



# Інструкція

щодо використання  
розпорядку на  
індивідуальних  
заняттях



SY  
NAP  
SIS

# 1

## Мета реалізації розпорядку

Розпорядок може допомогти вашому учню в різних сферах.

*Якщо ваш учень має проблеми з переходом від однієї діяльності до іншої, йому важко виконати вправу...*

*Якщо ваш учень нав'язує власний розпорядок і не дозволяє вам вносити зміни...*

*Якщо ваш учень не може самостійно організувати свій час і потребує постійних підказок, що робити далі...*

*Якщо ваш учень неспокійний, коли не знає, що трапиться...*

*Якщо вашому учню важко зрозуміти поняття часу: пізніше/зараз/раніше, спочатку/потім тощо.*

*Якщо вашому учню важко чекати чогось, що він хоче зробити/отримати...*

*Якщо ваш учень не знається на годиннику і любить знати, що буде після чого та скільки ще занять залишилося до кінця уроку...*

*Якщо йому важливо знати, коли буде перерва...*

Якщо у вашого учня є проблеми з розумінням керованих до нього інструкцій...

**...для нього може бути корисне запровадження розпорядку занять.**

## 2

## Як почати?

Подумайте, для чого буде призначений розпорядок і які труднощі він покликаний вирішити.

Складіть таблицю та запишіть усі заплановані дії учня на ваших заняттях, наприклад:

- робота з терапевтом за столом, самостійна робота за столом, перерва, масаж, фізичні вправи;
- писання, розрізання, розривання, склеювання, рахування;
- гра з м'ячем, смуга перешкод, кидки в кошик, масаж, перерва тощо.

## **3** Який період часу охоплюватиме розпорядок?

Розпорядок охоплює тривалість ваших занять.

## **4** Як оформити окремі заходи в розпорядку?

Вирішіть, які з вписаних завдань з'являться в розпорядку. Для їх позначення можна використовувати різні знаки.

**Перевірте та зберіть інформацію від батьків та інших людей, які працюють з учнем, чи учень:**

- впізнає на фотографіях об'єкти та близьких людей – використовуйте у розпорядку фотографії цих об'єктів/занять/людей;
- розпізнає малюнки/картинки в книгах, розуміє, що ці малюнки представляють конкретні об'єкти з оточення – якщо так, представляйте діяльності в розпорядку за допомогою картинок/малюнків;

Зараз у Польщі доступні різні системи символічних знаків, так звані піктограми. Вони можуть бути чорно-білими або кольоровими, наприклад система PIKTOGRAM, PCS (Picture Communication System), WLS (Widgit Language System), набір знаків PECS, набір знаків MÓW-ik, набір знаків Sclera. Перевірте веб-сайти цих

систем, багато з них пропонують безкоштовні пробні версії, якими ви можете користуватися протягом обмеженого періоду часу і випробувати їх можливості перед покупкою.

### **Перевірте, чи:**

- учень може реалізувати письмову команду – якщо так, ви можете використовувати знаки з назвою діяльності;
- може написати і виконати письмову команду – якщо так, то ви можете разом з ним записати окремі дії на аркуші паперу / в таблиці або навчити його користуватися календарем;
- вміє користуватися телефоном – ви можете навчити учня користуватися електронним щоденником;
- ваш учень ще не вміє розпізнавати предмети на малюнках і фотографіях, але предмет, який ви приносите, допомагає йому зрозуміти, чого ви від нього очікуєте – ви можете використовувати в розпорядку предмети, які неодноразово пов'язані з ситуацією, і з часом вони будуть означати для учня конкретну діяльність.



Якщо ви не впевнені, які знаки вибрати, проконсультуйтеся з батьками учня та іншими терапевтами. Визначте разом з ними, чи розпорядок буде використовуватися в інших видах діяльності. Вирішіть разом, яких персонажів вибрати. Ви можете використати безкоштовні знаки, доступні в Інтернеті:

- [www.arasaac.org](http://www.arasaac.org) (введіть пошуковий термін у полі: Buscar en catalogos і виберіть мову у полі поруч із ним: Polaco – шукає кольорові, чорно-білі знаки та фотографії);
- [www.sclera.be](http://www.sclera.be) – чорно-білі знаки;
- [www.mayer-johnson.com/downloads/trials](http://www.mayer-johnson.com/downloads/trials) – система знаків PCS у програмному забезпеченні Boardmaker, безкоштовна демонстраційна версія;
- [www.mowik.pl/do\\_pobrania.php](http://www.mowik.pl/do_pobrania.php) – безкоштовна демоверсія програми зі знаками MÓWik;
- [www.widgit.com/support/poland/index.htm](http://www.widgit.com/support/poland/index.htm) – матеріали польською мовою з використанням знаків WLS.

Ви також можете знайти фотографії в Інтернеті або зробити їх самостійно. Переконайтеся, що фотографії чіткі та однозначні, наприклад, об'єкт, який вказує на активність, був сфотографований на однорідному фоні. Розмістіть об'єкт в центрі кадру. Роблячи знак, обріжте фотографію в квадрат, надрукуйте назву, наклейте її над фотографією, потім заламініуйте все і приклейте липучку на звороті. Запишіть знаки або фотографії, якими ви користуєтеся, якщо щось загубиться. Не забудьте розмістити напис із назвою активності у верхній частині кожного знаку, щоб кожен, хто його використовує, знав, як цю діяльність назвати.

# 5 На чому розмістити знаки з розпорядку?

Якщо ви використовуєте графічні знаки, ви можете використати фанеру або грубий картон, на який можна прикріпити самоклеючі липучки. Можете зміцнити зчеплення липучок за допомогою степлера.



Якщо ваш учень використовує предмети, користуйтеся вузькою книжковою шафою з полицями (іноді продають стелажі для компакт-дисків). Найпростіший і найдешевший спосіб – скористатись з взуттєвих коробок. Покладіть коробки одна на одну і скріпіть їх між собою скотчем і степлером.



## 6 Де розмістити розпорядок занять?

Розпорядок повинен бути в нейтральному місці. Його слід розміщувати в місці, до якого учень має доступ, але де він не заважатиме виконанню конкретних дій.

## 7 Як користуватися розпорядком дня?

Кожен знак, розміщений на розпорядку, повинен привести учня до місця, де будуть відбуватися дані заняття. Місця проведення конкретних занять повинні бути позначені таким самим знаком. Якщо це графічний знак, учень може наклеїти один знак поверх або поруч з іншим. Його також можна помістити в спеціально підготовлений контейнер (наприклад, візитницю або перевернуту упаковку касет).







Якщо знаками будуть об'єкти, позначте місце, куди учень принесе другий такий самий об'єкт – один з них буде назавжди розміщений у кошику чи коробці в зоні діяльності.

Перш ніж використовувати розпорядок протягом кількох днів підряд, показуйте та називайте знак учню перед кожним заняттям. Проведіть учня на місце занять і там разом з ним припасуйте знак до другого такого самого. Припасувавши знак, починайте діяльність.

Після закінчення діяльності подайте сигнал про закінчення (скажіть і/або покажіть знак «КІНЕЦЬ») і підведіть учня до розпорядку. Після кількох днів практики розставте знаки в розпорядку по черзі. Підійдіть разом з учнем до розпорядку, візьміть його рукою перший знак зверху, а потім проведіть до місця занять. Намагайтеся не вживати зайвих слів, крім назви занять. Допоможіть учню поставити знак на позначеному місці.

Пам'ятайте про швидке відкликання допомоги, коли вона не є потрібна, щоб учень максимально самостійно брав знак з розпорядку, йшов до місця занять і ставив знак на позначене місце. Якщо він робить помилки, поверніться до попереднього способу підказки (наприклад, коли учень тягнеться до неправильного знаку і ви направляєте його лікоть, почніть знову допомагати цілій його руці). Люди з аутизмом досить швидко стають залежними від словесних підказок, тому, навчаючи самостійності, варто використовувати фізичні підказки (рухати рукою або направляти тіло учня) і уникати додаткових підказок, яких згодом доведеться позбутися.

Пам'ятайте, що ваша мета полягає в тому, щоб учень, коли ви сигналізуєте про закінчення заняття, самостійно пройшов до розпорядку, зірвав наступний знак і попрямував до місця заняття.

## **8** Як навчити учня повертатися до розпорядку і перевіряти його?

Ви можете впровадити перехідний знак, який повідомлятиме учня, що він повинен повернутися до розпорядку та перевірити, яка діяльність є наступною. Перехідним знаком може бути, наприклад: жетон, кулька, напис – «розпорядок», який учень відкладатиме в спеціальний контейнер поряд із розпорядком. Наприкінці діяльності повідомте про її закінчення та

дайте учню перехідний знак, підведіть його до розпорядку та допоможіть розмістити перехідний знак в контейнері. Потім перенаправте його руку на наступний знак діяльності. Згодом, коли ви зауважите, що учень розуміє, що після завершення діяльності йому потрібно повернутися до розпорядку, ви можете позбутися перехідного знака.

Після вашого сигналу про закінчення заняття зачекайте, поки учень сам повернеться до розпорядку.

Також ви можете відразу навчати учня повертатися до розпорядку самостійно: дайте сигнал про закінчення заняття і підведіть його до розпорядку.



Пам'ятайте, що під час фізичної допомоги не варто використовувати словесні підказки та швидко відкликати допомогу, коли вона не є потрібна. Якщо дитина робить багато помилок, це сигнал того, що потрібно впровадити більше допомоги або повернутися до використання перехідного знака.



Співфінансується в рамках проекту "Droga do integracji", який фінансується на основі Програми «Fundusz pomocowy dla organizacji pozarządowych oraz inicjatyw obywatelskich 2022-23», створеної Польсько-Американської Фундацією Свободи, що виконується Фундацією Освіта для Демократії.



POLSKO-AMERYKAŃSKA  
FUNDACJA WOLNOŚCI

Навчально-методичні матеріали створені Фундацією *Synapsis* за підтримки *Orange Polska*  
Ліцензія CC BY-NC-SA 3.0 PL

