

## Instrukcja dla specjalistów dotycząca wprowadzania planu dnia w placówce

### 1. Cel wprowadzenia planu:

Plan może wesprzeć Twego ucznia w różnych obszarach.

Jeżeli Twój uczeń ma problem z orientacją, jakie ma zajęcia danego dnia i gdzie będą się one odbywać...

Jeśli Twój uczeń niepokoi się, gdy nie wie kiedy będzie mieć przerwę...

Jeśli Twój uczeń ma tendencje do tworzenia własnych schematów i problem z przechodzeniem z jednych zajęć na kolejne...

Jeśli Twojego ucznia niepokoi, że nie wie co będzie się z nim działo...

Jeśli Twój uczeń ma trudności z rozumieniem pojęć związanych z czasem: później/teraz/wcześniej, najpierw/potem itp.

Jeśli Twój uczeń ma trudności z czekaniem na coś co lubi robić...

Jeśli Twój uczeń lubi wiedzieć, co po czym nastąpi i ile zajęć pozostało do wyjścia ze szkoły...

Jeśli Twój uczeń ma problem ze zrozumieniem kierowanych do niego poleceń...

...może skorzystać z wprowadzenia planu dnia.

Jeśli pracujesz w przedszkolu terapeutycznym lub szkole specjalnej i cała Twoja klasa wymaga wprowadzenia planu, mimo wszystko staraj się myśleć o każdym dziecku indywidualnie. Każdy z uczniów może wymagać planu z innego powodu, może mieć też inne kompetencje. Zaleca się więc, by zaczynać od indywidualnych planów dnia, dla każdego dziecka.

Jeśli pracujesz w przedszkolu lub szkole integracyjnej i tylko niektórzy uczniowie mają plany, by szczególnie ich nie wyróżnić, możesz dodatkowo układać wspólny plan dla całej grupy, który będzie wisiał na głównej tablicy. Wiele dzieci, nie tylko tych z autyzmem korzysta z procedury układania planu. Jest to okazja, by zaznaczyć zmiany, by uczniowie mogli dopytać o ważne dla nich rzeczy, poćwiczyć mówienie o tym co będzie, co było, a co jest teraz, zapowiedzieć gości, a więc poćwiczyć wiele ważnych kompetencji komunikacyjnych.

### 2. Jak zacząć?

Zastanów się, czemu będzie służył plan i na jakie trudności ucznia ma odpowiadać.

Zrób tabelkę i spisz wszystkie planowane zajęcia ucznia na terenie placówki. Spisz z jakim osobami ma te zajęcia. Nie zawsze będzie to odzwierciedlenie planu lekcji. Niektóre dzieci będą wymagały uwzględnienia w planie szatni, dodatkowych przerw, treningu czystości.

### 3. Jaki okres czasu będzie obejmował plan?

Plan obejmuje czas pobytu ucznia na terenie placówki.

### 4. W jaki sposób przedstawić poszczególne aktywności w planie?

Zdecyduj, które ze spisanych zajęć pojawią się w planie. Do oznaczenia ich można wykorzystać różne znaki.

Sprawdź i zbierz informacje od rodziców, nauczycieli i innych osób pracujących z uczniem, czy:

- rozpoznaje na zdjęciach przedmioty oraz nauczycieli i inne osoby pracujące z nim – jeśli tak, wykorzystaj w planie fotografie tych przedmiotów/ aktywności/ osób;
- rozpoznaje rysunki/obrazki w książeczkach, rozumie, że obrazki te przedstawiają konkretne przedmioty w otoczeniu – jeśli tak, przedstaw aktywności w planie za pomocą obrazków/ rysunków;

Aktualnie w Polsce dostępne są różne systemy znaków symbolicznych, tak zwane piktogramy. Mogą one być czarno-białe lub kolorowe np. system PIKTOGRAM, PCS (Picture Communication System), WLS (Widgit Language System), zestaw znaków z systemu PECS, zestaw znaków z programu MÓWik, zestaw znaków Sclera. Zajrzyj na strony tych systemów, wiele z nich ma do zaoferowania darmowe demo, z którego możesz skorzystać przez określony czas i wypróbować jego możliwości przez ewentualnym zakupem.

Możesz skorzystać z darmowych znaków dostępnych w Internecie:

- [www.arasaac.org](http://www.arasaac.org) (wpisać szukane hasło w okienko: Buscar en catalogos i wybrać język w okienku obok: Polaco – wyszukuje kolorowe, czarno-białe znaki i zdjęcia);
- [www.sclera.be](http://www.sclera.be) – czarno-białe znaki
- [www.mayer-johnson.com/downloads/trials/](http://www.mayer-johnson.com/downloads/trials/) - system znaków PCS w programie Boardmaker, darmowa wersja demo;
- [www.mowik.sklep.pl/pl/p/MOWik-PRINT-1.1](http://www.mowik.sklep.pl/pl/p/MOWik-PRINT-1.1) – darmowa wersja demo programu z symbolami MÓWik;
- [www.widgit.com/support/poland/index.htm](http://www.widgit.com/support/poland/index.htm) – materiały w języku polskim z użyciem znaków WLS.

Możesz również znaleźć zdjęcia w Internecie lub sam je zrobić. Zwróć uwagę, żeby zdjęcia były wyraźne i jednoznaczne, np. przedmiot oznaczający aktywność był sfotografowany na jednolitym tle, wyśrodkuj kadr. Robiąc znak, przytnij zdjęcie w kwadracie, wydrukuj nazwę, przyklej ją na górze zdjęcia, potem zalaminuj całość i z tyłu doklej rzep. Zapisz znaki lub zdjęcia, z jakich korzystasz na wypadek, gdy któryś się zgubi. Pamiętaj, żeby na górze każdego znaku umieścić napis z nazwą aktywności, tak aby każdy, kto go używa, wiedział w jaki sposób nazywać tę aktywność.

Sprawdź, czy:

- potrafi zrealizować napisane polecenie – jeśli tak, możesz użyć etykiet z nazwą zajęć;
- potrafi pisać i zrealizować napisane polecenie – jeśli tak, wówczas możesz wspólnie z nim zapisywać poszczególne zajęcia i uczyć go korzystania z planu zajęć/ lekcji. Może istnieć konieczność zapisania przerw w planie;
- potrafi obsługiwać telefon – możesz uczyć go korzystania z elektronicznego terminarza;

Jeśli Twój uczeń jeszcze nie potrafi rozpoznawać przedmiotów na obrazkach i zdjęciach, ale w zrozumieniu czego od niego oczekujesz pomaga mu przedmiot, który przynosisz – możesz w planie użyć najbardziej charakterystycznych przedmiotów używanych podczas zajęć.

Jeżeli nie masz pewności jakie znaki wybrać, zapytaj rodziców czy uczeń ma wprowadzony plan na terenie domu lub w innych placówkach, i jakich znaków używa. Możesz się również skontaktować z innym terapeutami ucznia.

Jeśli Twój uczeń w innej placówce korzysta już z jakiegoś systemu znaków, spróbuj wykorzystać te same znaki. Pamiętaj, że jeśli masz wątpliwości co do zasadności ich użycia, dobra praktyka zaleca konsultację z osobami, które już wcześniej pracowały z uczniem z użyciem planu. Im spójniejsze jest podejście wszystkich osób pracujących z uczniem, tym szybciej zrozumie on zasady i będzie mógł generalizować umiejętności.

Jeśli Twój uczeń bardzo dobrze orientuje się w różnych poziomach reprezentacji przedmiotów na obrazkach i jest to jego pierwszy plan, zastosuj taki system znaków, jaki powszechnie używany jest w Twojej placówce lub taki, do którego masz najłatwiejszy dostęp. Jeśli uczniowie w Twej klasie są na podobnym poziomie funkcjonowania, wprowadź do ich planów, takie same znaki, by z czasem byli w stanie porozumieć się na temat wydarzeń danego dnia z użyciem tych znaków.

Chcąc wprowadzić wspólny plan, dla całej klasy/grupy uczniów, upewnij się czy:

- wszyscy rozumieją sposób przedstawienia aktywności w planie (rodzaj znaków);
- wszyscy mają taki sam plan zajęć (czy np. ktoś nie wychodzi w trakcie na zajęcia indywidualne, itp.);
- każdy uczeń ma szansę na aktywne korzystanie z planu i uczenie się samodzielności;
- plan odpowiada na potrzeby wszystkich uczniów (np. pokazuje wpływ czasu, moment przyścia rodzica, przerwy, pozwala na samodzielne trafienie do innej klasy, uprzedza o zmianach, itd.);
- wszyscy rozumieją komunikaty werbalne związane z obsługą planu w czasie dnia (czy są uczniowie, którzy np. tylko podążają za innymi).

Jeśli któryś z uczniów nie spełnia tych kryteriów, to znak, że należy wprowadzić mu plan indywidualny.

## 5. Na czym umieścić znaki do planu?

Jeśli używasz znaków graficznych, możesz wykorzystać listewkę albo sztywny karton, tekturę, do których przyczep rzep samoprzylepny (velcro). Możesz wzmocnić przyczepność rzepu takerem.



Jeśli Twój uczeń używa przedmiotów wykorzystaj wąski regał z półkami (regaly na płyty). Najprostszym i najtańszym sposobem jest zrobienie planu z pudełek po butach. Ustaw pudełka jedno na drugim i połącz je ze sobą taśmą i zszywaczem.

## 6. Gdzie umieścić plan zajęć?

Uczeń powinien rozpoznawać swój plan. Dlatego ważne jest, by plan był oznaczony jego zdjęciem i podpisany imieniem lub imieniem i nazwiskiem. Ważne, by zapytać o to rodziców dziecka, ze względu na ochronę danych. Jeśli nie ma zgody na zdjęcie, może to być charakterystyczny znaczek.

Plan może znajdować się w sali, w której odbywa się najwięcej zajęć w ciągu dnia, szczególnie kiedy mamy do czynienia z przedszkolakiem, wymagającym naszej uwagi. Powinien być umieszczony w miejscu, do którego uczeń ma dostęp, ale nie przeszkadzającym w wykonywaniu poszczególnych aktywności na zajęciach. Jeżeli Twój uczeń jest starszy i często zmienia sale zajęć, plan może wisieć na korytarzu lub w miejscu, obok którego najczęściej przechodzi.

Ważne, żeby na początku, zanim uczeń nauczy się rozpoznawać swój plan, wisiał on w charakterystycznym miejscu. Z czasem, kiedy sprawnie już z niego korzysta, można

przenieść plan do miejsca, gdzie wiszą inne plany. Skupienie ich obok siebie, stworzenie tzw. strefy planów, może ułatwić ich układanie, prowokować rozmowy między uczniami przy wspólnym układaniu.

Kiedy uczeń rozumie już ideę planu i potrafi z niego korzystać, powroty do planu z odległych sal mogą okazać się mało ergonomiczne, możesz pomyśleć wtedy o stworzeniu planu przenośnego na podkładce lub tylnej okładce książki do porozumiewania się.



## 7. Jak używać planu dnia?

Jeśli Twój uczeń jest na etapie przedszkolnym, wczesnoszkolnym, bądź też wymaga dużego wsparcia, to prawdopodobnie najodpowiedniejszym dla niego sposobem będzie przenoszenie znaku do miejsca, gdzie odbywa się dany rodzaj zajęć. Każdy znak umieszczony na planie ma prowadzić ucznia do miejsca, w którym będą odbywały się określone zajęcia. Miejsca poszczególnych zajęć, powinny być oznaczone takim samym znakiem. Jeśli to jest znak graficzny, uczeń może przyczepiać jeden znak na drugi lub obok drugiego. Może też umieszczać go w specjalnie przygotowanym pojemniku (np.: wizytownik, odwrócone opakowania po kasetach magnetofonowych). Jeśli znakami będą przedmioty, oznacz miejsce, gdzie ma dotrzeć drugim takim samym przedmiotem, który na stałe umieszczony będzie w koszyczku lub pudełku w miejscu aktywności.



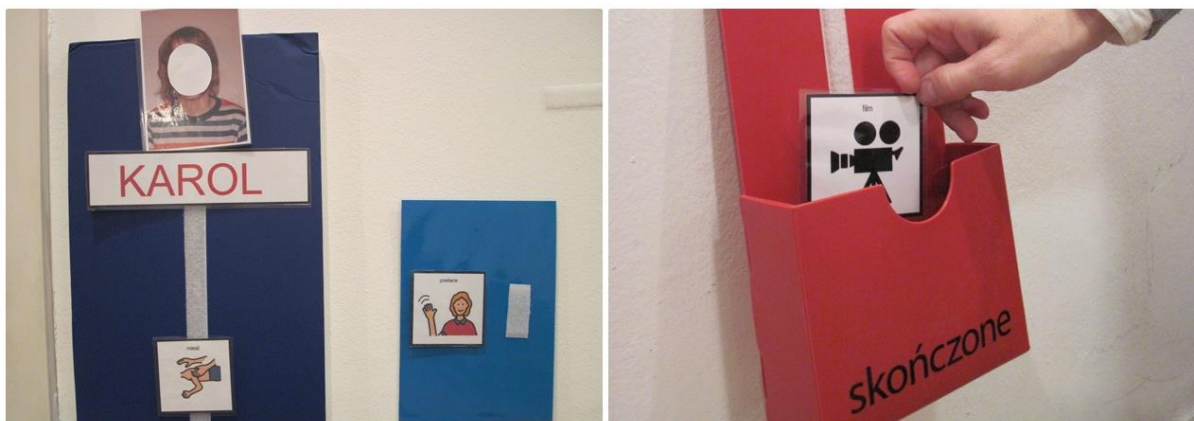
Przed rozpoczęciem używania planu przez kilka kolejnych dni przed każdymi zajęciami pokaż i nazwij znak uczniowi. Podprowadź ucznia do miejsca zajęć, gdzie razem z nim dopasujesz znak do drugiego takiego samego. Po dopasowaniu znaku rozpocznij zajęcia. Po zakończeniu zajęć zasygnalizuj koniec (powiedz i/lub pokaż znak „KONIEC”) i zaprowadź ucznia do planu. Po kilku dniach ćwiczenia umieść znaki na planie w odpowiedniej kolejności. Podejdź z uczniem do planu, weź jego ręką pierwszy znak z góry, a następnie poprowadź go do miejsca zajęć. Staraj się nie używać zbędnych słów oprócz nazwania zajęć. Pomóż uczniowi umieścić znak w oznaczonym miejscu.

Pamiętaj, aby dość szybko wycofać zbędną pomoc, tak aby uczeń jak najbardziej samodzielnie brał znak z planu, przechodził do miejsca aktywności i odkładał znak w oznaczone miejsce. Jeśli popełnia błędy, wróć do poprzedniego sposobu podpowiadania (np. sięga po zły znak, kiedy kierujesz jego łokciem, wróć do wspomagania jego ręki). Osoby z autyzmem dość szybko uzależniają się od podpowiedzi słownych, dlatego ucząc samodzielności warto jest używać podpowiedzi fizycznych (poruszać ręką lub kierować ciałem ucznia) a unikać dodatkowych podpowiedzi, które potem trzeba będzie wycofać.

Pamiętaj, że Twoim celem jest to, aby uczeń, kiedy zasygnalizujesz mu koniec aktywności, samodzielnie podszedł do planu, oderwał kolejny znak i skierował się do miejsca aktywności.

Jeśli Twój uczeń rozpoznaje znaki w planie oraz wie, gdzie odbywają się poszczególne zajęcia, możesz uczyć go kolejnych kompetencji korzystania z planu bez przenoszenia znaków, np.:

- zdejmowania znaku z planu i przyczepiania go w miejsce oznaczające bieżącą aktywność (np. możesz wykorzystać kartonik innego koloru, który przyczep powyżej lub obok planu) – po skończeniu zajęć uczeń odkłada znak do pojemnika pod planem i przyczepia na polu bieżącej aktywności pierwszy z góry znak;



- zaznaczania bieżących zajęć w planie, np. przesuwanie ramki, przyczepianie klamerki, zaznaczanie specjalnym znakiem graficznym;
- wykreślania z planu zakończonych zajęć;
- sprawdzania planu bez zaznaczania, czy też zdejmowania znaków;

- noszenia planu przy sobie na podkładce, itp.

Ideą układania planu jest coraz lepsze poruszanie się w czasie i przestrzeni oraz rozumienie sytuacji, pamiętaj więc, by forma i sposób użycia planu zmieniały się wraz z rosnącymi kompetencjami dziecka.

## 8. Jak uczyć ucznia powrotu do planu i sprawdzania go?

Możesz wprowadzić znak przejściowy, który będzie sygnalizował twemu uczniowi, że powinien wrócić do planu i sprawdzić jaka jest kolejna aktywność. Znakiem przejściowym może być, np.: żeton, kulka, klocek, napis – „plan”, który uczeń będzie umieszczał w specjalnym pojemniku przy planie. Po zakończeniu aktywności zasygnalizuj jej koniec i podaj uczniowi znak przejściowy, podprowadź do planu i pomóż mu umieścić znak przejściowy w pojemniku. Następnie przekieruj jego rękę na kolejny znak aktywności. Z czasem kiedy zauważysz, że uczeń rozumie już, że po zakończeniu aktywności trzeba wrócić do planu, możesz wycofać znak przejściowy. Po zasygnalizowaniu końca aktywności, czekaj aż uczeń sam wróci do planu.

Pamiętaj, jeśli w grupie więcej uczniów ma plany i nie do końca rozpoznają jeszcze, który plan jest ich, zastosuj w każdym planie inny znak przejściowy.

Możesz też od razu uczyć ucznia samodzielnego wracania do planu: zasygnalizuj mu koniec aktywności i zaprowadź do planu. Pamiętaj, aby w trakcie wspomagania fizycznego nie używać wypowiedzi słownych i szybko wycofywać wsparcie. Jeśli dziecko popełnia dużo błędów, jest to sygnał, że należy wprowadzić większe wsparcie lub wrócić do używania znaku przejściowego.