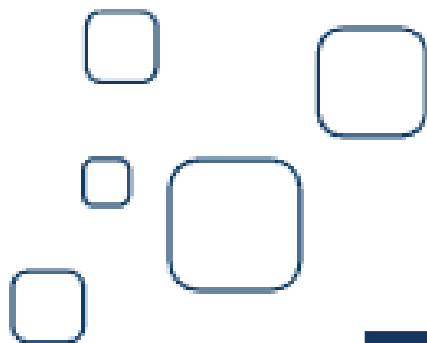
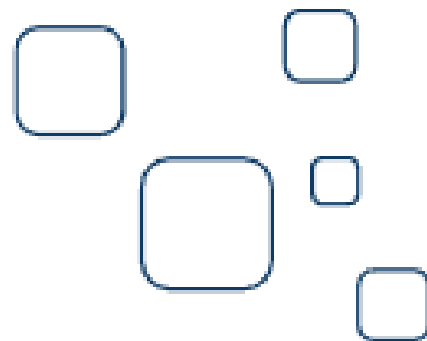


Ready 4Schoo!



ПЛАНОВИ ЗА ЧАСОВИ

2023-1-CZ01-KA220-
SCH-000156079



Ко-финансирано од
Европска Унија



ИМЕ НА ПРОЕКТОТ

Подучување на вештини за подготвеност за училиште преку предучилишна програма базирана на АБА

Број на проектот: 2023-1-CZ01-KA220-SCH-000156079

Изјава за неодговарање

Финансирано од Европска Унија. Сепак, искажаните ставови и мислења се единствено на авторот(ите) и не мора да ги одразуваат ставовите на Европската Унија или на Европската извршна агенција за образование и култура (ЕАЦЕА).

Ниту Европската Унија, ниту ЕАЦЕА не можат да бидат одговорни за нив.

Веб страна: <https://ready4school.eu/>

Контакт: ready4schoolerasmus@gmail.com

Ready4School Планови за часови © 2024 од Универзитет Масарик, Сина Светулка, Вимодо лтд., Центар за аутизам, Иновејшн Хајв, Регионална Академија на Одеса за ресурсна едукација е лиценциран под CC BY-NC-ND 4.0. За да видите копија од оваа лиценца, посетете

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





Содржина

Образовна алатка Час 1: Следење на правила во училницата	3
Образовна алатка Час 2: Следење инструкции (во повеќе чекори).....	12
Образовна алатка Час 3: Чекање за пристап до возрасен и/или предмет.....	19
Образовна алатка Час 4: Споделување со врсник.....	25
Образовна алатка Час 5: Поздравување и/или давање комплимент на врсник .	33
Образовна алатка Час 6: Препознавање кога некој е повреден/вознемирен (Емпатија)	40
Образовна алатка Час 7: Барање внимание /пристап до нешто од врсник	48
Образовна алатка Час 8: Барање помош од возрасен или врсник	53
Образовна алатка Час 9: Барање внимание од возрасен	62
Образовна алатка Час 10: Управување со времето	69
Образовна алатка Час 11: Прифаќање на промените	76
Образовна алатка Час 12: Користење стратегии за справување во предизвикувачки сензорни ситуации	85



Образовна алатка Час 1: Следење на правила во училница

Возраст: 4-6 години

Времетраење на часот: 45 - 60 минути

Преглед и намена

Правилата во училница во предучилишната возраст се од клучно значење за обезбедување на безбедна и згрижувачка средина за малите деца кога го започнуваат своето образовно патување. Овие правила претставуваат темел за воспоставување јасни очекувања и насоки за однесувањето на учениците, поттикнувајќи позитивно однесување, одговорност и почитување на другите во училницата. Во предучилишното образование, правилата се прилагодени на развојните потреби на малите деца, со посебен фокус на поттикнување на социо-емоционалното учење. Ова значи дека правилата се креирани да им помогнат на децата да научат како да комуницираат, споделуваат, чекаат ред, користат љубезни зборови и како да бидат внимателни слушатели. Придржувајќи се до овие насоки, децата развиваат социјални вештини кои им помагаат во позитивна интеракција со врсниците, градење силни пријателства и развој на здрава самодоверба. Правилата исто така помагаат во создавање структура и рутина во училницата, овозможувајќи им на децата чувство на сигурност и стабилност, што е од суштинско значење за нивната целокупна благосостојба.

Цели

1. Да разберат колку е важно да се следат правилата во училницата заради нивна безбедност и благосостојба.
2. Да развијат социјални вештини како што се комуникација, споделување, чекање ред, користење љубезни зборови и да бидат внимателни слушатели.
3. Да научат да ги почитуваат другите во училницата и да ги следат насоките дадени од наставникот.
4. Да развијат одговорност кон својата училишна средина и своето однесување.
5. Да ги разберат последиците од непочитувањето на правилата во училницата и како тоа влијае на нивните врсници и училишната средина.



Потребни материјали

- Сlikовници за следење на правилата и почитувањето на другите
- Визуелни помагала, како што се постери или табели со слики од правилата во училница
- Материјали за драматизации (играње улоги) како што се костими или кукли за прикажување примери на следење на правила
- Мали играчки или манипулативи за вежбање чекање ред и споделување
- Материјали за пишување и боење за креирање индивидуални табели со правила во училиште
- Аудио или видео ресурси како што се песни или видеа кои на забавен и интерактивен начин ја нагласуваат важноста на почитувањето правила.

Наставна активност

- Вовед (5 минути)
 - Поставете ги децата во круг и прашајте ги дали знаат некои правила и зошто тие постојат.
 - Разговарајте за важноста од постоењето правила и како тие нѝ помагаат да бидеме безбедни и среќни.
- Книги и постери (15 минути)
 - Прочитајте приказна за следење правила и почитувањето на другите, како што е “Давид оди на училиште” од Дејвид Шенон.
 - Прикажете слики со правила во училница на постери и дискутирајте за секое правило со децата.
 - Прашајте ги зошто мислат дека секое правило е важно.
- Драматизација (играње улоги) (15 минути)
 - Користете костими или кукли за да прикажете примери на почитување на правилата. На пример, менувајте се во улогата на наставник и ученик и глумете различни сценарија каде што следењето на правилата е важно.
- Чекање ред (Наизменично играње) и споделување (10 минути)
 - Обезбедете мали играчки или предмети и поттикнете ги децата да вежбаат споделување и наизменично играње..
- Индивидуални табли со правила (10 минути)
 - Дајте им материјали за пишување и боење и побарајте од децата да создадат своја индивидуална табела со училишни правила.
 - Поттикнете ги да вклучат слики и зборови што ги претставуваат правилата кои ги научиле за време на часот.



- Аудио или видео ресурси (5 минути)
 - Пуштете забавна и интерактивна песна или видео што ја нагласува важноста на следењето на правилата.
- Заклучок (5 минути)
 - Повторно соберете ги децата во круг и резимирајте што научиле за училишните правила.
 - Поттикнете ги да ги користат своите нови вештини во секојдневните ситуации.

Диференцирани упатства

Ниво 1 (деца со напредни вештини):

- Прикажување на правилата во училницата: Поставете јасни и концизни правила на визуелно привлечен начин (на пример, табели со слики, кратки рими).
- Редовно прегледување на правилата: Прегледувајте ги училишните правила на почетокот на годината, по подолги паузи и секогаш кога е потребен потсетник.
- Користење позитивен јазик: Формулирајте ги правилата на позитивен начин, фокусирајќи се на тоа што сакате децата да прават (на пример, „Одиде полека во училницата“ наместо „Не трчај“).
- Дневни рутини: Воспоставете конзистентни дневни рутини и користете визуелни распореди за да им помогнете на децата да предвидат што следува и да се чувствуваат удобно во структурата на денот.
- Транзиции: Јасно сигнализирајте преминување од една активност во друга со визуелни или аудитивни знаци (на пример, свонче, песна) и давајте јасни инструкции за транзиции.
- „Фаќајте ги“ при следењето на правилата: Активно пофалувајте и признавајте кога учениците ги следат правилата. Ова позитивно засилување ги зајакнува посакуваните однесувања.
- Позитивни примери за однесување: Покажете го очекуваното однесување преку сопствен пример и поттикнете ги учениците да си помагаат меѓусебно во почитувањето на правилата.



- Награди за целото одделение: Воведете систем на групни награди кога учениците колективно ги следат правилата во одреден временски период.
- Фокус на позитивни интеракции: Изградете позитивни односи со учениците и создавајте поддржувачка клима во училница.
- Избор и контрола: Овозможете им на учениците да направат избор кога е можно (на пример, да изберат каде ќе седат за самостојна работа).
- Вештини за решавање конфликт: Научете ги учениците основни вештини за решавање конфликти, за да можат да ги решаваат несогласувањата без да ги прекршуваат правилата.

Запомнете: Стратегиите за ниво 1 се спроведуваат за сите ученици во училницата. Целта е да се создаде јасна, предвидлива и позитивна средина за учење, каде што следењето на правилата станува природен дел од секојдневната рутина.

Ниво 2 (деца со развојно соодветни вештини):

- Објаснете ги правилата однапред, користејќи визуелни прикази и едноставен јазик.
- Поставете потсетници со слики низ училницата за да им помогнете на децата да ги запомнат правилата.
- Обезбедете доследно спроведување на правилата од страна на сите возрасни.
- Активно пофалувајте и признавајте кога децата ги следат правилата.
- Користете позитивни фрази кога давате упатства (пр."Оди полека" наместо "Не трчај").
- Кога детето ќе прекрши правило, пренасочете го кон очекуваното однесување. Понудете му избор кога е возможно.
- Воспоставете јасни рутини и распореди на денот.
- Поделете ги сложените активности на помали, полесно управливи чекори со јасни упатства.
- По давањето упатства, оставете доволно време за да одговори детето.



- Научете ги децата техники на смирување, како што се длабоко дишење или броење до одреден број за да се смират.
- Вежбајте го следењето на инструкциите преку игри или активности кои ќе ја зајакнуваат оваа вештина на забавен начин.
- Вклучете сценарија на игри на улоги каде што децата ќе можат да вежбаат следење на правилата и да ги доживеат позитивните последици од нивното почитување.

Стратегиите за ниво 2 може да се употребат во комбинација со стратегиите од ниво 1 за да се создаде сеопфатен пристап во подучувањето на децата за следење на правилата. Стратегиите за ниво 1 се имплементираат во училницата за сите ученици, додека стратегиите за ниво 2 се употребуваат за оние ученици кои имаат потреба од дополнителна поддршка.

Ниво 3 (деца кои имаат потреба од дополнителна поддршка):

- Идентификување на специфични предизвици: Работете со детето за да ги утврдите точните предизвици што ги има во следењето на правилата. Дали му е тешко да го разбере правилото? Дали има проблем со преминување од една активност на друга? Дали чувствува сензорна преоптовареност?
- Индивидуални табели со правила: Креирајте персонализирани табели со правила со визуелни прикази и едноставен, разбирлив јазик прилагоден на потребите на детето. Користете слики, икони или едноставни цртежи за да го претставите правилото.
- Социјални приказни: Развивајте социјални приказни кои ја објаснуваат важноста на следењето на правилата и последиците од нивното непочитување. Овие приказни може да бидат персонализирани со името на детето и конкретни ситуации од училницата.
- Прелиминарен потсетник (Предкорекција): Смирено и позитивно потсетувајте го детето на правилата, пред ситуациите кои може да се предизвикувачки за него. Овој проактивен пристап може да помогне во спречување на прекршување на правилата.
- Подучување на социјални вештини: Обезбедете насочена настава за социјални вештини, со фокус на вештини како што се чекање ред, внимателно слушање и следење инструкции.



- Време за одмор (Time-in/Time-out) со избори: Воведете модифициран систем на кратка пауза, каде што детето може да избере смирувачка активност за време на кратката пауза, за да ја врати својата смиреност. Ова му дава чувство на контрола и ја намалува поврзаноста со казна.
- Систем на жетони (Токен систем): Воведете систем во кој детето заработува жетони (токени) за следење на правилата. Овие жетони потоа може да се заменат за омилен активности или награди.
- "Фаќајте ги кога се однесуваат добро": Активно барајте можности да го пофалите детето секогаш кога покажува и најмал напредок во следењето на правила. Ова позитивно поткрепување ги зајакнува посакуваните однесувања.
- Табли со избор: Понудете табли со избор кои содржат две или три прифатливи опции за детето пред да започне активност. Ова обезбедува чувство на контрола и ја намалува веројатноста за отпор.
- Структурирана средина: Обезбедете структурирана училница со јасни рутини и очекувања.
- Сензорни модификации: Ако сензорната преоптовареност доведува до прекршување на следењето правила, разгледајте некои модификации како слушалки за редуцирање на бучава, антистрес играчки или пристап до катчиња за смирување.

Запомнете: Интервенциите од ниво 3 се поинтензивни од ниво 1 или 2 и може да вклучуваат соработка со специјалисти. Целта е да обезбеди насочена поддршка која ќе му помогне на детето да ги разбере очекувањата, да развие механизми за справување и да изгради успешни искуства во следењето на правилата.

Ниво 4 (деца кои имаат потреба од голема помош и имаат ограничени комуникациски вештини):

Наставата за ниво 4 се фокусира на високо индивидуализирана и интензивна поддршка на децата со нарушувања од спектарот на аутизмот (НСА) или други развојни тешкотии на кои им е потребна значителна помош при следењето на правила. Еве неколку стратегии кои може да се применат:

- Непосредно и често поткрепување: Користете непосредно и често позитивно поткрепување (на пример, пофалби, омилен играчки, „давање пет“) дури и за најмали обиди за следење на правилата.



- Комбинирање со омилен активности: Комбинирајте го следењето на правила со најомилени активности за да ја зголемите мотивацијата. На пример, дозволете пристап до омилена играчка или активност само после исполнување на определено правило.
- Визуелни распореди и рутини: Креирајте визуелни распореди со слики или природни предмети за да ги прикажете претстојните активности и очекуваните однесувања.
- Прво/Потоа табли: Користете табли „Прво/Потоа“ со визуелни прикази за да комуницирате што треба да се направи прво (следење на правило) пред да следи посакуваната активност (омилена играчка).
- Физички поттици и водство рака-на-рака: Обезбедете физички поттици или водство рака-на-рака за да го демонстрирате посакуваното однесување (на пример, физички да го водите детето да седне за време на круг на активности). Постепено намалувајте ги поттиците додека детето не стекне независност.
- Едноставни и јасни правила: Фокусирајте се на неколку едноставни и разбирливи правила истовремено. Разложете ги сложените правила на помали, полесно управливи чекори.
- Моделирање на очекуваните однесувања: Покажете го очекуваното однесување лично и охрабнете ги врсниците да го направат истото. Ова обезбедува јасен визуелен пример за тоа како изгледа „следење на правилото“.
- Идентификувајте ги предизвикувачите: Соработувајте со специјалисти (пр. бихејвиорален аналитичар) за да ги идентификувате факторите кои можат да го отежнат следењето на правилата (на пр. сензорна преоптовареност, нејасни очекувања).
- Проактивни стратегии: Развијте проактивни стратегии за справување со потенцијалните предизвикувачи пред да ескалираат во предизвикувачки однесувања. Ова може да вклучува нудење смирувачки активности, обезбедување визуелни потсетници или прилагодување на околината.
- Замена на однесувања: Научете го детето на замена за предизвикувачките однесувања што се јавуваат кога не се следат правилата. На пример, научете го да користи сликовна картичка за да изрази потреба наместо да има излив на лутина (тантрум).



- Алтернативна и дополнителна комуникација (ААК): Доколку детето има ограничени вербални комуникациски вештини, истражете методи на ААК, како што се сликовни картички или апликации за комуникација, за да ја олесните комуникацијата на потребите и разбирањето на правилата.
- Едноставен и директен јазик: Користете едноставен, директен јазик со кратки реченици и позитивна формулација при комуницирање на очекувањата.
- Проверка на разбирањето: Редовно проверувајте дали детето го разбира правилото со поставување едноставни прашања или користење гестови.

Дополнителни бихејвиорални стратегии

- Очекувани предизвици во однесувањето:
 - Нарушувачко однесување, непочитување на правилата, недостаток на фокус.
- Превентивни стратегии:
 - Користете позитивно поткрепување, воспоставете јасни очекувања, обезбедете структурирана рутина и користете визуелни помагала.
- Стратегии за интервенција при предизвикувачко однесување:
 - Користете пренасочување, давајте позитивни повратни информации и обезбедете смирено и безбедно место каде учениците можат да направат пауза.

Стратегии за соработка

- Релевантни соработници:
 - Родители, училишни советници и администрација..
- Можности за вклучување:
 - вклучување на родителите во зајакнување на училишните правила дома.
 - соработка со училишните советници за справување со предизвикувачки однесувања, и
 - барање поддршка од администрацијата кога е потребно..

Вклучување на технологија

- Апликации, алатки, софтвер и сл. што може да се користи:
 - Интерактивни табли, образовни апликации, и видеа.
 - Super Simple Rules - Интерактивна апликација што ги учи децата за следење на правилата и почитување на другите.



- PBS Kids - Веб-страница што нуди едукативни видеа и игри за следење на правилата и социјално-емоционално учење.
- Sesame Street - Популарна детска емисија со епизоди за следење на правилата и градење добри односи со другите.
- Daniel Tiger's Neighborhood - Анимирана серија што се фокусира на социјално-емоционално учење, вклучувајќи следење на правилата и покажување почит.
- Happy Kids Timer - Апликација што им помага на малите деца да развијат добри навики и рутини преку следење на едноставни правила.
- Kid-E-Cats - Емисија што ги учи децата од предучилишна возраст за тимска работа, чекање на ред и почитување на правилата.
- ABCmouse - Едукативна веб-страница што нуди лекции за социјално-емоционално учење, вклучувајќи следење на правилата и одговорност.
- BrainPOP Jr. - Веб-страница што нуди едукативни видеа за различни теми, вклучувајќи следење на правилата и донесување добри одлуки.

Резултати

Чекори за проверка на разбирањето кај учениците:

1. Набљудување на учениците додека ги следат правилата во училницата.
2. Собирање податоци за бројот на случаи кога учениците ги прекршуваат или ги следат правилата.
3. Самопроценка на учениците за нивното разбирање на правилата во училницата.

Дополнителни ресурси за поддршка

Веб-страници/линкови до други корисни ресурси за целната тема.

- <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/>



Образовна алатка Час 2: Следење инструкции (од повеќе чекори)

Возраст: 3-8 години

Времетраење на часот: 60 минути

Преглед и намена

Целта на оваа лекција е да се развие способноста на детето да следи инструкции во повеќе чекори, што е основна вештина за академски успех и секојдневен живот. Со разделување на задачите на управливи чекори и обезбедување јасни инструкции, децата ќе научат внимателно да слушаат, да ја обработуваат информацијата последователно и ефикасно да ги извршуваат задачите. Совладувањето на оваа вештина поттикнува когнитивен развој, го подобрува академскиот успех и ја зголемува независноста и самодовербата во извршувањето на задачите.

Цели

1. Да следат инструкции од еден чекор од возрасен за време на групна активност.
2. Да следат инструкции од повеќе чекори од возрасен за време на групна активност.
3. Да следат инструкции од еден чекор од врсник за време на групна активност.
4. Да следат инструкции од повеќе чекори од врсник за време на групна активност.

Потребни материјали

- Црвен, син, жолт и зелен креон за секој ученик
- Лист
- Моливи и маркери
- Отпечатени примероци на едноставни цртежи
- Печатени инструкции

Наставна активност

- Вовед (5 минути):
 - Соберете ги децата во круг и запознајте ги со концептот на следење инструкции во повеќе чекори. Разговарајте зошто е важно да се следат инструкциите и како тоа ни помага во успешното извршување



на задачите. Дајте примери на инструкции во повеќе чекори од секојдневниот живот како што е правење сендвич или средовање на играчки.

- Подредовање предмети (10 минути).
 - Наредете боички на масата пред учениците. Објаснете им дека треба да ги подредоваат боичките според вашите инструкции.
 - За инструкции во еден чекор, давајте едноставни, чекор-по-чекор насоки, како на пр. „Земи ја сината боичка.“ „Стави ја пред црвената боичка.“ или „Направи буква Т со боичките.“ На крајот, сите ученици треба да имаат ист распоред/форма.
 - За инструкции во два чекори, давајте по две насоки одеднаш, на пр. „Земи ја сината боичка и стави ја пред црвената.“ „Помести ја жолтата боичка на второ место.“ „Помести ја боичката од прво на трето место.“
 - На крајот, сите ученици треба да имаат ист распоред/форма. Може да ја зголемуваат сложеноста на инструкциите постепено. На пример: „Помести ја зелената боичка на трето место, а последната боичка на прво место.“
- Цртање (15 минути)
 - Поделете ги децата во парови, внимавајќи секој пар да има партнери со слични способности. Охрабрете ги да седнат еден спроти друг, при што едниот ученик ќе биде „инструктор“, а другиот „цртач“.
 - Дајте едноставен дизајн/цртеж на „инструкторот“, кој треба усно да ги даде инструкциите за цртање на својот партнер. „Цртачот“ треба внимателно да слуша и да ги следи насоките. По завршување на цртежот, „цртачот“ треба да погоди што е нацртаното. Осигурајте се дека учениците ги менуваат улогите, за секое дете да биде и „инструктор“ и „цртач“.
- Симон вели (Simon Says) (15 минути)
 - Играјте ја класичната игра „Симон вели“, но со дополнителен предизвик. Започнете со едноставни дејства, а потоа преминете на инструкции во повеќе чекори, како на пример: „Симон вели: направете три чекори напред, завртете се двапати и плеснете со рацете“. Децата мора внимателно да слушаат и точно да ги следат сите чекори за да останат во играта.
 - Генерализација: Охрабрете ученик од групата да ја води играта и да ги дава инструкциите (можете да подготвите листа со инструкции што сакате да ги таргетираат и да ја дадете на ученикот кој ја води играта.).
- Групен предизвик (15 минути)
 - Замовете ги децата да седнат во круг. Секое дете ќе добие ливче со напишана инструкција. Трикот е што можат да ја извршат својата



инструкција само откако друго дете ќе ја заврши својата. Затоа, мора внимателно да следат што се случува!

- Потребно е да имате онолку ливчиња колку што има ученици, но инструкциите мора да бидат во логичен редослед за да функционира играта. Можете да креирате свои инструкции (или да ги користите предложените подолу), испечатете ги инструкциите на ливчиња и поделете ги по случаен избор.
- За поголем предизвик, секој ученик може да добие две инструкции, што ќе бара од нив да внимаваат на две различни дејства истовремено. Ова е одлична игра и за деца кои работат на подобрување на концентрацијата!

Пример:

Наставникот започнува: Скокни во место.

Откако некој ќе скокне во место, стани и заврти се двапати.

Откако некој ќе се заврти два пати, стани и плесни со рацете три пати.

Откако некој ќе плесне три пати, стани и тропни со нозете.

Откако некој ќе тропне со нозете, стани и извикај го своето име.

Откако некој ќе го извика своето име, стани и лај како куче.

Откако некој ќе залае како куче, стани и замавни со косата напред-назад.

Откако некој ќе замавне со косата напред-назад, стани и скокни два пати.

Откако некој ќе скокне два пати, стани и поклони се.

Откако некој ќе се поклони, стани и кажи “КРАЈ!”

Диференцирани упатства

Ниво 1 (деца со напредни вештини):

- Предизвикајте ги децата со покомплексни и покреативни инструкции за време на активностите.
- Охрабрете ги да создаваат свои инструкции во повеќе чекори и да ги споделат со врсниците за да ги следат.



Ниво 2 (деца со развојно соодветни вештини):

- Обезбедете јасни и концизни инструкции за време на активностите.
- Понудете пофалби и охрабрување кога точно ги следат инструкциите.
- Дајте им можности да водат активности и да даваат инструкции на своите врсници.

Ниво 3 (деца кои имаат потреба од дополнителна поддршка):

- Разделете ги инструкциите на помали чекори за да ги направите полесни за следење.
- Обезбедете визуелни потсетници или моделирање за подобро разбирање.
- Овозможете дополнителна вежба и повторување за децата кои се соочуваат со тешкотии при следење инструкции во повеќе чекори.
- Креирајте картички „флексибилно“ и „нефлексибилно“ за да им помогнете на децата да препознаат кога тие или некој друг покажуваат флексибилност или тврдоглавост во прифаќањето и следењето на инструкциите

Ниво 4 (деца кои имаат потреба од голема помош и имаат ограничени комуникациски вештини):

- Обезбедете индивидуална поддршка (1-на-1) од наставник или асистент за време на активностите.
- Поедноставете ги инструкциите и користете гестови, моделирање и физичко насочување за да им помогнете да ги разберат и извршат задачите.
- Разложете ги задачите на помали, полесно остварливи чекори и давајте многу позитивно поттикнување за секој успешен обид.
- Обезбедете напишани инструкции со соодветни слики. Охрабнете ги да ги поврзат пишаните инструкции со сликите самостојно, што ќе им помогне во разбирањето на усните и пишаните насоки.
- Размислете за вклучување на сензорни елементи или алтернативни комуникациски методи за да ги вклучите децата со ограничени вербални способности.

Дополнителни бихејвиорални стратегии

Очекувани предизвици во однесувањето:

- Тешкотии во следењето на инструкции од повеќе чекори, што може да доведе до фрустрација и предизвикувачко однесување (напади на бес-тантруми, агресија и сл.).



- Тешкотии во справувањето со губење/неуспех може да резултира со предизвикувачко однесување
- Потешкотии во одржување на фокусот.
- Непослушност или отпор кон учество во групни активности.

Превентивни стратегии:

- Обезбедете јасни и концизни инструкции користејќи едноставен јазик и визуелни помагала за подобро разбирање.
- Обезбедете му успех на детето така што ќе ги разделите инструкциите на помали, лесно управливи чекори, земајќи ги предвид способностите на секој ученик.
- Наградувајте го детето со пофалби, позитивен јазик или материјални награди доколку е потребно (позитивно засилување) за да го мотивирате и поттикнете на учество.
- Вклучете паузи за движење и сензорни активности за да им помогнете на децата да ја регулираат својата енергија и внимание.
- Воспоставете доследни рутини и визуелни распореди за да поттикнете предвидливост и да ја намалите анксиозноста.
- Понудете му на детето избор во рамките на активностите за да ја зголемите неговата контрола и автономија. Дозволете му да избере омилени задачи или активности или да избере како ќе ги изврши задачите. Ова може да го намали отпорот кон учество и да ја зголеми ангажираноста и соработката.
- Поставете јасни очекувања и правила за однесување и демонстрирајте соодветни социјални вештини
- Поттикнете позитивна и поддржувачка атмосфера за време на игри или активности, нагласувајќи го уживањето во учеството, наместо фокусирање само на победата.
- Демонстрирајте соодветни реакции на победа и пораз, покажувајќи смиреност и отпорност во двете ситуации.
- Обезбедете чести можности за движење и активно учество за да се спречи немирност и досада.

Стратегии за интервенција при предизвикувачки однесувања:

- Пренасочете го детето кога покажува недоволна ангажираност или отстапува од задачата.
- Потсетете ги на правилата на играта



- Користете тајмер за да покажете колку време останува за активноста
- Применувајте техники за смирување, како што се вежби за длабоко дишење или визуелни стратегии за релаксација, за да им помогнете на децата да ги регулираат своите емоции и однесување.
- Применувајте техники за смирување, како што се вежби за длабоко дишење или визуелни стратегии за релаксација, за да им помогнете на децата да ги регулираат своите емоции и однесување.
- Доколку за време на часот се појави предизвикувачко однесување, осигурајте се дека сите деца се безбедни.
- Минимизирајте го вниманието што му го давате на несоодветното однесување. Наместо тоа, јасно пофалувајте ги децата кои покажуваат посакувано однесување. Доколку е потребно да се прекине активноста за некое дете, осигурајте се дека ќе ја вратите активноста повторно кога детето ќе се смири.
- Кога детето ќе се смири, пристапете со емпатија и разбирање, признавајќи ги неговите чувства на фрустрација или разочарување. Дајте му поддршка и пофалете го неговиот труд, дури и ако не успеало во задачата. Поттикнете го вербално да ги изрази своите емоции и валидирајте ги неговите чувства.

Стратегии за соработка

- **Релевантни соработници:** Родителите играат клучна улога во поддршката на учењето и развојот на своето дете. Може да соработувате со нив така што ќе ги замолите да ги вежбаат игрите дома. Други наставници и терапевти исто така можат да соработуваат со тоа што ќе обезбедат многу можности за детето да следи инструкции во училницата
- **Можности за вклучување:** Родителите и наставниците можат да ја практикуваат вештината „Следење инструкции“ дома и во секојдневните активности, така што ќе му даваат на детето задачи за извршување во текот на денот.

Вклучување на технологија

Игра за следење на инструкции: <https://apps.apple.com/ca/app/following-directions-game/id1203449640>

Симон вели (Simon says) <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>

Креирање визуелна поддршка: <https://arasaac.org/index.html>

Резултати

1. Набљудувајте како детето реагира кога добива инструкции од возрасен или врсник за време на часот и во текот на денот.
2. Собирајте податоци за тоа како детето ги следи инструкциите. Можете да направите евиденција со броење на бројот на случаи кога детето правилно следело едноставни или инструкции од повеќе чекори – самостојно или со дополнителна помош/подсетници – и бројот на случаи кога не ги исполнило инструкциите. Дополнително, собирајте податоци за бројот на чекори што детето успешно ги следи, за постепено да го зголемувате нивото на сложеност:

Датум	Избран број на чекори во инструкцијата	Спроведува независно/самостојно	Спроведува со помош	Не спроведува	Предизвикувачко однесување да/не
1.3.	2			x	ДА
1.3.	2		x		ДА
1.3.	2		x		НЕ
1.3.	2	x			НЕ

Дополнителни ресурси за поддршка

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

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

<https://www.youtube.com/watch?v=9vhBDUINSjw>



Образовна алатка Час 3: Чекање за пристап до возрасен и/или предмет

Возраст: 3-6 години

Времетраење на часот: 60 минути

Преглед и намена

Целта на оваа лекција е да се развијат социјални вештини и вештини за саморегулација кај децата преку учење на детето да чека трпеливо до 90 секунди, користејќи зборови за чекање како „во ред“ или гест- палец нагоре (доколку е соодветно), за пристап до возрасен, помош, и/или материјали. Ако детето не е вербално, детето може да е тивко.

Развивањето на вештината за чекање во предучилишна возраст е од суштинско значење за децата пред преминувањето во основно училиште. Академски придобивки, ги подготвува децата за учество во структурирани активности и следење рутини, овозможувајќи полесни транзиции и подобра вклученост. Социјални придобивки, чекањето поттикнува позитивни интеракции со врсниците и возрасните, развивајќи емпатија, соработка и вештини за решавање конфликти кои се клучни за односите во основното училиште. Дополнително, помага во подобра управување со одделението преку намалување на вознемиреноста и непримерното однесување овозможувајќи на наставниците да се фокусираат на наставата. Емоционални придобивки, ја зајакнува способноста на детето да управува со сопствените емоции и фрустрации што е клучно за справување со предизвиците во училиштето. Преку оваа лекција, децата ќе стекнат основни вештини за академски, социјален и емоционален успех, не само во училиште туку и во секојдневниот живот.

Цели

1. Чека трпеливо **30 секунди** кога му е кажано „чекај“ откако ќе побара помош од возрасен или пристап до сакан предмет.
2. Чека трпеливо **60 секунди** кога му е кажано „чекај“ откако ќе побара помош од возрасен или пристап до сакан предмет.
3. Чека трпеливо **90 секунди** кога му е кажано „чекај“ откако ќе побара помош од возрасен или пристап до сакан предмет.



Осигурете се дека детето навистина го посакува предметот, сака да комуницира со возрасниот или бара помош (детето треба да ја изрази својата желба преку вербална комуникација, покажување или некоја друга форма на комуникација што ја користи за да го означи својот избор).

Потребни материјали

Материјалите што се користат треба да бидат вредни за децата, односно да предизвикуваат интерес и желба за игра или интеракција.

- Сливовници/социјални приказни за чекање (пр., "Waiting Is Not Easy" од Мо Вилемс или друга социјална приказна за чекање)
- Тајмер или часовник
- Визуелни помагала (пр., слики или постери што илустрираат чекање)
- Реквизити за играње улоги (пр., реквизити-храна, играчки)
- Хартија и боички/ фломастери

Наставна активност

- Вовед (10 минути):
 - Соберете ги децата во круг и разговарајте за концептот на чекање. Поставете прашања како: „Што значи да се чека?“ и „Можете ли да се сетите на ситуации кога треба да чекате?“
 - Прочитајте сликовница за чекање и вклучете ги децата во дискусија за искуствата на ликовите со чекањето. Користете книга на вашиот локален јазик за чекање или превод на кратката социјална приказна за чекање, која може да се најде овде: <https://ellakids.app/s/b9009264-3c9b-4895-bdc3-34244a171a9c>
- Разбирање на „Чекање“ (10 минути):
 - Користете визуелни помагала за да илустрирате различни сценарија во кои е неопходно чекање (на пр. чекање на ред за лулашка, чекање пријател да заврши со играње).
 - Разговарајте зошто е важно да се чека и како тоа ни помага нам и на другите.
- Стратегии за чекање (10 минути):
 - Претставете различни стратегии за трпеливо чекање, како што се длабоко дишење, броење и одвлекување на вниманието со некоја активност.
 - Покажете како се користат стратегиите, поттикнете ги децата да ги применат заедно со вас (пр., сите да земат длабок здив или да бројат заедно).
- Активност „Играње улоги“ (10 минути):
 - Поделете ги децата во парови и обезбедете реквизити за играње улоги (пр., реквизити- храна, играчки).



- Доделете на едното дете улога на „оној што се служи/игра“, а на друго улога на „оној што чека“.
- Охрабрете го „оној што чека“ да вежба трпение додека другиот се преправа дека си зема време да послужи храна или да подели играчки.
- После неколку минути, сменете ги улогите и повторете ја активността.
- Ликовна активност (10 минути):
 - Обезбедете хартија и боички/ фломастери.
 - Побарајте од децата да нацртаат слика од себе како трпеливо чекаат.
- Заклучок (5 минути):
 - Соберете ги децата назад во круг и прегледајте што научиле за чекањето.
 - Вежбајте чекање заедно, како група (на пр., прашајте ги децата дали сакаат да слушаат омилена песна, а потоа сите заедно да почекаат 30 секунди користејќи една од научените стратегии, пред да ја пуштите песната).
 - Охрабрете ги децата да ги користат своите вештини за трпение во секојдневни ситуации и потсетете ги дека вежбањето на чекање ни помага да растеме и да учиме.

Диференцирани упатства

Ниво 1 (деца со напредни вештини):

- Продлабочување на учењето: Обезбедете можности за подлабоко истражување на концептот на чекање, како што е дискутирање за придобивките од чекањето.
- Поттикнување на критичко размислување: Поставувајте отворени прашања кои ќе ги охрабрат децата да размислат за своите искуства со чекањето и да разгледаат алтернативни перспективи.
- Развивање на лидерство: Доделете лидерски улоги на децата кои покажуваат напредни вештини за чекање, како што се водење на групни вежби, „играње учител“ или моделирање стратегии за чекање пред своите врсници.
- Обезбедување предизвици: Вклучете покомплицирани сценарија за чекање во активностите за играње улоги, како што се чекање подолг временски период или во ситуации со повеќе одвлекувања на вниманието.

Промовирајте само-рефлексија: Охрабрете ги децата да размислат за својот напредок во развивањето на трпеливост и вештини за чекање, поставувајќи си лични цели за подобрување.

Ниво 2 (деца со развојно соодветни вештини):



- Следење на стандардниот час: Придржувајте се до планот за часот како што е предвидено, обезбедувајќи активностите и дискусиите да се соодветни за возраста и ангажирачки.
- Диференцијација на наставата: Понудете различни нивоа на предизвици за време на активностите на играње улоги, прилагодувајќи ја сложеноста на сценаријата за чекање или должината на времето што децата треба да го почекаат.
- Обезбедување избор: Дозволете им на децата да изберат од различни стратегии за чекање за време на дискусиите и охрабрате ги да ги користат оние со кои се чувствуваат најудобно.

Ниво 3 (деца кои имаат потреба од дополнителна поддршка):

- Поедноставување на јазикот: Користете поедноставен јазик и пократки реченици за да го објасните концептот на чекање.
- Обезбедување визуелна поддршка: Користете повеќе визуелни помагала, како картички со слики или фотографии од реални ситуации, за да ги илустрирате сценаријата на чекање. Исто така, користете визуелен тајмер кој го прикажува одбројувањето на времето за чекање.
- Давање конкретни примери: Користете примери на чекање што се лесно разбирливи и блиски до децата, како што е чекање за ужинка или чекање ред за лизгалка.
- Користење на постепено привикнување (обликување): Систематски вежбајте сценарија за чекање, почнувајќи од помалку важни до повеќе посакувани предмети или активности.
- Моделирање на однесувањето: Покажете ги стратегиите за чекање, а потоа охрабрате ги децата да го следат вашиот пример.
- Дополнителна вежба: Обезбедете повеќе можности за вежбање во активности со играње улоги, давајќи корекции и пофалби кога е соодветно. Работете еден на еден со детето за да му овозможите повеќе повторени можности за чекање.
- Охрабрување на поддршка од врсници: Спарете ги децата со врсници со различни способности за време на активностите со играње улоги, за да можат да учат преку набљудување на примерите од своите другарчиња.

Ниво 4 (деца кои имаат потреба од голема помош и имаат ограничени комуникациски вештини):

- Обезбедете визуелна поддршка.
- Поедноставување на јазикот: Користете само еден збор при интеракција со детето.
- Започнување со пократки времиња на чекање: Во почетокот воведете пократки временски периоди на чекање (дури и времетраење од 1 секунда може да биде доволно).



- Постепено зголемување на времето на чекање: Постепеното продолжување на времето на чекање треба да се спроведува со трпение, напредувајќи од 1 секунда на 3 секунди, 4 секунди и понатаму. Овозможете доволно време за адаптација.
- Примена на техники на постепено привикнување (обликување): Започнете со чекање за нешто или некогаш што е помалку важно за детето, а потоа постепено преминувајте кон повредни предмети или луѓе.
- Охрабрување на поддршка од врстници: Спарете ги децата со врстници со различни способности за време на активностите со играње улоги, за да можат да учат преку набљудување на однесувањето на своите другарчиња.
- **Дополнителна вежба:** Обезбедете повеќе можности за вежбање во активности со играње улоги, давајќи корекции и пофалби кога е соодветно, работете еден на еден со детето за да му овозможите повеќе повторени можности за чекање.

Дополнителни бихејвиорални стратегии

Очекувани предизвици во однесувањето: Може да се појават испади/ тантруми (на пр, плачење, фрлање на подот, викање) или грабање луѓе/ предмети како реакција на потребата за чекање.

Превентивни стратегии: За да се спречат ваквите предизвици во однесувањето, преземете ги следните чекори пред започнување на лекцијата:

- Модифицирајте ја околината така што ќе ги поставите најпосакуваните предмети надвор од дофат и ќе се дистанцирате себе/ другите од детето кое најверојатно ќе покаже предизвикувачко однесување.
- Систематски избирајте таргетирани предмети за вежбање на чекање со тоа што ќе започнете чекање на предмети кои се помалку посакувани пред да работите на чекање на предмети кои се многу важни за детето.
- Обезбедете му на детето успех, така што ќе се осигурите дека има поминато доволно време со вас и/или со омилените предмети, пред да започнете со работа на чекање во групната лекција.
- Обезбедете засилување/ поткрепување (пр., вербална пофалба) за секој и најмал успех кој ќе го забележите кај детето (пр. седење во групата, внимателно следење на лекцијата).

Стратегии за интервенција при предизвикувачки однесувања: Ако за време на лекцијата се појават предизвикувачки однесувања, осигурете се дека сите деца се безбедни. Минимизирајте го вниманието што го давате на предизвикувачките однесувања. Наместо тоа, јасно пофалете ги децата кои покажуваат посакувано однесување. Ако активноста мора да биде прекината за детето, погрижете се да ја повторите кога детето ќе биде смилено.



Прекинувањето укажува дека детето покажало предизвикувачко однесување и дека му се дадени две можности за смирување. Доколку детето не е во можност да се смири, тогаш ја губи можноста да добие пристап до посакуваниот предмет, внимание или личност.

Стратегии за соработка

- **Релевантни соработници:** Размислете за соработка со родителите, барајќи од нив да испратат список со предмети/ситуации во кои нивното дете има потешкотии со чекањето.
- **Можности за вклучување:** Охрабрете ги родителите да вежбаат чекање и дома. Испратете копии од визуелните помагала користени во лекцијата за да им помогнете да ја применат истата стратегија во домашни услови.

Вклучување на технологија

Визуелните средства може да се користат за поддршка при чекање како дел од апликации, како што е Time Timer:

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

Резултати

1. Набљудување на детето како се однесува при чекање за време на лекцијата и во текот на денот.
2. Собирање податоци за однесувањето на детето при чекање. Ова може да вклучува број на случаи кога детето чекало самостојно или со дополнителна помош/ потсетници. Дополнително, собирајте податоци за времетраењето на чекањето (на пр. 30 секунди), за да можете систематски да вежбате делови од наставната активност, повторно, за подолги периоди на чекање. Пример за формулар е даден подолу:

Датум	Таргетирано време за чекање	Предизвикувачко однесување да/не
1.3.	30s	ДА
1.3.	30s	ДА
1.3.	30s	НЕ
1.3.	30s	НЕ

Дополнителни ресурси за поддршка

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

<https://youtu.be/WYgZb3B87pw?si=6--65KH2zL5uo3ZR>

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



Образовна алатка Час 4:

Споделување со врсник

Возраст: 3-6 години

Времетраење на часот: 60 минути

Преглед и намена

Социјалните вештини им носат на децата широк спектар на придобивки. Тие се поврзани со поголем успех во училиштето и подобри односи со врсниците.

Споделувањето е основна социјална вештина која поголемиот дел од децата ја стекнуваат додека растат и се поврзуваат со другите. Тоа е важен аспект од градењето позитивни односи и снаоѓањето во социјални ситуации. Учењето да се споделува е клучна социјална вештина што им помага на децата да создаваат односи, да соработуваат и да се вклучуваат позитивно со врсниците.

Подготвеноста за споделување грицки или играчки може значително да им помогне на децата да создаваат и одржуваат пријателства. Според истражување објавено во Psychological Science, децата уште од 2-годишна возраст може да покажат желба за споделување со другите — но обично само кога имаат доволно ресурси. Сепак, децата на возраст од 3 до 6 години често се себични кога треба да споделат нешто што им е важно. На пример, детето може да биде неодлучно да сподели половина од својот колач со пријател, бидејќи тоа значи дека ќе има помалку за себе. Но, истото тоа дете лесно би споделило играчка со која веќе не сака да игра.

За децата со нарушувања од спектарот на аутизам (НСА) учењето да се споделува може да претставува вистински предизвик.

Цели

1. Кога друго дете нема играчки или материјали за активност, таргетираното дете ќе понуди дел од своите играчки или материјали во рок од 10 секунди по пристигнувањето на новото дете.

Потребни материјали

- Повеќе ножички, боички, фломастери, лепила и други ликовни материјали потребни за завршување на зедничка ликовна творба
- Сливовници, социјални приказни



- Големи комплекти играчки, играчки за слободни игри
- Визуелен распоред, картички со визуелна поддршка
- Конструктивни коцки
- Таблет/лаптоп

Наставна активност

- Вовед (10 минути):
 - Соберете ги децата во круг и разговарајте за концептот на споделување. Поставувајте прашања како "Што значи да се споделува?" и "Можете ли да се сетите на ситуации кога требало да споделите нешто со своите другарчиња?"
 - Прочитајте сликовница за споделување и поттикнете ги децата да разговараат за искуствата на ликовите поврзани со споделување. Користете книга на вашиот локален јазик или превод на кратка социјална приказна за чекање, која може да се најде тука.
 - Објаснете што значи споделување: „Кога ќе видите некој што нема играчки, споделете некои играчки со него.“
- Игра на улоги (10 минути)
 - Наставниците ќе ги демонстрираат соодветните интеракции. Главниот наставник ќе повика едно дете да игра со поголем сет играчки (пр. 10 камиони). Потоа ќе покани друго дете да се придружи во играта. Ако детето се вклучи во споделување, односно му понуди играчка на новодојденото дете, наставникот ќе го пофали, „Одлична работа! Сподели играчка кога виде дека некој нема. Тоа беше многу пријателски.“ Ако детето не се вклучи во споделување, наставникот привремено ќе ги отстрани играчките и ќе каже: „Кога ќе видиш некој без играчки, сподели некоја со него. Ајде да вежбаеме!“
- Градење кула (10 минути)
 - Градете кула како тим. Наизменично додавајте коцки на кулата.
 - Потенцирајте ја важноста на споделување ресурси и соработката за постигнување заедничка цел.
- Слободна игра (10 минути)
 - Додека детето учествува во омилена активност за време на слободната игра, наставникот ќе ја организира следнава ситуација со дете „помошник“: Помошникот нема да има материјали и ќе му пријде на таргетираното дете, кое игра со повеќе материјали. Во рок од 10 секунди по пристигнувањето на новодојденото дете, таргетираното дете треба да му понуди некои од играчките или материјалите што се



во негова близина. Оваа ситуација е иста како погоре опишаната, но се изведува во рамките на активностите за слободна игра.

- Организирајте структурирани игри или активности што поттикнуваат споделување. Обезбедете разновидни играчки и активности што бараат наизменично играње (чекање ред) и соработка. Внимателно надгледувајте ги овие интеракции и давајте позитивно поттикнување кога детето ќе го покаже соодветното однесување - споделување.
- Работа на заедничка ликовна активност (15 минути)
 - Поставете две маси со ликовен материјал кој децата ќе го користат за да завршат групна ликовна творба. Поделете го одделението на две групи и доделете му место на секое дете на една од двете маси. Зададете им на децата соодветни упатства за завршување на ликовната творба. Откако активността ќе започне, поттикнете едно дете да премине на другата маса. Детето што седи најблиску до новодојденото дете треба да се вклучи во споделување. Продолжете да ги менувате местата на децата помеѓу масите сè додека секое дете не добие можност да учествува во споделување и додека ликовните творби не бидат завршени.
- Заклучок (5 минути)
 - Соберете ги децата назад во круг и разгледајте што научиле за споделувањето
 - Охрабнете ги да ги користат своите вештини за споделување во секојдневни ситуации и потсетете ги дека споделувањето е грижа.

Диференцирани упатства

Ниво 1 (деца со напредни вештини):

- Одржувајте го стандардниот час: Следете го планот за лекција како што е наведено, осигурувајќи се дека активностите и дискусиите се соодветни за возраста и интересни.
- Давајте јасни и концизни инструкции за време на активностите.
- Понудете пофалби и охрабрување за точно следење на упатствата.
- Обезбедете можности за децата да водат и даваат инструкции на своите врсници.

Ниво 2 (деца со развојно соодветни вештини):

- Поедноставете го јазикот: Користете поедноставен јазик и пократки реченици за да го објасните концептот на споделување.



- Обезбедете визуелна поддршка: Користете повеќе визуелни помагала, како сликовни картички или фотографии од реални ситуации, за да илустрирате сценарија на споделување
- Давајте конкретни примери: Користете примери што се блиски до децата, како споделување играчка за време на слободната игра.
- Користете моделирање: Демонстрирајте го споделувањето лично и охрабнете ги децата да го следат вашето однесување.
- Обезбедете дополнителна практика: Нудете дополнителни можности за вежбање преку игри со улоги, коригирајте и пофалете кога е потребно или работете еден-на-еден со детето за повторено вежбање на споделувањето.
- Овозможете поддршка од врсници: Спарете ги децата со врсници со различни нивоа на вештини за време на игрите со улоги, за да можат да учат преку набљудување.

Ниво 3 (деца кои имаат потреба од дополнителна поддршка):

- Проширете го учењето: Обезбедете можности за подлабоко истражување на концептот на споделување, како што е дискутирање за придобивките и значењето на споделувањето
- Охрабнете критичко размислување: Поставувајте прашања од отворен тип кои ќе ги поттикнат децата да размислуваат за своите искуства со споделувањето и да разгледуваат различни перспективи.
- Поттикнете лидерство: Доделувајте лидерски улоги на деца кои покажуваат напредни вештини за споделување, како што е водење групни активности, „играње учител“или моделирање стратегии за споделување пред врсниците.
- Обезбедете предизвици: Воведете посложени сценарија за споделување за време на игрите со улоги, како што е чекање подолг временски период или справување со ситуации со повеќе одвлекувања.
- Промовирајте саморефлексија: Поттикнете ги децата да размислат за својот напредок во развивањето на вештините за споделување и да поставуваат лични цели за подобрување.

Ниво 4 (деца кои имаат потреба од голема помош и имаат ограничени комуникациски вештини):

- Прочитајте/прикажете адаптирана сликовница или кратка социјална приказна. Користете едноставни пиктограми или реални фотографии, но во



мал број. Опишете го концептот на споделување преку моделирање или видео-моделирање.

- Поедноставете го јазикот: Користете едноставни зборови, фокусирајте се на интеракции со детето со само еден збор.
- Игри на улоги:
 - Наставниците ќе ги моделираат соодветните интеракции.
 - Работете еден-на-еден, обезбедувајќи многу можности за споделување, секогаш користејќи пофалби. Доколку е потребно, насочувајте го детето со физички поттик (водење на раката), гестикулации или визуелна поддршка.
- **Слободна игра**
 - Користете визуелна поддршка,
 - Обезбедете поттик доколку е потребно
 - Обезбедете дополнителни вежби: Понудете повеќе можности за вежбање преку игри со улоги, давајќи корекции и пофалби по потреба. Препорачливо е да се работи еден-на-еден со детето, со фокус на вежбање на чекање и споделување.
- Охрабрувајте го детето да ги користи своите вештини за споделување во секојдневни ситуации.
- Обезбедете поддршка од врсниците: Спарувајте ги децата со различни нивоа на способности за време на игрите со улоги, за да можат да набљудуваат и учат од своите врсници.

Дополнителни бихејвиорални стратегии

Очекувани предизвици во однесувањето:

- Изливи на бес /тантруми (на пр, плачење, фрлање на подот, викање) или грабање луѓе/ предмети како реакција на потребата за споделување.
- Потешкотии во следење упатства што може да доведе до фрустрации и да резултира со предизвикувачко однесување (тантруми, агресивност и сл.).
- Потешкотии во одржување на фокус.
- Непослушност или отпор за учество во групни активности
- Избегнување –бегане од задачата

Превентивни стратегии:

За да се спречат предизвикувачките однесувања, пред почетокот на лекцијата преземете ги следните чекори:



- Модифицирајте ја околината така што ќе ги поставите најпосакуваните предмети надвор од дофат и ќе се дистанцирате себе/ другите од детето кое најверојатно ќе покаже предизвикувачко однесување.
- Систематски избирајте предмети за вежбање на споделување, односно најпрво работете на споделување на предмети што детето помалку ги преферира, пред да преминете на оние што му се поважни.
- Обезбедете му на детето успех, така што ќе се осигурите дека има поминато доволно време со вас и/или со омилените предмети, пред да започнете со работа на споделување во групната лекција.
- Обезбедете му на детето успех преку давање насоки доколку е потребно.
- Обезбедете засилување/ поткрепување (пр., вербална пофалба) за секој и најмал успех кој ќе го забележите кај детето (пр. седење во групата, внимателно следење на лекцијата).
- Давајте јасни и кратки инструкции користејќи едноставен јазик и визуелни помагала за полесно разбирање.
- Вклучете паузи со движење и сензорни активности за да им помогнете на децата да го регулираат своето ниво на енергија и внимание.
- Воспоставете доследни рутини и визуелни распореди за да овозможите предвидливост и намалување на анксиозноста.
- Понудете избор во рамките на активностите за да го зголемите чувството на контрола и самостојност кај детето. Дозволете му да избере задачи или активности што ги преферира или да избере како ќе ги изврши задачите. Ова може да помогне во намалување на отпорот за учество во активностите и да ја зголеми ангажираноста и соработката.
- Поставете јасни очекувања и правила на однесување и демонстрирајте соодветни социјални вештини.
- Обезбедете чести можности за движење и активно учество за да спречите немирност и досада.

Стратегии за интервенција при предизвикувачки однесувања:

Ако за време на лекцијата се појават предизвикувачки однесувања, осигурете се дека сите деца се безбедни. Минимизирајте го вниманието кон предизвикувачките однесувања. Наместо тоа, јасно пофалувајте ги децата кои се однесуваат на посакуваниот начин. Доколку активноста на споделување мора да се прекине поради детето, осигурете се дека истата ќе ја повторите откако детето ќе биде смирено.



Прекинување на активноста значи дека детето покажало предизвикувачко однесување и му биле дадени две можности да се смири. Ако не успее, губи пристап до посакуваниот предмет, помош или личност.

Пренасочување на однесувањето надвор од задачата

- Применувајте техники за смирување (деескалација), како што се вежби за длабоко дишење или визуелни стратегии за релаксација, за да им помогнете на децата да ги регулираат своите емоции и однесување.
- Обезбедете индивидуализирана поддршка и насоки по потреба, за да се осигурите дека детето се чувствува поддржано и способно да ја заврши задачата.
- Кога детето ќе се смири, пристапете со емпатија и разбирање, признавајќи ги неговите чувства на фрустрација или разочарување. Дајте му поддршка и пофалете го неговиот труд, дури и ако не успеало во задачата. Поттикнете го вербално да ги изрази своите емоции и валидирајте ги неговите чувства.

Стратегии за соработка

- **Релевантни соработници:** Родителите, браќата и сестрите играат клучна улога во поддршката на учењето и развојот на детето. Можете да соработувате со нив така што ќе ги поттикнете да вежбаат споделување во поприродно опкружување дома. Исто така, другите наставници и терапевти можат да придонесат со обезбедување повеќе можности за детето да практикува споделување
- **Можности за вклучување:** Родителите и браќата/сестрите можат да земат материјали и визуелни помагала од часот и да ги користат дома за вежбање споделување во природно опкружување. Тие можат да му даваат инструкции на детето и да му помагаат преку насочување и моделирање на соодветно однесување.

Вклучување на технологија

- Социјални приказни
[Ella - Sharing \(ellakids.app\)](https://ellakids.app)
- Визуелна поддршка
[AAC symbols - ARASAAC](#)



Резултати

1. Набљудување на детето како се однесува при споделување за време на часот и во текот на денот.
2. Собирање податоци за однесувањето на детето при споделување. Ова може да вклучува број на случаи кога детето споделило играчка/ материјал самостојно или со дополнителна помош/ потсетници.

Датум	Таргетирано време за споделување	Спроведува независно/ самостојно	Спроведува со помош	Не спроведува	Предизвикувачко однесување да/не
1.3.	10s			x	ДА
1.3.	10s		x		ДА
1.3.	10s		x		НЕ
1.3.	10s	x			НЕ

Дополнителни ресурси за поддршка

<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+social+story+free+example&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_pl&t=534s

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

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



Образовна алатка Час 5: Поздравување и/или давање комплименти на врсник

Возраст: 3-6 години

Времетраење на часот: 60 минути

Преглед и намена

Поздравувањето и давањето комплименти играат клучна улога во социјалните интеракции. Тие претставуваат основа за градење односи и воспоставување врски со другите. Учењето поздравување и давање комплимент овозможуваат развивање на вербална и невербална комуникација. Децата учат ефективно да ги користат своите зборови и да ги изразуваат своите чувства и мисли, но исто така, тоа дава можност да се вежбаат битни невербални комуникациски вештини, како што се воспоставување контакт со очи, користење соодветен говор на тело и користење пријателски тон на гласот. Кога децата учат да се поздравуваат или пофалуваат едно со друго, тие развиваат важни социјални вештини како што се наизменично водење разговор, активно слушање, вклучување во конверзација и развој на емпатија (бидејќи децата учат да ги препознаваат и да реагираат на емоциите на другите). И на крајот на краиштата, кога децата се поздравуваат и добиваат комплименти од нивните врсници и другите од нивната околина, тие се чувствуваат ценети и прифатени. Ова чувство на припадност позитивно влијае врз нивната севкупна благосостојба и самодоверба.

Цели

1. Кога друго дете ќе влезе во просторијата или групата за игра, во рок од 10 секунди по пристигнувањето на новодојдениот, таргетираното дете ќе го поздрави („Здраво“) и/или ќе му даде комплимент („Ми се допаѓа ____“).

Потребни материјали

- Социјални приказни/ сликовници за поздравување и/ или давање комплименти
- Кукла за на рака (или друга било каква кукла)
- Визуелна поддршка (слики и постери што прикажуваат начини на поздравување), картички за визуелна поддршка
- Картички „Ми се допаѓа“



Наставна активност

- **Вовед (5 минути)**
 - Соберете ги децата во круг и започнете ја активната со песната **Make A Circle | Preschool Song | Super Simple Songs** или друга песна на локален јазик.
 - Поттикнете разговор и објаснете ја важноста на поздравувањето и неговото влијание врз социјално-емоционалното учење (Се сеќавате ли на моменти кога некој не ве поздравил, не ви рекол „Здраво“? Како се чувствувате тогаш? А како се чувствувате кога некој ќе ве поздрави?)
- **Визуелни и видео-презентации (10 минути)**
 - Прикажете видео-моделирање за поздравување -**Social skills video modeling: Greetings**
 - Користете визуелни помагала за да ги претставите различните начини на поздравување (постери/картички со илустрирани чекори и видови поздрави пр. погледни, насмевни се, кажи „Здраво“, мафни, поздрави се, преградка, поздрав со тупаница...) и демонстрирајте ги со помош на визуелни помагала за да ги направите поразбирливи за децата
- **Игра за поздравување (15 минути)**
 - Ставете ракавица-кукла (или било каква кукла) во торба пред почетокот на активната. Седнете ги децата во круг. Извадете ја торбата, малку отворете ја и викнете внатре: „Здраво!“ Наместете го увото до торбата и слушајте – ништо. Потоа, заедно со сите деца, викнете „Здраво!“ во исто време. Овој пат, куклата ќе „се разбуди“ и ќе излезе од торбата! Кажете: „Кога ќе дојде некој нов, се вели ‘Здраво!’“ Потоа, изведете игра на улоги со куклата: обратете се кон првиот ученик и кажете „Здраво“. Охрабрете го/ја да возврати на свој начин (насмевнување, мавтање, кажување „Здраво“, „Чео“ и т.н.) Потоа, ученикот кој го примил поздравот треба да се обрати на ученикот од неговата/нејзината десна страна. Следниот ученик го изведува истиот поздрав на ученикот од неговата/нејзината десна страна или може да избере поинаков начин на поздравување. Циклусот продолжува додека секое дете не даде и не прими поздрав.
- **Давање комплимент на врстници**
 - **Вовед (5 минути)**
 - Наставникот ѝ се обраќа на куклата со зборовите: „Забележав дека имаш многу убав/убава... / Ми се допаѓа твојот/твојата...“ (гестикулира “Ми се допаѓа” со палец нагоре и подава визуелна картичка - “Ми се допаѓа” на куклата). Потоа објаснува дека ѝ дал



комплимент на куклата и дека комплимент е кога кажуваме нешто убаво на неког — за нивниот изглед, нешто што имаат, нешто што направиле, нешто што кажале или за тоа какви се како личност

- **Социјална приказна и видео моделирање** (5 минути)
 - Прикажете видео-моделирање за давање комплименти (Sesame Street: Heidi Klum: Compliment)
 - Прочитајте сликовница на локален јазик или преведена верзија на кратката социјална приказна за давање комплименти што можете да ја најдете тука: <https://ellakids.app/s/6d32ed53-8c87-4417-874a-315b4b97f6b4>
- **Игра на улоги- Игра на давање комплимент** (15 минути)
 - Седнете ги децата во круг. Објаснете дека намената на играта е да вежбаат давање комплименти и водење разговор со своите другарчиња. Побарајте од секој ученик да му даде комплимент на своето другарче кое се наоѓа од неговата десна страна и да му подаде хартиено срце. Поттикнете ги децата да бидат искрени и поконкретни во давањето на комплименти (пр. „Ми се допаѓа твојата коса“, „Ми се допаѓа како црташ“). Циклусот продолжува додека секое дете не даде и не прими комплимент.
- **Заклучок** (5 минути)
 - Повторете со децата за она што го научиле за поздравувањето и давањето комплименти.
 - Поставете ги визуелните помагала на влезот од училницата.
 - Охрабрувајте ги децата да ги користат своите вештини на поздравување и давање комплименти во секојдневните ситуации.

Диференцирани упатства

Ниво 1 (деца со напредни вештини):

- Охрабрете ги да истражуваат различни видови поздрави (во различни делови од денот) и да развијат свесност за тоа како другите се чувствуваат кога ќе добијат комплимент.
- Доделете им лидерски улоги, како на пример да водат групни вежби, да „играат учител“ или да покажуваат стратегии за поздравување и давање комплименти на своите врсници..
- Поттикнете ги да создадат свој сопствен начин на поздравување и давање комплименти за нешто во што нивните врсници се добри



Ниво 2 (деца со развојно соодветни вештини):

- Следете го планот на часот како што е предвидено, осигурувајќи се дека активностите и дискусиите се соодветни на возраста и ангажирачки.
- Дозволете им на децата да избираат од различни стратегии за поздравување и давање комплименти за време на дискусиите и охрабрате ги да ги одберат оние со кои се чувствуваат најудобно

Ниво 3 (деца на кои им е потребна дополнителна поддршка):

- Користете поедноставен јазик, пократки реченици и повеќе визуелни помагала, како што се сликовни картички или фотографии од реалниот живот.
- Обезбедете дополнителни можности за вежбање преку игри на улоги, давајќи корекции и пофалби кога е потребно, или работете еден на еден со детето.
- Спарете ги децата со врсници од различни нивоа на способности за време на игрите на улоги, дозволувајќи им да учат преку моделирање од врсници.
- Создадете и понудете конкретна и едноставна визуелна поддршка со практични чекори за извршување на вежбите (на пр. Чекор 1 – Погледни ме; Чекор 2 – Насмевни се; Чекор 3 – Кажи „Здраво“)
- Користете секојдневно едноставни визуелни материјали за давање комплименти

Ниво 4 (деца на кои им е потребна значителна помош и имаат ограничени комуникациски вештини):

- Обезбедете поддршка од наставник/асистент или спарете ги децата со врсници од различни нивоа на способности за време на игрите на улоги, за да учат преку набљудување
- Давајте едноставни инструкции користејќи само еден збор, гест или физичка насока
- Обезбедете едноставни визуелни упатства, придружени со краток напишан или изговорен збор (на пр. Чекор 1 – Погледни; Чекор 2 – Насмевни се; Чекор 3 – Дај петка/ Покажи палец нагоре – „Ми се допаѓа“)
- Бидете трпеливи – првично давајте им повеќе време за да одговорат на вашите барања (20 – 30 секунди)
- Секогаш реагирајте на секоја успешна иницијатива од вашето дете (доколку ве погледне и мафне, или дури само ве погледне, мора јасно да покажете дека тоа е многу важно).



- Давање комплимент е многу сложен процес за деца со ограничени комуникациски вештини, затоа охрабнете ги да се изразат со еден гест (на пр. палец нагоре – „Ми се допаѓа“)
- Користете секојдневно едноставна визуелна поддршка за давање комплименти
- Имајте на ум дека социјалните вештини кај оваа категорија деца треба да се развиваат постепено – најпрво нека научат да поздравуваат, а дури потоа да даваат комплименти.

Дополнителни бихејвиорални стратегии

Очекувани предизвици во однесувањето:

- Изливи на бес – тантруми (на пр. плачење, фрлање на земја, викање) или грабање луѓе/предмети
- Избегнување на контакт со очи и социјална интеракција
- Недостаток на социјална мотивација или отпор кон учество во групни активности

Превентивни стратегии: За да спречите појава на предизвикувачки однесувања, преземете ги следните чекори пред започнување на часот:

- Уредете ја околината така што најпосакуваните предмети ќе бидат надвор од дофат, а вие и другите деца ќе бидете на соодветно растојание од детето кое најверојатно ќе пројави предизвикувачко однесување.
- Обезбедете му на детето успех преку давање поттик доколку е потребно
- Обезбедете поткрепување (на пр. вербална пофалба) за секој мал успех што ќе го забележите кај детето (на пр. седење во група, следење на часот)
- Користете едноставни визуелни помагала и понудете невербални пристапи или начини за иницирање интеракција со друга личност.
- Воспоставете конзистентни рутини и визуелни распореди за да ја зголемите предвидливоста и да ја намалите анксиозноста
- Поставете јасни очекувања и правила за однесување и обликувајте соодветни социјални вештини
- Создадете едноставен план за детето, во кој ќе биде објаснето како, кому, кога и каде да се поздравува и/или да дава комплименти.



- Нудете чести можности за движење и активно учество за да спречите немирност и досада.

Стратегии за интервенција при предизвикувачки однесувања: Ако за време на часот се појават предизвикувачки однесувања, прво осигурете се дека сите деца се безбедни. Минимизирајте го вниманието кон несоодветното однесување за да не го поттикнете. Наместо тоа, јасно и нагласено пофалете ги децата кои покажуваат посакувано однесување. Доколку е потребно, привремено прекинете ја активната за детето, а потоа повторете ја откако детето ќе се смири.

Прекинувањето значи дека детето покажало предизвикувачко однесување иако му биле дадени две можности да се смири. Доколку детето не успее да се смири, го губи пристапот до посакуваниот предмет, помош или личност.

Стратегии за соработка

- **Релевантни соработници:**
 - Родителите, браќата, сестрите и другите роднини играат клучна улога во поддршката на учењето и развојот на детето. Може да соработувате со нив со тоа што ќе ги охрабрите да вежбаат поздравување и/или давање комплименти во природна средина дома. Вработените во училиштето, другите наставници и логопедот исто така можат да учествуваат во развојот на социјалните вештини на детето.
- **Можности за вклучување::**
 - Вежбање на поздравување и/или давање комплименти со родители и браќа/сестри во познатата домашна средина, користејќи материјали и визуелни помагала од часот.

Вклучување на технологија

Апликации, алатки, софтвер и сл. што може да се користи.

- Интерактивна табла, апликации и видеа
- <https://ellakids.app/s/d62ac681-ea48-4d38-88db-d4ddbe4847f7>
- <https://ellakids.app/s/6d32ed53-8c87-4417-874a-315b4b97f6b4>

Резултати

Чекори за проверка на разбирањето кај учениците:

1. Набљудување на детето додека се вклучува во поздравување и/или давање комплименти за време на часот и во текот на денот.



2. Собирање податоци за поздравувањето и/или давањето комплименти од страна на детето. Ова може да биде во форма на број на пати кога детето самостојно или со дополнителна помош/поттикнување поздравува или дава комплимент на врсник.

Датум	Таргетирано време за поздравување и/или давање комплимент	Спроведува самостојно	Спроведува со помош	Не спроведува	Предизвикувачко однесување да/не
1.3.	10s			x	ДА
1.3.	10s		x		ДА
1.3.	10s		x		НЕ
1.3.	10s	x			НЕ

Дополнителни ресурси за поддршка

Веб-страници/линкови до други корисни ресурси за целната тема.

Make A Circle | Preschool Song | Super Simple Songs

https://youtu.be/ALcL3MuU4xQ?si=R_rkFy20YINXPQo9

Видео моделирање на социјални вештини: Поздравување

<https://youtu.be/Ch9nB8mF1XM>

Greeting visuals

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

https://youtu.be/OOryAGXqXBI?si=qRpzPWIFD5_PdHLq - Sesame Street: Heidi Klum:

Compliment

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

https://youtu.be/hQ3_AlyxNI0?si=lv15ZvpWM2TN43DK Аутизам и поздравување:

Анимирани социјални приказни за деца со аутизам

<https://arasaac.org/> <https://arasaac.org/materials/en/124> - Учиме да кажеме

здраво и пријатно

<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/>



Образовна алатка Час 6: Препознавање кога некој е повреден/вознемирен (Емпатија)

Возраст: 3-6 години

Времетраење на часот: 60 минути

Преглед и намена

Клучно е воспитувачите во предучилишните установи да поттикнуваат емпатија и емоционална поддршка кај децата со нарушувања од аутистичниот спектар (НСА), со што ќе се промовира социјалниот и емоционалниот развој на сите деца и ќе се создаде поемпатична и инклузивна средина за учење. Овој план на лекција има за цел да ги подготви воспитувачите со стратегии за ефикасно препознавање и одговарање на емоциите на децата со НСА, особено кога се повредени, вознемирени или тажни.

Разбирањето и изразувањето емоции може да биде тешко за децата со НСА, што може да влијае на нивните социјални интеракции и општата благосостојба. Истражувањата покажуваат дека лицата со НСА може да имаат потешкотии во читањето на социјалните знаци и препознавањето на изразите на лицето, што може да ја попречи способноста за развој на емпатија (Baron-Cohen et al., 2001; Pelphrey et al., 2002). Сепак, со соодветна поддршка и интервенција, децата со НСА можат да ги развијат основните социјални и емоционални вештини потребни за долгорочен успех и подготвеност за училиште (Kasari et al., 2015; Wodka et al., 2013).

Цели

1. Поттикнување емоционално изразување: Воспитувачите можат да им помогнат на учениците со НСА да научат како продуктивно да комуницираат со другите, охрабрувајќи ги да ги изразуваат своите емоции на соодветен начин и да ги валидираат нивните чувства.
2. Развивање емпатија и разбирање: Истражувањата покажуваат дека децата со НСА можат да ја развијат емпатијата преку јасни насоки и моделирање на емпатично однесување (Hobson et al., 2013; Rieffe et al., 2011). Преку активности и дискусии што ја промовираат емпатијата, децата учат да ги разбираат и идентификуваат емоциите на своите врсници. Во училницата, воспитувачите можат да ја поттикнат љубезноста, сочувството и инклузивноста со развивање на емпатијата.



3. Подобрување на подготвеноста за училиште: Со обезбедување поддршка на децата со НСА за управување со нивните емоции и социјализација, им помагаме да се подготват за академските и социјалните предизвици во основното училиште.

Потребни материјали

- Картички со емоции (прикажуваат различни изрази на лицето), Табела или Тркало на чувства. Верзии за печатење можете да најдете овде: <https://www.twinkl.gr/resource/t-s-150-feelings-and-emotions-cards> и овде: <https://www.autistichub.com/free-emotions-flashcards-for-autism-and-speech-therapy/>
- Сливовници за емоции (на пр. "The Feelings Book" од Todd Parr). Може да ја купите овде: <https://www.amazon.com/Feelings-Book-Todd-Parr/dp/0316012491> или да го користите следново видео: <https://www.youtube.com/watch?v=sBFbQ70AJjs>
- Таблет или компјутер за прикажување видеа или користење дигитални образовни материјали (визуелни помагала) за развој на овие социјални вештини.
- Кукли
- Тивко катче или простор за смирување со сензорни алатки (пр. Антистрес топчиња, играчки за смирување)
- Ликовен прибор (боички, фломастери, листови)
- Алатки за аугментативна и алтернативна комуникација (ААК) или помагала за визуелна комуникација

Наставна активност

Вовед (10 минути):

- Соберете ги децата во круг и воведете ја темата за емоциите. Разговарајте за тоа како можат да одговорат на прашања како што се „Што не е во ред?“, „Дали си добро?“, „Како можам да ти помогнам?“ и сл.
- Прикажете картички со емоции и објаснете ги различните изрази на лицето. Децата со аутизам може да имаат корист од користењето картички со емоции, како што е Скала за оценување емоции, за да ги изразат своите чувства пред другите и да им помогнат на возрасните да одговорат на нив на најздрав и најподдржувачки начин. Доколку забележите одредени промени во нивните емоционални реакции, можете да им помогнете во саморегулацијата со промена на околината или околностите. Ова може да ви помогне да дознаете што ги вознемирува во моментот. Тоа може да биде сензорен проблем, како што е мирисот на ручекот што ја исполнува



просторијата или може да биде разбирањето на пристапувањето во неструктурираното време што за нив е многу тешко.

- Претставете ја Табелата или Тркалото на емоции и објаснете како тоа може да помогне во препознавање на емоциите. Постојат различни форми, како на пример различни ликови, бои на семафор или броеви. Осигурете се дека илустрациите кои ги користите имаат смисла за детето и дека може лесно да ги разбере. Доколку воведувате нов речник, проверете дали детето го разбира и обезбедете дополнителни објаснувања за полесно помнење. На пример, „лут“ може да се поврзе со „ликот се чувствува топло“ ако детето ја доживува и препознава лутината на тој начин.
- Дискутирајте зошто е важно да ги разбираме емоциите за подобра комуникација и градење односи со другите.

Интерактивна активност: Пантомима со емоции (15 минути):

- Поделете ги децата во мали групи и дадете на секоја група сет картички со емоции.
- Едно дете од секоја група извлекува една картичка и ја глуми емоцијата која е прикажана, без да зборува, додека останатите деца се обидуваат да ја погодат прикажаната емоција.
- Ротирајте ги улогите за секое дете да има можност да глуми и да погодува различни емоции.
- Користете ја оваа активност за да ги зајакнете разбирањето на изразите на лицето и невербалните комуникациски знаци.

Групна активност: Истражување на емоциите (20 минути):

- Прочитајте сликовница за емоциите, како што е "The Feelings Book" од Todd Parr. Сливниците, како и сите фиктивни приказни, прикажуваат чувства на замислени ликови и како тие ги перцепираат емоциите на другите. За разлика од романиет, сликовниците предизвикуваат наша емоционална реакција не само преку зборови туку и преку визуелни прикази кои ги засилуваат зборовите. Главната функција на сликовниците без зборови е да предизвикаат силни емоции кај читателот. Двостраните илустрации без зборови се користат во многу сликовници за да предизвикаат моќни емоции за кои зборовите би биле недоволни.
- Охрабрете ги децата да ги идентификуваат емоциите на ликовите и разговарајте зошто тие би можеле да се чувствуваат така.
- Користете куклена претстава за да изведете различни сценарија со различни емоции, дозволувајќи им на децата да преземат различни улоги.



- Поттикнете дискусии за стратегии за справување со различни емоции, како што се длабоко дишење или земање пауза во тивка зона.

Активност- уметност и изразување (10 минути):

- Обезбедете ликовни материјали како боички, фломастери и хартија.
- Побарајте од децата да нацртаат или креираат колаж на нивните чувства во моментот. До сега, вештините на цртање кај децата со НСА биле истражувани од развојна перспектива за да се утврди дали нивните цртежи следат сличен развоен образец како оние на типично развиените (ТР) деца (Charman and Baron-Cohen 1993;). Цртежите на децата со НСА имаат исто ниво на севкупна експресивност како оние на деца со умерени тешкотии во учењето и деца со ист ментален возраст. Од друга страна, децата со НСА имаат тенденција да создаваат квалитативно различни, односно помалку напредни или дури и нецелосни претстави на човечката фигура, често прикажувајќи само лице и вклучувајќи помалку социјални сцени во нивните цртежи во споредба со нивните соодветни контролни деца.
- Поттикнете ги децата да користат бои, форми и симболи за креативно изразување на своите емоции.
- По завршувањето на нивните уметнички дела, поканете ги да ги споделат своите креации со групата и да објаснат кои емоции ги претставиле.

Завршување и рефлексija (5 минути):

- Соберете ги децата повторно заедно и разговарајте за активностите од денешниот час.
- Поставете прашања како "Што научивме денес за чувствата?", "Како се чувствувате сега во споредба со почетокот на часот?", "Како ќе прашате некогa дали е добро?", "Како ќе разберете дали некој е тажен или среќен?"
- Повторно нагласете ја важноста на разбирањето и изразувањето на емоциите како клучен дел од градењето позитивни односи со другите.

Диференцирани упатства

Ниво 1 (деца со напредни вештини):

- Понудете збогатени активности на децата кои покажуваат висок степен на способност во препознавање и изразување емоции.
- Доделете потешки задачи, како што се препознавање на нијансирани емоции или истражување на емпатијата во сложени социјални контексти.



- Охрабрете ги децата да преземат лидерски улоги со тоа што ќе им помагаат на своите врсници да ги разберат и управуваат со своите емоции.

Ниво 2 (деца со развојно соодветни вештини):

- Приспособете ги активностите според развојниот стадиум на секое дете, нудејќи поддршка и насоки кога е потребно.
- За да им помогнете на децата да ги разберат и изразат своите емоции, разделете ги задачите на помали чекори и користете визуелни знаци или поттикнувачки прашања.

Ниво 3 (деца кои имаат потреба од дополнителна поддршка):

- Понудете прилагодена помош на децата кои можеби имаат потешкотии во разбирањето и изразувањето на своите чувства.
- Обезбедете јасни објаснувања и практични активности за да им помогнете полесно да ги разберат концептите.
- Користете визуелни помагала за да го зајакнете учењето и да обезбедите предвидливост

Ниво 4 (деца кои имаат потреба од голема помош и имаат ограничени комуникациски вештини):

- За да им помогнете на децата кои имаат недостаток на комуникациски вештини во изразувањето на нивните чувства, користете невербални знаци.
- Користете сликовни комуникациски системи или ААК уреди за подобрување на разбирањето и комуникацијата.
- Вклучете сензорни алатки и активности во вашите часови за да им помогнете на учениците да ги регулираат своите емоции и да ја зголемат својата ангажираност.

Дополнителни бихејвиорални стратегии

Очекувани предизвици во однесувањето:

Сензорната чувствителност, комуникациските потешкотии и тешкотиите во разбирањето и изразувањето на емоциите можат да придонесат за различни предизвици во однесувањето кај децата со НСА. Следниве се некои од најчестите предизвици во однесувањето:

- Емоционални избувнувања (meltdowns) при преоптовареност со сензорни стимули или емоционален стрес.
- Потешкотии во преминување од една во друга активност



- Потешкотии во прифаќање на промени во рутините.
- Гнев или самоповредувачки однесувања предизвикани од фрустрација или нарушена комуникација.
- Повлекување или одбегнување како одговор на социјални интеракции или сензорно преоптоварување.

Превентивни стратегии:

За да се спречат предизвикувачки однесувања, важно е да се создаде поддржувачка средина и проактивно да се адресираат предизвикувачите што може да доведат до вознемиреност или фрустрација. Некои превентивни стратегии вклучуваат:

- Создавање на рутина и визуелни распореди за обезбедување структура и намалување на анксиозноста.
- Обезбедување мирен, сензорно, пријателски простор со тивки катчиња и сензорни алатки за саморегулација.
- Користење на едноставни комуникациски техники или визуелни помагала за да ги подготвите децата за претстојни промени или транзиции.
- Давање повеќе автономија на децата за да се намали нивното чувство на беспомошност или фрустрација.
- Вклучување на движења или сензорни паузи во текот на денот за да се помогне во регулирањето на возбуда и избегнување на сензорно преоптоварување.

Стратегии за интервенција при предизвикувачки однесувања:

Кога ќе се појават предизвикувачки однесувања, важно е да се одговори навремено и ефикасно за да се намали интензитетот на ситуацијата и да се поддржи детето во управувањето со неговите емоции. Некои интервенциски стратегии вклучуваат:

- Останете смирени и опуштени.
- Обезбедете му на детето чувство на сигурност и заштита
- Охрабрувајте го посакуваното однесување со пофалби и позитивно засилување
- Користете визуелни сигнали или знаци за пренасочување на вниманието и насочување на однесувањето кон поадаптивни реакции.



- Обезбедете опции и избори за да му помогнете на детето да ја поврати контролата и автономијата
- Користете смирени простори и катчиња
- Обезбедете сензорни алатки за да помогнете во контролирање на возбуденост и поттикнување на релаксација.
- Користете прогресивна мускулна релаксација или длабоко дишење како техники за смирување на детето.
- Соработувајте со родителите и терапевтите за развој на индивидуализирани стратегии и поддршка за управување со предизвикувачкото однесување.

Стратегии за соработка

- **Соработувајте со родителите и старателите** за да го зајакнете учењето и да обезбедите доследност помеѓу домашната и училишната средина.
- **Консултирајте се со терапевти** за да развиете индивидуализирани стратегии за деца со специфични потреби.

Вклучување на технологија

- Вклучете едукативни апликации кои се фокусираат на развој на социјални вештини и емоционална регулација. На пример, "Choiceworks" е апликација со визуелна поддршка дизајнирана да им помогне на децата со НСА да ги разберат и да управуваат со своите дневни рутини, емоции и однесување. Оваа апликација користи визуелни распореди, табли за избор и социјални приказни за поддршка на комуникацијата и независност. Можете да ја превземете тука: <https://apps.apple.com/us/app/choiceworks/id486210964>
- Користете технологија за алтернативна и аугментативна комуникација (ААК) или визуелни помагала за поддршка на комуникацијата и изразување на емоции. На пример, апликацијата за комуникација "Proloquo2Go" е наменета за лица со говорни и јазични пречки, вклучително и оние со НСА. Нуди прилагодливи комуникациски табли со икони и можност за синтеза на говор за поддршка на експресивната комуникација. Преземете ја тука: <https://www.assistiveware.com/products/proloquo2go> и "Emotionary", дигитална алатка која им помага на децата да ги изразат своите емоции преку визуелни поддршки како емотикони, цртежи и писмени описи. Обезбедува платформа за децата да споделат како се чувствуваат и да ги комуницираат своите емоционални искуства. Можете да ја превземете тука: <https://appadvice.com/app/emotionary-by-funny-feelings/515860459>



Резултати

1. Забележете ги изразите на лицето, говорот на телото и вербалните одговори на детето за да ја утврдите неговата емоционално состојба.
2. Барајте знаци на фрустрација, збунетост, возбудување или вклученост како одговор на различни инструкции и активности.
3. Забележете ги повторливите однесувања или промените во нив.
4. Набљудувајте ја способноста на детето да покажува емпатија кон соучениците и да одговара на нивните емоции (вербални и невербални изрази) за време на различните активности во училница и собирајте податоци. На пример:

Име на детето:	Датум:	Интеракција со врсници	Набљудуван емпатичен одговор	Квалитет на одговор
Марија	08/05/2024	Врсникот падна и се повреди	Праша дали е во ред	Среден
		Врсникот е тажен	Понуди прегратка	Висок
		Врсникот има тешкотии со задачата	Понуди помош	Висок

Дополнителни ресурси за поддршка

1. Autism Speaks: <https://www.autismspeaks.org/>
2. National Autism Association: <https://nationalautismassociation.org/>
3. Zero to Three: <https://www.zerotothree.org/>
4. Center for Autism and Related Disorders (CARD): <https://www.centerforautism.com/>
5. The Autism Society: <https://www.autism-society.org/>

Овие ресурси нудат вредни информации, поддршка и насоки за едукатори, родители и негуватели кои работат со деца со НСА. Со вклучување на практики засновани на докази и искористување на поддршката од реномирани организации, можеме да создадеме поинклузивна и поддржувачка средина за учење за сите деца.



Образовна алатка Час 7: Барање внимание/пристап до нешто од врсници

Возраст: 3-7 години.

Времетраење на час: 60 минути

Преглед и намена

За децата, за да ги развијат социјалните вештини и вештините за саморегулација на ефикасен начин, од суштинско значење е да научат како љубезно да побараат внимание или пристап до нешто како на пример играчки, храна или активности од своите врсници. Доколку детето ја нема оваа способност и наместо тоа покажува проблематично однесување, неговиот развој на социјални и саморегулачки вештини може да биде попречен, што претставува пречка за неговиот целокупен раст. За невербалните деца, користењето знаци или слики за изразување на своите желби може да биде многу корисно. Совладувањето на вештината за барање внимание или предмети од врсниците е една од најважните вештини што едно дете може да ги стекне. Оваа вештина е значајна од повеќе причини. Способноста да се побара внимание или предмети на љубезен начин, без прибегнување кон вознемирувачко однесување, е основна социјална вештина. Без неа, социјалниот развој на детето може да биде нарушен, што потенцијално ќе го попречи во создавање нови пријателства со врсниците.

Цели

1. Учениците ќе бидат способни да побараат внимание од врсник.
2. Учениците ќе бидат способни да побараат активност од врсник.
3. Учениците ќе бидат способни да побараат нешто/играчка од врсник.

Осигурете се дека детето навистина го посакува предметот, вниманието од некого или активноста (детето треба да ја изрази оваа желба, било вербално, покажувајќи или користејќи некоја форма на комуникација за да ја означи својата преференција).

Потребни материјали

- Визуелни помагала (како картички со слики)
- Сливовници/социјални приказни за барање/ замолување



Наставна активност

Вовед (10 минути)

- Соберете ги сите деца во круг и објаснете зошто е важно љубезно да се бараат работи. Опишете што треба да содржи едно љубезно барање и во кои ситуации е потребно да се користи. Понудете конкретни примери на соодветни ситуации за негова употреба.
- Исто така, покажете како тие треба да побараат внимание, демонстрирајќи различни пристапи.
- Вклучете кратка социјална приказна за тоа како љубезно да се бараат работи од врсници или кратка нарација за барање внимание од врсници.
- Осигурете се дека тие ја разбираат важноста на љубезното барање на работи од врсниците.

Дискусија (10 минути)

- Поттикнете ги децата да се присетат дали биле во ситуации кога требало љубезно да побараат нешто од свој врсник или да побараат внимание. Разговарајте за евентуалните грешки што ги направиле и за можни алтернативни пристапи.

Стратегии за вежбање барање (5 минути)

- Поделете ги децата во парови и објаснете што се очекува од нив. Насочете ги како да побараат предмети или внимание од врсниците, нагласувајќи ја соодветната употреба на јазик и однесување. Исто така, истражете различни начини за привлекување внимание.

Моделирање (5 минути)

- Демонстрирајте го точниот и љубезен начин за упатување барања, како и примери за несоодветни пристапи. Прикажете различни методи за привлекување внимание.

Вежбање и повратни информации (15 минути)

- Овој дел може да се подели на две фази. Во првата фаза, дајте јасни инструкции што треба да направат децата, при што секој пар ќе се обиде љубезно да побара нешто. Потоа, во втората фаза, охрабнете ги самите да осмислат свои сценарија и да вежбаат. Во почетната фаза, презентирајте две ситуации: една за барање предмет и друга за барање внимание. Во втората фаза, нека создадат свои две сценарија. Дајте им повратна информација за нивните обиди.

Заклучок (5 минути)



- Соберете ги децата повторно во круг и прегледајте што научиле за тоа како да бараат нешто од своите врсници.
- Разговарајте за одредени предизвици или ситуации со кои се соочиле.
- Охрабрете ги децата да ги применуваат своите вештини за барање во секојдневни ситуации, нагласувајќи ја важноста на овие вештини.

Диференцирани упатства

Ниво 1 (деца со напредни вештини):

- Можете да разговарате со нив зошто е подобро љубезно да се бара нешто од врсниците и како можат да ја користат оваа вештина не само во училницата, туку и надвор од неа.
- Исто така, прашајте ги за нивните искуства и анализирајте како реагирале во одредени ситуации и како би можеле да реагираат подобро.

Ниво 2 (деца со развојно соодветни вештини):

- Одржувајте ја стандардната лекција: Следете го планот на лекцијата како што е наведено, осигурувајќи дека активностите и дискусиите се соодветни за возраста и интересни.
- Понудете избори како можат да побараат внимание.

Ниво 3 (деца кои имаат потреба од дополнителна поддршка):

- Поедноставете го јазикот: Користете поедноставен јазик и пократки реченици за да го објасните концептот на барање.
- Обезбедете визуелна поддршка: Користете повеќе визуелни помагала, како картички со слики или фотографии од реални ситуации, за да ги илустрирате сценаријата за барање.
- Понудете конкретни примери: Користете конкретни примери за барање различни предмети, активности и внимание.
- Охрабрете ги децата да бараат предмети само ако го знаат името или имаат соодветен знак или слика. Во спротивно, може да им биде тешко да ги изразат своите потреби ако им недостига вокабулар. При барање внимание, обезбедете им една фраза или збор што ќе го користат постојано. Подобро е да имаат утврден начин за барање, отколку секој пат да избираат како да прашаат. На пример, фрази како „извини“ или, ако го знаат името на лицето, да го употребат него, или да користат заеднички разбирлив сигнал за внимание. Обезбедете дополнителни вежби: Понудете дополнителни можности за вежбање преку игри со улоги и давајте корекции и пофалби кога е потребно, или работете еден-на-еден со детето.



- Обезбедете поддршка од врсници: Спарете ги децата со различно ниво на способности за време на игрите со улоги, дозволувајќи им да учат од моделите што ги покажуваат врсниците.

Ниво 4 (деца кои имаат потреба од голема помош и имаат ограничени комуникациски вештини):

- Обезбедете визуелна поддршка.
- Поедноставете го јазикот: Користете еднословни зборови за комуникација со детето.
- Може да користите повеќе дополнителни вежби и со овие деца би било подобро да се обидат прво со вас, а потоа изберете дете што ќе биде соработливо за да вежбаат со него или неа.
- Применете техники на обликување: Можете да започнете со нешто што нема да биде најомилена играчка или активност, туку со нешто неутрално – нешто што детето го сака, но обично не покажува проблематично однесување за него.
- Понудете поддршка од врсници: Спарете ги децата со врсници со различни нивоа на способности за време на активности со улоги, овозможувајќи им да гледаат модели од врсниците.
- Обезбедете дополнителна вежба: Понудете дополнителни можности за вежбање за време на активности со улоги и давајте корекции и пофалби кога е соодветно. Препорачливо е индивидуално работење со детето, насочувајќи се кон повторени можности за чекање.

Дополнителни бихејвиорални стратегии

Очекувани предизвици во однесувањето

Очекуваните предизвици во однесувањето може да вклучуваат изливи (тантруми) на бес кога детето не може веднаш да добие нешто, или грабање на луѓето наместо да побара внимание, како и земање играчки без да побара дозвола. Друг предизвик може да биде избегнување на задачи што бараат поголем напор и барање на алтернативни активности.

Превентивни стратегии

За да се спречат појавите на овие предизвикувачки однесувања, преземете ги следниве чекори пред да започнете со лекцијата:



- Изменете го опкружувањето така што високо посакуваните предмети ќе бидат надвор од дофат и осигурајте дека пристапот до посакуваните активности или предмети е контролиран.
- Систематски избирајте одредени предмети за вежбање барања, започнете со помалку посакувани предмети пред да преминете на оние кои повеќе се посакуваат. Истата постапка важи и за активностите.
- Осигурете се дека детето ги знае имињата на активностите или предметите кои се цел на вежбањето.
- Потврдете дека детето знае како соодветно да побара внимание.

Стратегии за интервенција при предизвикувачки однесувања.

- Ако се појават предизвикувачки однесувања за време на активноста, приоритет ставате на безбедноста на сите деца. Намалете го вниманието што му се дава на предизвикувачкото однесување.
- Наместо тоа, насочете го детето како соодветно да побара и дајте му можност повторно да се обиде; можете да понудите до две шанси.
- Ако детето не успее да побара љубезно дури и со помош, нема да има пристап до предметот/активноста или вниманието кое што го бара.
- Запирањето на пристапот значи дека детето покажало предизвикувачко однесување, иако му биле дадени две можности да се смири. Ако детето не успее да се смири, го губи пристапот до посакуваниот предмет, помош или интеракција.

Стратегии за соработка

Релевантни соработници: Важно е да се соработува тесно со родителите за да се добијат информации за преференциите и активностите на нивното дете. Прашајте ги за предметите и активностите што нивното дете ги сака за подобро приспособување на наставата за барање. Исто така, прашајте ги родителите дали детето ги знае имињата на овие предмети.

Можности за вклучување: Охрабрете ги родителите да продолжат да вежбаат вештини за чекање и дома и обезбедете им копии од сите визуелни помагала користени на часот за дополнително зајакнување.



Резултати

Чекори за проверка на разбирањето на ученикот

1. Следете ги интеракциите на детето за време на часот и во текот на денот, набљудувајќи ја неговата способност љубезно да побара внимание, предмети или активности од врсниците.
2. Документирајте го однесувањето на детето при барање, со бележење на фреквенцијата на љубезни барања за внимание или предмети/активности. Погледнете го примерот на формулар подолу:

Датум	Внимание (В)/предмет или активност (ПА)	Предизвикувачко однесување да/не (сè што не е љубезно побарано)
		ДА / НЕ
		ДА / НЕ
		ДА / НЕ
		ДА / НЕ

Дополнителни ресурси за поддршка

Веб страни/линкови на други корисни ресурси за целната тема.

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

Образовна алатка Час 8: Барање помош од возрасен или врсник

Возраст: 4-7 години.

Времетраење на часот: 60 минути

Преглед и намена

Предучилишната возраст е период на формирање на способноста за воспоставување и одржување контакти со луѓето во околината. Методите за воспитување и подучување на деца во инклузивна група (одделение) треба да бидат насочени кон развивање на комуникациски вештини и интеракција помеѓу дете со НСА и другите деца.



Учењето како да се побара помош од врсници и возрасни е важно за успешната социјализација на детето со аутизам. Дете со НСА кое знае како да побара помош покажува способност за алтернативно однесување во тешки ситуации, со што се намалува бројот на манифестации на агресивно и несакано однесување, што, пак, влијае на академските вештини на детето. Способноста да се побара помош станува дел од животното искуство на детето, што подоцна му овозможува на детето со НСА да ја користи оваа вештина во соодветни ситуации.

Оваа лекција има за цел да ги научи децата со НСА да побараат помош од врсници и возрасни кога имаат потреба.

Цели

1. Да се научат децата да користат вербални и невербални начини на комуникација при барање помош.
2. Да се научат децата да користат јазични конструкции како: „Јас сакам...“, „Ми треба помош со...“, „Ве молам, дајте...“, „Ве молам, помогнете...“ ит.н..
3. Да се научат децата да ги препознаваат ситуациите кога е потребно да користат љубезни форми за барање помош.
4. Да им се обезбедат на децата визуелни прикази и структурни дијаграми за градење на љубезна форма на обраќање кон другите со барање за помош.

Потребни Материјали

Материјали за часот

- картички за моделирање
- социјална приказна (видео, картички)
- комуникациска картичка "Помош"
- визуелен потсетник "Помош"
- предмети од домаќинството
- материјали за креативни активности
- играчки
- обрасци за собирање податоци

Наставна активност

- **Вовед (10 минути):**

Наставникот во круг ги поканува децата да се потсетат на ситуации кога му помогнале на неког во било што или набљудувале како возрасните си помагале меѓусебно. Наставникот ги охрабрува децата да ги споделат своите искуства. Како роднините или пријателите бараа помош? Кои зборови ги користеа?*



Наставникот ги доведува децата до заклучок дека постојат работи што лесно ги правиме и сме одлични во нив, па дури можеме и на другите да им помогнеме. Но, некои работи ни создаваат одредени тешкотии, па тогаш можеме да побараме помош од другите: родители, воспитувачи, пријатели и сл. Токму како што и тие самите барале помош кога им била потребна. Наставникот ги поканува децата да се потсетат на ситуации кога им била потребна помош и да разговараат за нив.

** Може да им се понуди на децата да играат во парови*

● **Преглед на ситуации кога на децата им е потребна помош (10 минути)**

Повторување на социјалната приказна за можноста да се побара помош од другите (повторување и зацврстување на информациите кои беа дискутирани во кругот).

Содржина на приказната

Постојат работи во нашиот живот што лесно ги правиме, а за некои работи ни е потребна помош. Кога не можеме сами да се справиме, можеме да почувствуваме тага, лутина, очај, страв, незадоволство или вознемиреност. Такви ситуации можат да бидат, на пример:

- за време на игра: не можете да ја земете играчката, да ја отворите кутијата со моливи;
- за време на час: не успевате да ја завршите задачата на час.

Во такви ситуации, можете да побарате помош. Тоа е она што секогаш се прави кога не можете сами да се справите.

За возрасните или пријателите да го слушнат вашето барање и да ви помогнат, потребно е:

1. Одлучи дали навистина ти е потребна помош и што точно ти треба.
2. Обрати се на некој што е во близина (на пример: мајка, наставник, пријател).
3. Кога бараш помош, користи фрази како: „Ми треба помош“ или „Помош, те молам“. Ако не можеш да ја завршиш задачата на час – крени рака или употреби картичка* за наставникот да те забележи. Ако не можеш да кажеш, покажи со гест „Дојди“ и посочи што точно не можеш да направиш.
4. Заблагодари се за помошта. Ќе почувствувате задоволство и радост затоа што успеавте да ја завршите задачата.

По прегледот на социјалната приказна, децата, доколку е потребно, со помош на наставникот, ги именуваат чекорите за барање помош од другите и создаваат алгоритам на активности во форма на картички.

** Ако постојат правила за интеракција во групата, потсетете ги децата на нив.*



- **Активност 1: Изработка на алгоритам за барање помош (5 минути)**

Децата се поканети да ги наредат картичките (модел-картички) во логичен редослед: што е прво, а што следно. Наставникот го олеснува процесот.

- **Ситуација во која ми е потребна помош. Одлучи каква помош ти е потребна.**
- **Барам помош. Одлучи кој може да ти помогне: родители, наставник, пријател. Ако ти треба помош за време на час, крени рака или покажи картичка*. Ако не можеш да кажеш, користи го гестот „Дојди“ и покажи на нешто што не функционира (или што треба да земеш, добиеш и сл.). Ако можеш да побараш, кажи: „Те молам, помогни ми“ или „Ми треба помош.“**

Чекор 1	Чекор 2	Чекор 3
Ситуација во која ми треба помош	Барам помош	Ќе се заблагодарам

- **Активност 2: Игра „Лесно е. Тешко е“ (10 минути)**

Целта на оваа активност е да ги научи децата да препознаваат ситуации во кои им е потребна помош.

Наставникот покажува илустрирани прикази (модел-картички) со секојдневни домашни активности и ги прашува децата да одлучат дали им е лесно или тешко да ги извршат.

Ако детето може самостојно да ја изврши активноста, нека плесне со рацете. Ако активноста е тешка и му е потребна помош, детето нека ја крене главата.

Примери на илустрирани прикази:

- мesteње на кревет;
- обавување оброк;
- игра со топка;
- врзување врвки на чевли;
- сечење со ножички;
- возење велосипед;
- облекување;
- миење на раце;
- миење заби;
- составување сложувалка;
- хранење миленик;
- миење садови.

- **Активност 3: Игра „Кој може да ми помогне“ (10 минути)**



Целта на оваа активност е да ги научи децата да препознаат кои блиски или познати лица можат да помогнат во тешки ситуации и да го обноват знаењето на децата за итните служби.

На децата им се даваат картички со слики од возрасни (мајка, наставник и врсник). Наставникот ги прашува децата да одлучат кому треба да се обратат во случај на предложените ситуации.

Наставникот ја опишува ситуацијата, а децата треба да земат картичка со личноста што може да помогне. Можно е во една иста ситуација да помогнат повеќе лица, на пример: мајка, наставник и пријател може да помогнат при закопчување на копче. Во таков случај, детето подига три картички.

Примери на ситуации:

- Не можам да нацртам убав круг;
- Не можам да го наместам креветот;
- Не можам да направам сендвич;
- Не можам да закопчаам копче;
- Не можам да ги спојам деловите од коцките;
- Не ја разбрав задачата што ја даде наставникот;

За време на вежбата, можни се различни одговори од децата. Наставникот ја охрабрува дискусијата.

- **Игра по слободен избор (20 минути)**

За време на играта по слободен избор, на децата им се дава можност да изберат било кое катче во занималната (на пример: цртање, моделирање, градење, приказна-играње улоги). Во заедничката активност, децата треба да утврдат во кои ситуации треба да се побара помош. Пример:

- "Помогни ми да исечам."
- "Помогни ми да составам."
- "Помогни ми да изградам" ит.н.

Наставникот ги олеснува детските игровни активности и дава предлози кога е соодветно да се побара помош од другите.

- **Заклучок (5 минути):**

- Соберете ги децата повторно во круг и прегледајте што научиле за барањето помош во тешка ситуација.
- Охрабрете ги децата да бараат помош кога се во тешка ситуација.
- Гледање на видеото „Побарај Помош“ <https://youtu.be/ohkiH4NGopg>

Диференцирани упатства

Ниво 1 (деца со напреднати вештини):

- Да се утврди потребата на детето (за помош) и мотивацијата да побара помош (на пример, кога нешто не му оди од рака и му е потребна помош од возрасен).



- Доколку е за време на одмор, наставникот му приоѓа на детето и користи поттик, велејќи: „Кажи – помогни, те молам“ (поттик). Детето вели: „Помогни, те молам, (го вика наставникот по име)“, и наставникот помага.
- Ако е за време на час, наставникот покажува визуелен потсетник и вели: „Ако ти треба помош, крени рака.“
- Детето ја крева раката и го замолува наставникот за помош.
- Наставникот одговара: „Да, те слушам. Како можам да ти помогнам?“ (позитивно засилување).
- Следниот пат, поттикот се одложува за 2 секунди. Ако детето не реагира, возрасниот останува тивок.
- Детето бара помош – и наставникот одговара.
- Третиот пат, во мотивациска ситуација, не се дава поттик. Детето бара помош – наставникот помага.

Ниво 2 (деца со развојно соодветни вештини):

- Утврдување на потребата на детето (на пример, помош со нешто) и мотивацијата за барањето (на пример, кога нешто не оди како што треба).
- Ако е за време на пауза, наставникот му приоѓа на детето и користи визуелен потсетник „Помош“, и во исто време вели „Кажи – помош, те молам“ (потсетување). Детето вели „Помош, те молам, (го повикува наставникот по име)“, и наставникот помага.
- Бидејќи е на час, наставникот може да пријде и да покаже визуелен потсетник и да каже: „Ако ти треба помош, крени ја раката.“
- Детето ја крева раката и бара помош од наставникот.
- Да се воведе разновидност. Во активноста „Кој може да ми помогне“ („Кој може да ми помогне“)

Ниво 3 (деца кои имаат потреба од дополнителна поддршка):

- Проценете ја потребата на детето (на пример, помош за нешто) и мотивацијата за барање помош (на пример, кога нешто навистина му треба на детето, но тоа не може да го направи или да го земе самостојно).
- Ако е за време на пауза, наставникот му приоѓа на детето, користи визуелен потсетник и вели „Помогни ми“, додека истовремено вели „Помош“ (потсетување). Детето му ја дава на наставникот комуникациската картичка „Помош“ или користи друг алтернативен систем за комуникација. Ако детето може да повтори – повторува „по-по“/ „Помош“, и наставникот помага во дадената ситуација.



- Ако е за време на час, наставникот му приоѓа на детето, покажува визуелен потсетник и во исто време вели „Крени рака“. Може делумно да употребите и физичка поддршка, допирајќи го лактот на детето, за да го наведете да ја крене раката.
- Детето ја крева раката.
- Наставникот прашува "Што ти треба?" (позитивен поттик).
- Детето му дава на наставникот визуелна картичка "Помош". Наставникот вели "Помогни ми". Ако детето може да повтори - повторува "по-по" / "Помош". Наставникот помага во дадената ситуација. Повторете ја постапката три пати.
- Следниот пат го одложуваме потсетникот за 2 секунди. Чекаме на постапките на детето. Ако детето побара помош, наставникот помага. Ако детето е нервозно или се врти, но не бара помош- тивко покажете му визуелен потсетник и допрете го неговиот лакт.
- Детето бара помош – наставникот му помага. Повторете ја процедурата три пати.
- Третиот пат во мотивациската ситуација, се дава само визуелен потсетник. Детето бара помош три пати врз основа на визуелниот потсетник – наставникот помага.
- Ако детето трипати по ред самостојно побара помош, обуката завршува.

Ниво 4 (деца кои имаат потреба од голема помош и имаат ограничени комуникациски вештини):

- Проценете ја потребата на детето (на пример, помош за нешто) и мотивацијата за барање помош (на пример, кога нешто навистина му треба на детето, но тоа не може да го направи или да го земе самостојно).
- Ако е за време на пауза, наставникот му приоѓа на детето, користи визуелен потсетник и вели „Помогни ми“, додека истовремено вели „Помош“ (потсетување). Детето му ја дава на наставникот комуникациската картичка „Помош“ или користи друг алтернативен систем за комуникација, наставникот помага во дадената ситуација.
- Ако е за време на час, наставникот му приоѓа на детето, покажува визуелен потсетник и во исто време вели „Крени рака“. Може делумно да употребите и физичка поддршка, допирајќи го лактот на детето, за да го наведете да ја крене раката.
- Детето ја крева раката.
- Наставникот прашува "Што ти треба?" (позитивен поттик).
- Детето му дава на наставникот визуелна картичка "Помош". Наставникот вели "Помогни ми". Ако детето може да повтори - повторува "по-по" / "Помош". Наставникот помага во дадената ситуација. Повторете ја постапката три пати.
- Следниот пат го одложуваме потсетникот за 2 секунди. Чекаме на постапките на детето. Ако детето побара помош, наставникот помага. Ако



детето е нервозно или се врти, но не бара помош- тивко покажете му визуелен потсетник и допрете го неговиот лакт.

- Детето бара помош – наставникот му помага. Повторете ја процедурата три пати.
- Третиот пат во мотивациската ситуација, се дава само визуелен потсетник. Детето бара помош три пати врз основа на визуелниот потсетник – наставникот помага.
- Ако детето трипати по ред самостојно побара помош, обуката завршува.

Дополнителни бихејвиорални стратегии

Очекувани предизвици во однесувањето: Изливи на бес (пр. плачење, фрлање на под, викање) или грабање луѓе/предмети може да се појават како резултат на чекање.

Превентивни стратегии: За да спречите појава на предизвикувачко однесување, преземете ги следниве чекори пред почетокот на лекцијата:

- Изменете го опкружувањето така што високо посакуваните предмети ќе бидат надвор од дофат и дистанцирајте се себе си/ другите од детето кое најверојатно ќе покаже предизвикувачко однесување.
- Систематски изберете целни предмети за вежбање барање помош, почнувајќи со барање на предмети кои се помалку посакувани, пред да се работи на барање предмети кои се повеќе посакувани.
- Обебедете му на детето успех така што ќе се погрижите да има доволно време со вас и/ или со посакуваните предмети пред да почнете со вежбање на чекање во групната лекција.
- Обезбедете засилување (на пр. вербална пофалба) за малите успеси кои ги забележувате кај детето (на пр. седење во групата, учество на часот).

Стратегии за интервенција при предизвикувачки однесувања: Ако за време на часот се појават предизвикувачки однесувања, прво осигурете се дека сите деца се безбедни. Минимизирајте го вниманието кон несоодветното однесување за да не го поттикнете. Наместо тоа, јасно и нагласено пофалете ги децата кои покажуваат посакувано однесување. Доколку е потребно, привремено прекинете ја активноста за детето, а потоа повторете ја откако детето ќе се смири.

Прекинувањето значи дека детето покажало предизвикувачко однесување иако му биле дадени две можности да се смири. Доколку детето не успее да се смири, го губи пристапот до посакуваниот предмет, помош или личност.

Стратегии за соработка

- **Релевантни соработници:** Размислете за соработка со родителите, барајќи од нив да испратат листа на предмети/ситуации каде нивното дете има потреба од помош.



- **Можности за вклучување:** Побарајте од родителите да работат на барањето помош и дома, и испратете им копии од визуелните потсетници што се користат на часот.

Вклучување на технологија

Создавање социјални приказни за зацврстување на вештините и визуелна поддршка користејќи Dyvogra картички

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

Датум	Број на повици за помош на час	Ниво на повик (физички/вербален; целосен/делумен)	Несакано однесување

Резултати

1. Набљудувајте го однесувањето на детето при барање помош за време на лекцијата и во текот на целиот ден.
2. Собирајте податоци за однесувањето на детето при барање помош. Ова може да биде колку пати детето бара помош самостојно или со дополнителна помош/потсетници од ваша страна. Дополнително, собирајте податоци за однесувањето за да можете систематски да ги вежбате деловите од наставната активност повторно за подолги периоди на чекање. Пример за форма е даден подолу:

Date		
1.3.		
1.3.		
1.3.		
1.3.		

Дополнителни ресурси за поддршка

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



Образовна алатка Час 9: Барање внимание од возрасен

Возраст: 3-6 години

Времетраење на лекцијата: 60 минути

Преглед и намена

Социјалниот развој на децата од предучилишна возраст го вклучува процесот на усвојување на системот на правила и норми на однесување во општеството. Во процесот на социјална адаптација, децата учат да живеат според одредени правила и развиваат норми на однесување.

Вештината за користење љубезни форми при привлекување внимание од возрасен, додека тој е зафатен, е важна за детето кое ги учи нормите и правилата на однесување во општеството, а истовремено е и една од корисните вештини за социјална интеракција со другите.

За дете со нарушувања од спектарот на аутизам, за да се чувствува самоуверено во општеството, многу е важно да има подготвени алатки за социјална интеракција во својот арсенал.

Целта на лекцијата е да ги научи децата со НСА (нарушувања од спектарот на аутизам) љубезно да го привлечат вниманието на возрасен, воспоставувајќи контакт со очи за понатамошна интеракција.

Цели:

1. Да ги научи децата да ја препознаат ситуацијата кога е потребно да го привлечат вниманието на возрасен додека тој/таа е зафатен/а.
2. Да ги научи децата да користат љубезна форма на обраќање за воспоставување интеракција со возрасни – „Извинете“.
3. Да ги научи децата со НСА да воспоставуваат контакт со очи при обраќање

Потребни материјали

- картички за моделирање
- социјални приказни (видео, картички)
- картички за невербални деца
- Визуелен потсетник (два листа со последователни чекори во различни ситуации: за време на одмор, на час)
- Визуелен потсетник „Подигната рака“
- Играчки за интеракција



- Предмети од домаќинството
- Формулари за собирање податоци

Наставна активност

- **Вовед (5 минути):**

Наставникот ги поканува децата да разговараат за ситуацијата – што прават кога сакаат да се обратат на возрасен, а тој/таа е зафатен/а: комуницира со друга личност или е зафатен/а со своите обврски. За време на дискусијата, наставникот истакнува дека тоа може да се направи на прифатлив начин и нуди да се разгледа социјалната приказна на оваа тема.

- **Разгледување на ситуацијата кога на децата им е потребна помош (10 минути)**

Гледање на социјалната приказна.

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

Содржина на приказната.

Ако треба да му се обратам на возрасен во време кога е зафатен, за време на неговото слободно време, ќе го направам тоа вака:

- Ќе се приближам поблиску.
- Ќе кажам: „Извинете“ и ќе го повикам по име.
- Или ќе ја допрам раката на возрасниот.
- Ќе почекам возрасниот да се сврти кон мене и да ми одговори.
- Ќе му кажам што ми е потребно.

После гледањето на видеото, наставникот и децата го повторуваат дејството, имитирајќи ги движењата:

- Ќе дојдам (чекор напред).
- Јас ќе кажам (децата велат „Се извинувам“ во хор).
- Или ќе ја допрам твојата рака.
- Јас ќе чекам (поза на чекање).
- Ќе ти кажам што ми треба (раце со отворени дланки нанапред).

Активноста се повторува неколку пати.

Ако треба да го привлечам вниманието на воспитувач или наставник во училницата, ќе го направам тоа вака:

- Ќе ја кренам раката.
- Ќе почекам воспитувачот/наставникот да дојде до мене.
- Ќе им кажам што ми е потребно.

Децата и наставникот ги повторуваат правилата во училницата (правилото „Подигната рака“*).



** Правилото „Подигната рака“: За време на часот, ако детето сака да каже нешто или му е потребна помош, треба да ја крене раката за да го привлече вниманието на наставникот.*

- **Активност 1. Моделирање на ситуацијата „За време на одмор“ (10 минути)**

Наставникот и децата „глумат“ ситуација: наставникот се преправа дека е зафатен (на пр., прелистува книга, запишува нешто). Едно дете се приближува до наставникот и вели „Извинете, (име, презиме на воспитувачот/наставникот)“ „Воспитувачот веднаш одговара и се врти кон детето, велејќи: „Те слушам.“

Ситуацијата се изведува 3 пати.

** За деца на возраст 3-6 години.*

- **Активност 2. Моделирање на ситуацијата „За време на час“ (20 минути)**

Наставникот ги поканува децата да изведат креативна активност (оригами, моделирање, апликација).

Детето може да има потешкотии со оваа задача (не знае како да држи ножици, не знае како да лепи, не знае како да моделира итн.), а задачата која е зададена на детето е малку потешка од неговото/нејзиното ниво на вештина.

Кога детето ќе најде на потешкотии, ја крева раката, наставникот се приближува до детето и прашува: „Како можам да ти помогнам?“

Детето одговара: „Помогни ми да направам...“

Ситуацијата се повторува 3 пати. Секој пат може да се понудат различни теми за часот.

За деца од 3 до 6 години.

- **Активност 3. Генерализација. Игра со улоги „Продавница“ (20 минути) (генерализација на вештината)**

Во играта со улоги „Продавница“ или „Супермаркет“, децата, со помош на наставникот, избираат улоги: продавач, купувач, касиер*.

Во текот на играта, децата треба да ги користат техниките за привлекување внимание што ги научија на часот. Наставникот ја води играта на децата.

За време на интеракцијата, можат да прашаат: „Дали вие сте последни во редот?“ или да му се обратат на касиерот со „Извинете, сакам да купам...“

**За деца од 5 до 6 години. Бројот на улоги зависи од возрасната група на децата.*

- **Заклучок (10 минути):**

- Децата се враќаат во круг и разговараат за тоа што научиле за начините како да привлечат внимание на возрасен.



- Децата ги именуваат дејствијата што можат да ги користат кога му се обраќаат на возрасен и дејствијата што можат да ги користат кога му се обраќаат на соученик.
- Ако во групата има деца кои се чувствителни на допир, повторете ги специфичностите за тоа како да им се обраќаат.

Диференцирани упатства

Ниво 1 (деца со напредни вештини):

- Идентификувај ја потребата на детето (на пр., помош со нешто), мотивацијата за да му се обрати на наставникот (на пр., кога нешто успеало и детето сака да ги сподели своите емоции).
- Приближи се до детето.
- Ако е за време на одмор, наставникот се приближува до детето, користи визуелен потсетник и вели: „Обрати ми се“ (потсетник). Детето вели: „Извинете, тој/таа го/ја вика ПОЛНО ИМЕ“, а наставникот одговара.
- Ако е за време на час, наставникот може да пријде, да покаже визуелен потсетник и да каже: „Ако ти треба нешто, крени ја раката.“
- Детето ја крева раката и му се обраќа на наставникот.
- Наставникот одговара: „Да, те слушам. Како можам да ти помогнам?“ (позитивно зајакнување на вештината).
- Следниот пат, го одложуваме потсетникот за 2 секунди. Ако детето не одговори, возрасниот покажува визуелен потсетник и останува тивок.
- Ако детето прозбори, наставникот одговара.
- Третиот пат, во мотивациска ситуација, не се дава потсетник. Детето прозборува – наставникот одговара.

Ниво 2 (деца со развојно соодветни вештини):

- Идентификувајте ја потребата на детето (на пр., помош со нешто), мотивацијата за пристапување (на пр., кога нешто добро се случило и детето сака да ги сподели своите емоции).
- Пристапете му на детето.
- Ако е за време на пауза, наставникот му приоѓа на детето и користи визуелен знак и вели: „Свртете се кон мене“ (веднаш следено од визуелен знак) (сигнал). Детето вели: „Извинете,“ го кажува своето име, и наставникот одговара.
- Ако е во училница, наставникот може да пријде и да покаже визуелен знак и да каже: „Ако ви треба нешто, кренете рака.“
- Детето ја крева раката и му се обраќа на наставникот.
- Наставникот одговара: „Да, те слушам. Како можам да ти помогнам?“ (позитивно засилување на вештината). Оваа постапка да се изведе три пати.



- Секој пат го одложуваме поттикот за 2 секунди. Чекаме на реакцијата на детето. Ако детето зборува, наставникот одговара. Ако детето не зборува, тивко му покажуваме визуелен знак.
- Ако детето зборува, наставникот одговара. Оваа постапка да се изведе три пати.
- Третиот пат, во мотивирачка ситуација, не се дава поттик. Детето зборува три пати – наставникот одговара.
- Ако детето три пати по ред самостојно се обрати, обуката завршува.

Ниво 3 (деца кои имаат потреба од дополнителна поддршка):

- Одредете ја потребата на детето (на пр. помош со нешто), мотивацијата за пристапување (на пр. кога нешто испаднало добро и детето сака да ги сподели своите емоции).

Пристапете кон детето.

- Ако ова се случува во училница, наставникот може да пријде и да покаже визуелен сигнал, истовремено велејќи: „Ако ти треба нешто, крени рака.“ Може да се употреби делумен физички сигнал, допирајќи го лактот на детето за да го поттикне да ја крене раката.

Детето ја крева раката, а наставникот реагира.

Наставникот вели: „Да, те слушам. Како можам да ти помогнам?“ (позитивно засилување на вештината). Оваа постапка се изведува **три пати**.

Следниот пат, го одложуваме поттикот за 2 секунди. Чекаме на реакцијата на детето. Ако детето прозбори, наставникот одговара. Ако детето не реагира, без зборови му покажуваме визуелен сигнал и го допираме лактот.

Ако детето ја крене раката, наставникот реагира. Оваа постапка се повторува **три пати**.

Третиот пат, во мотивациска ситуација, се дава само визуелен сигнал. Ако детето три пати последователно реагира само на визуелниот сигнал, наставникот одговара.

- Ако детето три пати по ред самостојно се обрати, обуката завршува.

Ниво 4 (деца кои имаат потреба од голема помош и имаат ограничени комуникациски вештини):

- Одредете ја потребата на детето (на пр. помош со нешто), мотивацијата за пристапување (на пр. кога нешто испаднало добро и детето сака да ги сподели своите емоции). Употребете алтернативен систем за комуникација, гест или PECS.

Пристапете кон детето.

За да го научи детето како да побара внимание, наставникот започнува со демонстрирање на посакуваното однесување во училницата. Прво, наставникот му приоѓа на детето и физички ја подигнува неговата рака, додека вели: „Ќе ти помогнам.“ Оваа демонстрација се повторува три пати за да се воспостави јасен



модел. Потоа, наставникот воведува пауза од две секунди пред да даде понатамошен поттик, давајќи му можност на детето да реагира самостојно. Ако детето не одговори во овој временски период, наставникот нуди физички поттик и вели: „Ќе ти помогнам“ или, во зависност од ситуацијата, „Вау, колку е интересно,“ повторувајќи го овој процес три пати.

При третиот обид за мотивација, наставникот се позиционира така што детето самостојно може да ја допре раката на наставникот. Доколку детето ја допре раката на наставникот или самостојно ја подигне својата рака, наставникот одговара со соодветната фраза – „Ќе ти помогнам“ или „Вау, колку е интересно,“ во зависност од ситуацијата. Обуката се смета за завршена кога детето самостојно ќе ја подигне својата рака три пати по ред.

Дополнителни бихејвиорални стратегии

Очекувани предизвици во однесувањето:

Фрустрација и нетрпеливост: Некои деца може да се почувствуваат фрустрирани доколку сметаат дека нивното барање за внимание од возрасните не е исполнето веднаш, што може да доведе до однесувања како плачење, викање или избувнување во бес.

Избегнување на барање помош: Минати негативни искуства може да предизвикаат некои деца да се воздржуваат од иницирање контакт кога им е потребна помош.

Нарушувачко однесување: Во ситуации кога возрасниот е зафатен, детето може да стане премногу инсистентно или да прекинува тековни активности во обид да привлече внимание.

Превентивни стратегии:

Структурирани сесии за вежбање:

- Користете редовни игри на улоги и симулациски активности за да ги моделирате очекуваните однесувања (на пр., приоѓање на возрасен, кажување „Извинете“), со цел децата да се запознаат со чекорите.

Визуелна поддршка и знаци:

- Поставете јасни, чекор-по-чекор визуелни помагала (постери или картички со насоки) кои ја прикажуваат правилната постапка за барање внимание од возрасен.

Систем на постепено насочување:

- Започнете со подиректни поттици (физички потсетници или јасни вербални насоки) и постепено намалувајте ја поддршката како што детето стекнува самодоверба за самостојно користење на вештината.



Техники за смирување:

- Научете ги децата на едноставни стратегии (длабоко дишење, броење или користење на одреден „агол за смирување“) за да им помогнете да ја контролираат фрустрацијата за време на периодите на чекање.

Интервентни стратегии за предизвикувачки однесувања:

- Доколку се појават предизвикувачки однесувања за време на часот, осигурајте се дека сите деца се безбедни. Минимизирајте го вниманието што го давате на овие однесувања и наместо тоа, давајте јасни пофалби за децата кои се однесуваат на посакуваниот начин.
- Ако е потребно да се прекине активност за одредено дете, осигурајте се дека повторно ќе ја вклучите активност кога детето ќе покаже смиреност.

Прекинување на активност:

- Прекин на активност се случува кога детето покажува предизвикувачко однесување и му биле дадени две можности да се смири.
- Ако детето не успее да се смири, го губи пристапот до посакуваниот предмет, помош или личност.

Стратегии за соработка

- **Релевантни соработници:** Споделете ги стратегиите и визуелните алатки од лекцијата со родителите, поттикнувајќи ги да ги применуваат и дома за да се осигури доследност помеѓу училишната и домашната средина.

Вклучување на технологија

1. Набљудување на детето за време на интеракцијата во групата, бележење на бројот на случаи кога детето ја подигнало раката или му се обратило на наставникот, како и анализа на тоа дали квалитетот на оваа активност се подобрувал во текот на денот во градинката.

Датум	Барање внимание	Предизвикувачко однесување да/не
	+/-	ДА / НЕ
	+/-	ДА / НЕ
	+/-	ДА / НЕ
	+/-	ДА / НЕ

Дополнителни ресурси за поддршка

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

<https://youtu.be/WYgZb3B87pw?si=6--65KH2zL5uo3ZR>

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



Образовна алатка Час 10:

Управување со времето

Возраст : 3-6 years old

Времетраење на часот: 60 минути

Преглед и намена

Намената на оваа активност на управување со времето и дневниот распоред за деца со нарушување во спектарот на аутизам (НСА) е да им обезбеди на наставниците стратегии базирани на докази за поддршка на децата со НСА во развивање на суштински животни вештини, како што се управување со времето, поставување и следење на дневен распоред.

Децата со НСА често имаат корист од рутина и предвидливост во нивната околина. Истражувањата покажуваат дека структурираните распореди можат да помогнат во намалување на анксиозноста и да поттикнат чувство на сигурност кај децата со НСА (Boyd et al., 2011; Evans et al., 2013). Покрај тоа, учењето на вештини за управување со времето кај децата со НСА може да ги подобри нивните функционални вештини за извршување задачи, кои често се нарушени кај оваа популација. (Kenworthy et al., 2013; Demetriou et al., 2018).

Цели

1. Поттикнување на независност: Со учење на децата како да управуваат со своето време и да следат дневен распоред, ги оспособуваме да преземат одговорност за своите дневни рутини и активности. Децата стекнуваат самодоверба и независност додека учат да управуваат со своите дневни активности со што поголема автономија.
2. Поддршка на функциите за извршување: Децата со НСА често имаат тешкотии со извршните функции, кои вклучуваат управување со време и планирање на дневните активности. Нашата структурирана поддршка и насочување им помага да ги развијат вештините за организирање, планирање и започнување на задачи.
3. Зголемување на предвидливоста и намалување на анксиозноста: Децата со НСА често имаат корист од рутина и предвидливост во нивната околина. Со создавање на конзистентен и стабилен дневен распоред, можеме да ја намалиме анксиозноста и да поттикнеме чувство на сигурност во училницата.



Потребни материјали

- Табла со визуелен распоред или план. Погледнете го упатството тука: <https://youtu.be/1yE8SPYxnEs?si=fe8exQnsQN3OEEA7>
- Сликачки кои ги претставуваат дневните активности (на пр. време за игра, ужина, време во круг). Примероци за печатење може да најдете тука: <https://adayinourshoes.com/free-printable-visual-schedules-for-home-and-daily-routines/>
- Тајмер или часовник
- Табла за пишување или хамер
- Фломастери или боички
- Визуелна поддршка како социјални приказни или визуелни распореди
- ААК (Аугментативна и Алтернативна Комуникација) уреди или визуелни помагала за комуникација
- Таблет или компјутер со едукативни апликации или програми за управување со времето како <https://www.kazutime.com/> или <https://happykidstimer.com/>

Наставна активност

- **Вовед во управување со време (15 минути):**
 - Разговарајте за важноста од управувањето со времето и дневната рутина, како и нивните цели. Не би било изненадувачки ако перцепцијата на времето е навистина послаба кај децата со НСА отколку кај децата без НСА, бидејќи атипичните сетилни и перцептивни искуства се чести карактеристики кај нарушувањето. Дополнително, бидејќи многу лица со НСА имаат потешкотии со работната меморија и вниманието, за нив може да биде уште потешко постојано да реконструираат временски интервали и да го обработуваат времето (Jurek et al., 2019). Сепак, управувањето со времето е важна животна вештина што децата со НСА треба да ја развијат за нивната иднина, бидејќи им е потребна за да бидат успешни на училиште, за време на игра или дури и за да се осигураат дека имаат доволно време за јадење. Фокусирајте се на следниве шест комплементарни вештини: кажување време, распоредување, распределување време, ефикасно користење на времето, одредување приоритети и свесност за истекувањето на времето.
 - Покажете визуелен тајмер или часовник и објаснете како ни помага да го разбереме истекувањето на времето.
 - За да им помогнете на децата да го разберат визуелниот тајмер или часовник, вклучете ги во едноставна активност каде што ќе



проценуваат колку време е потребно за да завршат различни задачи (на пр. спремање на ранец, јадење ужинка итн.).

- **Креирање визуелен распоред (15 минути):**

- Една алатка базирана на слики која им помага на децата со НСА е таблата или графиконот за визуелен распоред. Визуелниот распоред ја прикажува секвенцата на настани што ќе се случат за време на одредена задача, активност или во текот на целиот ден. Може да содржи серија слики, видеа, цртежи или други визуелни компоненти што им го олеснуваат на децата разбирањето на тоа што се очекува од нив. Затоа, демонстрирајте како да се направи табла или графикон за визуелен распоред користејќи сликички што претставуваат дневни активности како: поздравување со наставникот, седење на клупа, работа на читање, излегување надвор за одмор, јадење ручек итн. Погледнете го видео-упатството овде: <https://youtu.be/1yE8SPYxnEs?si=fe8exQnsQN30EEA7> и примероците за печатење овде: <https://adayinourshoes.com/free-printable-visual-schedules-for-home-and-daily-routines/>
- Разговарајте за придобивките од визуелните распореди во поттикнувањето на предвидливост и намалување на анксиозноста

- **Интерактивна активност: Следење на визуелниот распоред (20 минути):**

- Со помош на креираниот визуелен распоред водете ги децата низ редоследот активности за тој ден.
- Поставете визуелен часовник или тајмер за да ги покажете почетокот и крајот на секоја активност.
- Охрабрете ги децата самостојно да го следат визуелниот распоред и да се движат помеѓу активностите во согласност со него.
- Давајте потсетувања и позитивни поттикнувања кога некој успешно ќе го следи распоредот.

- **Рефлексивна дискусија и прилагодување (10 минути):**

- Соберете ги децата заедно и разгледајте колку успешно го следеле визуелниот распоред.
- Разговарајте за сите потешкотии или успеси што ги имале за време на вежбата.
- Побарајте од децата да предложат какви било промени или дополнувања што би сакале да ги видат во распоредот за следниот ден.
- Пофалете ги и охрабрете ги децата за нивното учество и напорна работа.
- Потсетете ги децата дека ќе имаат уште една можност да вежбаат планирање и управување со времето во идните лекции.



Диференцирани упатства

Ниво 1 (деца со напредни вештини):

- Дајте им на децата кои покажуваат напредни вештини во разбирањето и управувањето со времето покомплексни задачи, како што е неделниот распоред што вклучува дополнителни настани и активности или користење на едукативна апликација за управување со времето како <https://www.kazutime.com/> или <https://happykidstimer.com/>
- Поттикнете ги овие деца да преземат лидерска улога, помагајќи им на своите другарчиња да го разберат и почитуваат распоредот.

Ниво 2 (деца со развојно соодветни вештини):

- За да им помогнете на децата со соодветни развојни вештини да го разберат и користат визуелниот распоред, разделете ги задачите на помали чекори (на пр., следење на пократок распоред) и водете ги со визуелни знаци или потсетници.
- Обезбедете можности за практично искуство при користење на визуелниот распоред, постепено зголемувајќи ја нивната независност со текот на времето.

Ниво 3 (деца кои имаат потреба од дополнителна поддршка):

- Обезбедете индивидуализирана поддршка за деца на кои можеби им е потребна дополнителна помош во разбирањето и користењето на визуелниот распоред.
- Користете визуелна поддршка како социјални приказни или видео-моделирање за зајакнување на учењето и обезбедување предвидливост.

Ниво 4 (деца кои имаат потреба од голема помош и имаат ограничени комуникациски вештини):

- Фокусирајте се на невербална комуникација и сензорни стратегии за да им помогнете да го користат визуелниот распоред.
- Визуелните распореди што ги користите со овие деца треба да комбинираат јасни визуелни знаци за претставување на секоја активност со едноставен, лесно разбирлив јазик или симболи.
- Користете уреди за аугментативна и алтернативна комуникација или системи за комуникација со слики за да го поддржите разбирањето и изразувањето на преференциите за дневните активности.
- Вклучете сензорни алатки и активности во часовите за да помогнете во регулирањето на емоциите и да ја поттикнете вклученоста во визуелниот распоред.



Дополнителни бихејвиорални стратегии

Очекувани предизвици во однесувањето:

- Потешкотии при преминување: Децата со НСА може да имаат потешкотии при преминување од една активност на друга (на пр., од слободна игра до време за круг), што може да доведе до отпор, фрустрација или избувнувања.
- Ригидност: Некои деца може да бидат многу крути во следењето на нивната претходна рутина, па наставниците може да се соочат со потешкотии при правење промени или прекини.
- Анксиозност: Деца кои се анксиозни или несигурни за претстојните активности или промени во рутината (на пр., може да не знаат кои материјали ќе се користат или колку долго ќе трае активността), што доведува до зголемено ниво на стрес.
- Внимание и ангажираност: Некои деца може да имаат тешкотии да останат фокусирани и вклучени за време на активностите, што може да доведе до однесување кое не е поврзано со задачата или незаинтересираност.

Превентивни стратегии:

- Привлечни визуелни табли или графикони за распоред: За да им обезбедите на децата конзистентност и структура, како и да им помогнете да ги предвидат и подготват промените, користете визуелно привлечни и јасни табли или графикони за распоред, вклучувајќи ги и премините помеѓу задачите.
- Визуелни одбројувања: За да им помогнете на децата да се чувствуваат помалку анксиозно и несигурно, користете визуелни тајмери или одбројувања за да го означите крајот на една активност или преостанатото време за секоја активност и да ги подготвите за претстојните премини.
- „Прво – Потоа“ табли: За да им помогнете на децата да разберат што следи во распоредот, користете кратки изјави „прво – потоа“ за да ја опишете секвенцата на активностите и да поставите очекувања. На пример: „Прво ќе спакуваме, потоа одиме на ужинка.“ Корисна апликација може да преземете овде: <https://apps.apple.com/us/app/first-then-visual-schedule/id355527801>
- Правење избор: Понудете различни опции (на пр., две посакувани активности за време на слободна игра) во рамките на распоредот за да им дадете на децата повеќе авторитет и контрола врз нивното образование, што ќе го зголеми нивното чувство на контрола, ќе го намали отпорот и ќе ја поттикне соработката.



- Конзистентна рутина: За да го намалите стресот и анксиозноста предизвикани од промените во распоредот, воспоставете и одржувајте конзистентна дневна рутина што обезбедува стабилност и предвидливост.

Стратегии за интервенција при предизвикувачки однесувања:

- Визуелни знаци и потсетници: Користете визуелни знаци, како на пр. слика од часовник што покажува време за ужинка, за да ги потсетите учениците на претстојните активности или премини. Поставете ги овие потсетници низ училницата.
- Поддршка при премини: За да ги направите премините полесни и поудобни за децата, обезбедете предмет за премин, како што е визуелен тајмер или омилена играчка.
- **Награди и засилување:** Поставете систем со жетони каде што децата можат да учествуваат во активности и да освојуваат стикери или поени за почитување на времето. Тие потоа можат да се разменат за нивни омилен награди.
- Социјални приказни: За да се намали анксиозноста и да се поттикне мотивацијата, напишете социјална приказна за креативна активност, на пример. Ова може да вклучува информации за потребните материјали, колку време ќе трае и што да се очекува. Забавна апликација за преземање тука: <https://apps.apple.com/us/app/scene-speak/id420492342>
- Прилагодена поддршка: Обезбедете прилагодена поддршка и модификации според потребите на секое дете. На пример, дајте дополнителни визуелни помагала или сензорни паузи на децата кои имаат тешкотии со концентрација и учество.

Стратегии за соработка

- **Соработувајте со родителите и старателите** за да создадете доследни рутини и распореди или користете ги истите алатки (табли или графикони со распоред) дома кои се усогласени со оние во училницата.
- **Комуницирајте редовно со стручни лица за поддршка**, како што се терапевти или специјалисти за однесување, за да споделувате стратегии и да координирате интервенции за деца со НСА (нарушување во спектарот на аутизмот).



Вклучување на технологија

- Интегрирајте едукативни апликации кои се фокусираат на управување со времето и дневно планирање, како што се апликации со визуелен тајмер. Со помош на апликации за визуелен тајмер, кои прикажуваат одбројување визуелно и понекогаш вклучуваат графички приказ на протекот на времето, децата со НСА можат поефективно да управуваат со транзициите и да го разберат концептот на време. На пример, апликацијата „**Time Timer**“ им помага на децата лесно да измерат колку време останува за одредена активност или транзиција, нудејќи едноставен визуелен приказ на протекувањето на времето. Најдете ја тука: <https://www.timetimer.com/collections/applications>
- Користете ААК технологија за поддршка на комуникацијата и изразување на преференциите во врска со секојдневните активности и рутини. Оваа технологија ја олеснува комуникацијата преку обезбедување алтернативни начини на изразување, како што се симболи, слики, текст или говорен излез. Може да се користи за да им помогне на децата да ги комуницираат своите потреби, преференции или чувства, поддржувајќи ја невербалната комуникација и изразувањето. На пример, "Boardmaker" (<https://goboardmaker.com/>) е популарен софтверски програм со симболи кој нуди голема библиотека на симболи и шаблони за создавање комуникациски табли, визуелни распореди и едукативни материјали.

Резултати

1. Набљудувајте ја способноста на детето да го управува своето време ефикасно за време на планираните активности во текот на денот и собирајте податоци за усогласеноста на детето со визуелниот распоред, вклучително и неговата способност да преминува од една активност во друга навремено.
2. Следете ја усогласеноста на детето со визуелниот распоред преку евидентирање на времето поминато на секоја планирана активност и времето потребно за преминување меѓу активностите. На пример:

Име на детето:	Датум:	Планирана активност	Поминато време (минути)	Време на преминување (минути)
Хелен	05/01/2024	Време на игра во круг	15	2
		Време за ужина	10	3
		Време за приказна	20	1
		Ликовна активност	25	4
		Игра на отворено	30	2



Дополнителни ресурси за поддршка

1. Организација за истражување на аутизмот (OAR): <https://researchautism.org/>
2. Стратегии за учење: <https://teachingstrategies.com/>
3. Интернет модули за аутизам (AIM): <https://www.autisminternetmodules.org/>
4. Ресурси и модули за интервенција насочени на аутизот (AFIRM): <https://afirm.fpg.unc.edu/>
5. Едукатор за аутизам: <https://www.autismeducator.com/>
6. Ресурси за аутизам во училища: <https://www.autismclassroomresources.com/>

Овие дополнителни ресурси на поддршка нудат широк дијапазон на материјали и информации за да им помогнат на професионалците да ги унапредат своите знаења и вештини во што поефективна поддршка на децата со НСА.

Образовна алатка Час 11:

Прифаќање на промените

Возраст: 3-6

Времетраење на часот: 60 минути

Преглед и намена

Создавањето на доследна средина и рутина е клучен аспект во управувањето со училищата за учениците дијагностицирани со нарушувања во спектарот на аутизмот (НСА) (Iovannone, Dunlap, Huber, & Kincaid, 2003). Без доследен распоред, учениците со НСА може да покажуваат нефлексибилно или ригидно однесување. Меѓутоа, неизбежно е дека секојдневните активности ќе претрпат промени поради фактори како што се училишни распореди, отсуство на персонал, временски промени или човечки грешки. Покрај овие непредвидливи промени, едукаторите може да забележат придобивки од изложување на учениците на нови средини, материјали, врсници и активности во текот на учебната година за да ги прошират нивните искуства. Сепак, кога се соочуваат со промени во средината или рутината, учениците со НСА може да покажат отпор кон нови задачи или локации, доживувајќи стрес, анксиозност или збунетост (Kluth, 2003). Истражувањата покажуваат дека за време на транзиции или промени, учениците често се склони кон избувнувања, агресија и одбивање (Schreibman & Whalen, 2000; Flannery & Horner, 1994). Оваа одбивност кон промени може да го попречи усвојувањето на нови вештини. Способноста да се размислува за тоа како да се направи или каже нешто на нов или поинаков начин е од суштинско значење.



Флексибилното размислување е когнитивна вештина, дел од извршните функции, која може да биде тешка за лицата со аутизам. Видовите на флексибилно размислување вклучуваат разбирање дека работите можеби ќе треба да се случат на поинаков начин или редослед од оној на кој сме навикнати. Лицата кои типично се развиваат учат како да бидат флексибилни имплицитно, преку набљудување и учење од другите луѓе. Потребно е да понудиме можности за експлицитно учење на флексибилно размислување кај децата и младите со аутизам, бидејќи тие често не ја учат оваа вештина од своите врсници

Цели

1. Да се научат учениците на стратегии за справување со прифаќање и адаптација кон промените во нивната средина и рутини.
2. Да им се обезбеди на учениците визуелна поддршка и структурирани рутини за полесно и успешно преминување од една активност во друга.
3. Да се поттикне флексибилноста и отпорноста кај учениците со НСА при соочување со промени.

Потребни материјали

- Флексибилни предмети како што се пластелин, цевчиња за изработка (чистачи за цевки), гумени ластиси, слајм
- Нефлексибилни предмети како што се стапчиња за лижавчиња, чепкалки за заби, суви тестенини
- Хартија
- Индекс-картички
- Боички/ маркери

Наставна активност

- **Вовед: Флексибилен наспроти Нефлексибилен Мозок (15 мин)**

Воведете ги поимите и вокабуларот „флексибилен“ или „растеглив“ и „нефлексибилен“ или „цврст“ или „тврдо“ (во зависност од јазичните способности на вашето дете). Почнете со конкретни примери на предмети што се флексибилни – како што се чистачи за цевки, гумени ластичиња, антистрес топчиња и пластелин – и нефлексибилни – како што се стапчиња за лижавчиња, шноли за коса, чепкалки за заби и сушени шпагети. Побарајте од вашето дете да ги сортира овие предмети во секоја категорија. Потоа, помогнете им да направат кружна форма на лист хартија со чистачите за цевки или пластелин, а потоа со чепкалки за заби или шноли за коса. Разговарајте за тоа кој материјал беше подобар за оваа задача и зошто. Потенцирајте дека полесно се работи со флексибилни материјали. Во овој момент, можете да споменете дека и нашиот мозок може да биде флексибилен. Флексибилниот мозок создава флексибилни мисли. Разговарајте со групата за различните начини на кои може да се изврши некоја активност



(правење сендвич, облекување чевли и чорапи, одење до некое познато место). Потенцирајте дека може да има различен редослед на чекорите, различни материјали што се користат, или различни патишта; и сите водат до ист резултат.

- **Активност - Решавање Проблем (45 мин)**

Подгответе индексни картички. Напишете различни ситуации што вклучуваат промени или неочекувани настани на посебни индексни картички (на пр. „Омилената играчка ти се скрши“, „Треба да чекаш подолго од очекуваното за да дојде твојот ред“, „Твојот пријател се отсели“). На дополнителни индексни картички, напишете различни емоции што децата може да ги почувствуваат како одговор на овие ситуации (на пр. среќен/среќна, тажен/тажна, фрустриран/фрустрирана, анксиозен/анксиозна). Осигурете се дека има повеќе од една картичка за секоја емоција. На уште повеќе индексни картички, напишете стратегии за справување и решенија (на пр. земи длабок здив, разговарај со пријател, побарај помош, најди нова активност што можеш да ја правиш).

- **Вовед:**

Соберете ги децата во круг и објаснете им дека ќе играат игра за вежбање на справување со различни ситуации и решавање проблеми. Покажете им ги различните групи картички (ситуации, емоции, стратегии за справување) и објаснете им како ќе функционира играта.

- **Влечење Картички:**

Потребно е секое дете да избере по една картичка од купчето „ситуации“ и една од купчето „емоции“. Дајте им празни индексни картички и нека ја нацртаат „ситуацијата“ и „емоцијата“ што ги избрале. Откако ќе ги нацртаат своите картички, побарајте од секое дете да ја сподели ситуацијата што ја нацртало и емоцијата што ја чувствува како одговор на истата. Објаснете им дека е во ред да се чувствуваат така.

- **Стратегии за справување- Бура на идеи:**

Објаснете ѝ на групата што значи „стратегија за справување“ и дајте им неколку примери (броење до десет, користење на антистрес топче, длабоко дишење, разговор со возрасен итн.). За секоја ситуација која ја нацртал ученикот, разменувајте во групата идеи која стратегија за справување може да ја користат за да се справат со неа. Нека ги нацртаат своите стратегии за справување на посебни индекс-картички.



- **Играње улоги**

Поделете ги децата во парови и нека ја одиграат секоја ситуација. Ова ќе им даде можност да ги вежбаат стратегиите за справување кои штотуку ги научија.

Диференцирани упатства

Ниво 1 (деца со напредни вештини):

- Поттикнете критичко размислување и креативност предизвикувајќи ги учениците да развијат свои стратегии за справување или решенија за различни ситуации.
- Понудете им водечки улоги во активноста, како на пример да ги водат своите врсници низ процесите на решавање проблеми.
- Ако детето умее да користи календар, обележете важни претстојни настани или користете календар за одбројување до настанот.

Ниво 2 (деца со развојно соодветни вештини):

- Дозволете дополнително време за прилагодување на промените, доколку е возможно.
- Кога за првпат воведувате нова стратегија, обидете се да бидете во смирена, тивка средина. На пример, кога ја воведувате картичката за промени, почекајте другите деца да ја напуштат училницата за да нема премногу одвлекување на вниманието или бучава.

Ниво 3 (деца кои имаат потреба од дополнителна поддршка):

- Понудете дополнителна визуелна поддршка и знаци за да им помогнете на учениците да разберат и да следат. Иако во многу примери за визуелна поддршка се користат црно-бели цртежи (на пр. икони од Mayer-Johnson's Boardmaker), тоа можеби нема да биде најсоодветно за сите ученици. Проценете го нивото на разбирање и способностите на вашите ученици пред да креирате помагала, бидејќи некои ученици можеби ќе имаат потреба од употреба на предмети или фотографии за да го сфатат значењето на знаците.

Ниво 4 (деца кои имаат потреба од голема помош и имаат ограничени комуникациски вештини):

- Понудете дополнителна визуелна поддршка и знаци за да им помогнете на учениците да разберат и да следат. Иако во многу примери за визуелна поддршка се користат црно-бели цртежи (на пр. икони од Mayer-Johnson's Boardmaker), тоа можеби нема да биде најсоодветно за сите ученици. Проценете го нивото на разбирање и способностите на вашите ученици пред да креирате помагала, бидејќи некои ученици можеби ќе имаат



потреба од употреба на предмети или фотографии за да го сфатат значењето на знаците

- Разделете ги задачите на многу мали, едноставни чекори и обезбедете физичко водење по потреба.
- За активноста со цртање, ако детето не може да држи молив/да црта, користете однапред подготвени картички со икони
- Кога првпат воведувате стратегија или активност, користете физичко водство (т.н. физички поттици) за да му помогнете на детето

Дополнителни бихејвиорални стратегии

Очекувани предизвици во однесувањето:

Изливи на бес/ тантруми (на пр. плачење, фрлање на подот, викање) или агресивно однесување (на пр. фрлање предмети) може да се појават како резултат на неочекувани промени во рутината

Превентивни стратегии:

- **Визуелни распореди:** Обезбедете му на детето дневни визуелни распореди и тајмери за јасно да види што се случува и кога. Овие визуелни помагала можат да му помогнат на детето да го разбере редоследот на дневните активности, чекорите вклучени во секојдневните животни вештини и дневниот распоред во училиште, вклучувајќи и евентуални промени во рутината
- **Картичка за промена:** Откако вашето дете ќе научи како да го користи визуелниот распоред, важно е да почнете да воведувате промени во содржината на распоредот (Mesibov, Shea, & Schopler, 2005). Осигурете се дека распоредот се менува секој ден и намерно менувајте некои однапред планирани активности. Ова ќе му помогне на детето да ја прифати промената. Сепак, кога ќе се променат активностите, треба да се примени стратегија за поддршка на детето.

Пред сè, одберете значаен визуелен знак кој ќе го користите со детето при воведување на концептот на промена. Ова може да биде икона „изненадување“, знак прашалник, одредена фотографија или пишан збор, во зависност од потребите и способностите на детето. Поставете го избраниот знак за промена врз активноста која нема да се одржи (на пр., одмор на игралиште), а новата активност веднаш потоа во дневниот ред на настани (на пр., гледање филм во училиница). Кога го учите концептот на промена, корисно е да одите со детето до визуелниот распоред, заедно да ја погледнете картичката за промена и да помогнете при преминот кон новата активност.



Може да создадете и „пليко за промена“ каде што учениците ќе можат да го постават визуелниот знак за промена и картичката од распоредот за активност што нема да се одржи. Корисно е промените да се воведуваат постепено и на позитивен начин. Започнете со промена на активности кои обично не му се омилен на детето во активности кои ги претпочита (на пр., менување на распоредот од математика во дополнително време на компјутер). Откако детето ќе почне да ги прифаќа промените од непосакувана во посакувана активност, воведете промена со неутрална активност (на пр., менување на математика со јазични уметности), а на крај, воведете промена од посакувана активност во неутрална и/или непосакувана активност.

- **Подготовка (Priming):** Подготовка е метод на претходно прегледување информации или активности со кои ученикот веројатно ќе има тешкотии, пред ученикот да се соочи со предизвикувачката ситуација. Ученикот однапред ги прегледува идните настани како што се противпожарна вежба, замена на наставник, училишна екскурзија или распоред за дождлив ден, со што тие стануваат попредвидливи (Schreibman & Whalen, 2000). Подготовката е ефикасно користена во академската настава и социјалната интеракција (Harrower & Dunlap, 2001), а неодамна се користи и за подготвување на учениците за нови средини или промени во рутината.
 - **Социјални приказни:** Социјалните приказни можат да бидат одличен ресурс за подготовка за промени или настани што предизвикуваат анксиозност. Тие претставуваат метод за објаснување на тоа што се случува и што се очекува во различни средини. Обично, социјалните приказни се напишани во прво лице, вклучуваат илустрации, го прикажуваат перспективата на лицето со НСА (Нарушувања од спектарот на аутизмот) и треба да бидат на ниво на разбирање на ученикот. Често, социјалните приказни нудат одговори на прашања што учениците со НСА можеби не знаат како да ги постават. Керол Греј, креаторката на социјалните приказни, го опишува препорачаниот формат на приказни и типовите реченици на нејзината веб-страница, <http://www.thegraycenter.org/>. Иако прецизната структура на приказната е идеална, кога станува збор за неочекувана промена или нов настан, прилагодените социјални приказни што можат брзо да ги напишат наставниците (кои не содржат точен сооднос на реченици) се исто така соодветни стратегии за подготовка. Откако ќе го идентификувате новиот настан и ќе ги процените вештините за разбирање на учениците, напишете приказна следејќи ги насоките на Греј. Наставниците треба постојано да му ја читаат приказната на ученикот и/или со него во текот на



неколку дена. Исто така, корисно е да се обезбеди копија за користење и дома. Кога новите активности се планирани однапред, се препорачува подготовка на социјална приказна според насоките на Греј.

- Видео подготовка: Видео инструкциите се покажале како ефикасни во учењето на нови вештини кај ученици со аутизам (Schreibman & Whalen, 2000), а неодамна се користат и за подготовка на учениците за претстојни настани. На пример, посетете ја локацијата со видеокамера, снимете ги чекорите што ќе бидат потребни додека снимате и дајте едноставно објаснување во траење од една до четири минути за процесот и барањата. На пример, ако планирате училишна екскурзија во зоолошката градина, посетете ја зоолошката, снимајте додека објаснувате што ќе се случува таму, како што е возење со возот, користење нови тоалети и јадење во киоскот за ужина. По снимањето на видеото, покажете му го на детето неколку пати за да му помогнете да се подготви за настанот. Истражувањата покажале дека кога видеата се користат на овој начин кај деца со НСА, нарушеното однесување значително се намалува бидејќи рутините стануваат попредвидливи.
- Научете ги учениците алтернативни начини за изразување емоции, како што е користење на визуелни картички со емоции или табела со чувства.
- Поттикнувајте ги да користат смирувачки стратегии, како што се длабоко дишење или земање пауза, кога ќе се почувствуваат преоптоварени.

Стратегии за интервенција при предизвикувачки однесувања:

- Обидете се да го пренасочите вашето дете кон смирувачка активност или охрабрате го да користи вештини за справување, како што се длабоко дишење или фрази за самостојно охрабрување (на пр. „Сум поминал низ промени и порано, и можам повторно да го направам тоа.“). Пофалете го детето или користете други награди за успешно справување со промените.
- Доколку предизвикувачкото однесување се појави за време на часот, осигурете се дека сите деца се безбедни. Минимизирајте го вниманието што му го давате на предизвикувачкото однесување. Наместо тоа, давајте јасни пофалби на децата кои покажуваат посакувано однесување.
- Користете визуелен распоред или табла „Сега и Следно/ Прво- Потоа“ за да се осигурате дека детето разбира што следува понатаму
- Ако се појави предизвикувачко однесување за време на преминот од една активност во друга, осигурете се дека преминот кон новата активност ќе се спроведе до крај. Не дозволувајте детето да ја продолжи тековната активност доколку покажува предизвикувачко однесување



Стратегии за соработка

- **Релевантни соработници:** Родителите играат клучна улога во поддршката на учењето и развојот на нивното дете. Исто така, и други наставници и терапевти можат да соработуваат
- **Можности за вклучување:** Овие стратегии (визуелни распореди, тајмери, подготовка) лесно можат да се вклучат и во домашната средина (на пример, подготовка за нова дадилка, објаснување дека омиленото ДВД е скршено, одење во друг ресторан). Професионалците можат да им помогнат на родителите да идентификуваат нови и предизвикувачки ситуации, да изработат материјали и да демонстрираат како да се спроведат.
- За да се поттикне флексибилноста, родителите можат да вклучат нова дневна активност во нивниот визуелен распоред што е позитивен настан. Така, детето може да научи дека промените можат да донесат и забавни и возбудливи работи!

Вклучување на технологија

Игри што помагаат во справување со промени: <https://idealvr.eu/vr-game/>
<http://www.whizkidgames.com/?game=rufusgoestoschool>

Визуелни алатки што можат да помогнат при преминување кон нови активности, како тајмер и апликација за визуелен распоред:

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

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

Апликации за креирање сопствени визуелни распореди:

Boardmaker: <https://goboardmaker.com/>

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

Резултати

1. Набљудување на преминот од една преферирана активност кон непосакувана активност без покажување на предизвикувачко однесување
2. Набљудување на тоа како детето толерира неочекувана промена во дневната рутина без да покаже предизвикувачко однесување/ користејќи ги своите стратегии за справување
3. Собрани податоци за бројот на случаи кога детето преминало кон следната активност/толерираше промена без предизвикувачко однесување и користејќи ги своите стратегии за справување, наспроти бројот на случаи кога тоа не се случило.



Датум	Преминува од една активност во друга/ Толерира неочекувана промена	Активности/ Што се променило?	Користи стратегии за справување со поддршка	Самостојно користи стратегии за справување	Предизвикувачко однесување да/не
1.3.	Не	Прекин на математика	x		ДА
1.3.	Не	Замена на наставник	x		ДА
1.3.	Да	Прекин на математика	x		НЕ
1.3.	Да	Откажан излет		x	НЕ

Дополнителни ресурси за поддршка

Користење визуелни распореди:

<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

Користење картички за промена:

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

Учење емоционално регулирање:

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

Флексибилно наспроти Нефлексибилно- картички:

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



Образовна алатка Час 12: Користење стратегии за справување во предизвикувачки сензорни ситуации

Возраст: 3-6 години

Времетраење на часот: 60 минути

Преглед и намена

Целта на оваа лекција е да ги научи малите ученици како да користат стратегии за справување за да се носат со предизвикувачки сензорни ситуации. Учениците ќе научат како да препознаат кога доживуваат сензорно преоптоварување и како да користат различни стратегии за справување што ќе им помогнат да се чувствуваат поудобно. Оваа лекција ќе им помогне на учениците да развијат самосвест и вештини за саморегулација кои ќе им бидат од корист низ целиот живот.

Цели

1. Учениците ќе можат да идентификуваат ситуации што можат да предизвикаат сензорно преоптоварување.
2. Учениците ќе можат да објаснат најмалку две стратегии за справување со сензорно преоптоварување.
3. Учениците ќе можат да демонстрираат како да користат најмалку една стратегија за справување во симулирана ситуација на сензорно преоптоварување.

Потребни материјали

- Сензорни играчки (пр. фиџет спинери, антистрес топчиња и сл.)
- Слушалки за редуцирање на бучава
- Тивко катче или сензорно-пријателска зона
- Хамер и маркери
- Сливовница за сензорна обработка
 - "The Good Egg Presents: The Great Eggscape!" by Jory John
 - "The Hugging Tree: A Story About Resilience" by Jill Neimark
 - "Too Loud, Too Bright, Too Fast, Too Tight: What to Do If You Are Sensory Defensive in an Overstimulating World" by Sharon Heller
 - "Arnie and His School Tools: Simple Sensory Solutions That Build Success" by Jennifer Veenendall
 - "The Reason I Jump: The Inner Voice of a Thirteen-Year-Old Boy with Autism" by Naoki Higashida



Наставна активност

- Вовед (5 минути):
 - Почнете со читање на сликовница за сензорна обработка пред класот.
 - Прашајте ги учениците дали некогаш доживеале ситуација во која се чувствувале преплавени од нивните сетила (пр. гласни звуци, силни светла и сл.)
 - Објаснете дека понекогаш нашите сетила можат да бидат преоптоварени и дека е важно да знаеме што да направиме во такви ситуации.
- Дискусија (10 минути):
 - Побарајте од учениците да споделат ситуации што им предизвикуваат сензорно преоптоварување.
 - Запишете ги нивните одговори на голем лист хартија.
 - Разговарајте со учениците за различни стратегии за справување што можат да ги користат во тие ситуации (пр. одмор во тивок простор, користење сензорни играчки, носење слушалки што ги редуцираат звуците и сл.).
 - Запишете ги стратегиите за справување на голем лист хартија.
- Активност (30 минути):
 - Поделете ги учениците на помали групи.
 - Секоја група ќе добие сензорна играчка и ќе биде замолена да симулира ситуација во која чувствуват сензорно преоптоварување (пр. група ученици што прават гласни звуци).
 - Поттикнете ги учениците да ги користат стратегиите за справување што ги научија за време на дискусијата за да го управуваат сензорното преоптоварување.
 - По симулацијата, замолете ги учениците да споделат кои стратегии за справување ги користеле и како се чувствувале по тоа.
- Завршен дел (10 минути):
 - Повторно соберете го одделението заедно и замолете секој ученик да сподели една стратегија за справување што ја научил денес.
 - Поттикнете ги учениците да вежбаат користење на овие стратегии секогаш кога ќе почувствуваат сензорно преоптоварување.

Диференцирани упатства

Ниво 1 (деца со напредни вештини):

- Разбудете љубопитност: Наместо традиционално предавање, разбудете го интересот на учениците со претставување на темата како поттик за



истражување. Дозволете им на учениците да изберат области што ја будат нивната љубопитност во рамките на темата (пр. истражување како функционира човечкото уво и изработка на модел, навлегување во фасцинантниот свет на вкусовите и дизајнирање на експеримент за тестирање на вкусови или истражување на различни текстури и нивната примена во секојдневниот живот). Ова поттикнува чувство на самодоверба и вклученост на учениците во нивниот процес на учење..

- Активности со нивоа: Прилагодете ги различните стилови на учење и нивоа на разбирање со понуда на разновидни активности во рамките на лекцијата. Напредните ученици можат подетално да истражуваат сложени теми (пр. истражување на одредени нарушувања во сензорната обработка и нивните карактеристики), да создаваат сложени механизми за справување (пр. дизајнирање на прототип за тежок елек или слушалки што ги редуцираат звуците) или да истражуваат специфични нарушувања. За учениците на кои им е потребна дополнителна поддршка, обезбедете активности со нивоа што ги делат сложените концепти на помали, полесно разбирливи чекори (пр. поврзување на слики од сетилата со нивните функции или изработка на едноставен сензорен колаж).
- Сензорни детективи: Предизвикајте ги учениците да станат сензорни детективи! Нека спроведат „сензорна проверка“ на нивното опкружување (училница, кафетерија, игралиште). Тие можат да идентификуваат потенцијални предизвикувачи за себе и за другите (на пр., светли флуоресцентни светла, гласни звуци, силни мириси) и да предложат решенија за создавање посензитивно пријателска средина (на пр., затемнување на светлата, додавање материјали што апсорбираат звук, вклучување смирувачки мириси). Оваа активност поттикнува критичко размислување, соработка и вештини за решавање проблеми.
- Оживување на теоријата: Направете ја темата порелевантна преку студии на случај. Претставете примери на поединци со различни нарушувања на сензорната обработка (на пр., дислексија, нарушувања од спектарот на аутизам). Учениците можат да анализираат со какви предизвици се соочуваат овие лица (на пр., потешкотии во обработката на звуците, чувство на преоптовареност во гужви) и да предложат ефикасни стратегии за справување, прилагодени на секој случај (на пр., користење слушалки што ја редуцираат бучавата, антистрес алатки или кратки паузи). Оваа активност поттикнува емпатија и разбирање за различните сензорни искуства.
- Предизвик на дизајнерско размислување: Поттикнете креативност со дизајнерски предизвик! Поставете реален проблем: создавање сензорен комплет за одредена средина (на пр., училница, библиотека, чекална), земајќи ги предвид потребите на различни ученици. Учениците можат да користат уметнички материјали или дигитални алатки за да дизајнираат свои прототипи на комплети (на пр., вклучување антистрес алатки,



слушалки што ја редуцираат бучавата, смирувачки мириси, тежински перничиња за скут). Оваа активност ги интегрира принципите на дизајнерското размислување и им овозможува на учениците да ја применат својата теорија во пракса.

- Презентација на стратегии за справување: Охрабрете ги учениците да развијат сопствени уникатни стратегии за справување, надвор од основните техники (на пр., длабоко дишење, броење). Учениците можат да создадат кратки презентации или инфографици во кои ќе ги прикажат своите стратегии (на пр., цртање стрип што прикажува смирувачка рутина или создавање видео што демонстрира техника на масажа на точки со притисок) и да ги споделат со класот. Оваа активност гради чувство на заедништво, им овозможува на учениците да учат едни од други (на пр., откривање нови смирувачки техники) и ја слави разновидноста на механизмите за справување.

Ниво 2 (деца со развојно соодветни вештини):

- Поддршка за успех: Обезбедете дополнителна поддршка за учениците на кои им е потребна. Ова може да вклучува:
 - Јасна комуникација: Користете едноставен и концизен јазик низ целата лекција. Разложете ги сложените упатства на помали чекори (на пр. „Прво, соберете ги вашите материјали. Потоа, внимателно слушајте ги инструкциите.“)
 - Визуелни помагала и демонстрации: Кога е можно, вклучете визуелни помагала (на пр. графикони, дијаграми, слики) и демонстрации за да го подобрите разбирањето и задржувањето на информациите.
 - Време за размислување и позитивно поттикнување: Оставете им на учениците дополнително време за обработка на информациите и одговор. Нагласете го позитивното поттикнување и пофалете ги за нивното учество (на пр. „Одлична работа со слушањето!“ или „Гледам дека навистина се фокусираш!“) за да ја изградите нивната самодоверба.
 - Физички поттици и охрабрување: Користете позитивен говор на телото (на пр. насмевки, климање со глава) и бидете трпеливи. Прославете ги малите успеси (на пр. „Совршено го заврши тој чекор!“) и понудете охрабрување во текот на целата лекција. Соработувајте со родителите или терапевтите за да ги идентификувате специфичните физички поттици кои можат да бидат корисни за секој ученик (на пр. благ допир на рамото или лесно стискање на раката).
 - Персонализирани стратегии за справување: Предложете стратегии за справување според индивидуалните сензорни потреби (на пр. антистрес алатки за ученици кои бараат тактилен стимул, слушалки што ја намалуваат бучавата за ученици чувствителни на звуци).



Соработувајте со родителите или ерготерапевтите за да ги прилагодите препораките низ текот на наставата. Создадете **сензорно катче** во училницата како безбедно место за учениците кои се чувствуваат преоптоварени (на пр. опремен со смирувачки активности и сензорни алатки).

- Антистрес алатки: Дозволете им на учениците пристап до избрани антистрес алатки

Ниво 3 (деца кои имаат потреба од дополнителна поддршка):

Стратегиите за ниво 3 овозможуваат интензивна поддршка на децата на кои им е потребна дополнителна структура и индивидуализиран пристап за управување на своите потреби за сензорна обработка.

- Визуелни мапи: Создадете индивидуализирани визуелни распореди со слики, симболи или дури и вистински предмети кои ги претставуваат дневните активности и можните сензорни предизвици. Вклучете визуелни потсетници за стратегии за справување што учениците можат да ги користат за време на транзиции или тешки ситуации (на пр. слика од слушалки за редуцирање на бучавата за гласни активности, слика од антистрес топче за ученици кои имаат потреба од тактилен стимул). Ова обезбедува предвидлива структура и јасна референтна точка низ целиот училишен ден, помагајќи им на учениците поефикасно да се движат низ средината.
- Табли „Прво/Потоа“ со акциски слики: Користете табли „Прво/Потоа“ со визуелни прикази за да ги комуницирате очекувањата. На пример, таблата може да прикаже слика од ученик што седи мирно, проследена со слика од посакувана активност (играње со коцки). Ова им помага на учениците да разберат дека треба да користат стратегија за справување (на пр. седење мирно) пред да учествуваат во омилената активност (играње).
- Пауза за движење со избор: Интегрирајте кратки паузи за движење со смирувачки активности прилагодени на преференциите на учениците. Понудете различни опции за да ги задоволите различните сензорни потреби. Некои ученици можат да имаат корист од енергични активности како што се скокање на место, додека други можат да преферираат потивки активности како што се масажа со длабок притисок или јога вежби за истегнување. Ова им овозможува на учениците да ја ослободат енергијата на начин што ги смирува и ги подготвува за понатамошно учење.
- Практично истражување на сензорни алатки: Создадете сензорна кутија исполнета со различни предмети со текстури, смирувачки мириси и слушалки што ја потиснуваат бучавата. Дозволете им на учениците да ја истражуваат кутијата во текот на денот и да експериментираат со тоа што им помага да се чувствуваат смирени и фокусирани. Оваа самостојна



експлорација ги охрабрува учениците да ги откријат своите сензорни преференции и да идентификуваат алатки што можат да им помогнат во нивната регулација.

- Водење кон саморегулација: Обезбедете јасни и концизни вербални поттици за да им помогнете на учениците да ги препознаат своите предизвици и да изберат соодветни стратегии за справување. На пример, ако ученикот изгледа преоптоварено од бучавата, можете да прашате: „Дали се чувствуваш преоптоварено од бучавата? Би сакал/а ли да ги пробаш своите слушалки што ја потиснуваат бучавата?“ Ова им помага на учениците да развијат самосвест и вештини за самостојно управување со своите сензорни потреби.
- Алтернативни методи за комуникација: За учениците со ограничена вербална комуникација, користете Систем за комуникација со размена на слики (PECS) или други алтернативни методи за комуникација за да им овозможите да ги изразат своите сензорни потреби и да побараат специфични стратегии за справување. На пример, ученикот може да користи PECS-картичка со слика од слушалки за да покаже дека му е потребна пауза од бучавата. Ова осигурува дека сите ученици имаат начин да комуницираат за своите сензорни искуства и да побараат поддршка што им е потребна.
- Подучување техники за саморегулација: Научете ги учениците на едноставни техники за саморегулација, како што се вежби за длабоко дишење, броење (на пр. бавно броење до 10) и прогресивна мускулна релаксација. Редовно практикувајте ги овие техники за учениците да можат самостојно да ги користат за управување со нивните сензорни стимули и емоции.
- Социјални приказни со персонализирани сценарија: Создадете социјални приказни со слики или визуелни прикази што прикажуваат како учениците ги идентификуваат нивните предизвикувачи, ги комуницираат нивните потреби користејќи PECS или нивниот избран метод на комуникација и вежбаат стратегии за справување. Персонализирајте ги сценаријата за да одразуваат реални ситуации со кои учениците можат да се соочат (на пр. одење во кафетерија, учество во групни активности). Ова им помага на учениците да развијат социјално-емотивни вештини и да ја практикуваат самозастапеноста во различни ситуации.

Ниво 4 (деца кои имаат потреба од голема помош и имаат ограничени комуникациски вештини):

Ниво 4 пружа најинтензивно ниво на поддршка на децата на кои им е потребна значителна помош во управување на нивните потреби за сензорна обработка.



- Декодирање на невербални знаци: Тренирајте се да се фокусирате на невербалната комуникација. Набљудувајте и реагирајте на изразите на лицето, говорот на телото и вокализациите на учениците (на пр. немир, тивко лелекање) за да ги идентификувате можните сензорни предизвикувачи и знаци на вознемиреност пред тие да ескалираат. Овој проактивен пристап ви овозможува да интервенирате навреме и да обезбедите соодветна поддршка.
- Индивидуализирано сензорно истражување: Обезбедете можности за индивидуално истражување на сензорни материјали, прилагодени на нивото на удобност и преференциите на секој ученик. Некои ученици можеби првично ќе толерираат само одредени текстури или звуци. Почитувајте ги нивните граници и постепено воведувајте нови сензорни искуства како што стануваат попријатни со нив.
- Физички поттици и асистенција: Обезбедете физички поттици и помош кога е потребно за да ги насочите учениците кон активности за смирување или нивните претпочитани стратегии за справување. На пример, може нежно да го насочите ученикот кој се чувствува преоптоварено кон сензорниот агол или да му помогнете да си ги стави слушалките за редуцирање на бучавата. Важно е да користите позитивно поттикнување и да ги објаснувате вашите постапки низ целиот процес.
- Сензорно мапирање: Во соработка со терапевти, создадете сензорна мапа за секој ученик. Оваа мапа визуелно ги идентификува сензорните предизвикувачи (на пр. силни светла, гласни звуци) во различни средини (училница, кафетерија, игралиште) и предлага механизми за справување со секој од нив. Ова им овозможува на учениците проактивно да го навигираат своето опкружување.
- Предвидливи рутини: Воспоставете предвидливи рутини и распореди во текот на денот. Обезбедете визуелни знаци (на пр. сликовни картички, тајмери) за да ги означите транзициите помеѓу активностите, што може да биде особено предизвикувачко за учениците со тешкотии во сензорната обработка.
- Техники за десензибилизација: За некои ученици, постепено изложување на прифатливи нивоа на сензорни предизвикувачи може да биде корисно. Ова треба да се спроведува под водство на окупациски терапевт за да се обезбеди безбедна и контролирана средина.
- Тежински алатки: Обезбедете тешки елеци, пернициња за скут или ќебиња за учениците кои имаат корист од длабок притисок. Овој нежен притисок може да има смирувачки ефект и да ја подобри концентрацијата.
- Пауза со движење: Вклучете кратки паузи со движење во текот на денот, прилагодени на потребите на секој ученик. Некои ученици може да имаат корист од активности во специјално определен простор за движење, додека на други можеби ќе им одговараат потивки опции за движење, како истегнување на стол или јога пози.



- Избор и контрола: Кога е можно, обезбедете им на учениците избор поврзан со нивните сензорни потреби. Ова може да вклучува избор на претпочитан алат за фаќање, избор на смирувачка активност за време на пауза или одбирање различен стил на слушалки за потиснување на бучава. Овозможувањето избор на учениците ги поттикнува на контрола и саморегулација.
- Социјално-емотивно учење: Интегрирајте активности за социјално-емотивно учење (SEL) за да им помогнете на учениците да ги идентификуваат своите емоции, ефективно да ги комуницираат своите сензорни потреби и да развијат механизми за справување. Ролни игри може да бидат корисен алат за вежбање на вештини за самозастапување..

Дополнителни бихејвиорални стратегии

- Очекувани предизвици во однесувањето:
 - Некои ученици може да имаат тешкотии да ја идентификуваат моментот кога се соочуваат со сензорна преоптовареност
 - Некои ученици може да имаат тешкотии самостојно да користат стратегии за справување.
- Превентивни стратегии:
 - Користете визуелни помагала за да им помогнете на учениците да ја препознаат ситуацијата кога се соочуваат со сензорна преоптовареност.
 - Обезбедете можности за учениците да вежбаат користење на стратегии за справување во безбедна и поддржувачка средина.
- Стратегии за интервенција при предизвикувачко однесување:
 - Обезбедете индивидуална поддршка за учениците кои имаат потреба од поинтензивна поддршка во саморегулацијата.
 - Користете позитивно поттикнување за да ги охрабрите учениците самостојно да користат стратегии за справување.

Стратегии за соработка

- **Релевантни соработници:**
 - Окупациони терапевти
 - Логопед
 - Специјалист за сензорна интеграција
 - Советник во училиште
- **Можности за вклучување:**
 - Поканете релевантни соработници да ја набљудуваат лекцијата и да обезбедат повратни информации.



- Соработувајте со окупациски и логопеди, како и со специјалисти за сензорна интеграција за развој на индивидуализирани стратегии за справување за ученици со нарушувања на сензорната обработка.

Вклучување на технологија

Постојат неколку начини на кои можете да вклучите технологија во учењето на стратегии за справување со предизвикувачки сензорни ситуации:

- **користете образовни апликации** кои помагаат на учениците да ги идентификуваат и управуваат со сензорното преоптоварување:
 - Sensory Speak Up: Оваа апликација им помага на учениците со нарушувања во сензорната обработка да ги идентификуваат и комуницираат своите сензорни потреби преку визуелен поттик што им овозможува да ја изразат нивната чувствителност.
 - Calm Counter: Оваа апликација е дизајнирана да им помогне на учениците да ги управуваат своите емоции, вклучувајќи и сензорен преоптовар, преку визуелна репрезентација на нивната емоционална состојба.
 - Breathe, Think, Do with Sesame: Оваа апликација ги користи ликовите од Sesame Street за да им помогне на младите ученици да научат стратегии за справување со предизвикувачки ситуации, вклучувајќи сензорна преоптовареност..
- **виртуелни искуства** за симулација на сензорни преоптоварувања.
 - Виртуелната реалност може да обезбеди безбедна и контролирана средина за учениците да вежбаат користење на стратегии за справување и да развиваат вештини за саморегулација.
 - На пример, учениците можат да користат слушалки за виртуелна реалност за да симулираат бучна или преполна средина и да вежбаат користење слушалки за потиснување на бучавата или други стратегии за справување.
- **видео и онлајн ресурси**
 - На интернет се достапни неколку видео записи кои им помагаат на децата да ги разберат проблемите во сензорното процесирање и пружаат стратегии за управување со сензорно преоптоварување.
 - - "Sensory Processing Disorder: What It Is and How to Help" by 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>
 - - "Sensory Overload Explained" by The Asperger/Autism Network https://www.youtube.com/watch?v=Lr4_dOorQUc



- - "Sensory Processing Disorder: Coping Strategies" by The National Center for Learning Disabilities
<https://www.youtube.com/watch?v=3Mg5hPTnKuY>
- - "Sensory Processing Disorder: Information and Strategies for School" by STAR Institute for Sensory Processing Disorder
<https://www.youtube.com/watch?v=9mBtHIPvLAM>
- - "Sensory Processing Disorder: Strategies for Teachers" by Understood.org
<https://www.understood.org/en/school-learning/partnering-with-childrens-school/instructional-strategies/sensory-processing-disorder-strategies-for-teachers>
- Исто така, можете да користите интернет ресурси за да креирате интерактивни активности или квизови за да го поттикнете учењето и да го проверите разбирањето кај учениците.
 - Kahoot: <https://kahoot.com/>
 - Quizlet: <https://quizlet.com/>
 - Quizizz: <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/>

Резултати

Чекори за проверка на разбирањето на учениците:

1. Набљудувајте ги учениците за време на активноста за да се осигурите дека ги користат стратегиите за справување на соодветен начин.
2. Побарајте од учениците да објаснат стратегија за справување што ја научиле на крајот од лекцијата.

Дополнителни ресурси за поддршка

Веб-страници/линкови до други корисни ресурси на темата:

- The Out-of-Sync Child: Recognizing and Coping with Sensory Processing Disorder by Carol Stock Kranowitz
- Sensory Processing 101 by Dayna Abraham, Claire Heffron, and Pamela Braley
- <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.thesensoryspectrum.com/>
 - <https://www.sensorysmarts.com/>
 - <https://www.spdstar.org/>
 - <https://www.spdclinic.com/>
 - <https://theinspiredtreehouse.com/>
 - <https://www.yourkidsot.com/>
 - <https://www.theottoolbox.com/>
 - <https://www.nspt4kids.com/>
 - <https://childmind.org/>