

SLIKOVNE UPUTE - PREPORUKE TEMELJENE NA PRIMJERIMA DOBRE PRAKSE



Sadržaj:

Projekt „My work is my future“	3
Slikovne upute za obavljanje aktivnosti.....	4-10
Pakiranje vrećica.....	11-13
Kuhanje juhe.....	14
Oblačenje tenisica.....	15-16
Oblačenje traperica.....	17-18
Šiljenje olovke.....	19-20
Pravljenje oblika od tijesta za modeliranje.....	22-22
Spuštanje niz tobogan.....	23
Legu kocke.....	24-25
Puzzle s oblicima.....	26-29
Brojanje do 9.....	30-33
U trgovini.....	34-35
Vožnja vlakom.....	36-37

PROJEKT „MY WORK IS MY FUTURE“

Projekt "My work is my future" („*Moj posao je moja budućnost*“) ima za cilj poboljšati radne vještine i vještine potrebne u strukovnom obrazovanju učenika s intelektualnim teškoćama kako bi se olakšao prijelaz iz sustava obrazovanja u svijet rada. Učenici s posebnim obrazovnim potrebama su u opasnosti od segregacije i njihove šanse za uspjeh na tržištu rada su vrlo ograničene. U timu koji se sastoji od 5 europskih zemalja i Turske, izmjenjivat će se primjeri dobre prakse, metode, pristupi i obrazovni programi s posebnim naglaskom na opće radne i strukovne vještine, a sve sa ciljem osiguravanja veće kvalitete obrazovanja, unaprijeđenja kompetencija učenika s posebnim obrazovnim potrebama i olakšavanja njihovog prijelaza u svijet rada. Škole sudionice projekta ukupno obrazuju gotovo 900 učenika, a zapošljavaju više od 300 stručnjaka koji će imati izravne koristi od rezultata projekta, a tendencija je da i ostali stručnjaci, učenici i članovi njihovih obitelji posredno, putem web stranice, također imaju korist od rezultata.

Tema: Obrazovanje osoba s posebnim potrebama

Jezici: Engleski-hrvatski-poljski-rumunjski-slovački-turski

Dob učenika: 3-20

Metode i tehnike korištene u projektu: chat, e-mail, forum, programi (Powerpoint, video, fotografije i crteži), dnevnik projekta, Twinspace, video konferencije, web stranice

Ciljevi:

- **Ciljna skupina 1-** učenici, studenti i odrasle osobe s posebnim obrazovnim potrebama poboljšat će svoje radne vještine i vještine potrebne u strukovnom obrazovanju korištenjem novih tehnologija: informacijsko-komunikacijskih tehnologija (ICT), tableta, interaktivnih pametnih ploča, alternativnih metoda komunikacije, TEACCH pristupa, vizualizacije i strukturalizacije te video scenarija.
- **Ciljna skupina 2-** profesionalci (nastavnici, psiholozi, socijalni radnici, radni terapeuti, pomoćnici u nastavi) koji rade s učenicima i studentima s posebnim obrazovnim potrebama poboljšat će svoje vještine i kvalifikacije u području radnih i ostalih vještina potrebnih u strukovnom obrazovanju, dobiti nove spoznaje i saznanja, iskustva, metode, strategije, obrazovne resurse, alate i ICT vještine u obliku formalnog i neformalnog obrazovanja.

SLIKOVNE UPUTE ZA OBAVLJANJE AKTIVNOSTI

Vizualno poredane upute

Vizualna potpora pomoću slikovnih uputa kreirana je kako bi se prikazao način izvršavanja određenih zadataka za djecu s autizmom i/li teškoćama učenja.

Slikovne upute mogu se koristiti kao potpora za usvajanje:

- Vještina samozbrinjavanja
- Higijene
- Kućanskih poslova
- Pripremanja hrane
- Radnih vještina

Sadržaj i metode slikovnih uputa ovise o specifičnostima učenika i osoba za koje su te upute i namijenjene.

Mogu se koristiti:

- Riječi
- Fotografije
- Slike
- Predmeti

Glavni cilj: osamostaljivanje osoba u vještinama samozbrinjavanja (uključujući i neovisnost o verbalnim uputama)

Glavni razlozi za ovisnost osoba s poremećajima iz autističnog spektra o drugima:

- Manjak socijalnih vještina i socijalizacije (pr. djecu s autizmom ne motivira prihvaćanje i odobravanje okoline te kod njih u razvoju općenito nedostaje samostalnosti u obavljanju zadataka. Također, smanjena je i mogućnost učenja po modelu)
- Motoričke teškoće (potrebno ih je poučiti vještinama samozbrinjavanja)
- Problemi senzornog procesuiranja koji se odražavaju na ponašanje

Korištenje slikovnih uputa

- Jedini način na koji se može pomoći osobi s autizmom i/li teškoćama učenja da funkcionira bez pomoći odraslih jest jačanjem samostalnosti.
- Učenje svakodnevnih vještina od najranije dobi najbolji je način pripreme za samostalan život u budućnosti.
- Prije nego se započinje s poučavanjem tih vještina, važno je razumjeti specifične mogućnosti djece s autizmom kako bi se znalo koje korake uključiti u slikovne upute.
- Vršanjem procjene identificiraju se koraci koje djeca već znaju te koje korake još moraju naučiti. Tek nakon toga se može kreirati vizualna potpora.
- Promatranjem djeteta uočavamo korake koje još nije usvojilo (npr. Vještina pranja ruku sastoji se od nekoliko koraka, a identificira se da dijete nije usvojilo jedan od tih koraka).
- Vizualna pomagala ne moraju se neprestano koristiti. Ako je dijete sposobno izvršiti zadatak bez vizualne potpore, postupno se smanjuje korištenje vizualnih pomagala.
- Kada primijetimo da je dijete sposobno određen korak iz cijelog procesa učiniti bez vizualne potpore, uputa za taj korak uklanja se iz slikovnih uputa.

Koja je svrha slikovnih uputa?

- Postići samostalnost kako se osoba ne bi morala oslanjati na pomoć drugih (uključujući i neovisnost o verbalnim uputama)
- Cilj slikovnih uputa nije detaljna vizualizacija procesa nego slikovna uputa koja maksimalno povećava njihovu samostalnost u izvršavanju čitavog procesa
- Slikovne upute pomažu nadoknaditi nedostatke u sposobnostima shvaćanja verbalnih uputa. „Ono što vidimo je stvarno.“ (Mesibov, 1996)

Kako bi slikovne upute trebale izgledati?

Forma slikovnih uputa je individualna i ovisi o sposobnostima pojedinca za apstraktno razmišljanje i sposobnostima usvajanja vještina.

Mogu se koristiti

- Predmeti
- Fotografije
- Slike
- Slike s popratnim tekstom
- Riječi

Planiranje usvajanja vještina samozbrinjavanja i radnih vještina

- Kada se želi unaprijediti usvojenost određenih vještina samozbrinjavanja korištenjem slikovnih uputa, prvo se mora utvrditi trenutni stupanj samostalnosti osobe u pojedinim područjima.
- Stupanj samostalnosti može se otkriti (izmjeriti) korištenjem različitih razvojnih skala koje mogu pomoći utvrditi trenutni stupanj razvoja u pojedinoj vještini djeteta s kojim radimo.

Procjena usvojenosti vještine samozbrinjavanja

Promatranje

Usmjerite se na područje vještina samozbrinjavanja koje želite poboljšati:

Procjena će se temeljiti na ovim ključnim točkama:

- Koje od svakodnevnih aktivnosti samozbrinjavanja osoba može obavljati samostalno, a koje ne može obaviti bez pomoći drugih?
- Kada se prepoznaju nedostaci, važno je razjasniti potječu li nedostaci iz nedovoljno razvijenih vještina ili iz manjka motivacije za obavljanje aktivnosti
- Je li stupanj razvijenosti vještine fine motorike nedovoljan za samostalno obavljanje aktivnosti samozbrinjavanja?
- Mogu li osobe s autizmom izvršiti aktivnosti prema redoslijedu?
- Kakva je djetetova mogućnost oponašanja drugih?
- Kako osoba s autizmom komunicira s drugima? (verbalno, korištenjem gesti ili znakova, slika, fotografija ili napisanog teksta)
- Koje situacije su dovoljno motivirajuće za korištenje u poučavanju i uvježbavanju samostalnosti?
- Koji je najučinkovitiji poticaj za pojedinu osobu s autizmom s kojom želimo raditi?

Promatranje i planiranje

Važno je poznavati svakodnevne aktivnosti osobe:

- Može li se osoba samostalno okupati/oprati?
- Može li oprati zube, obući i presvući odjeću bez pomoći drugih?
- Može li jesti, natočiti vodu u čašu te koristiti pribor za jelo bez pomoći drugih?
- Može li pomoći u obavljanju kućanskih poslova?
- Je li u mogućnosti odlaziti samostalno u školu i kupnju te organizirati svoje slobodno vrijeme?

Prilikom odgovaranja na prethodna pitanja moramo imati u vidu godine starosti kao i stupanj razvoja na kojem se osoba nalazi, ali i prioritete roditelja.

Važno je usredotočiti se na proučavanje ima li osoba mogućnosti izvršiti zadatak:

- Ima li osoba dobro razvijenu grubu motoriku ili se prvo moramo usredotočiti na poboljšanje područja grube motorike?

Sljedeće važno pitanje je motivacija:

- Je li neophodno biti samostalan u svakodnevnim aktivnostima samozbrinjavanja?
- Je li moguće motivirati osobu nekim poticajima?
- S kim i u kojim situacijama osoba može izvršiti zadatak?

Metode uvježbavanja

Prilikom poučavanja složenijih radnji pomoću slikovnih uputa mogu se koristiti sljedeće metode:

- Poučavanje u koracima od prvog do posljednjeg koraka
- Poučavanje u koracima obrnutog redoslijeda / od posljednjeg prema prvom korakom
- Demonstracije / Modeliranje i imitacije
- Fizičko vođenje
- Vizualizacije (korištenje slikovnih uputa)

Koje metode uvježbavanja izabrati?

Prilikom razmatranja odgovarajućih metoda uvježbavanja moramo osvijestiti zajedničke teškoće osoba s autizmom:

- Problem s oponašanjem- koristi se fizičko vođenje
- Problem socijalnog modeliranja- u modeliranju socijalnih ponašanja koriste se usporedno demonstracija i fizičko vođenje
- Problem s pohranjivanjem redoslijeda izvršavanja zadatka- zadatak se podijeli na više jednostavnijih koraka
- Problem s orijentacijom i organizacijom/usmjeravanje na nebitne detalje- vizualno se ističe važno (npr. određena strana na odjeći)
- Problem s razumijevanjem koncepta zadatka- koristi se „lančano usvajanje vještina“- vještina se poučava od zadnjeg koraka prema prvom te se na zadnjem koraku zadržava sve dok osoba potpuno ne usvoji taj korak
- Problem s percepcijom vremenskih uvjeta (godišnja doba, vremenska prognoza)- osobe s poremećajima iz autističnog spektra često ne mogu pravilno procijeniti koju odjeću trebaju obući za određene vremenske uvjete (potrebne i korisne slikovne upute)

- Problem razumijevanja društvenih pravila i posljedica njihovih kršenja- često su nesvjesni kako njihova pojava i ponašanje utječe na druge ljude (pr. često su neuredni)
- Problem razumijevanja važnosti održavanja higijene, zdravlja i samozaštite (npr. Zašto je neophodno prati ruke nakon obavljanja nužde i sl.)

Osnovni principi prilikom korištenja slikovnih uputa

Prirodno je da želimo da osoba s autizmom bude prilagodljiva i fleksibilna. Naš cilj nije poučiti osobe s poremećajem iz autističnog spektra mehaničkom ponavljanju redosljeda radnji, nego je cilj integrirati promjene u radne sheme onako kako će se pojavljivati u svakodnevnom životu. Naravno, to neće biti moguće niti primjereno u svakoj situaciji jer je čvrsto povezano i ovisi o stupnju autizma koji osoba ima.

U takvim situacijama korisno je kombinirati vizualni raspored s dnevnim rutinama kako bi osoba s autizmom nakon svakog koraka mogla vidjeti koji je sljedeći korak.

Za osobu koja uči pomoću slikovnih uputa, vizualno pregledno i jasno bi trebalo biti sljedeće:

- koji je korak dovršen
- na kojem koraku je osoba trenutno
- koji je sljedeći korak

Ima puno različitih načina na koje se može vizualno prikazati korake, a koji će bit izabrani ovisi o stupnju razvoja osobe te njezinih finih motoričkih vještina i mogućnosti održavanja pažnje. Neki od njih su sljedeći:

- preklopiti sliku s korakom koji je savladan
- utisnuti pečat na označeni prostor na kartici/slici koji prikazuje svladani korak
- označiti svladani korak naljepnicom ili štipaljkom
- prekrižiti svladani korak
- okrenuti sliku koja prikazuje svladani korak poledinom na vanjsku stranu
- izdvojiti sliku koraka i odložiti u označenu kutiju za svladane korake i sl.
- Ukoliko je osoba spremna korak izvršiti samostalno, bez pomoći drugih, postupno se smanjuje vizualna potpora. Treba biti oprezan s nastavkom koraka jer, ako se vizualna potpora pomagala ukinu prebrzo, osoba s poremećajem iz autističnog spektra ne mora prihvatiti ili prilagoditi se nastavku (nenamjerno).
- Moramo naučiti gledati osobe s autizmom točno onakvima kakve one jesu, a ne onakve kakve bismo mi htjeli da budu.

Vizualna potpora s uputama kreirana je za djecu s autizmom i/li s teškoćama učenja s namjerom prikazivanja kako izvršiti određenu radnju/aktivnost/zadatak.

Važno je znati da se prikazani koraci mogu:

- preurediti

preskočiti

ponoviti

ukoliko je potrebno kako bi se postigla maksimalna samostalnost i spontanost osobe s autizmom.

Uvježbavanje vještine uz pomoć predmeta

Primjer:

Zadatak: Oblačenje kaputa (5 koraka)

Opći cilj: Uvježbavanje vještina svakodnevnog života

Specifični cilj: Oblačenje kaputa

Razina: predmet

Metode:

Modeliranje i cjelovito fizičko vođenje

Istovremeno oponašanje modela (učitelj/ roditelj) koji pokazuje radnju s kaputom osobe koja promatra

Radnja može biti podijeljena u nekoliko koraka

Naglasak je na usavršavanju svakog koraka

Uvježbavanje vještine uz pomoć fotografija

Primjer:

Zadatak: Oblačenje kaputa (5 koraka)

Opći cilj: Uvježbavanje vještina svakodnevnog života

Specifičan cilj: Oblačenje kaputa

Razina: slike

Metode:

Lančano uvježbavanje od prvog prema zadnjem koraku

Lanac pojedinačnih slika s lijeva nadesno ili od vrha prema dnu

Izvršavanje koraka prikazuje se na način da se slika koraka okrene na drugu stranu (vidljiva samo poleđina slike)

Upute su napravljene na način da slijede individualne potrebe osobe

Uvježbavanje vještine uz pomoć riječi

Primjer:

Zadatak: Oblačenje kaputa (5 koraka)

Opći cilj: Uvježbavanje vještina svakodnevnog života

Generalni cilj: Oblačenje kaputa

Razina: riječi

Metode:

Lančano uvježbavanje od prvog prema zadnjem koraku

Korištenje pismenih uputa za izvršavanje koraka s lijeva na desno. Dodatno vođenje koristi se samo ako osoba ne može nastaviti izvršavanje zadatka ili zatraži pomoć.

U knjižici su korištene informacije iz sljedećih izvora:

VIDIE Ť ZNAMENÁ VEDIE Ť – TO SEE MEANS TO KNOW

KATALÓG DIDAKTICKÝCH POMÔCOK – CATALOGUE OF DIDACTIC RESOURCES

written by:

Karen Gašparových, Ji ř ina Kántorová, Zuzana Pe ť ovská,

Andrea Šedibová, Adela Štrpková, Dagmar Šuranová

© Autistické centrum Andreas® n.o., 2010

RADNE VJEŠTINE

IZRADA JEDNOKRATNIH NAVLAKA ZA CIPELE



Pripremam materijal potreban za izradu jednokratnih navlaka za cipele.



Navučem d...
vrećice.



Poravnam drveni predložak s rubom plastične vrećice.



Uzimam gu...



Navlačim gumicu preko prstiju.



Navlačim g...
stavljajući j...



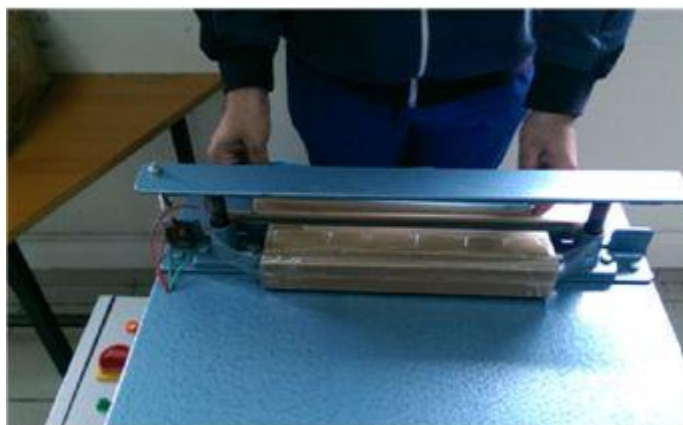
Postavim gumice s obje strane zarezanog utora na drvenom predlošku.



Rub plastične vrećice s obje strane drvenog predloška preklapam preko gumice.



Predložak premjestim na mjesto pokraj stroja za varenje plastičnih vrećica.



Drveni predložak preklapam preko plastičnih vrećica.



Nogom pritisnem papučicu stroja kako bi se plastični dio zavario.



Završavam zavarivanje.



Skidam gotovu navlaku za cipele s drvenog predloška.



Uzimam dvije navlake u ruke.



Rolam navlake kako bi se zadržale jedna u drugoj.



Prebrojavam kompletirane parove vrećica i spremam u veliku vreću.

RADNE VJEŠTINE

KUHANJE JUHE



Na početku pripremam potrebne sastojke za kuhanje juhe.



Pročitam upute na poleđini vrećice kako bi stavio/la točna količinu vode u posudu.



U posudu ulijem sav sadržaj vrećice juhe.



Posudu stavim na štednjak, a potom upalim struju.



Miješam juhu sve dok ne prokuha.



Juhu poslužim na tanjuru.

VJEŠTINE SAMOZBRINJAVANJA

OBLAČENJE TENISICA



Odvežem vezice za cipele i spustim ih na pod pokraj tenisica.

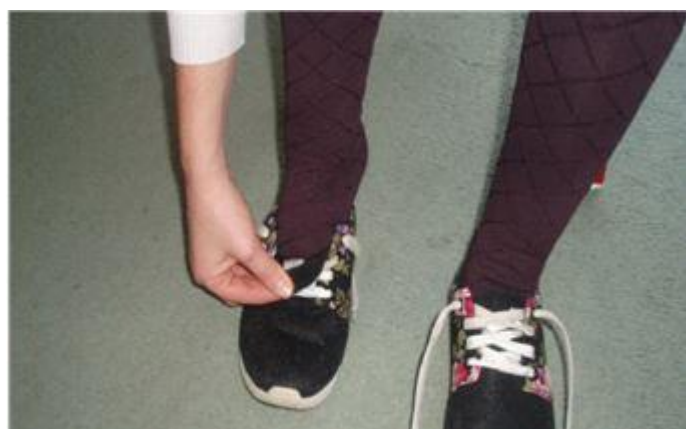
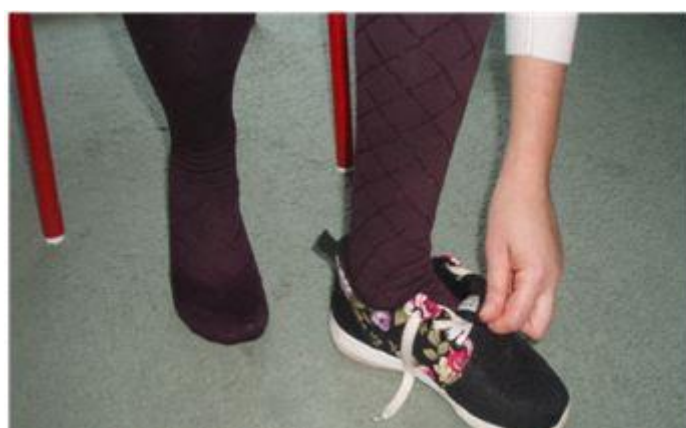


Rastvorim tenisicu i stavim lijevo stopalo unutra.



lo moglo

Zavežem vezice za tenisice.



Tenisicu ponovno rastvorim i unutra stavim desno stopalo.



Ponovno pridržavam tenisicu na peti kako bi stopalo lakše moglo ući u tenisicu.



Zavežem vezice.



Završavam proces oblačenja tenisica.

VJEŠTINE SAMOZBRINJAVANJA

OBLAČENJE TRAPERICA



Traperice držim s obje strane, a gumb i patentni zatvarač su otkopčani.



Sjednem na stolac.



Stavim lijevu nogu u lijevu nogavicu.



Stavim desnu nogu u desnu nogavicu.



Izvučem desnu nogu iz nogavice.





Izvučem lijevu nogu iz nogavice.



Ustanem se i povučem s obje strane traperice prema struku.



Primim gumb i utor za gumb.



Zakopčam gumb.



Primim patentni zatvarač.



Zakopčam zatvarač.

MOTORIČKE VJEŠTINE

ŠILJENJE OLOVAKA



Stavim materijal potreban za šiljenje olovke na stol.



Uzmem šiljilo za olovke u ruke.



Uzmem olovku u drugu ruku.



Stavim olovku u otvor u šiljilu predviđen za to te okrećem olovku dok se ne naoštri dovoljno.



Izvadim olovku iz šiljila i provjerim vrh olovke.



Ispraznim ostatke iz šiljila na papirnatu maramicu.



Olovka je spremna za korištenje.



Ponovim iste kor



Presavijem jedan rub maramice koja sadrži ostatke šiljenja.



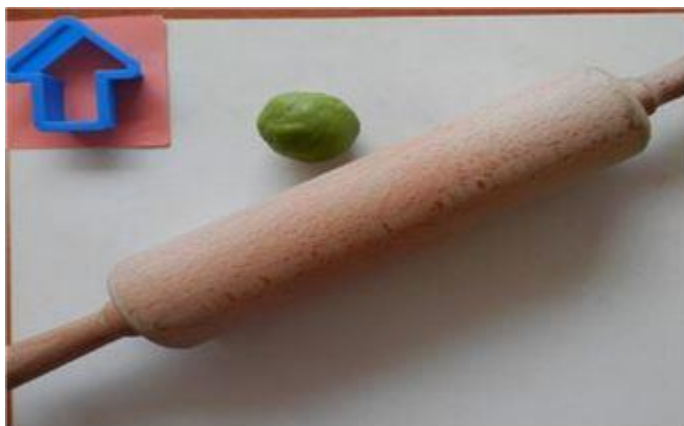
Presavijem drugi šiljenja.



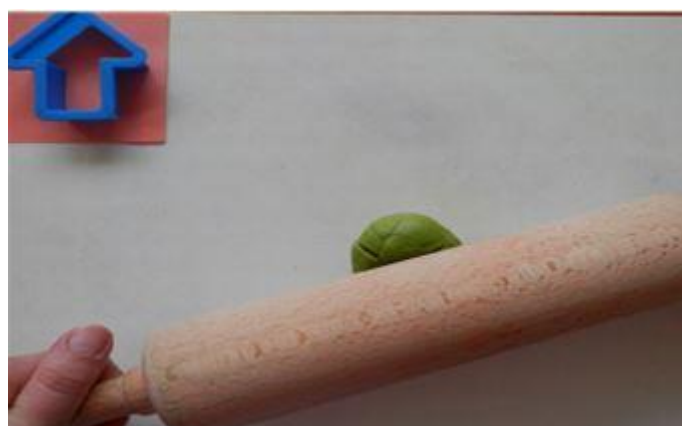
Bacim ostatke šiljenja u smeće.

MOTORIČKE VJEŠTINE

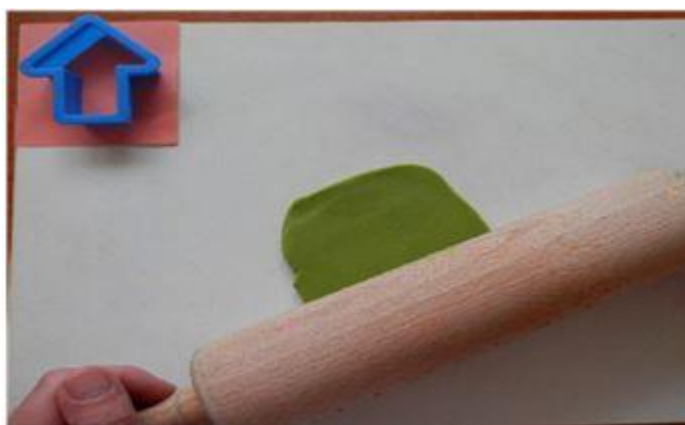
PRAVLJENJE OBLIKA OD TIJESTA ZA MODELIRANJE



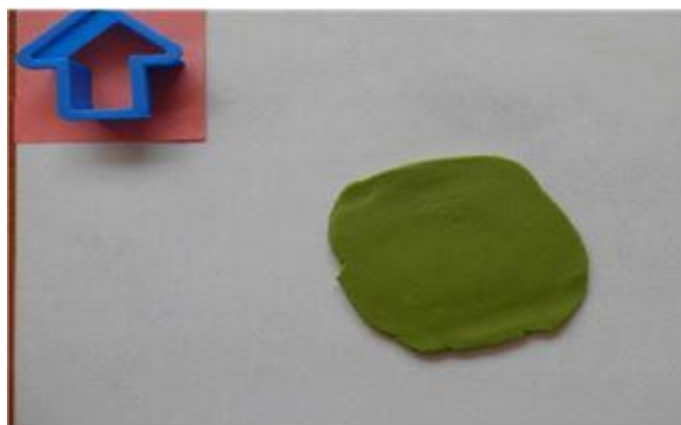
Stavim potreban materijal na stol.



Pritisnem t
tijesto.



Valjam valjkom za tijesto naprijed-natrag po tijestu
dok se ne poravna.



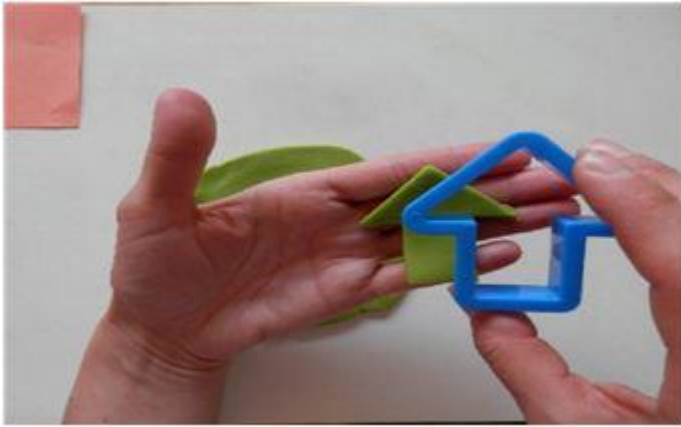
Valjam tijesto dok se ne poravna što je više moguće.



Stavim kalup raznih oblika na tijesto i pritisnem.



Maknem kalup za tijesto, a skupa s njim i oblikovano
tijesto.



Izvadim oblikovani dio tijesta iz kalupa.

Stavim o
osušio.

VJEŠTINE IGRANJA SPUŠTANJE NIZ TOBOGAN



Popnem se ljestvama na vrh tobogana.



Stanem na dno ljestava od tobogana



Sjednem na tobogan i pridržavam se objema rukama za tobogan.



Spustim se niz tobogan.

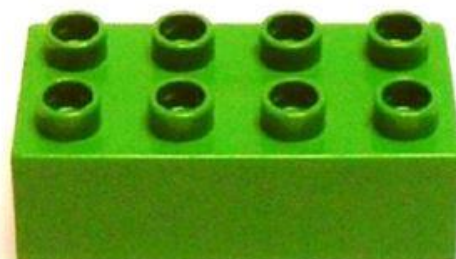


Ustanem se.

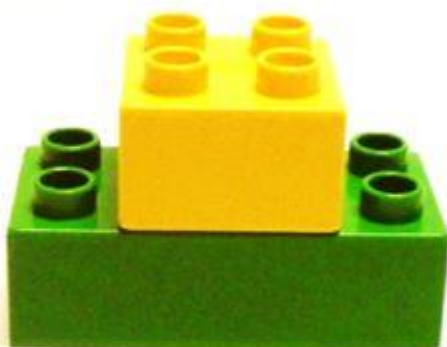
VJEŠTINE IGRANJA SLAGANJE LEGO KOCKI



Stavim model kocki na stol.



Stavim prvu kocku na stol.



Stavim drugu kocku na vrh prve.



Stavim treću kocku na vrh druge.



Stavim četvrtu kocku na vrh treće.



Stavim petu kocku na vrh četvrte.



Stavim šestu kocku na vrh pete.



Stavim sedmu kocku na vrh šeste.



Stavim osmu kocku na vrh sedme.



Stavim devetu kocku na vrh šeste, sedme i osme.



Stavim zadnju kocku na vrh i završavam model.

AKADEMSKE VJEŠTINE PUZZLE S OBLICIMA



Stavljam potreban materijal na stol.



Uzimam crveni krug kako bih posložio/la svjetla na semaforu.



Stavljam crveni krug na vrh semafora.



Uzimam žuti krug kako bih posložio/la svjetla na semaforu.



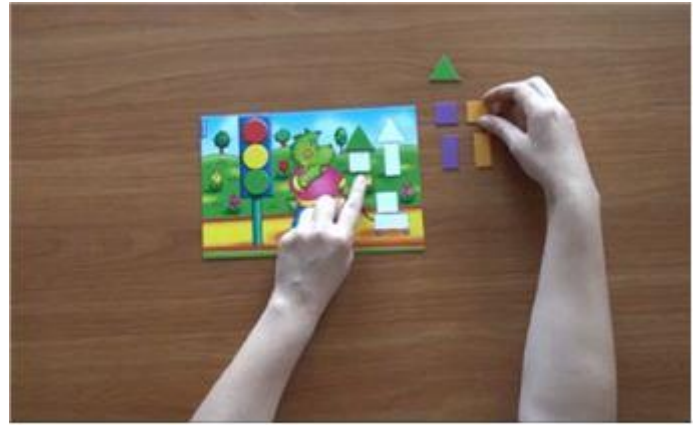
Stavljam zeleni krug na dno semafora.



Uzimam zeleni trokut kako bih posložio/la kuću na lijevoj strani.



Stavljam zeleni trokut na vrh kuće.



Uzimam narančastu kuću na lijevoj strani.



Stavljam kvadrat na donji dio kuće.



Uzimam zeleni trokut kako bih posložio/la krov kuće na lijevoj strani.



Stavljam zeleni trokut na vrh kuće.



Uzimam narančasti pravokutnik kako bih posložio/la kuću na lijevoj strani.



Stavljam pravokutnik na donji dio kuće.



Uzimam ljubičasti kvadrat kako bih posložio/la vrh automobila.



Stavljam ljubičasti kvadrat na vrh automobila.



Uzimam ljubičasti pravokutnik kao bih posložio/la automobil.





Stavljam ljubičasti pravokutnik na donji dio auta.

Završavam s

AKADEMSKE VJEŠTINE

BROJANJE DO 9



Poredam niz brojeva do 9.

Prstima primim



Stavim broj nula na lijevu stranu ploče.



Prstima primim broj jedan.



Stavim broj jedan na ploču.



Uzmem broj dva.



Stavim broj dva na ploču.



Uzimam broj tri.



Stavim broj tri na ploču.



Uzimam broj četiri.



Uzimam broj pet.



Stavljam broj pet na ploču.



Uzimam broj šest.



Stavljam broj šest na ploču.



Uzimam broj sedam.



Stavljam broj sedam na ploču.



Uzimam broj osam.



Stavljam broj osam na ploču.



Uzimam broj devet.



Stavljam broj devet na ploču.

SOCIJALNE VJEŠTINE U TRGOVINI



Odlazim kupovati u trgovinu.



Uzimam p



našao/la

Provjeravam sastojke proizvoda i rok trajanja.



Stavljam proizvode u košaru za kupnju.

Na kra



4





Izvadim proizvode iz košare i stavim ih na traku na blagajni.

Platim iznos računa za kupljene proizvode.

Pospremim proizvode u vrećicu i izlazim iz trgovine.

SOCIJALNE VJEŠTINE

VOŽNJA VLAKOM



Dolazim na željeznički kolodvor.



Pripremam svoju kartu za provlačenje kroz automat za karte.



Očitavam svoju kartu.



Prolazim kroz automat za karte.



Približavam se vlaku kad stane.





Čekam dok se vrata ne otvore.



Kada s
izaći iz



Ulazim u vlak.



Pritisnem gumb za otvaranje vrata prije stanice na kojoj želim izaći van.



Izlazim iz vlaka kada se vrata otvore.



Sufinancirano sredstvima programa Europske unije Erasmus+. Ova publikacija odražava isključivo stajalište autora publikacije i Komisija se ne može smatrati odgovornom prilikom uporabe informacija koje se u njoj nalaze.