

SPECIALIOSIOS MOKYMO PRIEMONĖS

**Rekomendacijos pedagogams, ugdantiems mokinius,
turinčius elgesio ar (ir) emocijų sutrikimų**



Lietuvos įtraukties
švietime centras

įtrauktis

Lietuvos įtraukties švietime centro Elgesio ar (ir) emocijų sutrikimų grupės specialistai parengė rekomenduojamų specialiųjų ugdymo priemonių sąrašą, kuriuo pedagogai ir švietimo pagalbos specialistai gali remtis ir naudoti ugdant mokinius, turinčius elgesio ar (ir) emocijų sutrikimų. Šios priemonės padeda efektyviau lavinti mokinių elgesio ar (ir) emocijų atpažinimo ir valdymo įgūdžius, skatinti mokymosi motyvaciją, ugdyti socialinius įgūdžius.

Šio pedagogams ir švietimo pagalbos specialistams, dirbantiems su mokiniais, turinčiais elgesio ar (ir) emocijų sutrikimų, skirto leidinio tikslas – gerinti mokinių emocinę gerovę, elgesio valdymą ir integraciją į ugdymo procesą. Ugdant mokinius, turinčius elgesio ar (ir) emocijų sutrikimų, būtina atsižvelgti į jų individualius poreikius ir gebėjimus.

Svarbu pažymėti, jog pateiktas priemonių sąrašas yra tik orientacinis, o rekomenduojamos specialiosios ugdymo priemonės gali būti pritaikytos skirtingo amžiaus mokiniams, atsižvelgiant į jų individualius poreikius.

REKOMENDUOJAMOS SPECIALIOSIOS MOKYMO PRIEMONĖS MOKINIAMS, TURINTIEMS ELGESIO AR (IR) EMOCIJŲ SUTRIKIMŲ

SENSORINIŲ SISTEMŲ LAVINIMO PRIEMONĖS

- Sensorinis stalas
- Kūno kojinė
- Pasunkintos priemonės
- Balansinė pagalvė
- Garsą slopinančios ausinės
- Nerimą ir stresą mažinančios priemonės
- Smulkios masažinės priemonės

MOKYMO(SI) APLINKOS PRITAIKYMO PRIEMONĖS

- Balansinės kėdės
- Gumos ant kėdžių, kojų atramos
- Akustinės pertvaros
- Atitvarų sienelės ant suolų

EMOCIJŲ ATPAŽINIMO PRIEMONĖS

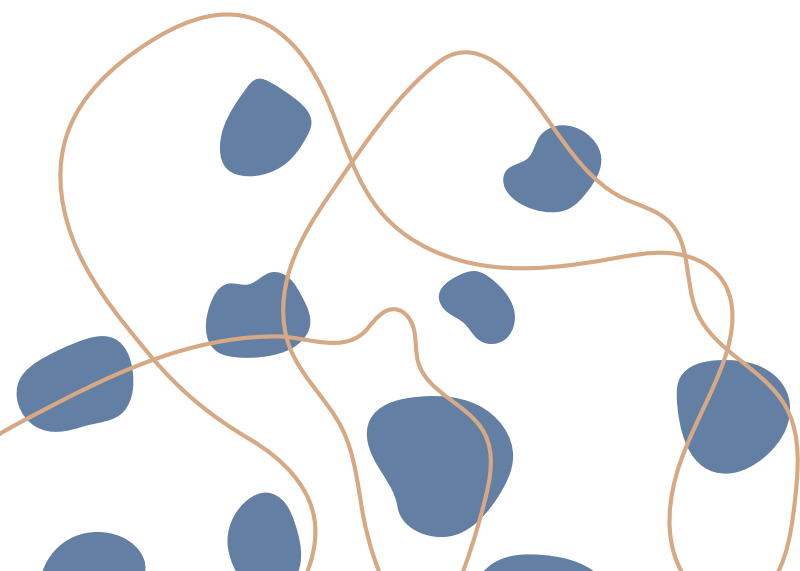
- Emocijų kortelės
- Emocijų termometras
- Meditacinių pratimų kortelės

UGDYMO VEIKLŲ STRUKTŪRAVIMO PRIEMONĖS

- Atgalinės eigos laikmatis
- Vaizdinės kortelės
- Interaktyvieji ekranai
- Interaktyvieji stalai
- Programinė įranga „Boardmaker“

ELGESIO VALDYMO PRIEMONĖS

- Pozityvaus elgesio stiprinimo sistema (apdovanojimų lentelės)
- Edukaciniai stalo žaidimai
- Savireguliacijos strategijų plakatai ar kortelės
- Dėmesio treniruokliai



REKOMENDUOJAMOS SENSORINIŲ SISTEMŲ LAVINIMO PRIEMONĖS

Sensorinės priemonės gali padėti lavinti lytėjimą, klausą, regėjimą, skonį, uoslę, koordinaciją, kūno padėtį, vidinius pojūčius. Taikant priemones mokiniai gali daugiau sužinoti apie savo pojūčius, geriau juos suprasti ir valdyti. Šios priemonės dažniausiai naudojamos mokinių raidai skatinti, sensorinės integracijos iššūkiams mažinti, jos yra naudingos lavinant smulkiąją motoriką, gerinant dėmesio koncentraciją, padeda sumažinti stresą, nerimą, suteikia raminamąjį ir atsipalaidavimo pojūtį. Naudodamiesi sensorinėmis priemonėmis, mokiniai gali lavinti socialinius ir bendravimo įgūdžius, ugdyti kūrybiškumą ir saviraišką.

Sensorinis stalas

Ant sensorinio stalo naudojamos medžiagos, tokios kaip smėlis, vanduo, įvairūs minkšti daiktai, gali padėti nusiraminti nerimastingam, sunkiai susikaupiančiam mokiniui. Naudodamasis šiomis priemonėmis mokinyss gali susitelkti į sensorinius pojūčius, dabarties momentą, o ne į stresą, nerimą.

Pasunkintos priemonės

Šios priemonės švelniai spaudžia kūną, imituoja apkabinimo jausmą, tai didina susikaupimą, sukuria ramybės ir atsipalaidavimo pojūtį. Pasunkintas antklodės rekomenduojama turėti skirtingo svorio, pavyzdžiui, nuo 3 iki 6 kg. Renkantis pasunkintą antklodę svarbu atsižvelgti į mokinio svorį, ji turi atitikti 10 proc. kūno svorio, tai užtikrina pakankamą spaudimą ir neapsunkina judėjimo. Yra ir kitų pasunkintų priemonių variantų: liemenės, apykaklės, žaislai ir kt. Pasunkintas priemonės rekomenduojama naudoti ne ilgiau nei 90 min. per parą. Šios priemonės padeda atsipalaiduoti, nurimti, susikoncentruoti, reguliuoti elgesį.

Kūno kojine

Tai tamprus, kūną apgaubiantis audinys, užtikrinantis kompresinį stimuliavimą. Ši priemonė gali padėti mokiniui nurimti, susikaupti, atsipalaiduoti.

Balansinė pagalvė

Priemonė suteikia galimybę judėti sėdint ant kėdės, tai stiprina raumenis, gerina laikyseną ir koordinaciją. Balansinė pagalvė stimuliuoja vestibulinę ir proprioceptinę sistemas, tai padeda geriau suvokti kūno padėtį erdvėje ir sutelkti dėmesį į užduotį. Mokinyss, sėdėdamas ant pagalvės, gauna reikiamą sensorinės informacijos kiekį, todėl galima išvengti sensorinės perkrovos ir sumažinti nerimą.



Garsą slopinančios ausinės

Priemonė padeda sumažinti aplinkos triukšmą, tai suteikia galimybę atsipalaiduoti ir išvengti per didelio jutiminio krūvio, todėl mokiniams lengviau sutelkti dėmesį į užduotį, jie gali geriau suprasti mokymosi medžiagą ir efektyviau dalyvauti pamokose. Priemonė suteikia galimybę jaustis patogiau triukšmingose socialinėse situacijose, pavyzdžiui, per pertraukas ar renginius, kur gausu žmonių ir garsų.

Nerimą ir stresą mažinančios priemonės

Nerimą ir stresą mažinančios priemonės gali būti įvairios: spalvoti, formą keičiantys, minkšti kamuoliukai; maigyti skirtos priemonės; sensorinės apyrankės; sensoriniai žiedai; sensorinės grandinėlės; smulkūs loginiai žaidimai ir pan.). Jos padeda mokiniui nurimti, susikaupti ar reguliuoti savo elgesį. Šios priemonės labiausiai padeda mokiniams, patiriantiems nerimą, turintiems aktyvumo ar (ir) dėmesio sutrikimą.

Smulkios masažinės priemonės

Šios priemonės gali padėti sumažinti nerimą ir stresą, skatinti atsipalaidavimą. Padeda mokiniams geriau apdoroti ir suprasti jutiminę informaciją. Lavinama smulkioji motorika, skatinamas susikaupimas, mokiniai gali mokytis bendradarbiauti, dalytis ir bendrauti su bendraamžiais. Masažinės priemonės galima naudoti kūrybiškai, kurti įvairias žaidimų formas, taip skatinama vaizduotė.

REKOMENDUOJAMOS MOKYMO(SI) APLINKOS PRITAIKYMO PRIEMONĖS

Rekomenduojamos mokymo(si) aplinkos pritaikymo priemonės gali padėti sukurti palankią, stimuliuojančią ir pritaikytą aplinką mokiniams su skirtingais poreikiais. Tokioms priemonėms priskiriamos sensorinės priemonės, kurios padeda mažinti per didelį aplinkos stimuliavimą arba, atvirkščiai, skatinti pojūčius. Ergonomiškai pritaikyti baldai, poilsio ir mokymosi zonos, tinkamas apšvietimas, garsinė izoliacija – visa tai padeda sumažinti stresą, pagerina mokinių gebėjimą susikaupti ir įsitraukti į ugdymo procesą. Tinkamai pritaikyta aplinka didina savarankiškumą, mokymosi motyvaciją ir socialinę sąveiką.

Balansinės kėdės

Balansinės kėdės yra specialiai pritaikytos mokiniams, kurie dažnai turi poreikį judėti ar sunkiai sukaupia dėmesį ilgai sėdėdami. Šios kėdės skatina aktyvų sėdėjimą, leidžia mokiniams judėti ir išlaikyti pusiausvyrą, tuo pačiu gerindamos jų koncentraciją. Kėdės padeda mokiniams reguliuoti savo kūno pojūčius ir prisitaikyti prie mokymosi aplinkos.

Gumos ant kėdžių, kojų atramos

Guma, tvirtinama ant kėdžių, arba kojų atramos yra naudingos mokiniams, kurie turi sensorinių poreikių arba sunkiai išlaiko dėmesį. Šios priemonės suteikia galimybę tyliai judinti kojas per pamokas, taip leidžiant mokiniams išlieti perteklinę energiją arba sumažinti nerimą, tuo pačiu nesukeliant triukšmo ar trukdžių aplinkiniams. Tai padeda mokiniams susikonscentruoti ir geriau dalyvauti mokymosi procese.

Atitvarų sienelės ant suolų

Atitvarų sienelės ant suolų yra priemonė, skirta mokiniams, kuriems reikia sumažinti vizualinius dirgiklius ir sukurti saugią asmeninę erdvę. Šios sienelės padeda lengviau susikonscentruoti į užduotį, mažina aplinkos trukdžius ir stresą. Jos taip pat suteikia privatumo jausmą, kuris gali būti naudingas mokiniams, kuriems sunku dirbti triukšmingoje ar intensyviai stimuliuojančioje aplinkoje.

Akustinės pertvaros

Akustinės pertvaros yra specialiai sukurtos, siekiant sumažinti triukšmą ir pagerinti garso izoliaciją patalpose. Jos dažnai naudojamos ugdymo, darbo, terapijos aplinkoje ir namuose, siekiant sukurti ramesnę ir produktyvesnę aplinką.

REKOMENDUOJAMOS UGDYMO VEIKLŲ STRUKTŪRAVIMO PRIEMONĖS

Priemonės, skirtos ugdymo veikloms struktūruoti, gali padėti mokiniams geriau suprasti dienos eigą, įgyti daugiau savarankiškumo ir lavinti organizacinius gebėjimus. Naudodamiesi tokiomis priemonėmis kaip vizualinės tvarkaraščių kortelės, vizualinės sekos ar planai, mokiniai lengviau orientuojasi veiklose, geriau supranta užduotį ir jų seką. Aiški struktūra mažina nerimą, padeda susikonscentruoti ir prisideda prie motyvacijos skatinimo. Šios priemonės taip pat palengvina socialinių įgūdžių lavinimą ir tinkamo elgesio palaikymą.

Atgalinės eigos laikmatis

Tai yra vizualinė priemonė, rodanti, kiek laiko liko iki veiklos pabaigos. Dažnai mokiniams, turintiems elgesio ar (ir) emocijų sutrikimų, būna gana sudėtinga pereiti nuo vienos veiklos prie kitos, tai kelia papildomą stresą ir nerimą. Vizualinis laiko rodymas (demonstruojant mažėjantį spalvotą plotą laikmačio ciferblate) padeda mokiniams geriau suvokti laiko tėkmę, sumažina nerimą dėl artėjančio perėjimo nuo vienos veiklos prie kitos ir padeda sklandžiau veikti kasdienėse veiklose.

Vaizdinės kortelės

Tai yra vizualinė priemonė, kuri padeda geriau suprasti ir atlikti užduotis, sumažinti stresą, nerimą. Naudojant paveikslėlius, simbolius, nuotraukas, užduotys pateikiamos nuosekliai, sudaroma mokinio dienos tvarkė. Vaizdinės kortelės padeda mokiniams geriau suvokti užduoties eigą, išlaikyti dėmesį ir motyvaciją atlikti užduotis.

Interaktyvieji stalai

Tai mobilus, stabilus ir tvirtas interaktyvusis stalas, naudojamas kaip didelė planšetė. Mokymosi procesas tampa interaktyvus, naudingas ir įdomus. Atlieka panašią funkciją kaip interaktyvusis ekranas, tačiau gali būti patogesni siekiant įgyvendinti bendradarbiavimo užduotis, kai keli mokiniai gali įsitraukti į veiklą stovėdami vieni prieš kitus.

Programinė įranga „Boardmaker“

Tai programinė įranga, kuri leidžia kurti vizualinius tvarkaraščius, simbolius ir paveikslėlius, skirtus padėti mokiniams suprasti dienos veiklą ar socialines situacijas.

Interaktyvieji ekranai

Priemonė suteikia mokiniams galimybę liesti, piešti ir ieškoti informacijos tiesiai ant lentos. Tai padeda jiems geriau suprasti mokomąją medžiagą. Interaktyviosios lentos taip pat leidžia individualizuoti mokymosi procesą, pritaikant jį prie mokinių poreikių ir įgūdžių lygio.



REKOMENDUOJAMOS EMOCIJŲ ATPAŽINIMO PRIEMONĖS

Priemonės, skirtos emocijoms atpažinti, padeda mokiniams geriau išreikšti jausmus ir pagerinti bendravimo įgūdžius, leidžia suprasti ir valdyti emocijas, taip pat ugdyti savireguliaciją. Tokios priemonės apima įvairias užduotis, žaidimus ir mokymo metodus, kurie skatina mokinius atpažinti savo bei kitų emocijas. Naudodamiesi šiais įrankiais, mokiniai gali lavinti empatiją ir tinkamai reaguoti į skirtingas emocines situacijas. Emocijų atpažinimo priemonės taip pat padeda ugdyti emocinį intelektą, leidžia mokiniams geriau kontroliuoti impulsus, mažinti stresą ir efektyviau spręsti konfliktus. Tokios priemonės yra itin naudingos mokiniams, turintiems emocinių sunkumų, nes jos suteikia galimybę mokytis tinkamai išreikšti emocijas ir lengviau kurti santykius su aplinkiniais.

Emocijų termometras

Priemonė padeda mokiniui geriau suprasti ir atpažinti patiriamą emociją, taip pat suteikia galimybę suaugusiems geriau suprasti mokinio jausmus. Naudodamasis emocijų termometru mokinys gali pažymėti, kaip jaučiasi tam tikru metu: nuo „labai ramus“ iki „labai piktas“.

Meditacinių pratimų kortelės

Meditacinių pratimų kortelės padeda atpažinti ir suprasti jausmus, juos išreikšti, ugdyti savireguliaciją. Mokiniai gali geriau sutelkti dėmesį, meditaciniai pratimai padeda sumažinti nerimą, įtampą. Korteles galima naudoti ir individualiai, ir grupėse.

Emocijų kortelės

Emocijų kortelės ar nuotraukos su skirtingomis veido išraiškomis kaip laimė, džiaugsmas, pyktis ar liūdesys gali padėti mokiniui mokytis atpažinti, suprasti savo ir kitų emocijas. Mokinys, naudodamasis kortelėmis ir analizuodamas besikeičiančias veido išraiškas, mokosi atpažinti ir skirti emocijas. Naudojantis kortelėmis kaip vizualine priemone, galima diskutuoti apie emocijų valdymo būdus, ieškoti mokiniui priimtinausio būdo.

REKOMENDUOJAMOS ELGESIO VALDymo PRIEMONĖS

Elgesio valdymo priemonės padeda mokiniams suprasti savo elgesį ir elgesio pasekmes, gerinti socialinius įgūdžius, įtvirtinti tinkamo elgesio modelius. Naudodamiesi šiomis priemonėmis, mokiniai gali išmokti atpažinti, kokios situacijos ir emocijos skatina tam tikrus elgesio modelius, ir atrasti tinkamas elgesio alternatyvas. Tokios priemonės apima tiek individualius, tiek grupinius metodus, kurie padeda sustiprinti teigiamus elgesio pokyčius ir skatinti atsakomybę už savo veiksmus. Elgesio valdymo priemonės taip pat padeda mokiniams geriau suprasti ir valdyti konfliktines situacijas, skatina bendradarbiavimą ir kūrybiškumą sprendžiant problemas. Šios priemonės yra naudingos ugdant savireguliaciją, padeda mokiniams įtvirtinti pozityvius elgesio modelius.

Pozityvaus elgesio skatinimo sistema (apdovanojimų lentelės)

Įvardijus lūkesčius elgesio atžvilgiu ši sistema padeda skatinti tinkamą mokinių elgesį. Tinkamą mokinio elgesį galima paskatinti žodžiu, skirti taškus ar lipdukus. Sutartą taškų ar lipdukų skaičių surinkusį mokinį galima apdovanoti iš anksto numatytu prizu.

Savireguliacijos strategijų plakatai ar kortelės

Kortelės arba plakatai su paveikslėliais bei tekstu, nurodančiais, kokius veiksmus mokinys gali atlikti patirdamas stiprias emocijas, padeda jam nusiraminti, mokytis savarankiškai valdyti emocijas, priimti sprendimus, ugdo savireguliacijos įgūdžius. Tokios kortelės gali būti naudojamos mokinio darbo vietoje, priklijuojamos ant stalo ar kitoje klasės erdvėje.

Dėmesio treniruokliai

Dėmesio lavinimo žaidimai, kuriuose mokinys turi sutelkti dėmesį į tam tikrą užduotį ar detales, ugdo dėmesio koncentraciją, pastabumą. Tokie žaidimai mokinius skatina ieškoti skirtumų tarp paveikslėlių arba atlikti sekos užduotis.

Edukaciniai stalo žaidimai

Edukaciniai stalo žaidimai, kurie turi aiškią struktūrą, padeda mokiniams suprasti socialinio elgesio normas, taisykles, mokytis ribų laikymosi, bendradarbiavimo.

Lietuvos įtraukties švietime centras
Adresas Džiaugsmo g. 44 11302 Vilnius
Telefonas +370 676 96044
El. paštas info@lisc.lt

www.lisc.lt
Facebook
Youtube



Lietuvos įtraukties
švietime centras

įtrauktis