно слабше, ніж у дітей без РАС, оскільки нетипові відчуття і сприйняття є загальними рисами цього розладу. Крім того, оскільки багато людей з РАС борються зі слабкістю робочої пам'яті та уваги, їм може бути ще складніше послідовно відтворювати часові інтервали та обробляти час (Jurek та ін., 2019). Проте, управління часом є важливою життєвою навичкою, яку діти з РАС повинні розвивати для свого майбутнього, оскільки це необхідно для того, щоб бути успішними в школі, в іграх або навіть для того, щоб переконатися, що у них достатньо часу, щоб поїсти. Ви повинні зосередитися на наступних шести взаємодоповнюючих навичках: визначення часу, планування, бюджетування часу, ефективне використання часу, розстановка пріоритетів та усвідомлення плину часу.



- Покажіть візуальний таймер або годинник і поясніть, як він допомагає нам зрозуміти плин часу.
- Щоб допомогти дітям зрозуміти візуальний таймер або годинник, ви можете залучити їх до простої справи, в якій вони оцінюють, скільки часу потрібно для виконання різних завдань (наприклад, зібрати рюкзак, з'їсти перекус тощо).
- **Створення візуального розкладу (15 хвилин):**
 - Одним з графічних інструментів, який допомагає дітям з РАС, є дошка або діаграма візуального розкладу. Візуальний графік ілюструє послідовність подій, які відбуватимуться під час виконання певного завдання, діяльності або протягом дня. Він може складатися з серії фотографій, відео, малюнків або інших візуальних компонентів, які полегшують виконання завдань і допомагають дітям зрозуміти, що від них очікується. Тому продемонструйте, як створити візуальну дошку або графік, використовуючи картки із зображенням щоденних дій, як-от: привітання з педагогом, сидіння за партою, робота над читанням, вихід на перерву, обід тощо. Навчальне відео можна знайти тут: <https://youtu.be/1yE8SPYxnEs?si=fe8exQnsQN3OEEA7>, а картки для друку - тут: <https://adayinourshoes.com/free-printable-visual-schedules-for-home-and-daily-routines/>
 - Обговоріть переваги візуальних графіків у підвищенні передбачуваності та зниженні тривожності
- **Інтерактивна справа: Слідування візуальному графіку (20 хвилин):**
 - Використовуйте створений візуальний розклад, щоб допомогти дітям зрозуміти послідовність занять на день.
 - Встановіть візуальний годинник або таймер, щоб показувати час початку і закінчення кожного виду діяльності.
 - Заохочуйте дітей самостійно зв'язатися з візуальним розкладом і переходити від одного виду діяльності до іншого відповідно до нього.
 - Надавайте підказки та позитивне підкріплення, коли хтось успішно дотримується розкладу.
- **Рефлексивне обговорення та коригування (10 хвилин):**
 - Зберіть дітей разом і поміркуйте, наскільки добре вони дотримувалися візуального плану.



- Поговоріть про будь-які труднощі чи успіхи, які виникли під час вправи.
- Попросіть дітей запропонувати будь-які зміни або доповнення, які вони хотіли б бачити в розкладі на наступний день.
- Хваліть і заохочуйте дітей за їхню участь і старанну працю.
- Нагадайте дітям, що у них буде ще одна можливість попрактикуватися в плануванні та управлінні часом на наступних заняттях.

Диференційована інструкція

Рівень 1 (діти з просунутими навичками):

- Дайте дітям, які демонструють просунуті навички розуміння та управління часом, складніші завдання, наприклад, скласти тижневий розклад, який включає додаткові події та заходи, або скористатися навчальним додатком з тайм-менеджменту, наприклад, <https://www.kazutime.com/> або <https://happykidstimer.com/>.
- Заохочуйте цих дітей брати на себе роль лідера, допомагаючи своїм друзям зрозуміти і дотримуватися розкладу.

Рівень 2 (діти з відповідними для їхнього розвитку навичками):

- Щоб допомогти дітям з особливостями розвитку зрозуміти і використовувати візуальний графік, розбийте завдання на менші кроки (наприклад, дотримуйтесь коротшого графіку) і направляйте їх за допомогою візуальних підказок або підказок.
- Надайте можливості для практичного досвіду використання візуального розкладу, поступово підвищуючи самостійність з часом.

Рівень 3 (діти, які потребують додаткової підтримки):

- Надавати індивідуальну підтримку дітям, які можуть потребувати додаткової допомоги в розумінні та використанні візуального розкладу.
- Використовуйте візуальну підтримку, таку як соціальні історії або відеомодельовання, щоб посилити навчання та забезпечити передбачуваність.



Рівень 4 (діти, які потребують значної допомоги та мають обмежені комунікативні навички):

- Зосередьтеся на невербальній комунікації та сенсорних стратегіях, щоб допомогти їм використовувати візуальний графік.
- Візуальні графіки, які ви використовуєте для таких дітей, повинні поєднувати чіткі візуальні підказки для представлення кожного виду діяльності з простою, зрозумілою мовою або символами.
- Використовуйте пристрої альтернативної та допоміжної комунікації (АДК) або системи візуальної комунікації для підтримки розуміння та вираження уподобань у повсякденній діяльності.
- Включайте в заняття сенсорні інструменти та вправи, які допоможуть регулювати емоції та сприятимуть взаємодії з візуальним графіком.

Додаткові поведінкові стратегії

Очікувані поведінкові проблеми:

- Перехідні бар'єри: Діти з РАС можуть мати труднощі з переходом від одного виду діяльності до іншого (наприклад, від вільної гри до гурткової роботи), що може призвести до опору, розчарування або зривів.
- Ригідність: Деякі діти можуть дуже жорстко дотримуватися свого попереднього розпорядку дня, тому педагогам може бути важко вносити корективи або переривати їх.
- Занепокоєння: Діти, які відчувають занепокоєння або невпевненість щодо майбутньої діяльності або змін у повсякденному житті (наприклад, не знають, які матеріали будуть використовуватися або як довго триватиме заняття), що призводить до підвищеного рівня стресу.
- Увага та зацікавленість: Деяким дітям може бути важко залишатися зосередженими та зацікавленими під час занять, що може призвести до поведінки, яка не пов'язана з виконанням завдання, або до втрати інтересу.

Превентивні стратегії:

- Привабливі візуальні дошки чи графіки: Щоб дати дітям послідовність і структуру, а також допомогти їм передбачити зміни і підготуватися до них, використовуйте візуально привабливі і зрозумілі дошки або графіки, що включають переходи між завданнями.



- Візуальний зворотний відлік: Щоб допомогти дітям почуватися менш тривожними і невпевненими, використовуйте візуальні таймери або зворотний відлік часу, щоб позначити кінець вправи або час, що залишився для кожної вправи, і підготувати їх до майбутніх переходів.
- Твердження "спочатку - потім": Щоб допомогти дітям зрозуміти, що відбувається в розкладі, використовуйте короткі твердження "спочатку - потім", щоб описати послідовність дій і сформулювати очікування. Наприклад: "Спочатку ми прибираємо, а потім йдемо на полуденок". Існує корисний додаток, який можна завантажити тут: <https://apps.apple.com/us/app/first-then-visual-schedule/id355527801>
- Можливість вибору: Пропонуйте різні варіанти (наприклад, два улюблені види діяльності для вільного часу) у розкладі, щоб дати дітям більше повноважень і контролю над їхнім навчанням, що підвищить їхнє відчуття контролю, зменшить опір і заохотить до співпраці.
- Послідовний розпорядок дня: Щоб зменшити стрес і тривогу, спричинені змінами у графіку, встановіть і дотримуйтесь послідовного розпорядку дня, який забезпечує стабільність і передбачуваність.

Стратегії втручання для подолання проблемної поведінки:

- Візуальні підказки та нагадування: Використовуйте візуальні підказки, наприклад, зображення годинника, що показує час перекусу, щоб нагадувати дітям про майбутні завдання або переходи. Розмістіть ці нагадування по всій групі.
- Опори для переходу: Щоб зробити перехід легшим і комфортнішим для дітей, надайте об'єкт для переходу, наприклад, візуальний таймер або улюблену іграшку.
- Винагороди та заохочення: Створіть систему жетонів, де діти можуть брати участь у заходах і заробляти наклейки або бали за те, що не запізнюються. Їх можна обмінювати на бажані заохочення.
- Соціальні історії: Щоб зменшити занепокоєння і викликати хвилювання, напишіть, наприклад, соціальну історію про мистецький проєкт. Сюди можна включити інформацію про необхідні матеріали, скільки часу це займе і чого очікувати. Цікавий додаток можна завантажити тут: <https://apps.apple.com/us/app/scene-speak/id420492342>
- Індивідуальна допомога: Надавайте індивідуальну допомогу та модифікації відповідно до потреб кожної дитини. Наприклад, надайте додаткові візуальні засоби або сенсорні перерви дітям, які мають проблеми з концентрацією уваги та участю.



Стратегії співпраці

- **Відповідна взаємодія:** Співпрацюйте з батьками та вихователями, щоб створити узгоджений розпорядок дня і розклад або використовуйте вдома ті ж інструменти (дошки для планування або графіки), які узгоджуються з тими, що є в групі.
- **Можливості для включення:** Регулярно спілкуйтеся з фахівцями з підтримки, такими як терапевти або фахівці з поведінки, щоб ділитися стратегіями та координувати втручання для дітей з РАС.

Технологічна інклюзія

- Інтегруйте навчальні додатки, які зосереджені на управлінні часом і щоденному плануванні, наприклад, додатки з візуальним таймером. За допомогою додатків з візуальним таймером, які візуально показують таймер зворотного відліку, а іноді містять графічне зображення часу, що минає, діти з РАС можуть ефективніше управляти переходами і розуміти поняття часу. Наприклад, додаток "Таймер часу" допомагає дітям легко виміряти, скільки часу залишилося для виконання певної дії або переходу, пропонуючи просте візуальне представлення часу, що спливає. Знайти його можна тут: <https://www.timetimer.com/collections/applications>
- Використовуйте технологію AAC для підтримки комунікації та вираження своїх уподобань щодо повсякденних справ і рутинних питань. Ця технологія полегшує спілкування, надаючи альтернативні засоби вираження, такі як символи, малюнки, текст або мовлення. Її можна використовувати для того, щоб допомогти дітям повідомити про свої потреби, вподобання чи почуття, підтримуючи невербальну комунікацію та самовираження. Наприклад, "Boardmaker" <https://goboardmaker.com/> - популярна програма для роботи з символами, яка пропонує велику бібліотеку символів і шаблонів для створення комунікаційних дошок, візуальних розкладів і навчальних матеріалів.



Результати

1. Спостерігайте за здатністю дитини ефективно управляти своїм часом під час запланованих занять протягом дня і збирайте дані про дотримання дитиною візуального розкладу, включаючи її здатність своєчасно переходити від одного виду діяльності до іншого.
2. Відстежуйте дотримання дитиною візуального розкладу, фіксуючи час, витрачений на кожну заплановану діяльність, і час, необхідний для переходу від однієї діяльності до іншої. Наприклад:

Ім'я дитини:	Побачення:	Запланована діяльність	Витрачений час (хвилини)	Час переходу (хвилини)
Хелен	05/01/2024	Час кола	15	2
		Час перекусу	10	3
		Час історій	20	1
		Мистецька діяльність	25	4
		Гра на свіжому повітрі	30	2

Додаткові ресурси підтримки

1. Організація з дослідження аутизму (OAR): <https://researchautism.org/>
2. Стратегії викладання: <https://teachingstrategies.com/>
3. Інтернет-модулі з аутизму (AIM): <https://autisminternetmodules.org/>
4. Ресурси та модулі аутистичного втручання (AFIRM): <https://afirm.fpg.unc.edu/>
5. Педагог з аутизму: <https://www.autismeducator.com/lander>
6. Ресурси для класів з аутизмом: <https://autismclassroomresources.com/>

Ці додаткові допоміжні ресурси пропонують широкий спектр матеріалів та інформації, які допоможуть педагогам поглибити свої знання та навички ефективної підтримки дітей з РАС.



Заняття 11: Сприйняття змін

Віковий діапазон: 3-6

Тривалість заняття: 60 хвилин

Огляд та мета

Створення однакової атмосфери та розпорядку - важливий аспект управління групою для дітей з розладами аутистичного спектру (РАС) (Iovannone, Dunlap, Huber, & Kincaid, 2003). Без узгодженого розкладу діти з РАС можуть демонструвати негнучку або ригідну поведінку. Однак неминуче, що щоденна діяльність зазнаватиме змін через такі фактори, як щоденний розклад, відсутність персоналу, погодні коливання або людські помилки. На додаток до цих непередбачуваних змін, педагоги можуть бачити переваги в тому, щоб знайомити вихованців з новим середовищем, матеріалами, однолітками та видами діяльності протягом навчального року, щоб розширити їхній досвід. Проте, коли діти з РАС стикаються зі змінами в оточенні або розпорядку дня, вони можуть чинити опір новим завданням або місцям, відчуваючи почуття стресу, тривоги або розгубленості (Kluth, 2003). Дослідження показали, що під час перехідного періоду або змін діти схильні до істерик, агресії та відмови (Schreibman & Whalen, 2000; Flannery & Horner, 1994). Ця відраза до змін може перешкоджати набуттю нових навичок. Здатність думати про те, як ви робите або говорите щось по-новому або по-іншому.

Гнучке мислення - це когнітивна навичка, що є частиною виконавчих функцій, які можуть бути складними для людей з аутизмом. Гнучке мислення включає в себе розуміння того, що речі можуть відбуватися не так, як ми звикли, і не в тому порядку, до якого ми звикли. Зазвичай люди, які розвиваються, вчаться бути гнучкими неявно, спостерігаючи за іншими людьми і навчаючись у них. Ми повинні запропонувати можливість навчити дітей та молодих людей з аутизмом гнучкому мисленню, оскільки вони часто не вчаться цьому у своїх однолітків.

Цілі

1. Навчити здобувачів освіти стратегій подолання труднощів у прийнятті та адаптації до змін у їхньому середовищі та звичках.



2. Забезпечити вихованців візуальною підтримкою та структурованими процедурами для успішного переходу від одного виду діяльності до іншого.
3. Виховувати гнучкість та стійкість у здобувачів освіти з РАС, коли вони стикаються зі змінами.

Необхідні матеріали

- Гнучкі предмети, такі як пластилін, йоржики для чищення труб, гумки, слим
- Негнучкі предмети, такі як льодяникові палички, зубочистки, сухі макарони
- Папір
- Індексні картки
- Кольорові олівці/маркери

Викладацька діяльність

- **Вступ: Гнучкий та негнучкий мозок (15 хв)**

Познайомте дитину з поняттями "гнучкий", "еластичний", "негнучкий", "жорсткий", "твердий" (залежно від мовних здібностей вашої дитини). Почніть з конкретних прикладів предметів, які є гнучкими - наприклад, йоржики для чищення труб, гумки, м'ячики для тренування та пластилін - і негнучкими - наприклад, льодяникові палички, затискачі для волосся, зубочистки та сухі спагеті. Попросіть дитину розсортувати їх за категоріями. Потім попросіть дітей намалювати коло на аркуші паперу за допомогою йоржиків для чищення труб або пластиліну, а потім зубочисток чи шпильок для волосся. Обговоріть, що вийшло краще і чому? Зауважте, що з гнучкими матеріалами легше працювати.

Тут ви можете згадати, що наш мозок також може бути гнучким. Гнучкий мозок породжує гнучкі думки. Поговоріть з групою про різні способи виконання певної дії (приготування бутерброда, вдягання взуття і шкарпеток, прогулянка до певного, знайомого місця). Зауважте, що послідовність кроків може бути різною, використовуватися різні матеріали, різні маршрути, але всі вони призводять до одного й того ж кінцевого результату.

- **Вправа на вирішення проблем (45 хв)**

Підготуйте карточки. На окремих картках запишіть різні ситуації, пов'язані зі змінами або несподіваними подіями (наприклад, "Твоя улюблена іграшка



зламалася", "Тобі доводиться чекати своєї черги довше, ніж очікувалося", "Твій друг переїжджає"). На додаткових картках запишіть різні емоції, які діти можуть відчувати у відповідь на ці ситуації (наприклад, радість, сум, розчарування, тривогу). Переконайтеся, що для кожної емоції є кілька карток. На інших картках запишіть стратегії подолання та рішення (наприклад, глибоко вдихнути, поговорити з другом, попросити про допомогу, знайти нове заняття).

- **Вступ:**

Зберіть дітей у коло і поясніть, що вони гратимуть у гру, щоб потренуватися справлятися з різними ситуаціями та вирішувати проблеми. Покажіть дітям різні набори карток (ситуації, емоції, стратегії подолання) і поясніть, як відбуватиметься гра.

- **Карти для малювання:**

Попросіть кожну дитину вибрати одну картку зі стосу "ситуацій" і "емоцій". Роздайте їм порожні карточки і попросіть намалювати "ситуацію" та "емоцію", які вони обрали. Після того, як діти намалюють свої картки, попросіть кожну дитину розповісти про ситуацію, яку вона намалювала, і про емоцію, яку вона відчуває у відповідь на неї. Поясніть, що відчувати ці емоції - це нормально.

- **Мозковий штурм стратегій подолання труднощів:**

Поясніть групі, що таке "стратегія подолання", і наведіть кілька прикладів (лічба до десяти, використання м'яча від стресу, глибокі вдихи, розмова з дорослим тощо). Для кожної ситуації, яку намалювала дитина, обговоріть з групою, яку стратегію подолання можна використати, щоб впоратися з нею. Попросіть учасників записати свої стратегії подолання стресу на окремих картках.

- **Рольова гра**

Об'єднайте дітей в пари і запропонуйте їм розіграти кожну ситуацію за ролями. Це дасть їм можливість попрактикуватися в стратегіях подолання, про які вони щойно дізналися.

Диференційована інструкція

Рівень 1 (діти з просунутими навичками):

- Заохочуйте критичне мислення та творчість, пропонуючи дітям розробити власні стратегії подолання труднощів або вирішення ситуацій.



- Пропонуйте лідерські ролі в рамках діяльності, наприклад, спрямовувати однолітків у процесі вирішення проблем.
- Якщо дитина вміє користуватися календарем, відмічайте важливі майбутні події або використовуйте календар зі зворотним відліком часу до події.

Рівень 2 (діти з відповідними для їхнього розвитку навичками):

- Якщо можливо, виділіть додатковий час, щоб пристосуватися до змін.
- Під час першого впровадження нової стратегії постарайтеся перебувати в спокійній, тихій обстановці. Наприклад, коли ви показуєте картку зміни, зачекайте, поки інші діти вийдуть з групи, щоб не було багато відволікаючих чинників і шуму.

Рівень 3 (діти, які потребують додаткової підтримки):

- Запропонуйте додаткову візуальну підтримку та підказки, які допоможуть дитині зрозуміти та виконати вправу. Хоча в багатьох прикладах візуальної підтримки використовуються малюнки з чорними лініями (наприклад, піктограми з програми Майєра-Джонсона "Boardmaker"), це може бути не найкращим варіантом для всіх дітей. Перш ніж розробляти допоміжні матеріали, оцініть, наскільки діти їх розуміють, оскільки деяким вихованцям може знадобитися використання предметів або фотографій, щоб зрозуміти зміст підказок.

Рівень 4 (діти, які потребують значної допомоги та мають обмежені комунікативні навички):

- Запропонуйте додаткову візуальну підтримку та підказки, щоб допомогти дітям зрозуміти і виконати вправу. Хоча в багатьох прикладах візуальної підтримки використовуються малюнки з чорними лініями (піктограми з посібника Майєра-Джонсона), це може бути не найкращим варіантом для всіх дітей. Перш ніж розробляти допоміжні матеріали, оцініть, наскільки діти їх розуміють, оскільки деяким вихованцям може знадобитися використання предметів або фотографій, щоб зрозуміти зміст підказок.
- Розбивайте завдання на дуже маленькі, прості кроки та надавайте практичні рекомендації за потреби.



- Для малювання, якщо дитина не може тримати олівець/малювати, використовуйте готові картки з піктограмами.
- Під час першого ознайомлення зі стратегією або вправою використовуйте фізичні підказки, щоб допомогти дитині.

Додаткові поведінкові стратегії

Очікувані поведінкові проблеми:

Істерики (наприклад, плач, падіння на землю, крики) або агресивна поведінка (наприклад, кидання предметів) можуть виникати внаслідок несподіваної зміни звичного режиму.

Превентивні стратегії:

- **Візуальні розклади:** Надайте дитині щоденні візуальні розклади та таймери, щоб вона могла чітко бачити, що і коли відбувається. Ці візуальні опори можуть допомогти дитині зрозуміти порядок щоденних подій, кроки, пов'язані з навичками повсякденного життя, а також розпорядок дня в закладі, включаючи будь-які зміни в режимі дня, які можуть статися.
- **Картка змін:** Після того, як ваша дитина зрозуміє, як користуватися візуальним розкладом, важливо почати вносити зміни у зміст розкладу (Mesibov, Shea, & Schopler, 2005). Переконайтеся, що розклад змінюється щодня, і навмисно змінюйте деякі заздалегідь заплановані заходи. Це допоможе дитині легше переносити зміни. Однак, коли діяльність змінюється, слід розробити стратегію підтримки вихованця.

Перш за все, виберіть значущу візуальну підказку, яку ви будете використовувати з дітьми під час представлення концепції змін. Це може бути значок "сюрприз", "знак питання", певна фотографія або написане слово, залежно від потреб і здібностей дитини. Помістіть обрану підказку про зміни поверх запланованого заняття, яке не відбудеться (наприклад, перерва на ігровому майданчику), а нове заняття - наступним у денній послідовності подій (наприклад, перегляд фільму в групі). Під час викладання концепції змін корисно звернутися до візуального розкладу разом з дитиною, разом подивитися на картку змін і допомогти їй перейти до нового виду діяльності.



Ви також можете створити "конверт змін", в якому діти можуть розмістити візуальний сигнал про зміну і картку розкладу того виду діяльності, який не відбудеться.

Корисно впроваджувати зміни поступово і в позитивний спосіб. Почніть зі зміни видів діяльності, які дитина зазвичай не вважає улюбленими, на ті, яким він надає перевагу (наприклад, зміна розкладу з математики на додатковий час для творчої діяльності або грою з конструктором). Після того, як дитина толерантно сприйме зміну нелюбимого виду діяльності на улюблений, змініть нейтральний вид діяльності (наприклад, замініть математику на мовне мистецтво) і, нарешті, замініть улюблений вид діяльності на нейтральний та/або нелюбимий.

- Підготовка: Праймінг - це метод попереднього перегляду інформації або діяльності, з якою дитина, ймовірно, матиме труднощі, до того, як він потрапить у складну ситуацію. Вихованець переглядає майбутні події, такі як пожежна тривога, заміна вихователя, екскурсія або розклад на дощовий день, щоб вони стали більш передбачуваними (Schreibman & Whalen, 2000). Праймінг ефективно використовується в академічному навчанні та соціальній взаємодії (Harrower & Dunlap, 2001), а віднедавна його застосовують для підготовки дітей до нових умов або змін у повсякденному житті.
- Соціальні історії: Соціальні історії також можуть бути чудовим ресурсом у підготовці до змін або подій, що викликають занепокоєння. Вони є методом пояснення того, що відбувається і що очікується в навколишньому середовищі. Як правило, соціальні історії пишуться від першої особи, містять ілюстрації, показують точку зору людини з РАС і повинні бути на рівні розуміння дитини. Часто соціальні історії дають відповіді на питання, які діти з розладами спектра можуть не знати, як поставити. Керол Грей, авторка соціальних історій, описує рекомендовану структуру історії та типи речень на своєму веб-сайті <http://www.thegraycenter.org/>. Хоча точна структура історії є ідеальним варіантом, коли ми стикаємося з несподіваними змінами або новими подіями, модифіковані соціальні історії, які можуть бути швидко написані співробітниками (які не містять точного співвідношення речень), є життєздатною стратегією підготовки. Після визначення нової події та оцінки навичок дітей щодо її розуміння,



напишіть історію, дотримуючись рекомендацій Грея. Педагоги повинні читати оповідання вихованцям та/або разом з ними послідовно протягом декількох днів. Корисно також надати копію для використання вдома. Коли нові заходи плануються заздалегідь, рекомендується підготувати соціальну історію, дотримуючись рекомендацій Грея.

- Відеопідготовка: Відеоінструкції довели свою ефективність у навчанні нових навичок дітей з аутизмом (Schreibman & Whalen, 2000), а віднедавна їх використовують для підготовки вихованців до майбутніх подій. Наприклад, вирушайте на місце з відеокамерою, пройдіться по етапах, які потрібно буде виконати під час зйомки, і підготуйте просту розповідь тривалістю від однієї до чотирьох хвилин про процес і вимоги до нього. Наприклад, якщо ви плануєте екскурсію до зоопарку, відвідайте зоопарк і під час зйомки пояснюйте різні аспекти того, що там відбуватиметься, наприклад, як їздити на поїзді, користуватися новими туалетами та їсти в буфеті. Після зйомки відео покажіть його дитині кілька разів, щоб допомогти їй підготуватися до події. Дослідження показали, що при такому використанні відео у дітей з РАС деструктивна поведінка значно зменшилася, оскільки розпорядок дня став більш передбачуваним.
- Навчіть вихованців альтернативним способам вираження емоцій, наприклад, за допомогою візуальних карток емоцій або таблиці почуттів.
- Заохочуйте використовувати стратегії заспокоєння, такі як глибоке дихання або перерва, коли ви відчуваєте себе перевантаженими.

Стратегії втручання при складних формах поведінки:

- Спробуйте переключити дитину на заспокійливу діяльність або заохочуйте її використовувати навички подолання труднощів, такі як глибоке дихання або самонавіювання (наприклад, "Я вже проходив через зміни раніше, і я зможу зробити це знову"). Хваліть дитину або використовуйте інші способи заохочення за те, що вона справляється зі змінами.
- Якщо виклична поведінка трапляється під час заняття, переконайтеся, що всі діти перебувають у безпеці. Зведіть до мінімуму увагу, яку ви приділяєте проблемній поведінці. Натомість чітко висловлюйте похвалу дітям, які демонструють бажану поведінку.
- Використовуйте візуальний розклад або дошку "Зараз і далі", щоб переконатися, що дитина розуміє, що відбувається далі.



- Якщо складна поведінка виникає під час переходу від одного виду діяльності до іншого, переконайтеся, що ви довели перехід до нового виду діяльності до кінця. Не дозволяйте дитині продовжувати поточну діяльність, якщо вона демонструє зухвалу поведінку.

Стратегії співпраці

- **Відповідна взаємодія:** Батьки відіграють вирішальну роль у підтримці навчання та розвитку своєї дитини. Інші педагоги та терапевти також можуть співпрацювати
- **Можливості для включення:** Ці стратегії (візуальні розклади, таймери, підготовка) можна легко впровадити і в домашнє середовище (наприклад, підготуватися до зустрічі з новою нянею, пояснити, що улюблений DVD зламався, піти в інший ресторан). Фахівці можуть допомогти батькам у визначенні нових і складних ситуацій, створенні матеріалів і моделюванні їх реалізації.
- Щоб заохотити гнучкість, батьки можуть включити нову щоденну активність у свій візуальний розклад, яка є позитивною подією. Таким чином, дитина може дізнатися, що зміни можуть приносити задоволення і захоплюючі речі!

Технологічна інклюзія

Ігри, які допомагають справлятися зі змінами: <https://idealvr.eu/vr-game/>
<http://www.whizkidgames.com/?game=rufusgoestoschool>

Для переходу до нових видів діяльності можна використовувати наочність, наприклад, додаток з таймером і візуальним розкладом:

<https://www.timetimer.com/collections/applications>.

<https://www.pictogramagenda.es/en/pictogramagenda-en/>

Додатки, які допоможуть вам створювати власні візуальні розклади:

<https://us.tobiidynavox.com/pages/boardmaker>

<https://arasaac.org/index.html>



Результати

1. Спостереження за переходом від одного виду діяльності, якому надається перевага, до іншого, якому не надається, без демонстрації складної поведінки
2. Спостереження за тим, як дитина переносить несподівану зміну в повсякденному житті, не демонструючи жодних викликів / використовуючи свої стратегії подолання.
3. Дані про те, скільки разів дитина переходила до наступного виду діяльності/переносила зміни, не кидаючи виклик поведінці та не використовуючи свої копінг-стратегії, на відміну від кількості випадків, коли вона цього не робила.

Дата	Переходили від одного виду діяльності до іншого / Сприйняли несподівані зміни	Діяльність/що змінилося?	Використовували стратегії подолання з підказками	Самостійно використовували копінг-стратегії	Виклична поведінка так/ні
1.3.	Ні	Перерва на математику	x		ТАК
1.3.	Ні	Заміна вихователя	x		ТАК
1.3.	Так	Перерва на математику	x		НІ
1.3.	Так	Поїздки скасовано		x	НІ

Додаткові ресурси підтримки

Використання візуальних розкладів:

<https://reachoutasc.com/the-right-way-to-use-visual-timetables/>

<https://ed-psych.utah.edu/school-psych/resources/documents/grants/autism-training-grant/Visual-Schedules-Practical-Guide-for-Families.pdf>

Зміна рутинної картки:

<https://www.autism360.com/using-change-in-routine-card-as-a-visual-tool-for-autism/>

Навчання емоційної регуляції:

<https://www.healisautism.com/post/coping-strategies-teach-children-autism>

Гнучкі та жорсткі картки:

<https://autismteachingstrategies.com/autism-strategies/flexibility-in-kids-with-asd-card-activity-to-teach-this-social-skill-to-children-on-the-autism-spectrum/>



Заняття 12: Використання копінг-стратегій у складних сенсорних ситуаціях

Віковий діапазон: 3-6 років

Тривалість заняття: 60 хвилин

Огляд та мета

Мета цього заняття - навчити дітей дошкільного віку використовувати копінг-стратегії для подолання складних сенсорних ситуацій. Вихованці дізнаються, як визначити, коли вони відчувають сенсорне перевантаження, і як використовувати різні стратегії подолання, щоб почуватися комфортніше. Це заняття допоможе дітям розвинути навички самосвідомості та саморегуляції, які стануть їм у пригоді впродовж усього життя.

Цілі

1. Здобувачі освіти зможуть визначити ситуації, які можуть спричинити сенсорне перевантаження.
2. Вихованці зможуть пояснити принаймні дві стратегії подолання сенсорного перевантаження.
3. Вихованці зможуть продемонструвати, як використовувати принаймні одну стратегію подолання у змодельованій ситуації сенсорного перевантаження.

Необхідні матеріали

- Сенсорні іграшки (наприклад, спінери, м'ячики для розслаблення тощо)
- Навушники з функцією шумозаглушення
- Тихий простір або зона, придатна для сенсорного сприйняття
- Папір для діаграм та маркери
- Книга оповідань про сенсорну обробку
 - "The Good Egg представляє: Великий яєчний пейзаж!" Джорі Джон
 - "Дерево, що обіймає: Історія про стійкість" Джилл Неймарк



- "Занадто голосно, занадто яскраво, занадто швидко, занадто тісно: Що робити, якщо ви сенсорно захищені у світі, що перенасичений стимулами" Шерон Геллер
- "Арні та його шкільні інструменти: Прості сенсорні рішення, які будують успіх" Дженніфер Вінендалл
- "Причина, чому я стрибаю: Внутрішній голос тринадцятирічного хлопчика з аутизмом" Наокі Хігасіда

Викладацька діяльність

- Вступ (5 хвилин):
 - Почніть з читання групі дітей оповідання про сенсорну обробку.
 - Запитайте вихованці, чи вони коли-небудь стикалися з ситуацією, коли відчували, що їхні органи чуття переповнені (наприклад, гучні звуки, яскраве світло тощо).
 - Поясніть, що іноді наші почуття можуть бути надто сильними або приголомшливими, і що важливо знати, що робити, коли це трапляється.
- Обговорення (10 хвилин):
 - Попросіть вихованці поділитися ситуаціями, які викликають у них сенсорне перевантаження.
 - Запишіть їхні відповіді на ватмані (можна використовувати схематичні малюнки, піктограми).
 - Обговоріть з дітьми різні стратегії подолання, які вони можуть використовувати в таких ситуаціях (наприклад, зробити перерву в тихому місці, використати сенсорні іграшки, вдягнути навушники з шумопоглинаючими властивостями тощо).
 - Запишіть стратегії подолання на аркуші паперу.
- Активність (30 хвилин):
 - Об'єднайте дітей в малі групи.
 - Кожній групі дайте сенсорну іграшку і попросіть змодельовати ситуацію, в якій вони відчувають сенсорне перевантаження (наприклад, група дітей голосно шумить).
 - Заохочуйте вихованців використовувати стратегії подолання, про які вони дізналися під час обговорення, щоб впоратися з сенсорним перевантаженням.



- Після симуляції попросіть дітей поділитися, які стратегії подолання труднощів вони використовували і як вони себе почували після цього.
- Підсумок (10 хвилин):
 - Знову зберіть групу разом і попросіть кожну дитину поділитися однією стратегією подолання труднощів, якої він навчився сьогодні.
 - Заохочуйте вихованців практикувати використання цих стратегій подолання, коли вони відчують сенсорне перевантаження.

Диференційована інструкція

Рівень 1 (діти з просунутими навичками):

- Розпалюйте цікавість: Замість традиційного заняття запаліть інтерес дітей, представивши тему як трамплін для дослідження. Дозвольте дітям обирати теми, які викликають у них цікавість (наприклад, дослідити, як працює людське вухо і створити модель, заглибитися у захопливий світ смакових рецепторів і розробити експеримент з тестування смаку, або дослідити різні текстури та їх застосування у повсякденному житті). Це сприяє підвищенню зацікавленості та залученості дітей у навчанні.
- Різноманітні завдання: Враховуйте різні стилі навчання та рівні розуміння, пропонуючи різноманітні види діяльності на занятті. Просунуті діти можуть заглиблюватися в складні теми (наприклад, досліджувати конкретні порушення сенсорної обробки та їхні характеристики), створювати складні механізми подолання труднощів (наприклад, проєктувати обтяжений жилет або прототип навушників з шумозаглушенням) або досліджувати конкретні розлади. Для дітей, які потребують додаткової підтримки, пропонуйте багаторівневі завдання, які розбивають складні концепції на менші, більш керовані кроки (наприклад, зіставлення зображень органів чуття з їхніми функціями або створення простого сенсорного колажу).
- Сенсорні детективи: Запропонуйте дітям стати сенсорними детективами! Проведіть "сенсорний аудит" свого оточення (групи, їдальні, ігрового майданчика, музичної зали). Діти можуть визначити потенційні подразники для себе та інших (наприклад, яскраве флуоресцентне світло, гучні звуки, сильні запахи) і запропонувати рішення для створення більш сприятливого для сенсорного сприйняття простору (наприклад, приглушити



світло, додати звукопоглинаючі матеріали, заспокійливі аромати). Ця вправа заохочує критичне мислення, співпрацю та навички вирішення проблем.

- Втілення теорії в життя: Зробіть тему зрозумілою за допомогою конкретних прикладів. Наведіть приклади людей з різними порушеннями сенсорного сприйняття (наприклад, дислексією, розладами аутистичного спектру). Вихованці можуть проаналізувати проблеми, з якими вони стикаються (наприклад, труднощі з обробкою звуків, відчуття пригніченості в переповненому просторі), і обговорити ефективні стратегії подолання, адаптовані до кожного випадку (наприклад, використання навушників з шумозаглушенням, інструментів для непосидючих людей або короткі перерви). Це сприяє емпатії та розумінню різноманітного сенсорного досвіду.
- Виклик дизайнерського мислення: Розпаліть творчий потенціал за допомогою дизайн-завдання! Поставте реальну проблему: створіть сенсорний набір інструментів для конкретного середовища (наприклад, класу, бібліотеки, зали очікування), враховуючи потреби різних дітей. Вихованці можуть використовувати художнє приладдя або цифрові інструменти для створення прототипів свого набору (наприклад, інструменти для непосидючих, навушники з шумозаглушенням, заспокійливі аромати, обтяжені подушечки для колін). Ця вправа інтегрує принципи дизайн-мислення та дозволяє дітям застосувати свої знання на практиці.
- Демонстрація стратегій подолання стресу: Заохочуйте дітей розробляти власні унікальні стратегії подолання стресу, що виходять за межі базових технік (наприклад, глибоке дихання, лічба). Діти можуть створити короткі презентації або інфографіку, що демонструють їхні стратегії (наприклад, намалювати комікс із зображенням заспокійливої рутини або створити відео, що демонструє техніку точкового масажу), і поділитися ними з іншими. Це сприяє формуванню почуття спільноти, дозволяє дітям вчитися одне в одного (наприклад, відкривати для себе нові техніки заспокоєння) і демонструє різноманітність механізмів подолання стресу.

Рівень 2 (діти з відповідними для їхнього розвитку навичками):

- Основа для успіху: Надайте додаткову підтримку дітям, які її потребують. Це може включати:
 - Чітке спілкування: Використовуйте просту і лаконічну мову протягом усього заняття. Розбивайте складні вказівки на менші кроки (наприклад, "Спочатку зберіть свої матеріали. Потім уважно вислухайте інструкції").



- Наочні посібники та демонстрації: Використовуйте наочні посібники (наприклад, графіки, діаграми, малюнки) та демонстрації, коли це можливо, щоб покращити розуміння та запам'ятовування матеріалу.
- Час очікування та позитивне підкріплення: Дайте дітям додатковий час на опрацювання інформації та підготовку відповіді. Пропонуйте позитивне підкріплення і хваліть дітей за їхню участь (наприклад, "Чудово слухаєте!" або "Я бачу, що ви дуже зосереджені"), щоб побудувати впевненість.
- Фізичні підказки та заохочення: Використовуйте позитивну мову тіла (наприклад, посмішки, кивки) і будьте терплячі. Відзначаєте невеликі успіхи (наприклад, "Ти виконала цей крок ідеально!") і підбадьорюйте протягом усього заняття. Співпрацюйте з батьками або терапевтами, щоб визначити конкретні фізичні підказки, які можуть бути корисними для окремих дітей (наприклад, ніжний дотик до плеча або стискання руки).
- Персоналізовані стратегії подолання труднощів: Запропонуйте конкретні стратегії подолання труднощів на основі їхніх сенсорних потреб (наприклад, іграшки-антистрес для рук для дітей, які шукають тактильний контакт, навушники з шумозаглушенням для дітей, які чутливі до звуків). Співпрацюйте з батьками або ерготерапевтами, щоб персоналізувати пропозиції протягом заняття. Створіть у класі сенсорний куточок як безпечний простір для вихованців, які відчувають себе перевантаженими (наприклад, забезпечте їх заспокійливими видами діяльності та доступними сенсорними інструментами).
- Інструменти для непосид: Дозвольте дітям отримати доступ до вибраних фіджет-інструментів

Рівень 3 (діти, які потребують додаткової підтримки):

Стратегії рівня 3 надають інтенсивну підтримку дітям, які потребують додаткової структури та індивідуального підходу для управління їхніми потребами в сенсорній обробці.

- Візуальні дорожні карти: Розробіть індивідуальні візуальні графіки, використовуючи малюнки, символи або навіть реальні об'єкти для представлення повсякденної діяльності та потенційних сенсорних тригерів. Включіть візуальні зображення стратегій подолання труднощів, які діти можуть використовувати під час переходів або у складних ситуаціях (наприклад, зображення навушників з шумозаглушенням для гучних видів діяльності, зображення м'яча для дітей, які потребують тактильного



контакту). Це забезпечує передбачувану структуру і чіткий орієнтир для дітей протягом дня, допомагаючи їм ефективніше орієнтуватися в середовищі закладу освіти.

- Дошки "спочатку/потім" з ілюстраціями: Використовуйте першу/останню дошку з візуальними зображеннями, щоб повідомити про очікування. Наприклад, на першій/останній дошці може бути зображення дитини, яка сидить тихо, а потім зображення бажаної діяльності (гра з блоками, кубіками). Це допоможе дітям зрозуміти, що перед тим, як розпочати бажану діяльність (гру), вони мають використати стратегію подолання (сидіти спокійно).
- Фізкультхвилинки з вибором: інтегруйте короткі фізкультхвилинки із заспокійливими видами діяльності, адаптованими до вподобань дітей. Пропонуйте різноманітні варіанти, щоб задовольнити різні сенсорні потреби. Деяким дітям можуть бути корисними енергійні вправи, як-от стрибки на скакалці, тоді як інші можуть віддати перевагу спокійнішим варіантам, як-от глибокий масаж під тиском або розтяжки з йоги. Це дозволяє дітям вивільнити енергію у спосіб, який заспокоює і перефокусує їх на подальше навчання.
- Практичне дослідження сенсорних інструментів: Створіть сенсорний кошик, наповнений різними фактурними предметами, заспокійливими ароматами та навушниками з шумопоглинанням. Дозвольте дітям досліджувати кошик протягом дня та експериментувати з тим, що їм здається заспокійливим і корисним. Таке самостійне дослідження дає дітям змогу виявити власні сенсорні вподобання та визначити інструменти, які можуть підтримати їхню регуляцію.
- Сприяння саморегуляції: Надавайте чіткі та стислі словесні підказки, щоб допомогти дітям визначити тригери та вибрати стратегії подолання. Наприклад, якщо дитині здається, що його пригнічує шум, ви можете запитати: "Ти відчуваєш, що тебе пригнічує шум? Хочеш спробувати використати свої навушники з шумопоглинанням?". Це допомагає дитині розвивати самосвідомість і навички самостійного управління своїми сенсорними потребами.
- Альтернативні методи спілкування: Для дітей з обмеженою вербальною комунікацією використовуйте систему обміну картинками (PECS) або інші альтернативні методи комунікації, щоб дати їм змогу висловити свої сенсорні потреби і попросити про конкретні стратегії подолання труднощів.



Наприклад, дитина може використати картку PECS із зображенням навушників, щоб показати, що йому потрібна перерва в навчанні. Це гарантує, що всі вихованці мають право голосу в спілкуванні про свій сенсорний досвід і прохання про підтримку, якої вони потребують.

- Навчання технікам саморегуляції: Навчіть дітей простим технікам саморегуляції, таким як вправи на глибоке дихання, лічба (наприклад, повільний рахунок до 10) і поступове розслаблення м'язів. Регулярно практикуйте ці техніки, щоб вихованці могли використовувати їх самостійно для управління своїми сенсорними відчуттями та емоціями.
- Соціальні історії з персоналізованими сценаріями: Створіть соціальні історії з фотографіями або візуальними матеріалами, які зображують дітей, що визначають свої тригери, повідомляють про свої потреби за допомогою PECS або обраного ними методу комунікації та практикують стратегії подолання труднощів. Персоналізуйте сценарії так, щоб вони відображали реальні життєві ситуації, з якими діти можуть зіткнутися (наприклад, похід до кафетерію, участь у групових заходах). Це допомагає дітям розвивати соціально-емоційні навички та практикувати самозахист у різних ситуаціях.

Рівень 4 (діти, які потребують значної допомоги та мають обмежені комунікативні навички):

Рівень 4 забезпечує найбільш інтенсивний рівень підтримки для дітей, які потребують значної допомоги в управлінні своїми сенсорними потребами.

- Розшифровка невербальних сигналів: Навчіться зосереджуватися на невербальній комунікації. Спостерігайте за виразом обличчя, мовою тіла та вокалізацією дітей (наприклад, метушливістю, скигленням) і реагуйте на них, щоб виявити потенційні сенсорні тригери та ознаки дистресу до того, як вони загостряться. Такий проактивний підхід дозволяє вчасно втрутитися і надати відповідну підтримку.
- Індивідуальне сенсорне дослідження: Надайте можливості для індивідуального дослідження сенсорних контейнерів, враховуючи рівень комфорту та вподобання кожної дитини. Деякі діти можуть спочатку сприймати лише певні текстури чи звуки. Поважайте їхні кордони і поступово вводьте нові сенсорні відчуття, коли вони стануть більш комфортними.
- Фізичні підказки та допомога: За потреби пропонуйте фізичні підказки та допомогу, щоб спрямувати дітей до заспокійливих видів діяльності або бажаних стратегій подолання стресу. Наприклад, ви можете обережно



відвести дитину, яка відчуває себе пригніченим, до сенсорного куточка або допомогти їй вдягнути навушники з функцією шумозаглушення. Важливо використовувати позитивне підкріплення і пояснювати свої дії протягом усього процесу.

- **Сенсорне мапування:** У співпраці з терапевтами створіть сенсорну карту для кожної дитини. Ця карта візуально визначає сенсорні тригери (наприклад, яскраве світло, гучні звуки) в різних середовищах (група, їдальня, музична, спортивна зала, ігровий майданчик) і пропонує механізми подолання для кожного тригера. Це дає змогу дітям проактивно орієнтуватися в навколишньому середовищі.
- **Передбачуваний розпорядок дня:** Встановіть передбачувані процедури та розклади на весь день. Надавайте візуальні підказки (наприклад, картки з малюнками, таймери), щоб сигналізувати про перехід від одного виду діяльності до іншого, що може бути особливо складно для дітей з порушеннями сенсорної обробки.
 - **Методи десенсибілізації:** Деяким дітям може бути корисним поступовий вплив допустимих рівнів сенсорних тригерів. Це слід робити під керівництвом ерготерапевта, щоб забезпечити безпечне та контрольоване середовище.
 - **Обтяжені інструменти:** Запропонуйте обтяжені жилети, подушечки для колін або ковдри для дітей, які отримують користь від глибокого натискання. М'який тиск може мати заспокійливий ефект і покращити концентрацію уваги.
 - **Фізкультхвилинки:** Інтегруйте короткі рухливі перерви протягом дня, спеціально розроблені для потреб дітей. Деяким дітям може бути корисною діяльність у спеціально відведеному для цього місці, тоді як іншим можуть знадобитися тихіші варіанти руху, як-от розтяжки на стільці чи пози йоги.
 - **Вибір і контроль:** Щоразу, коли це можливо, пропонуйте дітям вибір, пов'язаний з їхніми сенсорними потребами. Це може включати вибір улюбленого інструменту для непосидючих, вибір заспокійливої діяльності під час перерви або вибір іншого стилю навушників з шумозаглушенням. Надання дітям можливості вибору сприяє розвитку почуття контролю та саморегуляції.
 - **Соціально-емоційне навчання:** Інтегруйте заходи з соціально-емоційного навчання (СЕН), щоб допомогти дітям ідентифікувати свої



емоції, ефективно повідомляти про свої сенсорні потреби та розвивати механізми подолання труднощів. Рольові сценарії можуть бути корисним інструментом для відпрацювання навичок самозахисту.

Додаткові поведінкові стратегії

- Очікувані поведінкові проблеми:
 - Деяким дітям важко визначити, коли вони відчують сенсорне перевантаження.
 - Деяким дітям може бути складно самотійно використовувати копінг-стратегії.
- Превентивні стратегії:
 - Використовуйте наочні посібники, щоб допомогти дітям визначити, коли вони відчують сенсорне перевантаження.
 - Надайте дітям можливість попрактикуватися у використанні стратегій подолання труднощів у безпечному та сприятливому середовищі.
- Стратегії втручання для подолання проблемної поведінки:
 - Надавати індивідуальну підтримку вихованцям, які потребують більш інтенсивної підтримки в саморегуляції.
 - Використовуйте позитивне підкріплення, щоб заохотити дітей до самотійного використання копінг-стратегій.

Стратегії співпраці

Відповідна взаємодія:

- Ерготерапевт
- Логопед
- Спеціаліст із сенсорної інтеграції
- Практичний психолог

Можливості для включення:

- Запросіть відповідних співробітників поспостерігати за заняттям і надати зворотній зв'язок.
- Співпрацюйте з ерготерапевтами, логопедами та спеціалістами з сенсорної інтеграції для розробки індивідуальних стратегій подолання труднощів для дітей з порушеннями сенсорного сприйняття.



Технологічна інклюзія

Існує кілька способів використання технологій у навчанні стратегій подолання складних сенсорних ситуацій:

- **використовуйте освітні додатки**, які допомагають дітям виявляти сенсорні перевантаження та керувати ними:
 - Sensory Speak Up: Цей додаток допомагає дітям з проблемами сенсорного сприйняття визначати та повідомляти про свої сенсорні потреби, надаючи їм візуальну підказку для вираження своїх почуттів.
 - Лічильник спокою: Цей додаток розроблений, щоб допомогти дітям керувати своїми емоціями, в тому числі сенсорним перевантаженням, надаючи їм візуальне представлення їхнього емоційного стану.
 - Breathe, Think, Do with Sesame: Ця програма використовує персонажів "Вулиці Сезам", щоб навчити дошкільників стратегій подолання складних ситуацій, зокрема сенсорного перевантаження.
- досвід **віртуальної реальності** для імітації ситуацій сенсорного перевантаження.
 - Віртуальна реальність може надати дітям безпечне та контрольоване середовище для практики використання стратегій подолання труднощів та розвитку навичок саморегуляції.
 - Наприклад, вихованці можуть використовувати гарнітуру віртуальної реальності для імітації галасливого або переповненого середовища і практикувати використання навушників з шумозаглушенням або інших стратегій подолання труднощів.
- **відео та**
 - В Інтернеті є кілька відеороликів, які допомагають дітям зрозуміти проблеми сенсорної обробки та пропонують стратегії подолання сенсорного перевантаження.
- "Розлад сенсорного сприйняття: Що це таке і як допомогти" від Understood.org (<https://www.understood.org/en/learning-attention-issues/child-learning-disabilities/sensory-processing-issues/sensory-processing-disorder-what-it-is-and-how-to-help>)
- "Пояснення сенсорного перевантаження" від Мережі людей з аутизмом/Аспергером (https://www.youtube.com/watch?v=Lr4_dOorQUc)



- "Порушення сенсорного сприйняття: Стратегії подолання" Національного центру навчальних порушень (<https://www.youtube.com/watch?v=3Mg5hPTnKuY>).
- "Порушення сенсорного сприйняття: Інформація та стратегії для школи" Інституту розладів сенсорного сприйняття STAR (<https://www.youtube.com/watch?v=9mBtHlPvLAM>)
- "Порушення сенсорного сприйняття: Стратегії для вчителів" від Understood.org (<https://www.understood.org/en/school-learning/partnering-with-childrens-school/instructional-strategies/sensory-processing-disorder-strategies-for-teachers>)

Ви також можете використовувати онлайн-ресурси для створення інтерактивних вправ або вікторин, які допоможуть закріпити знання та перевірити розуміння вихованців.

- Kahoot: <https://kahoot.com/>
- Quizlet: <https://quizlet.com/>
- Вікторина: <https://quizizz.com/>
- Google Forms: <https://www.google.com/forms/about/>
- Edpuzzle: <https://edpuzzle.com/>
- Nearpod: <https://nearpod.com/>
- BrainPOP: <https://www.brainpop.com/>
- CommonLit: <https://www.commonlit.org/>
- Newsela: <https://newsela.com/>

Результати

Кроки для перевірки розуміння здобувачів освіти:

1. Спостерігайте за дітьми під час виконання вправи, щоб переконатися, що вони правильно використовують стратегії подолання труднощів.
2. Попросіть вихованців пояснити стратегію подолання труднощів, якої вони навчилися наприкінці заняття.



Додаткові ресурси підтримки

Веб-сайти/посилання на інші корисні ресурси з обраної теми:

- Дитина, що не синхронізується: Розпізнавання та подолання розладу сенсорного сприйняття, Керол Сток Крановіц
- Сенсорна обробка 101 від Дейни Абрахам, Клер Хеффрон та Памели Брейлі
- <https://www.understood.org/en/learning-thinking-differences/child-learning-disabilities/sensory-processing-issues/10-sensory-processing-red-flags-to-watch-for-in-young-kids>
- <https://www.thesensorspectrum.com/>
- <https://www.sensorysmarts.com/>
- <https://www.spdstar.org/>
- <https://www.spdclinic.com/>
- <https://theinspiredtreehouse.com/>
- <https://www.yourkidsot.com/>
- <https://www.theotttoolbox.com/>
- <https://www.nspt4kids.com/>
- <https://childmind.org/>