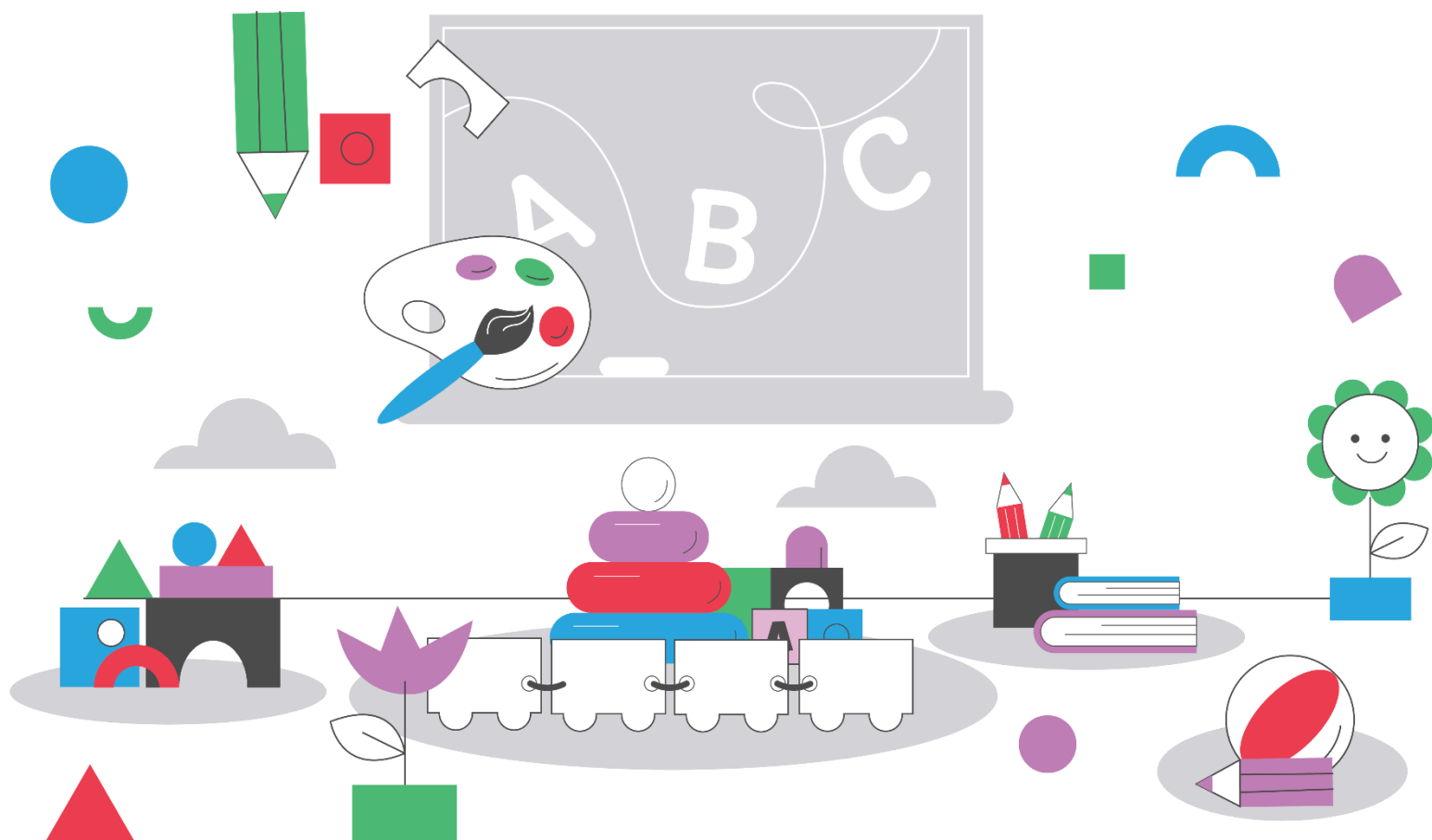
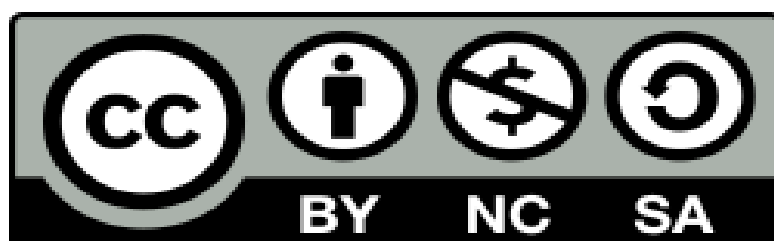




A3.3 ASD Toolbox – „Narzędziownik”



Spis treści

| | |
|--|-----------|
| Spis treści..... | 2 |
| Wprowadzenie – Cel i przegląd skrzynki narzędziowej | 3 |
| Cel tego zestawu narzędzi | 3 |
| Ten zestaw narzędzi pomoże Ci: | 3 |
| <i>Jak skutecznie korzystać z tego zestawu narzędzi</i> | <i>3</i> |
| Przegląd pięciu rozdziałów | 4 |
| <i>Struktura rozdziałów oparta na dziedzinach uczenia się</i> | <i>4</i> |
| <i>Rozdział 1: Rozwój społeczny</i> | <i>4</i> |
| <i>Rozdział 2: Rozwój emocjonalny</i> | <i>5</i> |
| <i>Rozdział 3: Rozwój fizyczny</i> | <i>5</i> |
| <i>Rozdział 4: Rozwój poznawczy</i> | <i>5</i> |
| <i>Rozdział 5: Rozwój języka i komunikacji</i> | <i>6</i> |
| Rozdział 1: Rozwój społeczny | 6 |
| Obszary zainteresowania | 7 |
| Cele rozdziału | 7 |
| Baza dowodowa | 7 |
| <i>1. Nauczanie i interwencja oparta na rówieśnikach (PBI)</i> | <i>7</i> |
| <i>2. Grupy zabawowe ze strukturą</i> | <i>7</i> |
| <i>3. Modelowanie rówieśnicze</i> | <i>7</i> |
| <i>4. Wsparcie wizualne</i> | <i>7</i> |
| <i>5. Trening skupienia uwagi</i> | <i>7</i> |
| Narzędzia zawarte w tym rozdziale | 8 |
| <i>Narzędzie 1: Gra "Podaj błysk"</i> | <i>8</i> |
| <i>Narzędzie 2: Wspólny projekt artystyczny</i> | <i>8</i> |
| <i>Narzędzie 3: Czekające ręce</i> | <i>9</i> |
| <i>Narzędzie 4: "Zestaw do konstrukcji współpracy"</i> | <i>10</i> |
| Plany aktywności | 11 |

| | |
|---|-----------|
| <i>Plan aktywności 1</i> | 11 |
| <i>Plan aktywności 2</i> | 12 |
| Bibliografia i zasoby | 13 |
| <i>Bibliografia</i> | 13 |
| <i>Zasoby</i> | 14 |
| Rozdział 2: Rozwój emocjonalny | 14 |
| Obszary zainteresowania | 14 |
| Cele rozdziału | 14 |
| Baza dowodowa | 15 |
| Narzędzia zawarte w tym rozdziale | 15 |
| <i>Narzędzie 1: Fiszki emocji i koła emocji</i> | 15 |
| <i>Zbieraj i przygotuj obrazy</i> | 16 |
| <i>Jak używać</i> | 16 |
| <i>Narzędzie 2: Karty rozwiązywania emocjonalnych problemów fabularnych</i> | 16 |
| <i>Zbieraj i przygotuj obrazy</i> | 17 |
| <i>Jak używać</i> | 17 |
| <i>Narzędzie 3: Zestaw narzędzi uspokajających sensoryczne</i> | 18 |
| <i>Instrukcje montażu</i> | 19 |
| <i>Jak używać</i> | 19 |
| <i>Narzędzie 4: Szablony ekspresji emocjonalnej oparte na sztuce</i> | 19 |
| <i>Zbieraj i przygotuj materiały</i> | 20 |
| <i>Jak używać</i> | 20 |
| Plany aktywności | 21 |
| <i>Aktywność 1: Zegar emocji</i> | 21 |
| <i>Aktywność 2: Bukiet emocji</i> | 22 |
| <i>Aktywność 3: Pudełko emocji (Słoik Uczuć)</i> | 23 |
| <i>Aktywność 4: Strefa spokoju i Plan Regulacji</i> | 24 |
| <i>Aktywność 5: Historie społeczne i odgrywanie postaci</i> | 24 |
| Gra planszowa: Kooperacyjna gra "Emotion Path" | 25 |
| Wspieranie różnych poziomów regulacji emocji | 25 |
| Wytyczne wdrożeniowe | 26 |
| Monitorowanie postępów | 26 |

| | |
|---|-----------|
| Oczekiwane wyniki | 26 |
| Bibliografia i zasoby | 27 |
| Rozdział 3: Rozwój fizyczny | 27 |
| Obszary zainteresowania | 28 |
| Cele rozdziału | 28 |
| Baza dowodowa | 28 |
| Narzędzia zawarte w tym rozdziale | 30 |
| <i>Narzędzie 1: Karty "Zadania w obwodzie"</i> | 30 |
| <i>Narzędzie 2: Zestaw narzędzi "Ręce gotowe"</i> | 31 |
| <i>Narzędzie 3: Pakiet do pisania i koordynacji dwuręcznej</i> | 32 |
| <i>Narzędzie 4: Karty rutyn regulacji sensoryczno-motorycznych "Gotowość ciała"</i> | 34 |
| Plany aktywności | 35 |
| <i>Plan aktywności 1: Przygoda ze spacerem ze zwierzętami</i> | 35 |
| <i>Plan działań 2: Dostawa poczty</i> | 37 |
| <i>Plan działań 3: Droga typu cut-paste</i> | 38 |
| Gra planszowa (kooperacyjna): Move & Match Trail | 40 |
| Wytyczne wdrożeniowe | 42 |
| Monitorowanie postępów | 43 |
| Bibliografia i zasoby | 44 |
| Rozdział 4: Rozwój poznawczy | 45 |
| Obszary zainteresowania | 45 |
| Cele rozdziału | 45 |
| Baza dowodowa | 46 |
| Narzędzia zawarte w tym rozdziale | 46 |
| <i>Narzędzie 1: "Pierwszy–następny–ostatni" Sekwencjonowanie i kreator rutyn</i> | 46 |
| <i>Narzędzie 2: Zestaw kart "Match and Find" pamięci i uwagi</i> | 47 |
| <i>Narzędzie 3: Tacki do kategoryzacji i sortowania koncepcji ("Sortuj to!")</i> | 48 |
| <i>Narzędzie 4: Wczesne manipulacje liczebne i mini-gry ("Liczenie, Budowanie, Porównanie")</i> | 49 |
| Plany aktywności | 49 |

| | |
|--|-----------|
| <i>Aktywność 1: "Mini-sekwencjonowanie przepisów" (przekąska lub plan artystyczny)</i> | |
| 49 | |
| <i>Aktywność 2: "Poszukiwanie skarbów pamięci" (Znajdź, Pamiętaj, Dopasuj)</i> | 50 |
| <i>Aktywność 3: "Wyzwanie budowania i liczenia" (Budownictwo + Wczesna Matematyka)</i> | 51 |
| Gra planszowa: "Think & Link" Kooperacyjna przygoda poznawcza | 52 |
| Wytyczne wdrożeniowe | 53 |
| Bibliografia i zasoby | 53 |
| Rozdział 5: Rozwój języka i komunikacji | 55 |
| Obszary zainteresowania | 55 |
| Cele rozdziału | 55 |
| Baza dowodowa | 56 |
| Narzędzia zawarte w tym rozdziale | 56 |
| <i>Narzędzie 1: Fiszki oparte na obrazach i tablice komunikacyjne</i> | 56 |
| <i>Narzędzie 2: Karty opowiadania historii i kostki opowieści</i> | 57 |
| <i>Narzędzie 3: Gry komunikacyjne z odgrywaniem ról</i> | 58 |
| <i>Narzędzie 4: Muzyka, rymowanie i rytmiczne zajęcia językowe</i> | 59 |
| Plany aktywności | 60 |
| <i>Aktywność 1: "Co jest w torbie?" Gra słownictwa</i> | 60 |
| <i>Aktywność 2: "Buduj historię" – wspólna gra narracja</i> | 60 |
| <i>Aktywność 3: Gra Komunikacji z odgrywaniem ról "Restauracja"</i> | 61 |
| Gra planszowa: "Talk & Walk" Przygoda komunikacyjna | 61 |
| Wytyczne wdrożeniowe | 62 |
| Bibliografia i zasoby | 63 |

Wprowadzenie – Cel i przegląd skrzynki narzędziowej

Cel tego zestawu narzędzi

Ten **zestaw narzędzi dla nauczycieli i rodziców dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu (ASD)** ma jeden główny cel:

Pomóc Ci tworzyć interaktywne, angażujące materiały stymulujące kreatywność, rozwiązywanie problemów, komunikację i niezależność u dzieci z autyzmem.

Dzieci z ASD często inaczej postrzegają świat. Mogą przetwarzać informacje wizualnie, silnie reagować na bodźce sensoryczne, preferować przewidywalne rutyny lub wykazywać głębokie zainteresowanie konkretnymi tematami. Projektując doświadczenia edukacyjne, które szanują te różnice, robimy więcej niż tylko wspieramy dzieci autystyczne — poprawiamy jakość nauki wszystkich dzieci.

Interaktywne materiały, które są jasne, uporządkowane i wizualnie wspierające, pomagają dzieciom:

- Zrozumieć oczekiwania
- Czuć się bezpiecznie i pewnie
- Wyrażać idee na różne sposoby
- Odkrywać kreatywność w swoim tempie
- Ćwiczyć elastyczne myślenie i rozwiązywanie problemów

Niezależnie od tego, czy jesteś nauczycielem w klasie, czy rodzicem wspierającym naukę w domu, Twoja rola jest potężna. Tworzysz środowiska, rutyny i doświadczenia, które kształtują sposób, w jaki dzieci się uczą i rozwijają. Ten zestaw narzędzi szanuje Twoją wiedzę i doświadczenie, oferując praktyczne, elastyczne strategie, które możesz wykorzystać od razu.

Ten zestaw narzędzi pomoże Ci:

- Projektować interaktywne aktywności, które sprzyjają kreatywności i wyobraźni
- Budować umiejętności rozwiązywania problemów poprzez uporządkowaną zabawę
- Dostosowywać materiały dla wszystkich, aby nie oddzielać dzieci od rówieśników
- Wspierać komunikację za pomocą narzędzi wizualnych i praktycznych
- Zachęcać do samodzielności i elastycznego myślenia
- Stworzyć inkluzywne przestrzenie edukacyjne w szkole i w domu
- Wzmacniać współpracę między nauczycielami a rodzinami

Jak skutecznie korzystać z tego zestawu narzędzi?

Ten zestaw narzędzi jest zaprojektowany jako **praktyczne, elastyczne źródło wiedzy** — a nie książka, którą musisz przeczytać od początku do końca.

Możesz:

- Zwracać się bezpośrednio do konkretnego rozdziału, gdy napotykasz wyzwanie.

- Używać szablony aktywności i przykłady jako gotowe do adaptacji modele.
- Modyfikować materiały w zależności od poziomu rozwoju i zainteresowań dziecka.
- Zaczynać od małych kroków — wdrażać jedną strategię na raz.
- Wracać do sekcji, gdy dzieci dorastają i ich potrzeby się zmieniają.

Każdy rozdział zawiera:

- Rzeczywiste scenariusze (w klasie i domu);
- Wskazówki krok po kroku dotyczące tworzenia materiałów interaktywnych;
- Pomysły na wsparcie wizualne;
- Wskazówki adaptacyjne dla różnych stylów uczenia się;
- Pytania refleksyjne, które mają pomóc w poprawie;

Zawsze nacisk kładzie się na praktyczność: materiały, które możesz tworzyć, korzystając z codziennych zasobów w klasie lub domu.

Przegląd pięciu rozdziałów

Struktura rozdziałów oparta jest na dziedzinach uczenia się:

ASD w przedszkolu **Toolbox** składa się z pięciu głównych rozdziałów, z których każdy skupia się na kluczowej dziedzinie rozwoju i nauczania.

Każdy rozdział dostarcza praktycznych, gotowych do użycia materiałów, w tym plany aktywności, ustrukturyzowane gry, fiszki, narzędzia wizualne oraz interaktywne zasoby specjalnie zaprojektowane, by wzmocnić rozwój w danej dziedzinie.

Struktura ta pozwala nauczycielom i rodzicom skupić się na jednym obszarze naraz, zachowując jednocześnie holistyczne, zintegrowane podejście do nauki.

Rozdział 1: Rozwój społeczny

Ten rozdział koncentruje się na budowaniu fundamentów pozytywnej interakcji społecznej. Poprzez uporządkowaną i prowadzoną zabawę dzieci ćwiczą przemianę, wspólną uwagę, współpracę i zaangażowanie rówieśnicze.

Cele obejmują:

- Wspieranie znaczących więzi społecznych.
- Zachęcanie do wspólnej zabawy i wspólnego rozwiązywania problemów.
- Nauczanie podstawowych zasad społecznych w przewidywalny sposób.

Narzędzia obejmują:

- Gry planszowe kooperacyjne
- Gry karciane na turę
- Karty do odgrywania ról i scenariusze społeczne

- Wspólne działania artystyczne i budowlane

Rozdział 2: Rozwój emocjonalny

Ten rozdział wspiera dzieci w rozumieniu i radzeniu sobie z emocjami. Oferuje uporządkowane strategie, które pomagają dzieciom rozpoznawać uczucia, wyrażać je bezpiecznie i rozwijać umiejętności samoregulacji.

Cele obejmują:

- Identyfikowanie i nazywanie emocji
- Zachęcanie do zdrowego wyrażania emocji
- Budowanie strategii uspokajających i radzenia sobie z emocjami

Narzędzia obejmują:

- Fiszki emocji i koła emocji
- Gry rozwiązywania problemów emocjonalnych oparte na fabule
- Narzędzia uspokajające sensoryczne
- Zajęcia emocjonalne oparte na sztuce

Rozdział 3: Rozwój fizyczny

Ten rozdział promuje rozwój motoryczny i integrację sensoryczną poprzez celowe, angażujące aktywności ruchowe. Wspiera zarówno motorykę małą, jak i dużą w uporządkowany i zabawowy sposób.

Cele obejmują:

- Wzmacnianie koordynacji i planowania motorycznego
- Wspieranie świadomości ciała i kontroli ruchu
- Integrację bodźców sensorycznych z doświadczeniami edukacyjnymi

Narzędzia obejmują:

- Gry planszowe i podłogowe oparte na ruchu
- Karty zadań motoryki małej (cięcie, gwintowanie, budowanie)
- Zestawy do zabawy sensorycznej
- Działalność muzyczną i ruchową

Rozdział 4: Rozwój poznawczy

Ten rozdział koncentruje się na umiejętnościach myślenia, wczesnym rozumowaniu oraz elastycznym rozwiązywaniu problemów. Aktywności mają na celu wzmocnienie pamięci, sekwencjonowania, kategoryzacji oraz wczesnej umiejętności liczenia w uporządkowanych i interaktywnych formatach.

Cele obejmują:

- Zachęcanie do logicznego i elastycznego myślenia
- Rozwijanie umiejętności uwagi i pamięci
- Wspieranie wczesnego rozumienia matematyki

Narzędzia obejmują:

- Gry sekwencyjne i dopasowujące
- Gry planszowe oparte na łamigłówkach
- Karty pamięci i zadania kategoryzacji
- Kreatywne gry konstrukcyjne i strategiczne

Rozdział 5: Rozwój języka i komunikacji

Ten rozdział wspiera zarówno umiejętności komunikacji werbalnej, jak i niewerbalnej. Zapewnia uporządkowane narzędzia poszerzające słownictwo, wzmacniające rozumienie i zachęcające do ekspresyjnego języka poprzez interaktywną zabawę.

Cele obejmują:

- Rozszerzanie funkcjonalnego słownictwa
- Wspieranie rozumienia języka w kontekście
- Zachęcanie do alternatywnych metod komunikacji

Narzędzia obejmują:

- Fiszki i tablice komunikacyjne oparte na obrazie
- Karty opowiadania historii i kostki opowieści
- Gry komunikacyjne oparte na odgrywaniu ról
- Muzyka, rymowanie i zajęcia językowe oparte na rytmie

Razem te pięć dziedzin zapewnia kompleksowe, praktyczne ramy wspierające dzieci z ASD zarówno w przedszkolach, jak i w środowisku domowym. Każdy rozdział działa osobno, a jednak wszystkie współpracują, by wspierać zrównoważony, inkluzywny rozwój w zakresie rozwoju społecznego, emocjonalnego, fizycznego, poznawczego i komunikacyjnego.

Rozdział 1: Rozwój społeczny

Rozwój społeczny jest fundamentalnym filarem dla dzieci w wieku przedszkolnym z zaburzeniami ze spektrum autyzmu (ASD), bezpośrednio wpływając na ich zdolność do budowania znaczących relacji i uczestnictwa w środowiskach inkluzywnych. Niniejszy rozdział koncentruje się na kluczowych obszarach, takich jak wspólna uwaga, rotacja i współpraca. Umiejętności te stanowią fundament wspólnej zabawy i wspólnego rozwiązywania problemów. Wykorzystując strategie oparte na dowodach naukowych, takie jak Peer-Based Instruction and Intervention (PBII), zorganizowane grupy zabawowe i trening wspólnej uwagi, pedagodzy mogą wyjść poza prostą obserwację i skupić się na aktywnym facylitowaniu. Narzędzia te mają na celu wspieranie pozytywnego zaangażowania społecznego i ustanowienie podstawowych zasad społecznych, zapewniając każdemu dziecku wsparcie niezbędne do skutecznej interakcji z rówieśnikami i dorosłymi.

Obszary zainteresowania

- Zmiana
- Wspólna uwaga
- Współpraca
- Interakcja z rówieśnikami

Cele rozdziału

1. Wspieraj pozytywne zaangażowanie społeczne z rówieśnikami i dorosłymi;
2. Zachęcaj do wspólnej zabawy i wspólnego rozwiązywania problemów;
3. Buduj podstawowe zasady społeczne poprzez uporządkowaną grę;

Baza dowodowa

Opierając się na poprzednim punkcie, przedstawione strategie oparte na dowodach wspierają narzędzia i działania z Rozdziału 1:

1. Nauczanie i interwencja oparta na rówieśnikach (PBII)

PBII to skoncentrowana interwencja, w której rówieśnicy promują interakcje społeczne i cele edukacyjne dla uczniów ze spektrum. Jest uznawana za praktykę opartą **na dowodach**, opartą na solidnych 36 badaniach projektowania pojedynczego przypadku i 8 grupowych.

2. Grupy zabawowe ze strukturą

Są to grupy prowadzone przez dorosłych, mające na celu promowanie interakcji społecznych poprzez ustrukturyzowane aktywności z jasnymi oczekiwaniami.

Kluczowe umiejętności: Ta praktyka koncentruje się szczególnie na dzieleniu się, grze kooperacyjnej i rozwiązywaniu problemów.

3. Modelowanie rówieśnicze

Rówieśnicy są szkoleni, aby wykazywać odpowiednie zachowania społeczne lub akademickie u uczniów ze spektrum.

Kontekst dydaktyczny: Docelowo uczeń obserwuje i naśladuje zachowania, takie jak dołączenie do aktywności czy oczekiwanie na kolej w naturalnych warunkach.

4. Wsparcie wizualne

Pomoce wizualne wspierają uczącego się w zaangażowanie się w pożądane zachowania niezależnie od werbalnych impulsów.

Rodzaje wsparcia: Ikony i obrazki dostarczają informacji, jak wykonać umiejętność celowania lub wykonać sekwencję.

5. Trening skupienia uwagi

Polega to na wspólnym skupieniu dwóch osób na przedmiocie, co jest podstawową umiejętnością komunikacji.

Dowody skuteczności: Badania wskazują, że skupianie się na wspólnej uwadze u przedszkolaków prowadzi do lepszych wyników społecznych i komunikacyjnych.

Narzędzia zawarte w tym rozdziale

Narzędzie 1: Gra "Podaj Błysk"

Opis: To zabawna gra, która promuje turę i wspólne skupianie się.

Potrzebne materiały:

- Kolorowa mata (z kolorowymi strefami) lub kolorowe filcowe kwadraty. Cel:
 - Pełni rolę kluczowej "kotwicy przestrzennej" (dla dzieci z ASD)
 - Kolory tworzą sekwencję wizualną (dziecko może wizualnie śledzić, kiedy nadchodzi jego kolej)
- Obiekt sensoryczny, który przyciąga uwagę dzieci. Przykłady:
 - Kula świecąca LED
 - Obciążeniowa pluszowa zabawka
 - Teksturowana piłka sensoryczna
- Muzyka: piosenki z rytmem

Jak grać:

1. Zanim zaczniesz:
 - a. Wyjaśnij dzieciom, że celem jest, aby "Błysk" był w ruchu aż do końca piosenki.
2. Dzieci siedzą w kole.
3. Nauczyciel używa wizualnego timera.
4. Gdy timer mignie, dziecko trzymające różdżkę musi nawiązać kontakt wzrokowy (lub wykonać gest) z rówieśnikiem i podać różdżkę. Przykład: "Sam, spójrz na Leo. Podaj błysk!"

Link do materiałów:

- Wspierające wizualizacje do druku (fiszki) do wykonywania na przemian:
 - [Zasób 1](#)
 - [Zasób 2](#)
- Timer wizualny: <https://toytheater.com/classroom-timer/>
- Proponowana muzyka: https://www.youtube.com/watch?v=Oz4ovCgq9n4&list=PLcuvr95JxQiy3xu6brnhA-USlxZBrCr_d9

Narzędzie 2: Wspólny projekt artystyczny

Opis: Dzieci uczestniczą we wspólnej aktywności, zachęcając je do wspólnej pracy nad jednym wizualnym celem wspierającym współpracę.

Potrzebne materiały:

- Długi zwój papieru
- Farby zmywalne
- Gąbki
- "Taśma graniczna"

Instrukcje:

1. Połóż papier na dużym stole lub na podłodze.
2. Podziel papier na sekcje taśmą.
3. Przydziel dwoje dzieci do jednej "granicy", gdzie ich sekcje się spotykają.
4. Muszą współpracować, by namalować most lub tęczę, która połączy ich dwie strony.

Adaptacje:

- Dla dzieci z wrażliwością sensoryczną na malowanie możesz zamiast tego dodać naklejki lub duże znaczki.
- Dla prostszych projektów artystycznych możesz stworzyć "gigantyczną gąsienicę".
 - Kroki:
 - Wydrukuj duże kółka (szablon [tutaj](#))
 - Każde dziecko dekoruje jeden okrąg
 - Umieszczasz "głowę" gąsienicy na ścianie, a dzieci na zmianę przyczepiają swoje koło do ciała (co pozwala na wykonywanie zmian i sekwencjonowanie).

Link do materiałów:

- Opcjonalne szablony grafiki
 - [Szablon 1](#)
 - <https://www.crayola.com/free-coloring-pages>
- Znaczenie wspólnych projektów artystycznych:
<https://playto.com/blog/improving-social-skills-with-collaborative-art-projects>

Narzędzie 3: Czekające ręce

Opis: System komunikacji wizualnej, który czyni abstrakcyjną społeczną koncepcję "oczekiwania" konkretną i przewidywalną.

Potrzebne materiały:

- Karton lub sztywny papier
- Arkusze laminacyjne (opcjonalnie)
- Standardowe kolory: jaskrawozielony na "moja kolej" i czerwony na "czekaj"
- Proste wizualizacje
 - Moja strona zwrotna: Zdjęcie otwartej dłoni wyciągającej rękę lub symbol "start"
 - Strona oczekiwania: Zdjęcie dwóch rąk spoczywających na kolanach lub symbol "stop"
- Opcjonalnie: smycz (do noszenia na szyi) lub mały stojak biurkowy do trzymania karty pionowo.

Instrukcje:

1. Umieść "trzymanie się za ręce" w centrum aktywności (np. między dwójką dzieci budujących wieżę).
2. Zanim zaczniesz, wyjaśnij zasady
 - a. Pokaż kartkę zieloną i powiedz: "Zielony oznacza start, twoja kolej"
 - b. Pokaż czerwoną kartkę i powiedz: "Czerwony oznacza czekać, ręce na kolanach"
3. Do gry

- a. Dziecko A zaczyna z Zieloną Kartą. Na wieży umieszczają jeden blok.
 - b. Nauczyciel (lub dziecko, jeśli jest gotowe) odwraca kartę na czerwoną.
 - c. Dziecko A musi teraz położyć ręce na kolanach, a dziecko B otrzymuje zieloną kartę, by wykonać swoją kolej.
4. Wzmocnienie: Określ gest słownie i wskaż na kartę: "Widzę, że Sam czekasz. Bardzo dobrze, teraz kolej Laury!".

Adaptacje:

- Używaj wizualnego timera obok czerwonej karty, jeśli dzieci muszą wiedzieć, jak długo potrwa stan "czekania".
- Dla dzieci poszukujących sensoryczności należy przynieść pasek do fidgetów lub kawałek miękkiego rzepa po stronie "czekaj".

Link do materiałów:

- [Symbole Stop & Go](#)
- [Ręka w kolana wizualnie](#)

Narzędzie 4: "Zestaw do konstrukcji współpracy"

Opis: To narzędzie to zajęcie inżynieryjne oparte na sztuce, które wymaga współpracy dwojga dzieci w celu zbudowania jednej konstrukcji, co stwarza możliwość komunikacji dla dzieci.

Potrzebne materiały:

- **Podzielone tace na surowce:** Dwie tace lub kosze.
- **Elementy budynku:**
 - Taca A: Zawiera "podstawy" (np. duże kartonowe kwadraty lub płaskie talerze Lego).
 - Taca B: Zawiera "funkcje" (np. kartonowe rurki, pudełka z recyklingu lub kolorowe bloki).
- **Łączniki:** Taśmy maskujące (wcześniej wycięte i przyklejone do krawędzi stołu) lub klamarki do prania.
- **Wizualny plan:** Prosty rysunek lub zdjęcie gotowej konstrukcji (np. "Zamku" lub "Robota") w celu osiągnięcia wspólnego celu.
- **Ikony komunikacji:** Małe karty z napisami "Proszę", "Dziękuję", "Twoja kolej", "Potrzebuję"

Instrukcje:

- **Zanim zaczniesz**
 - Usadź dwoje dzieci naprzeciwko siebie przy małym stoliku.
 - Daj Dziecku A tacę z podstawami, a Dziecku B tacę z funkcjami.
- Pokaż "Plan" i powiedz: "Dziś razem budujemy zamek! Musicie sobie pomagać."
- Ponieważ Dziecko A ma podłogę, a Dziecko B ściany, muszą ze sobą współdziałać. Nauczyciel zachęca Dziecko A: "*Sam, masz głos. Czego Leo potrzebuje dalej?*"
- Podczas budowy nauczyciel ułatwia wymianę materiałów. Jeśli Dziecko B potrzebuje bazy, musi użyć gestu, słowa lub ikony komunikacji, aby poprosić Dziecko A.
- Po ukończeniu struktury robią "zdjęcie zespołowe" ze swoim dziełem, aby wzmocnić sukces interakcji.

Adaptacje:

- Dla par niewerbalnych użyj "kart kolekcjonerskich". Każde dziecko ma kartę pokazującą, co ma. Aby otrzymać przedmiot od drugiej osoby, po prostu przekazuje się odpowiednią kartę. Zmniejsza to stres związany z werbalizacją, jednocześnie utrzymując połączenie peer-to-peer.
- Dla dzieci o wysokiej energii przesuwaj tace na przeciwległe strony pokoju. Dzieci muszą podejść do partnera, aby "dostarczyć" elementy budowy, włączając ruch i zwiększając "wspólną uwagę" potrzebną do odnalezienia partnera.

Link do materiałów:

- [Darmowe karty do pobrania do komunikacji](#)
- [Przewodnik, jak używać tanich przedmiotów](#), takich jak rurki, korki i pudełka (jako części "zestawu budowlanego")

Plany aktywności

Plan aktywności 1

Tytuł: "Wymiana skrzynek pocztowych"

Cele nauki:

1. **Spółeczne:** Dziecko czeka, aż rówieśnik wykona jakąś akcję, zanim rozpocznie własną.
2. **Poznawcze:** Dziecko podąża za dwustopniową sekwencją społeczną (Czekaj → Dostarczaj).
3. **Komunikacja:** Dziecko używa "sygnału przejścia" (dzwonienie dzwonkiem lub werbalne "Twoja kolej"), aby zakończyć swoją turę.

Obszary ukierunkowanego nauczania:

1. **Język i komunikacja:** Funkcjonalne żądanie i komunikacja gestykularna.
2. **Rozwój fizyczny:** Motoryka mała (wkładanie przedmiotów) oraz motoryka duża (chodzenie do celu).

Wymagane materiały:

- **Dwie "skrzynki pocztowe":** kartonowe pudełka z wyciętym otworem na górze (jedno oznaczone dla dziecka A, drugie dla dziecka B).
- **"Poczta":** 10 przedmiotów o wysokim zainteresowaniu (np. kolorowe pocztówki, naklejki lub teksturowane "sensoryczne listy").
- **"Dostawczak":** Mała torba lub koszyk do przenoszenia poczty.
- **Dzwonek serwisowy:** Mały dzwonek biurkowy (tap-bell), sygnalizujący zakończenie tury.
- **Ścieżka wizualna:** Linia naklejek "Footprint" na podłodze łącząca dwie skrzynki pocztowe.

Instrukcje krok po kroku:

1. **Ustawienie stacji:** Umieść dwie skrzynki pocztowe w odległości 5–10 stóp od siebie. Umieść całą "Pocztę" obok Dziecka A.
2. **Faza "czekania":** Dziecko B siedzi przy skrzynce pocztowej i ćwiczy "Czekające ręce".
3. **Faza "dostawy":** Dziecko A wybiera jedną przesyłkę, wkłada ją do torby i idzie ścieżką do skrzynki pocztowej dziecka B.
4. **Interakcja:** Dziecko A wrzuca pocztę do szczeliny Dziecka B.
5. **Sygnal:** Dziecko A dzwoni w dzwonek serwisowy. To jest konkretny sygnał, że ich tura się skończyła.

6. **Zamiana:** Dziecko A teraz siedzi na miejscu "Czekające". Dziecko B bierze torbę, wraca do sterty poczty i zaczyna swoją kolej, by dostarczyć ją do skrzynki pocztowej dziecka A.
7. **Cel:** Aktywność trwa do momentu, gdy cała poczta zostanie wymieniona między dwoma skrzynkami.

Sugestie adaptacyjne dla różnych poziomów umiejętności:

- Dla dzieci z ograniczoną mobilnością: Ustaw skrzynki pocztowe obok siebie na stole, tak aby dziecko musiało sięgnąć tylko do skrzynki rówieśniczki, zamiast przechodzić przez pokój.
- Dla osób szukających zmysłów: Używaj "Heavy Mail" — małych obciążonych kopert (wypełnionych ryżem lub piaskiem), które dostarczają proprioceptywne bodźce podczas spaceru.
- Dla początkujących uczestników: Użyj paska wizualnego z trzema ikonami: *Pakuj pocztę* → *Chodź* → *Dzwon*. Pomaga to dziecku zrozumieć, kiedy zaczyna się "czekanie" na rówieśnika.
- Dla wysoko funkcjonujących rówieśników: Daj im "Mapę Dostawy", gdzie muszą znaleźć konkretną kolorową skrzynkę pocztową, co zwiększa wyzwanie poznawcze podczas tej tury.

Oczekiwane efekty nauki:

1. **Mistrzostwo czasu oczekiwania:** Dziecko pomyślnie czeka na "sygnał dzwonka", zanim ruszy w stronę sterty poczty.
2. **Wzajemne działanie:** Dziecko zdaje sobie sprawę, że gra wymaga dwóch osób, by funkcjonować.
3. **Ograniczone podpowiedzi:** Z czasem dziecko przejdzie od wskazówek prowadzonych przez nauczyciela do samodzielnego podążania za wskazówkami "Dzwonek" i "Ścieżka".

Plan aktywności 2

Tytuł: "Misja ratunkowa" transport marmurków

Cele nauki:

1. **Spółeczne:** Dziecko koordynuje swoje ruchy fizyczne z rówieśnikiem, aby osiągnąć wspólny cel.
2. **Rozwiązywanie problemów:** Dzieci dostosowują kąt lub wysokość swojego narzędzia w odpowiedzi na "problem" (kulkę toczącą się w niewłaściwą stronę).
3. **Wspólna zabawa:** Dziecko utrzymuje wspólną koncentrację na ruchomym obiekcie przez co najmniej 60 sekund z partnerem.

Obszary ukierunkowanego nauczania:

1. **Rozwój społeczny:** Wspólne rozwiązywanie problemów i wspólna zabawa.
2. **Rozwój fizyczny:** Koordynacja ruchów dużej motoryki oraz koordynacja ręka-oko.
3. **Rozwój poznawczy:** Rozumowanie przestrzenne oraz przyczynowo- skutkowe.

Wymagane materiały:

- **"Rurka transportowa":** duża rura z PCV lub papieru, przecięta wzdłuż na pół, tworząc koryto w kształcie litery "U".
- **"Obiekty ratunkowe":** duże, kolorowe kulki lub piłeczki pingpongowe.
- **Dwa uchwyty:** kawałki liny lub taśmy przymocowane do każdego końca koryta, aby dzieci mogły je trzymać.

- "Strefa bezpieczeństwa": wiadro lub kosz na końcu wyznaczonej ścieżki.
- Cel wizualny: taśma "Finish Line" na podłodze prowadząca do wiadra.

Instrukcje krok po kroku:

1. **Partnerstwo:** Dwoje dzieci stoi naprzeciwko siebie, każde trzymając jeden koniec "Transportowej Rury" za uchwyty.
2. **Wyzwanie:** Postaw kulkę na jednym końcu. Dzieci muszą współpracować, aby przechylić i ustabilizować rurę, aby kulka powoli toczyła się na drugi koniec, nie spadając z boków.
3. **Ruch:** Gdy kulka jest już wyważona, muszą iść razem na boki (jak krab) w kierunku "Strefy Bezpieczeństwa" (wiadra).
4. Rozwiązywanie **problemów:** Jeśli kulka się zatrzyma, muszą komunikować się (werbalnie lub gestem), aby przechylić jedną stronę wyżej. Jeśli idzie zbyt szybko, muszą się skoordynować, by "wyrównać się".
5. "Ratunek": **Gdy dotrą do wiadra, muszą ostrożnie przechylić rurkę razem, aby zrzucić kulkę do "strefy bezpieczeństwa".**
6. **Reset:** Razem wracają na linię startu, by uratować kolejną kulkę.

Sugestie adaptacyjne dla różnych poziomów umiejętności:

- **Na poziomie 1 (wsparcie fizyczne):** Nauczyciel trzyma środek rurki, aby zapewnić stabilność, pozwalając dzieciom skupić się wyłącznie na aspekcie "przechylania", a nie na chodzeniu.
- **Dla poszukiwaczy zmysłów:** Używaj "Piłki obciążeniowej" zamiast kulki. Porusza się wolniej i zapewnia więcej "sprężenia zwrotnego" przez rurę, co ułatwia odczuwanie przesunięcia ciężaru.
- **Dla zaawansowanych rozwiązywaczy problemów:** Dodaj "przeszkody" na podłodze (takie jak poduszki czy pachołki), które para musi omijać, jednocześnie utrzymując kulkę w tubie.
- **Przy ograniczonych umiejętnościach werbalnych:** używaj strzałek kierunkowych (Góra/Dół/Stop). Nauczyciel może podnieść strzałkę "W górę", aby zachęcić jedno dziecko do podniesienia końca, pomagając mu wyobrazić sobie rozwiązanie zablokowanej kulki.

Oczekiwane efekty nauki:

1. **Zwiększona synchronizacja społeczna:** Dzieci zaczną naśladować tempo chodzenia i wzrost fizyczny innych.
2. **Redukcja frustracji:** Skupiając się na "problemie kulki" zamiast na własnym, dzieci często dłużej pozostają zaangażowane w obliczu wyzwania.
3. **Sukces zespołowy:** Dzieci podzielą się "wzajemnym spojrzeniem" i chwilą świętowania (oklaski, wiwaty) po pomyślnym wrzuceniu kulki do wiadra.

Bibliografia i zasoby

Bibliografia

Manikiza, J. (2020). *Autyzm: Przewodnik po Środowiskach wczesnoszkolnych*. Neuroatypowa Walia; Stowarzyszenie Samorządu Lokalnego Walii.

https://neurodivergencewales.org/wp-content/uploads/2020/08/A-Guide-for-Early-Years-Settings_Eng.pdf

Sam, A. i zespół AFIRM. (2025). *Nauczanie i interwencja oparta na rówieśnikach*. Uniwersytet Karoliny Północnej w Chapel Hill, Frank Porter Graham Child Development Institute, zasoby i moduły interwencji skoncentrowanej na autyzmie. <https://afirm.fpg.unc.edu>

Steinbrenner, J. R., Hume, K., Odom, S. L., Morin, K. L., Nowell, S. W., Tomaszewski, B., Szendrey, S., McIntyre, N. S., Yücesoy-Özkan, S., & Savage, M. N. (2020). *Praktyki oparte na dowodach dla dzieci, młodzieży i młodych dorosłych z autyzmem*. Uniwersytet Karoliny Północnej w Chapel Hill, Frank Porter Graham Child Development Institute, National Clearinghouse on Autism Evidence and Practice Review Team.

Zasoby

Twórz wizualizacje: <https://connectability.ca/visuals-engine/>

Darmowe kształty do druku: <https://www.firstpalette.com/printable-theme/shapes.html>

Autyzm i zmiany: <https://www.autismspeaks.org/expert-opinion/taking-turns>

Rozdział 2: Rozwój emocjonalny

Rozwój emocjonalny jest podstawowym elementem wczesnej edukacji i uczestnictwa społecznego dzieci w wieku przedszkolnym z zaburzeniem ze spektrum autyzmu (ASD). Badania wskazują, że wiele dzieci z ASD doświadcza różnic w rozpoznawaniu emocji, wyrażaniu uczuć, rozumieniu perspektyw innych oraz regulowaniu reakcji emocjonalnych. Te wyzwania mogą wpływać na relacje z rówieśnikami, komunikację, zaangażowanie w klasie oraz ogólne samopoczucie.

Ukierunkowana wczesna interwencja skupiona na świadomości emocjonalnej i regulacji wykazała poprawę kompetencji społecznych, redukcję trudnych zachowań oraz poprawę gotowości do nauki. Ten rozdział dostarcza nauczycielom uporządkowanych, opartych na dowodach narzędzi nastawionych na zabawę, zaprojektowanych do wspierania rozwoju emocjonalnego w inkluzywnych środowiskach przedszkolnych.

Aktywności i materiały są dostosowane do zasad uczenia się skoncentrowanego na dziecku, opartych na mocnych stronach i wielozmysłowych, zaprojektowane tak, aby były elastyczne, angażujące i odpowiednie rozwojowo.

Obszary zainteresowania

Ten rozdział wspiera rozwój emocjonalny w czterech kluczowych kompetencjach:

- **Rozpoznawanie emocji:** Rozwijanie zdolności do rozpoznawania i rozumienia emocji u siebie i innych poprzez naukę wizualną, społeczną i doświadczalną.
- **Samoregulacja:** Wspieranie dzieci w rozpoznawaniu stanów emocjonalnych i stosowaniu odpowiednich strategii radzenia sobie z silnymi uczuciami.
- **Wyrażanie uczuć:** Zachęcanie dzieci do komunikowania emocji za pomocą języka werbalnego, gestów, wsparcia wizualnego, sztuki kreatywnej i ruchu.
- **Rozwój empatii:** Pomaganie dzieciom zrozumieć emocje, perspektywy i reakcje społeczne innych.

Cele rozdziału

Działania i narzędzia w tym rozdziale mają na celu:

1. Pomóc dzieciom rozpoznać i nazwać emocje;
2. Wspierać bezpieczną i uporządkowaną ekspresję emocjonalną;
3. Promować strategie uspokajające i emocjonalne samoregulacje;
4. Zachęcać do zrozumienia doświadczeń emocjonalnych innych;
5. Wzmocnić udział w interakcjach społecznych i aktywnościach grupowych;

Baza dowodowa

Narzędzia i działania w tym rozdziale opierają się na praktykach opartych na dowodach, często zalecanych we wczesnej interwencji ASD:

- **Opowieści społeczne i narracje emocjonalne:** Opowieści społeczne wspierają zrozumienie emocjonalne, rozwiązywanie problemów społecznych oraz regulację zachowań poprzez uporządkowane, przewidywalne wyjaśnienia sytuacji emocjonalnych i społecznych.
- **Wsparcie wizualne w uczeniu się emocjonalnym:** Badania pokazują, że narzędzia wizualne, takie jak karty emocji, harmonogramy i piktogramy, poprawiają zrozumienie emocji i komunikację u dzieci z ASD.
- **Strategie samoregulacji oparte na sensoryczności:** Narzędzia do uspokajania sensorycznego oraz uporządkowane rutyny regulacyjne wspierają kontrolę emocjonalną oraz zmniejszają lęk i eskalację zachowań.
- **Ekspresja emocjonalna oparta na sztuce:** Wykazano, że zajęcia artystyczne wspierają świadomość emocjonalną, samoekspresję i zaangażowanie dzieci z różnicami rozwojowymi.

Narzędzia zawarte w tym rozdziale

Narzędzie 1: Fiszki emocji i koła emocji

Zasoby wizualne wspierające rozpoznawanie, etykietowanie i komunikację stanów emocjonalnych. Zaprojektowany do elastycznego wykorzystania podczas rutyny, gier, opowiadania historii i emocjonalnych kontroli.

Opis:

Uporządkowany zestaw narzędzi do wizualnej emocjonalnej edukacji, zaprojektowanych, aby pomóc dzieciom przedszkolnym i wczesnoszkolnym rozpoznawać, nazywać i komunikować emocje. Nadaje się do stosowania podczas rutyny, przejść, opowiadania historii i emocjonalnych kontroli.

Składniki:

Fiszki emocji (40–60 kart):

Podstawowe emocje (radość, smutek, złość, strach, ekscytacja, zmęczenie, duma, zmartwienie, spokój) wyrażane przez wyraźne mimiki i mowę ciała.

Karty intensywności (20 kart):

Skale wizualne pokazujące intensywność emocjonalną (spokój → frustracja → złość; zadowolenie → podekscytowanie → przytłoczenie).

Koła emocji (3 wersje):

- Podstawowe koło 4-emocji

- Rozszerzone koło 8-emocji
- Uczucia + koło radzenia sobie

Karty lustra:

Karty zachęcające dzieci do naśladowania wyrazu twarzy i identyfikowania uczuć.

Tablica odprawy:

"Czuję..." deska z rzepami lub magnesami do codziennych emocjonalnych kontroli.

Zbieraj i przygotowuj obrazy

Zdjęcia pochodzą z jednej z tych opcji:

- Darmowe bazy ikon emocji (ARASAAC, ikony w stylu Twinkl, clipart SEL)
- Fotografie prawdziwych twarzy ukazujących wyraźne emocje
- Proste ilustracje o spójnym stylu

Upewnij się, że wszystkie zdjęcia spełniają następujące kryteria:

- Wyraźna mimika
- Tło proste lub neutralne
- Spójny styl graficzny na wszystkich kartach
- Jedna emocja na kartę
- Duża, czytelna etykieta pod obrazem

Jak używać

Krok 1: Rozpoznawanie emocji

Dorosły pokazuje jedną kartę i nazywa emocję. Punkty dziecięce, powtórki lub dopasowania.

Krok 2: Identyfikacja emocji: Dziecko wybiera kartę odpowiadającą temu, co czuje.

Krok 3: Komunikacja emocjonalna: Dziecko używa karty, by wyrazić potrzeby:

"Czuję złość." Czuję się zmęczona."

Krok 4: Powiązanie regulacji emocji: Połącz emocje z kartą radzenia sobie:

"Wściekły → ściskaj piłkę." Smutne → proszę o przytulenie."

Krok 5: Codzienna rutyna odprawy. Rano: dziecko wybiera kartę uczucia.

Południe: podsumowanie uczuć. Koniec dnia: zastanów się nad zmianami.

Narzędzie 2: Karty rozwiązywania emocjonalnych problemów fabularnych

Krótkie ilustrowane scenariusze wspierające zrozumienie emocjonalne, empatię i podejmowanie decyzji społecznych poprzez prowadzoną dyskusję i odgrywanie ról.

Opis:

Ilustrowane karty scenariuszy społeczno-emocjonalnych, które pomagają dzieciom rozwijać empatię, przyjmowanie perspektywy i podejmowanie decyzji poprzez dyskusję, odgrywanie ról i kontrolowaną refleksję.

Składniki:

Karty scenariusza (30 kart):

Krótkie ilustrowane sytuacje, takie jak:

- Zabawka zostaje zabrana
- Czekam na kolej
- Ktoś czuje się pominięty
- Głośny hałas powoduje niepokój

Karty Perspektywy Emocji (20 kart):

Wizualizacje "Co czuje każda postać?"

Karty wyboru rozwiązań (25 kart):

Możliwe odpowiedzi (poproś o pomoc, poczekaj zrób przerwę, użyj słów, podziel się).

Karty podpowiedzi do odgrywania ról (15 kart):

Prowadzone wskazówki do odgrywania scenariuszy.

Mata dyskusyjna:

Tablica wizualna z sekcjami: Co się stało? Jak się czują? Co możemy zrobić?

Zbieraj i przygotowuj obrazy

Użycie:

- Proste ilustrowane sceny społeczne
- Prawdziwe zdjęcia zaaranżowane w klasie
- Spójny styl postaci

Zapewnij:

- Minimalne detale tła
- Wyraźne sygnały emocjonalne
- Jeden scenariusz na każdą kartę
- Różnorodne postaci

Jak używać

Krok 1: Wprowadź scenariusz

Dorosły pokazuje kartę i opisuje sytuację.

Krok 2: Rozpoznaj emocje: Dziecko wybiera karty emocji dla postaci.

Krok 3: Przewiduj wyniki: Zadaj: "Co może się wydarzyć dalej?"

Krok 4: Wybierz rozwiązania: Dziecko wybiera z kart rozwiązań.

Krok 5: Odgrywaj rolę w wybranym rozwiązaniu z dorosłymi/rówieśnikami.

Krok 6: Refleksja - Dyskusja:

"Co zadziało?" Jak się teraz czują?"

Używaj podczas:

- Trening umiejętności społecznych
- Praca w kole
- Momenty rozwiązywania konfliktów

Narzędzie 3: Zestaw narzędzi uspokajających sensorycznie

Zbiór materiałów sensorycznych i przewodników wizualnych pomagających dzieciom rozwijać emocjonalną samoregulację i umiejętności radzenia sobie.

Opis:

Ustrukturyzowany zbiór wsparcia sensorycznego i przewodników regulacji wzroku, które pomagają dzieciom rozwijać samoregulację, świadomość ciała oraz strategie radzenia sobie w momentach stresu lub nadmiernej stymulacji.

Składniki:

Narzędzia sensoryczne:

- Piłki antystresowe (3 typy)
- Zabawki fidget (5–8 sztuk)
- Obciążona podkładka na kolana lub pluszak
- Słuchawki redukujące hałas
- Przedmioty sensoryczne do żucia (jeśli to odpowiednie)
- Miękkie tkaniny lub paski dotykowe

Karty Regulacji Wizualnej (25 kart):

- Weź głębokie oddechy
- Poproś o przerwę
- Ściskanie- wysięk fizyczny
- Policz do 5
- Przejdź do kącika wyciszeń

Tablica sekwencji uspokajającej się:

Wizualna rutyna krok po kroku dla uspokojenia.

Znak wizualny kącika wyciszeń:

Wskazuje na bezpieczną przestrzeń do regulacji.

Instrukcje montażu

Stwórz pojemnik: Pudełko lub koszyk oznaczony "Narzędzia wyciszające".

Stwórz tablicę "uspokajaczy" Tytuł główny: "Mogę uspokoić swoje ciało" Dodaj wizualną sekwencję 4–5 kroków.

Przyczep rzepy: Do wyjmowanych kart strategii.

Stwórz spokojną przestrzeń: miękka mata, poduszka, delikatne oświetlenie.

Jak używać

Krok 1: Ucz gdy dziecko jest spokojne: Wprowadź narzędzia w neutralnych momentach.

Krok 2: Modeluj użycie: Dorosły pokazuje strategię uspokajania.

Krok 3: Daj opcję do wyboru w trudnej sytuacji: Proponuj dwie opcje :
"Chcesz piłkę do ściskania czy słuchawki?"

Krok 4: Praktyki: Wspieraj niezależny wybór.

Krok 5: Zastanów się po
"Co pomogło twojemu ciału poczuć się lepiej?"

Użycie:

- Podczas zmiany aktywności
- Po konfliktach
- Przed przeciążeniem
- Jako codzienna rutyna

Narzędzie 4: Szablony ekspresji emocjonalnej oparte na sztuce

Kreatywne zasoby zachęcające dzieci do eksplorowania emocji poprzez rysowanie, malowanie, ruch i zajęcia oparte na muzyce.

Opis:

Zasoby kreatywnej ekspresji, które pomagają dzieciom odkrywać i komunikować emocje poprzez sztukę, ruch, muzykę oraz kreatywne aktywności sensoryczne.

Składniki:

Szablony rysunków emocji (20 stron):

Twarze do uzupełnienia, kontury ciała, arkusze "Moje dzisiejsze uczucia".

Wykresy kolorów i emocji:

Łącz kolory z uczuciami.

Karty z podpowiedziami ruchu (15 kart):

Poruszaj się jak:

- Wściekła burza
- Szczęśliwe odbicie
- Wolny żółw
- Spokojne oddychanie

Karty Muzycznych Emocji (15 kart):

Dopasuj muzykę do uczuć i ruchu.

Plansza Kreatywnych Wyborów:

Rysuj, maluj, buduj, tańcz lub baw się.

Zbieraj i przygotuj materiały

Przybory plastyczne:

- Kredki
- Markery
- Farba
- Glina
- Papier
- Odtwarzacz muzyki

Zapewnij:

- Materiały otwarte
- Dostępne opcje bez bałaganu
- Dostępne wizualne pomoce

Jak używać

Krok 1: Przedstawienie emocji: Pokaż kartę emocji lub omów uczucia.

Krok 2: Wybierz formę sztuki: Dziecko wybiera rysunek, ruch lub muzykę.

Krok 3: Stwórz: Zezwalaj na wolną ekspresję bez korekty.

Krok 4: Oznaczenie emocji: Dorosły delikatnie nazywa uczucia w sztuce.

Krok 5: Udostępnij (opcjonalnie)

Dziecko wyjaśnia etapy tworzenia, jeśli jest to dla niego wygodne.

Krok 6: Wystaw lub przechowuj: Stwórz osobiste portfolio emocji.

Używaj podczas:

- Odpoczynku/ wyciszenia
- Po wielkich emocjach- po eskalacji emocji lub próby rozwiązania konfliktu
- Sesji terapeutycznej

Plany aktywności

Aktywność 1: Zegar emocji

Cele nauczania

- Rozpoznawaj i nazywaj emocje
- Połącz emocje z sytuacjami z Życia codziennego
- Poszerz słownictwo emocjonalne
- Rozwijaj emocjonalną samoświadomość

Obszary ukierunkowanego uczenia się

Rozwój emocjonalny. Komunikacja i język. Interakcja społeczna. Rozwój poznawczy.

Wymagane materiały

- Arkusz pracy emocji z mimiką twarzy
- Papierowy talerz
- Kredki lub markery
- Nożyczki
- Klej
- Szpilki
- Korek lub glina modelarska
- Szablon wskazówki zegara

Instrukcje krok po kroku

1. Dzieci kolorują twarze emocji na arkuszu ćwiczeń.
2. Przyklejają emocje wokół papierowego talerza, aby stworzyć wzór zegara.
3. Pod nadzorem dorosłego robią otwór w środku talerza.
4. Przykładają wskazówki zegara.
5. Przy pomocy dorosłego mocują wskazówki za pomocą szpilki, korka lub modeliny.
6. Używają zegara emocji podczas codziennych emocjonalnych spotkań lub dyskusji.

Sugestie adaptacyjne

- Używaj 2–4 podstawowych emocji dla początkujących uczniów.
- Dodaj złożone emocje dla zaawansowanych uczniów.
- Zapewnij gotowe materiały dla dzieci z problemami motorycznymi.
- Pozwól na komunikację wskazującą lub AAC zamiast odpowiedzi werbalnych.
- Uwzględnij symbole emocji z teksturą dla zaangażowania sensorycznego.

Oczekiwane efekty uczenia się

- Dzieci identyfikują i nazywają emocje.
- Dzieci kojarzą emocje z osobistymi doświadczeniami.

Dzieci rozwijają umiejętności komunikacji emocjonalnej.

Aktywność 2: Bukiet emocji

Cele nauczania

- Rozwijaj świadomość emocjonalną.
- Wzmacniaj empatię i przyjmowanie perspektywy.
- Zachęcaj do nauki zespołowej i kreatywnej.

Obszary ukierunkowanego uczenia się

Rozwój emocjonalny. Interakcje społeczne. Ekspresja twórcza. Rozwój poznawczy.

Wymagane materiały

- Arkusze pracy o emocjach i sytuacjach
- Nożyczki
- Klej
- Arkusze papieru

Instrukcje krok po kroku

1. Dzieci wycinały elementy kwiatów symbolizujące emocje i sytuacje społeczne.
2. Centra kwiatowe reprezentują emocje (np. szczęście, smutek, złość, strach).
3. Płatki symbolizują sytuacje związane z każdą emocją.
4. Dzieci zbierają i dyskutują o każdym z kwiatów.
5. Gotowe kwiaty mogą być wystawione lub ponownie wykorzystywane w dyskusjach.

Sugestie adaptacyjne

- Zapewnij gotowe materiały laminowane.
- Korzystaj z kolorowych arkuszy ćwiczeń jako wsparcia.
- Zapewnij arkusze ćwiczeń w odcieniach szarości dla większej trudności.
- Wspieraj dzieci nieczytające poprzez wzrokowe wsparcie lub wsparcie dorosłych.

Oczekiwane efekty uczenia się

- Dzieci łączą emocje z kontekstami społecznymi.
- Dzieci wykazują lepsze zrozumienie emocjonalne.
- Dzieci ćwiczą empatię i współpracę.

Aktywność 3: Pudełko emocji (Słoik Uczuć)

Cele nauczania

- Zachęcaj do bezpiecznej ekspresji emocji.
- Promuj refleksję emocjonalną.
- Wzmacniaj komunikację uczuć.

Obszary ukierunkowanego uczenia się

Rozwój emocjonalny. Komunikacja. Udział społeczny.

Wymagane materiały

- Pojemnik lub słoik
- Karty emocji, rysunki lub symbole
- Opcjonalne materiały do sztuki lub pisania

Instrukcje krok po kroku

1. Wprowadź pudełko emocji jako bezpieczne narzędzie komunikacji.
2. Dzieci wybierają lub tworzą symbole emocji reprezentujące ich uczucia.
3. Dziecko umieszcza symbol w pojemniku.
4. Nauczyciele mogą prowadzić dyskusje indywidualnie lub w grupie.

Sugestie adaptacyjne

- Używaj piktogramów lub zdjęć dla dzieci z ograniczonym zakresem języka.
- Pozwól na używanie kolorów lub symboli zamiast słów.
- Zapewnij prywatne możliwości dzielenia się, jeśli dyskusje grupowe są trudne.

Oczekiwane efekty uczenia się

- Dzieci wykazują zwiększoną świadomość emocjonalną.
- Dzieci komunikują emocje bardziej samodzielnie.
- Dzieci budują pewność siebie emocjonalnie.

Aktywność 4: Strefa spokoju i Plan Regulacji

Cele nauczania

- Wspieraj samoregulację emocjonalną.
- Opracuj strategię radzenia sobie.
- Zwiększ niezależność w zarządzaniu emocjami.

Obszary ukierunkowanego uczenia się

Rozwój emocjonalny. Samodzielna regulacja. Integracja sensoryczna.

Wymagane materiały

- Poduszki lub miękkie siedzenia
- Zabawki sensoryczne (piłeczki antystresowe, fidgets, książki sensoryczne)
- Wizualne karty strategii uspokajających
- Schemat kroków regulacji emocji

Instrukcje krok po kroku

1. Wprowadź strefę spokoju podczas spokojnych lekcji.
2. Pokaż strategię uspokajania, takie jak głębokie oddychanie czy używanie narzędzi sensorycznych.
3. Wprowadź prosty plan działania emocjonalnego:
 - Zauważam swoje uczucia
 - Wybieram strategię uspokajania

- Proszę o pomoc, jeśli jest taka potrzeba
- 4. Zachęcaj do samodzielnego korzystania ze strefy spokoju.

Sugestie adaptacyjne

- Zapewnij wizualne, uspokajające przewodniki krok po kroku.
- Oferuj wiele opcji sensorycznych.
- Korzystaj z modelowania dorosłych i ćwiczeń prowadzonych.

Oczekiwane efekty uczenia się

- Dzieci rozpoznają emocjonalne wyzwalacze.
- Dzieci samodzielnie stosują strategie uspokajania.
- Eskalacja emocjonalna z czasem maleje.

Aktywność 5: Historie społeczne i odgrywanie ról

Cele nauczania

- Popraw zrozumienie emocji.
- Rozwijaj empatię.
- Wspieraj rozwiązywanie problemów społeczno-emocjonalnych.

Obszary ukierunkowanego uczenia się

Interakcje społeczne. Rozwój emocjonalny. Umiejętności komunikacyjne.

Wymagane materiały

- Karty lub książki z opowieściami społecznymi
- Pacynki lub rekwizyty do odgrywania ról
- Sygnały emocjonalne wzrokowe

Instrukcje krok po kroku

1. Przedstaw krótkie historie społeczne opisujące sytuacje emocjonalne.
2. Omów emocje postaci i możliwe rozwiązania.
3. Zachęcaj dzieci do odgrywania ról z użyciem rekwizytów.
4. Wzmacniaj pozytywne reakcje emocjonalne i społeczne.

Sugestie adaptacyjne

- Korzystaj z prawdziwych scenariuszy z klasy.
- Upraszczaj historie, używając obrazków lub sekwencji wizualnych.
- Pozwól na obserwację przed aktywnym udziałem.

Oczekiwane efekty uczenia się

- Dzieci identyfikują emocje u innych.
- Dzieci praktykują odpowiednie reakcje społeczne.

- Dzieci rozwijają umiejętności przyjmowania perspektywy.

Gra planszowa: Kooperacyjna gra "Ścieżka emocji"

Kooperacyjna gra Ścieżka emocji

Wizualnie ustrukturyzowana gra planszowa, w której dzieci przechodzą przez wyzwania związane z rozpoznawaniem emocji i regulacją. Gra promuje wymianę, współpracę i umiejętności komunikacyjne, jednocześnie zmniejszając stres rywalizacyjny.

Wspieranie różnych poziomów regulacji emocji

| Poziom rozwoju emocjonalnego | Charakterystyka | Strategie wsparcia |
|---------------------------------------|--|--|
| Rosnąca świadomość | Ograniczone rozpoznawanie lub ekspresja emocjonalna. | Korzystaj ze wsparcia wzrokowego, modelowania i aktywności sensorycznych. |
| Rozwijanie świadomości | Rozpoznaje podstawowe emocje, ale potrzebuje wsparcia w regulacji. | Wprowadź ustrukturyzowane strategie uspokajające i narzędzia do komunikacji emocji. |
| Rozwijanie umiejętności emocjonalnych | Rozpoznaje złożone emocje i zaczyna zachowywać się empatycznie. | Wprowadź zajęcia związane z rozwiązywaniem problemów społecznych i uwzględnieniem perspektywy. |
| Zaawansowane zrozumienie emocjonalne | Wykazuje świadomość emocjonalną i elastyczną regulację. | Zachęcaj do samodzielnego stosowania strategii i ról wsparcia rówieśniczego. |

Wytyczne wdrożeniowe

Tworzenie emocjonalnie wspierających środowisk

- Prezentuj emocje wizualne podczas zajęć lekcyjnych.
- Zapewnij dostępne narzędzia uspokajające.
- Modeluj język emocjonalny podczas interakcji.
- Włącz naukę emocjonalną do codziennych czynności.

Rekomendacje dotyczące współpracy

- Koordynuj strategie ze specjalistami, gdy są dostępne.
- Dziel się emocjonalnymi narzędziami z rodzinami dla spójności.
- Regularnie dokumentuj postępy w rozwoju emocjonalnym.
- Utrzymuj spójne podejścia wsparcia emocjonalnego w różnych środowiskach.

Monitorowanie postępów

Nauczyciele mogą monitorować rozwój za pomocą:

- List kontrolnych emocjonalnej obserwacji
- Dzienniki emocji lub refleksje rysunkowe
- Przegląd stosowania strategii samoregulacji
- Dyskusje refleksyjne po sytuacjach emocjonalnych

Oczekiwane wyniki

Dzięki konsekwentnemu stosowaniu narzędzi rozwoju emocjonalnego nauczyciele mogą obserwować:

- Zwiększoną świadomość emocjonalną
- Poprawę komunikacji emocjonalnej
- Większą niezależność w regulacji emocji
- Wzmocnioną empatię i uczestnictwo społeczne
- Zwiększone zaangażowanie w rutyny przedszkolne

Bibliografia i zasoby

Kluczowe źródła:

<https://www.autismawareness.com.au/navigating-autism/big-emotions-in-young-autistic-people>

<https://blossomchildrenscenter.com/understanding-emotional-development-and-asd/>

<https://earlyautismventures.in/emotional-regulation-in-children-with-autism/>

<https://www.behaviorfrontiers.com/blog/emotional-regulation-strategies-autism>

<https://linksaba.com/how-to-teach-autistic-children-to-understand-emotions/>

<https://www.thetreetop.com/aba-therapy/emotional-regulation-autism>

<https://www.discoveryaba.com/aba-therapy/helping-children-with-autism-understand-emotions>

Denham, S. A. (2006). Kompetencje społeczno-emocjonalne jako wsparcie w przygotowaniu do szkoły. Wczesna edukacja i rozwój.

Gray, C. (2010). Nowa Książka Opowieści Społecznych. Narodowe Centrum Rozwoju Zawodowego ds. Zaburzeń ze Spektrum Autyzmu. Praktyki oparte na dowodach dla dzieci z ASD.

Samson, A. C., Hardan, A. Y., & Gross, J. J. (2015). Regulacja emocji w zaburzeniach ze spektrum autyzmu.

Schreibman, L. i in. (2015). Naturalistyczne interwencje rozwojowo-behawioralne.

Rozdział 3: Rozwój fizyczny

Rozwój fizyczny w przedszkolu jest kluczową podstawą uczestnictwa, nauki i dobrostanu, zwłaszcza dla dzieci z autyzmem. Wiele codziennych możliwości nauki w edukacji wczesnoszkolnej jest "opartych na ruchu": dołączanie do zabawy w kole, poruszanie się podczas zmiany aktywności, zabawa z rówieśnikami, korzystanie z materiałów przy stole oraz zarządzanie rutynami dbania o siebie. Gdy umiejętności motoryczne lub sensoryczno-motoryczne dziecka dopiero się rozwijają, takie sytuacje mogą stać się męczące, frustrujące lub przytłaczające. Wspieranie rozwoju fizycznego nie tylko poprawia umiejętności ruchowe, zwiększa także dostęp do aktywności edukacyjnych, wzmacnia niezależność i może zmniejszyć stres w codziennych rutynach, sprawiając, że zadania wydają się bardziej przewidywalne i łatwe do opanowania.

W przedszkolu profile rozwoju fizycznego mogą się znacznie różnić. Niektóre dzieci wykazują różnice w dużych zdolnościach motorycznych (równowaga, koordynacja, skakanie, wspinaczka), podczas gdy inne doświadczają trudności z motoryką małą, które wpływają na wczesną gotowość do pisania, używania narzędzi (np. nożyczki) oraz codzienne zadania w klasie (np. otwieranie pojemników, obsługa małych przedmiotów). Planowanie i sekwencjonowanie motoryczne mogą być trudne, co oznacza, że wieloetapowe zadania ruchowe (np. tory przeszkód czy gry akcji "kopiuj mnie") wymagają dodatkowego modelowania i powtarzania. Wiele dzieci wykazuje także różnice sensoryczno-motoryczne: mogą szukać lub unikać określonych doznań, mają obniżoną świadomość ciała lub mają trudności z regulacją poziomu czujności ("zbyt wysoki" lub "zbyt niski") podczas siedzenia, słuchania lub współpracy. Wytrzymałość, postawa i koordynacja obustronna (używanie obu stron ciała razem) mogą dodatkowo wpływać na udział w działaniach przedszkolnych.

Ten rozdział dostarcza narzędzi opartych na zabawie, przyjaznych dla klasy, które pomagają nauczycielom wzmacniać umiejętności motoryki dużej, precyzyjnej oraz integracji sensoryczno-motorycznych, jednocześnie utrzymując aktywności w strukturze, motywacji i adaptacji. Celem nie jest "perfekcyjna wydajność", lecz znaczący postęp, który wspiera dzieci w bardziej pewnym uczestnictwie w rutynach i zabawie — krok po kroku, we własnym tempie.

Obszary zainteresowania

- **Ruch i koordynacja:** równowaga, skakanie, wspinaczka, umiejętności piłkarskie, postawa i stabilność, przekraczanie linii środkowej
- **Motoryka mała i przygotowanie do pisania:** rozwój chwytu, siła dłoni, manipulacja w ręce, izolacja palców, umiejętne korzystanie z nożyczek, wczesna praktyka linii i kształtu
- **Planowanie i sekwencjonowanie ruchowe:** naśladowanie ruchów, zaczynanie i zatrzymywanie się na znak, tory przeszkód, wieloetapowe ćwiczenia ruchowe
- **Integracja sensoryczno-motoryczna:** świadomość ciała i regulacja poprzez układ proprioceptywny ("ciężka praca"), ruch przedsionkowy, dotykowe eksplorowanie/tolerancja w jasnych granicach

- **Rutyny motoryczne dbające o siebie:** funkcjonalne umiejętności motoryczne dla samodzielności (guziki/zamki, kroki ubierania, mycie rąk i inne codzienne czynności w klasie).

Cele rozdziału

1. Zwiększ udział w zabawie, aktywnościach ruchowych i codziennych rutynach lekcyjnych poprzez redukcję barier motorycznych.
2. Wzmacniaj funkcjonalne umiejętności motoryczne potrzebne do zadań wczesnej edukacji (np. manipulowanie materiałami, korzystanie z narzędzi, aktywności przed pisaniem).
3. Rozwijaj koordynację motoryczną i planowanie ruchu, aby wspierać bezpieczne i pewne poruszanie się w pomieszczeniach i na zewnątrz.
4. Wspieraj świadomość ciała i samoregulację poprzez uporządkowane, sensoryczno-motoryczne aktywności wpisane w codzienne rutyny.
5. Buduj niezależność w rutynach motorycznych, zwłaszcza podczas przejścia i dbania o siebie (np. kroki ubierania, mycie rąk).

Baza dowodowa

Wspieranie rozwoju fizycznego w przedszkolu najlepiej działa, gdy uczenie motoryczne jest osadzone w rutynach i zabawie, a nauczanie pozostaje jasne, przewidywalne i motywujące dla dzieci z autyzmem. Podejścia stosowane w tym rozdziale opierają się na trzech powszechnie akceptowanych podstawach zalecanych w kontekstach wsparcia dla wczesnego dzieciństwa i autyzmu: (1) strukturalne wsparcie dla zrozumienia i samodzielności, (2) naturalistyczne i oparte na zabawie możliwości nauki oraz (3) rutynowe strategie sensoryczno-motoryczne, które pomagają dzieciom utrzymać regulację i gotowość do uczestnictwa.

1) Wsparcie wizualne, analiza zadań i pomoc z systematycznym zanikaniem

Dla wielu dzieci z autyzmem zadania motoryczne stają się łatwiejsze do opanowania, gdy oczekiwania stają się widoczne, a kroki rozkładane na czynniki pierwsze. Wsparcie wizualne (np. karty z podpowiedziami, paski sekwencji, tablice "pierwszy–potem") zmniejsza obciążenie językowe i wyjaśnia, co będzie dalej. Analiza zadań pomaga nauczycielom zidentyfikować najmniejsze funkcjonalne kroki w ramach rutyny (np. "mycie rąk": włącz wodę → mokre ręce → mydło → przetrzyj → spłukaj → wysusz). Następnie stosuje się motywy (gesty, wizualne, modelowe, werbalne), aby wspierać sukces, z jasnym planem stopniowego zanikania, aby dziecko stało się bardziej samodzielne. Ta struktura jest szczególnie pomocna przy wieloetapowych rutynach motorycznych (dbanie o siebie, przejścia) oraz w aktywnościach związanych z planowaniem motorycznym (tory przeszkód, sekwencje imitacyjne). W praktyce kluczem jest konsekwencja: używaj tych samych wskazówek, utrzymuj stabilność kroków i stopniowo zwiększaj niezależność, zmniejszając wsparcie.

2) Uporządkowane nauczanie połączone z naturalistycznymi, opartymi na zabawie możliwościami

Umiejętności motoryczne poprawiają się dzięki ćwiczeniom — ale ćwiczenia są najskuteczniejsze, gdy są znaczące i motywujące. Zasady nauczania uporządkowane (wyraźny początek/koniec, wyraźna przestrzeń, przewidywalne rutyny, klarowność wizualna, krótkie instrukcje) można łączyć z

nauką naturalistyczną/opartą na zabawie (wybór dziecka, wspólna zabawa, wbudowane momenty nauczania). Ten rozdział wykorzystuje więc krótkie "przekąski ruchowe", precyzyjną grę motoryczną opartą na stacji oraz formaty gry, które tworzą wiele powtórzeń, nie sprawiając wrażenia ćwiczeń. Nauczyciele mogą zwiększyć zaangażowanie, rozwijając zainteresowania dzieci (pojazdy, zwierzęta, gry, poszukiwanie skarbów) oraz oferując wybór w ramach jasno uporządkowanej aktywności (np. "Wybierz 1 z 3 kart ruchu", "Wybierz narzędzie: szczypce lub pęsetę"). Ta równowaga wspiera zarówno uczestnictwo, jak i uogólnianie — dzieci ćwiczą umiejętności motoryczne w różnych kontekstach, a nie tylko w jednej określonej aktywności.

3) Strategie sensoryczno-motoryczne osadzone w rutynach (wspierające, nie kliniczne)

Wiele dzieci z autyzmem doświadcza różnic w przetwarzaniu sensorycznym i świadomości ciała, które wpływają na uwagę, wytrzymałość i regulację emocji. W środowisku edukacyjnym pomocne może być uwzględnienie rutynowych aktywności sensoryczno-motorycznych (często nazywanych "przerwami na ruch" lub "ciężkimi ćwiczeniami"), które wspierają gotowość do nauki. Przykłady to zadania pchania/ciągnięcia/noszenia, krótkie, uporządkowane sekwencje ruchów lub eksploracja dotykowa z wyraźnymi granicami. Celem nie jest "leczenie" potrzeb sensorycznych, lecz zapewnienie praktycznego wsparcia, które pomaga dzieciom utrzymać odpowiedni poziom czujności do uczestnictwa. Strategie te są najskuteczniejsze, gdy są przewidywalne (zaplanowane punkty w ciągu dnia), krótkie i połączone z wyraźnymi sygnałami wizualnymi — a dorośli obserwują reakcję dziecka i odpowiednio dostosowują intensywność.

Podsumowanie

W tym rozdziale baza dowodowa została przełożona na narzędzia gotowe do nauki w klasie, które: (a) wyjaśniają zadania motoryczne poprzez wizualizacje i strukturę krok po kroku, (b) zwiększają znaczącą praktykę poprzez zabawę i rutyny oraz (c) wspierają udział poprzez wdrażanie prostych strategii regulacji sensoryczno-motorycznych w ciągu dnia.

Zasadą przewodnią jest wpływ funkcjonalny: usprawnienia powinny pomagać dzieciom z autyzmem w dostępie do nauki, zabawy i samodzielności w codziennym życiu przedszkolnym.

Narzędzia zawarte w tym rozdziale

Narzędzie 1: Karty "Zadania w obwodzie".

Cel

Gotowy do użycia zestaw do budowy krótkich, ustrukturyzowanych obwodów ruchowych, które wzmacniają umiejętności motoryczne, koordynację i planowanie motoryczne, wspierając jednocześnie udział i regulację u dzieci z autyzmem.

Co dostaje nauczyciel:

24 karty ruchu (zestaw do druku), pogrupowane w 6 obszarów umiejętności:

- Równowaga (np. "Stań na jednej nodze", "Idź pięta do palca")
- Skakanie (np. "Skok do przodu 3 razy", "Przeskocz przez linię")
- Czołganie / wspinaczka (np. "Niedźwiedzie czołgać się do stożka", "Pełzać pod liną")

- Toczenie / kontrola ciała (np. "Roll roll na matę", "Turtle turn")
- Umiejętności rzutu–łapania / piłki (np. "Rzuć do kosza", "Złap dużą piłkę")
- Spacery zwierząt (np. "Żaba skacze", "Krab chodzi")

12 szablonów układu (łatwych → zaawansowanych), prezentujące:

- liczba stacji (3–6),
- Sugerowane odstępy,
- Przykładowy porządek stacji i czas

Arkusze oznaczeń pięt (do druku): stopy, dłonie, strzałki, "start/meta", znaki stopu (dla wyraźnych tras i granic)

Zalecany wiek / miejsce / czas trwania

- Przedszkole (3–6), dostosowane do grup mieszanych
- 1:1, mała grupa lub cała grupa
- 5–10 minut ("przekąska ruchowa") lub 10–15 minut (pełny obieg)

Jak używać (prosta rutyna)

- Zapowiedź:** Pokaż układ toru (wizualny), od początku do mety.
- Wybierz:** Wybierz 3–6 kart ruchu (lub użyj szablonu).
- Wykonaj:** Dziecko kończy stanowiska z wyraźnymi wskazówkami start/koniec.
- Wzmocnienie:** natychmiastowa informacja zwrotna /cel (opcjonalnie).
- Recenzja:** "Zrobiliśmy 4 stacje!" (szybkie podsumowanie sukcesu)
- Zastosowania:** przejścia, zabawa na zewnątrz, ruch przed pracą przy stole, rytuał w domu na czarną godzinę.

Adaptacje (Poziom 1 / 2 / 3 – spójny format)

Poziom 1 (Udział wschodzący / wysokie wsparcie):

Tylko 2–3 stacje, krótkie dystanse, używanie wskazówek obrazowych, modelowanie każdej akcji, upraszczanie ruchów (np. przekroczenie linii zamiast skoku).

Poziom 2 (Rozwijanie kontroli / umiarkowane wsparcie):

3–5 stacji, wprowadzenie prostego sekwencjonowania ("Najpierw → potem"), używanie gestów zamiast pełnego modelowania, powtarzanie tego samego obwodu 2–3 razy dla płynności.

Poziom 3 (Rozszerzanie niezależności / wyższe wyzwanie):

5–6 stanowisk, dodanie czasu ("10 sekund"), łączenie akcji dwukrokowych ("Skok, a potem rzut"), dodawanie ról rówieśników (pomocnik/czasomierz), zachęcanie dzieci do wyboru kolejności stacji.

Oczekiwane wyniki

- Zwiększona pewność siebie i bezpieczeństwo w ruchu.
- Poprawa koordynacji i planowania motorycznego w ustrukturyzowanej grze.
- Lepsza aktywność podczas przejść i układów grupowych.

Narzędzie 2: Zestaw narzędzi "Ręce gotowe".

Cel

Uporządkowany zestaw aktywności motorycznych "stacji" budujących siłę rąk, chwyt, koordynację obustronną oraz precyzyjne umiejętności potrzebne do codziennych zadań w klasie oraz wczesnej edukacji dla dzieci z autyzmem.

Co dostaje nauczyciel:

- 20 Kart zadań z motoryką małą (zestaw do druku), obejmujące:
 - Szczypce / pęsety (podnoszenie i sortowanie)
 - Klipsy / klamerki (przypięcie do linii, przypięcie do kart)
 - Nitowanie / sznurowanie (koraliki, makaron, karty sznurowace)
 - Rozrywanie i gnienie (rozdzieranie pasków papieru, tworzenie "deszczu" lub "śniegu")
 - Deska perforowana / wsuwanie (kołki, stwórz z zabezpieczeniem, zadania "push-in")
 - Plastelina / plastelina (wałkowanie, szczypanie, chowanie i znajdowanie)
 - Ścieżki z naklejkami (naklejanie naklejek na liniach/kształtach, ścieżkach "drogowych")
- Tablica wyboru stacji (do druku): "Wybierz 1–3 stacje" z zastępczymi ze zdjęciami
- "Gotowe" etykiety (do druku): etykiety kieszonkowe/pudełkowe wspierające niezależność i wyraźne końcowe punkty
- Szybka lista przygotowań (1 strona): tanie materiały + zamienniki (np. waciki zamiast pomponów, makaron zamiast koralików)

Zalecany wiek / miejsce / czas trwania

- Przedszkole (3–6), dostosowane do poziomu trudności
- Samodzielny kącik roboczy, rotacja w małej grupie lub wsparcie 1:1
- Łącznie 8–15 minut (np. 2–3 stacje, każda 3–5 minut)

Jak używać (stanowisk obrotowych / niezależnego narożnika)

1. Ustaw 3–5 stanowisk za pomocą kart zadań (powtarzaj ten sam zestaw przez kilka dni dla płynności).
2. Zapowiedź z tablicą wyboru: dziecko wybiera 1–3 stanowisk (lub przydziela nauczyciel).
3. Rób po jednej stacji naraz; Karta zadania pozostaje widoczna jako "instrukcja".
4. Rutyna zakończenia: dziecko wkłada kartę/żeton do kieszeni "ukończone", aby oznaczyć ukończenie.
5. Wzmocnij i powtórz (krótko): "Skończyłeś 2 stanowiska — ręce gotowe!"

Adaptacje (Poziom 1 / 2 / 3)

Poziom 1 (Pojawiająca się motoryka mała / wysokie wsparcie):

- Używaj większych przedmiotów (duże pompony, duże kołki), mniej powtórzeń, grubsze narzędzia (łatwe do chwytania szypce), materiałów stabilizujących (mata antypoślizgowa).
- Oferuj opcje wstępnie wycięte lub rozpoczęte (półnitkowy sznurek, podniesione krawędzie naklejek).

Poziom 2 (Rozwijanie kontroli / umiarkowane wsparcie):

- Stopniowo zwiększaj precyzję (mniejsze elementy, dłuższe nitki, kopiowanie wzorców).
- Szybkie znikanie: zamodeluj raz, potem wskaż na kartę; jeśli trzeba, użyj "pierwszy–potem".

Poziom 3 (Rozszerzanie niezależności / wyższe wyzwanie):

- Dodaj proste zasady (wyzwanie czasowe, sortowanie według koloru/rozmiaru, sekwencje wzorów).
- Uwzględnij role rówieśnicze (sprawdzanie partnerów, "pomocnik stacji") i zachęcaj do samokontroli ("Skończyłem 3 karty").

Alternatywy

- Przełączaj się między szczypcami/pęsetą/nabierkami w rękach w zależności od umiejętności
- Zamień drobne zadania zaciskania na zadania pchania/tłoczenia (tłoczenie szpachli, przepychanie kołków)
- Używaj pionowych powierzchni dla dzieci, które korzystają ze stabilności barków

Oczekiwane wyniki

- Zwiększona siła i precyzja dłoni w zadaniach klasowych
- Większa niezależność w układach stołowych
- Lepsza gotowość do wstępnego pisania i użycia narzędzi (np. nożyczek)

Narzędzie 3: Pakiet do pisania i koordynacji dwuręcznej

Cel

Krótki, uporządkowany zestaw aktywności do pisania i koordynacji dwuręcznej, które wspierają podstawowe umiejętności rysunku, wczesnej gotowości do pisania oraz funkcjonalnego korzystania z narzędzi w klasie dla dzieci z autyzmem.

Składniki:

Co dostaje nauczyciel

- 15 kart do pisania pasków (do druku; "Namierz / Kopiuj"), w tym:
 - Linie proste (poziome/pionowe/diagonalne)
 - krzywizny (kształty C, U)
 - Koła/Pętle (proste ścieżki okrągłe)
 - krzyże (+) i proste kształty
 - zygzakowate wzory i wzory "góra/dolina"
- 10 Dwustronnych Kart Zadań Koordynacyjnych (do druku), z działaniami obu rękami, takimi jak:

- Rozdzieranie i klejenie (jedna ręka stabilizuje, druga rozrywa)
- Trzymaj i tnij (papier stabilizowany ręką pomocniczą)
- Sznurek i ciągnięcie (przewlekanie i przeciąganie)
- Odkręć i otwórz (zabawa ze słoikiem i pojemnikiem)
- Trzymaj i stempluj / trzymaj i ciągnij (stabilizuj papier podczas pracy)
- Wizualne wskazówki "Pomocne Dłonie" z chwytem ołówkowym (do druku): proste wizualizacje dla
 - "Pomocna ręka trzyma papier"
 - "Chwyt szczypcowy" / "trzy palce" (nienakazujący, wspierający)
 - "Daj odpocząć nadgarstkowi / poruszaj palcami"

Zalecany wiek / miejsce / czas trwania

- Przedszkole (3–6), dostosowane do grup mieszanych
- 1:1, mała grupa lub szybka rozgrzewka całej grupy
- 3–5 minut dziennie (najlepiej jako stała mikro-rutyna)

Jak używać

- Wybierz jeden pasek (lub jedną kartę bilateralną) dziennie — trzymaj krótko i powtarzalnie.
- Zapowiedź z wizualną wskazówką: "Pomocna ręka tutaj."
- Modeluj raz, potem wykonuj śledzenie/kopiowanie dziecka (lub wykonuj zadanie bilateralne).
- Wykończ to wyraźnie (umieść pasek w kieszeni "ukończone" lub naklejkę).
- Uogólniaj, łącząc z ulubionymi motywami (samochody, zwierzęta, litery imiona, mapy skarbowe): ten sam wzór motoryczny, motywujący kontekst.

Adaptacje (Poziom 1 / 2 / 3)

Poziom 1 (Powstająca kontrola / wysokie wsparcie):

- Używaj grubszych linii, krótszych ścieżek, grubszego papieru i narzędzi stabilizujących (clipboard, maty antypoślizgowe).
- Oferuj wersje typu "śledzenie po podświetlonej ścieżce" lub "kropka-kropka"; jeśli trzeba, rozpocznij pierwsze 1–2 uderzenia.

Poziom 2 (Rozwijanie kontroli / umiarkowane wsparcie):

- Przejdź od odrysowania → kopiowania obok modelu; Stopniowo zwiększ długość.
- Dodaj proste obustronne rutyny (rozrywanie małych pasków; cięcie na grubą linię; sznurowanie 3–5 otworów).

Poziom 3 (Rozszerzanie niezależności / wyższe wyzwanie):

- Połącz dwa wzory w jednym pasku (linia + krzywa), dodaj proste sekwencje kształtów, wprowadź kontrolowaną prędkość ("wolny ołówek").
- Wykonuj zadania obustronne z większą precyzją (cięcie na cieńszej linii, sznurowanie 6–8 otworów) i zachęcaj do samokontroli ("Czy mój pomocnik trzymał rękę?").

Alternatywy

- Zamień ołówek na marker/kredkę dla łatwiejszego chwytu; Używaj krótkich narzędzi ("golfowych ołówków") do wsparcia chwytu
- Oferuj pionowe śledzenie (tablica) dla dzieci, które korzystają ze stabilności barku
- Zapewnij nożyczki adaptacyjne lub wstępnie wycięte szczeliny tam, gdzie jest to potrzebne

Oczekiwane wyniki

- Lepsza gotowość do rysowania i wczesnych zadań związanych z pisaniem
- Silniejsze użycie "pomocniczej ręki" i koordynacja obiema rękami
- Większa niezależność i zmniejszenie frustracji podczas aktywności stolikowych

Narzędzie 4: Karty rutyn regulacji sensoryczno-motorycznych "Gotowość ciała"

Cel

Przewidywalny, oparty na rutynie zestaw krótkich aktywności sensoryczno-motorycznych, które wspierają świadomość ciała i gotowość do uczestnictwa w nauce i zabawie u dzieci z autyzmem. Skupiamy się na bezpiecznych w klasie, prowadzonych przez nauczycieli rutynach ruchowych, które można wprowadzić w codzienność.

Co dostaje nauczyciel

- 12 kart "Ciężka Praca" (do druku): proste ćwiczenia typu pchnij/pociągnij/zanieś, które można bezpiecznie wykonywać w klasie lub na korytarzu, takie jak:
 - Ściany / Biurkowe pchnięcia
 - Wsuń krzesło / Chwyć krzesło
 - Przynieś I dostarcz (książki, pufy, "poczta")
 - Szarpnięcie z taśmą oporową (jeśli jest dostępna)
 - "Pchnij pudełko" / "pociągnij linę" (lekka, pod nadzorem)
- 8 Kart Ruchu Bezpiecznego Przedśionka (do druku): krótkie opcje ruchu z wyraźnym początkiem/końcem, takie jak:
 - powolne marsze, kroki, kroki na boki
 - kontrolowane "zawracanie i zatrzymanie"
 - delikatne kołysanie na obu stopach, równowaga "ramion samolotu"
 - gry "bezobrotowe" w ruchu, które unikają długotrwałej rotacji
- Mini Wizualna Rutyna (3–5 kroków): "Moje ciało jest gotowe → mogę się nauczyć" (pasek do druku), np.:
 1. Sprawdź moje ciało (za szybko / idealnie / za wolno)
 2. Wybierz jedną kartę
 3. Rób to przez krótki czas (np. 30–60 sekund)
 4. Oddychaj + ręce gotowe
 5. Powrót do nauki (miejsce do siedzenia / stół)

Zalecany wiek / miejsce / czas trwania

- Przedszkole (3–6), dostosowane do indywidualnych potrzeb
- 1:1, mała grupa, cała klasa "przekąska ruchu"

- 2–5 minut na każdy układ (krótki i przewidywalny)

Jak używać

- Przed pracą przy stole: "Jestem gotowy" jako przejście do zadań siedzących/skupiających się
- Po przerwie/zabawie na zewnątrz: "zresetuj rutynę" przed powrotem na zajęcia
- Stosowanie profilaktyczne podczas wczesnych oznak eskalacji: zaproponuj ustrukturyzowany wybór ("Wybierz 1 kartę"), aby wspierać regulację, zanim trudności się nasilą
- Codzienne stosowanie w planie: ta sama pora każdego dnia zwiększa przewidywalność i skuteczność

Adaptacje (Zmniejszona intensywność / Standardowa / Przedłużenie)

Zmniejszona intensywność (niskie podniecenie / dni wrażliwe):

- delikatne wyciskanie ścian, wolny marsz, krótkie zadania przenoszenia, 20–30 sekund; mniej powtórzeń; Bardziej spokojny oddech

Standardowa (codzienna rutyna):

- 1 karta ciężkiej pracy + 1 karta ruchu, każda trwająca 30–60 sekund; Zakończ z sygnałem "ręce gotowe" i wracaj do zadania
- Rozszerzenie (wyższe wyzwanie / większe potrzeby ruchu):
- 2–3 karty w kolejności (np. przepchnięcie → przeniesienie → salda), do 3–5 minut; dodaj proste liczenie lub pasek "pierwszy–potem"; Uwzględnij rolę pomocnika rówieśniczego.

Oczekiwane wyniki

- Poprawa gotowości do przejść do nauki.
- Lepsza świadomość ciała i uczestnictwo w rutynach.
- Zmniejszona częstotliwość niepokoju związanego z ruchem, gdy rutyny są przewidywalne i krótkie.

Plany aktywności

Plan aktywności 1: Przygoda ze spacerem ze zwierzętami

(Ruch + imitacja)

Cele nauki:

- Wzmacniaj umiejętności motoryczne (koordynację, równowagę, siłę mięśni).
- Ćwicz naśladowanie ruchów i proste sekwencjonowanie ruchów.
- Zwiększ udział dzieci z autyzmem w grupowych zabawach ruchowych. **Obszary ukierunkowanego uczenia się:** rozwój poznawczy, komunikacja, samodzielność/umiejętności adaptacyjne.

Domeny

- Rozwój fizyczny: ruch, koordynacja, planowanie motoryczne
- Komunikacja społeczna/komunikacja (drugorzędna): wspólna uwaga, zmiana, podążanie za sygnałem

Zalecany wiek / miejsce / czas trwania

Przedszkole (3–6) | cała grupa lub mała grupa | 8–12 minut

Materiały

- 6–10 kart obrazkowych "zwierząt" (lub prostych rysunków): żaba, niedźwiedź, krab, wąż, królik, pingwin
- Znaczniki podłogi (taśma, stopy/ręce/strzałki)
- 4 stożki lub obiekty do oznaczania krótkiej ścieżki (opcjonalnie)
- Znaki "Start" i "Koniec" (opcjonalnie)
- Wzmacniacz (opcjonalnie): naklejka/żeton, arkusz "znaczek zwierzęcy"

Kroki (Jak to prowadzić)

1. Zapowiedź (1 minuta): Pokaż 3–5 kart zwierząt, których dziś użyjesz. Nazwa + demonstracja każdego ruchu raz (10 sekund na zwierzę).
2. Ustal trasę (1 min): Wyznacz krótką trasę (3–5 metrów) z wyraźnym początkiem i metą.
3. Modeluj i rób razem (3–5 min):
 - Wybierz jedną kartę zwierzęcia.
 - Powiedz: "Najpierw żaba, potem stop."
 - Wszyscy idą zwierzęciem do znaku mety, a potem "zastygają".
4. Runda imitacyjna (2–3 min):
 - Dorosłe modele cicho (lub z minimalną ilością słów), a dzieci kopiują.
 - Użyj sygnału stop (ręka w górę / znak stop).
5. Runda wyborcza (2–3 min):
 - Dziecko wybiera kolejną kartę zwierzęcia (lub dwie opcje).
 - Powtórz trasę jeszcze raz.
6. Zakończenie i recenzja (30 sek): "Dziś zrobiliśmy 4 zwierzęta! Żaba, niedźwiedź, krab, pingwin."

Adaptacje (Poziom 1 / 2 / 3)

Poziom 1 (Udział początkujący):

- Używaj tylko 2–3 zwierząt; bardzo krótka ścieżka; modele tuż obok dziecka.
- Oferuj "chodź jak niedźwiedź" zamiast pełnego czołgania; Pozwól na przerwy.
- Używaj wizualnej wskazówki "moja kolej / stop"; Wzmacniaj każdą próbę.

Poziom 2 (Rozwijanie kontroli):

- Użyj 4–5 zwierząt; Dodaj "pierwszy–potem" ("Najpierw żaba, potem pingwin").
- Powtarzaj te same 3 zwierzęta przez kilka dni dla płynności.

Poziom 3 (Rozszerzanie niezależności):

- Dodaj sekwencję: "Wybierz dwa zwierzęta" lub "Zrób zwierzę A, potem zwierzę B."
- Dodaj prostą zasadę: "Idź do stożka i wróć" lub "Podążaj za strzałkami."
- Rola rówieśnicza: jedno dziecko pokazuje kartę zwierzęcia ("lider").

Oczekiwane wyniki

- Dziecko uczestniczy w zabawie ruchowej przez dłuższy czas.
- Ulepszona imitacja ruchów (kopiowanie ruchu dorosłych z mniejszą liczbą wypowiedzi).
- Zwiększona koordynacja i płynniejsze przejścia między ruchami.

Plan działań 2: Dostawa poczty

(Ciężka praca + przenoszenie + przejścia)

Cele

- Wspieraj świadomość ciała i gotowość do udziału poprzez proprioceptywne ("ciężkie ćwiczenia").
- Ćwicz funkcjonalne noszenie, pchanie/ciągnięcie oraz proste planowanie motoryczne.
- Wzmacniaj umiejętności przejścia (przechodzenie z jednej rutyny do drugiej z jasnym celem i strukturą) u dzieci z autyzmem.

Domeny

- Rozwój fizyczny: integracja sensoryczno-motoryczna, motoryka duża, wytrzymałość.
- Funkcje wykonawcze (drugorzędne): podążanie za rutyną, wykonanie sekwencji, rozpoczęcie/zakończenie zadania.

Zalecany wiek / miejsce / czas trwania

Przedszkole (3–6) | 1:1, mała grupa lub cała klasa z pomocą | 6–10 minut

(Może też trwać 1–2 minuty jako szybka rutyna przejścia.)

Materiały

- Mała torba/pudełko oznaczone "Poczta" (lekka)
- 6–12 "listów" (papierowych kopert/kart) lub puffy
- 4–8 celów do dostarczania w sali (skrzynki pocztowe): kosze, teczki, półki, biurko nauczycielskie, stoły grupowe

Wizualizacje:

- Znak "Poczta" + znak "Dostawa"
- Prosty pasek trasy (3–5 kroków) lub karta "Pierwszy–Potem"
- Opcjonalnie: identyfikatory dostawcze ("Pracownik Poczty"), arkusz żetonów/naklejek

Kroki

1. Zapowiedź (30 sek): Pokaż pas trasy:
 - "1) Odbiór poczty → 2) Dostarczenie → 3) Zwrot → 4) Zakończenie."
2. Przypisz zadanie (30 sekund): Daj dziecku 1–3 "litery" i pokaż pasujące zdjęcie skrzynki pocztowej (lub wskaż cel).
3. Runda dostarczania (3–6 min):
 - Dziecko niesie torbę/skrzynkę pocztową (lub pojedyncze przedmioty) do każdego celu.
 - Przy każdym celu: umieść przedmiot w skrzynce pocztowej → dorosły daje krótki sygnał: "Dostarczono!"
 - Wróć do stacji pocztowej po kolejny przedmiot.

4. Koniec jasno (30 sekund): Dziecko wkłada torbę/pudełko na miejsce "skończone" i szybko otrzymuje podsumowanie sukcesu: "Wszystko dostarczone. Zadanie gotowe."

Adaptacje (Poziom 1 / 2 / 3)

Poziom 1 (Udział początkujący / wysokie wsparcie):

Dostarczaj po jednym przedmiotem na raz do jednego celu w pobliżu.

Dorosły idzie z dzieckiem; używaj wskazywania obrazu; Uprość do dwukrokowej rutyny ("Weź → Wrzuć do środka").

Używaj bardzo lekkich przedmiotów; pozwalaj na przerwy; Utrzymuj łączny czas 2–4 minuty.

Poziom 2 (Rozwijanie kontroli / umiarkowane wsparcie):

Dostarcz 3–5 przedmiotów do 2–3 celów; Wprowadź prosty pas trasy.

Wskazówki zanikania: pokaż zdjęcie, a potem pozwól dziecku prowadzić.

Dodaj rutynę "powrót na pocztę" dla struktury.

Poziom 3 (Rozszerzanie niezależności / wyższe wyzwanie):

Dostarcz 6–10 przedmiotów do 4–6 celów; Zawiera jedno zadanie pchania/ciągnięcia (np. "pchnięcie pudełka" do następnej stacji).

Dodaj kolejność: "Najpierw stół 1, potem biurko nauczycielskie."

Rola rówieśnicza: jedno dziecko sortuje pocztę, drugie dostarcza; Dziecko może odhaczyć dostawy.

Oczekiwane wyniki

- Poprawa gotowości do przejścia (dziecko przechodzi między aktywnościami z mniejszą liczbą podpowiedzi).
- Zwiększona zdolność do bezpiecznego i celowego przenoszenia przedmiotów.
- Lepsza regulacja po ciężkiej pracy (bardziej "gotowy" do zadań siedzących/uczących się).

Plan działań 3: Droga typu kopiuj-wklej

(Nożyczki + koordynacja bilateralna + wstępne pisanie)

Cele

- Wzmacniaj umiejętność używania nożyczek (otwieranie/zamykanie, cięcie wzdłuż linii).
- Popraw koordynację dwustronną (ręka pomocnicza stabilizuje się, podczas gdy ręka pracuje tnie/wkleja).
- Buduj gotowość do pisania przed pisaniem poprzez podążanie za linią i proste tworzenie ścieżek dla dzieci z autyzmem.

Domeny

- Rozwój fizyczny: motoryka mała, koordynacja dwustronna, siła dłoni
- Wczesne uczenie się (na poziomie wtórnym): wstępne pisanie, integracja wzrokowo-motoryczna, podążanie za sekwencją

Zalecany wiek / miejsce / czas trwania

Przedszkole (4–6 lat; adaptowalne dla młodszych z modyfikacjami) | 1:1 lub mała grupa | 10–15 minut

Materiały

- Opcje szablonów "dróg" do druku (proste, zakrzywione, zygzakowate) lub rysuj drogi grubym markerem
- Wstępnie narysowane kształty do cięcia (krótkie paski, "elementy drogowe", mosty, znaki drogowe)
- Klej w sztyfcie (preferowany do kontroli)
- Nożyczki bezpieczne dla dzieci (jeśli potrzeba, nożyczki adaptacyjne)
- Mata antypoślizgowa lub clipboard (opcjonalnie)
- Wskazówka wizualna: "Pomocne chwytty za rękę" + "Kopiuj → Wklej → Zakończ"
- Opcjonalnie: zabawkowy samochód/zwierzę do "prowadzenia" gotowej drogi

Kroki

1. Podgląd (1 min): Pokaż gotowy przykład i 3-krokowy obraz: Wytnij → wklej → Działaj (lub wytnij → wklej → gotowe).
2. Przygotowanie (1 minuta): Daj dziecku jedną warstwę bazową i 3–6 wyciętych elementów (zaczynaj od małych rzeczy).
3. Cięcie (4–6 min):
 - Model dla dorosłych: "Pomocna ręka trzyma papier."
 - Dziecko tnij grubymi liniami (zaczynamy od prostych, krótkich pasków).
 - Po każdym cięciu umieść kawałek w małej stercie "gotowej do klejenia".
4. Kolejka wklejania (3–5 min):
 - Dziecko układa elementy na arkuszu bazowym, tworząc ciągłą drogę.
 - Klej i prasuj (jeśli trzeba, ilość kleju wspiera dorosły).
5. Zakończ i świętuj (1–2 min):
 - "Egzamin na jazdę": dziecko prowadzi mały samochód po drodze (lub przesuwa palcem po drodze).
 - Krótka recenzja: "Przeciąłeś 4 kawałki. Użyłeś pomocnej ręki!"

Adaptacje (Poziom 1 / 2 / 3)

Poziom 1 (Rozwijająca się umiejętność używania nożyczek / wysokie wsparcie):

Używaj wcześniej wyciętych szczelin lub "kart do cięcia" (krótkie cięcia na grubych liniach).

Zapewnij nożyczki sprężynowe lub adaptacyjne, jeśli są dostępne.

Zredukuj do 2–3 elementów; używaj tylko linii prostych; Dla dorosłych pomagają stabilizować papier.

Alternatywa: rozedrzyj paski papieru zamiast ciąć, a potem sklej.

Poziom 2 (Rozwijanie kontroli / umiarkowane wsparcie):

Cięte wzdłuż grubszych, zakrzywionych linii; Zwiększaj elementy do 4–6.

Wskazówki: wskazuj na sygnał "pomocna ręka" zamiast na słowne przypomnienia.

Dodaj prostą zasadę: "elementy drogowe muszą się stykać."

Poziom 3 (Rozszerzanie niezależności / wyższe wyzwanie):

Wprowadź zygzaki, narożniki i znaczniki "linii zatrzymania"; 6–10 elementów.

Dodaj przedłużenie wstępnego pisania: nakreśl wykończoną drogę znacznikiem; Dodaj proste kształty (okrąg dla świateł).

Rola rówieśnicza: jedno dziecko tnie, drugie układa elementy, a potem zamiana aktywności.

Oczekiwane wyniki

- Dziecko używa nożyczek z lepszą kontrolą (dokładniejsze cięcie).
- Zwiększone użycie pomocniczej ręki do stabilizacji materiałów.
- Poprawiona kontrola wzrokowo-motoryczna dzięki podążaniu za linią i konstrukcją ścieżek.

Gra planszowa (kooperacyjna): Move & Match Trail

(Ruch + motoryka mała + wstępne pisanie + gotowość do ciała)

Cel gry

Kooperacyjna gra planszowa, która motywuje do powtarzania ćwiczeń rozwoju fizycznego w zabawny, uporządkowany sposób. Dzieci pracują zespołowo, aby wykonać krótkie wyzwania i wspólnie poruszać się szlakiem.

Komponenty gry

1) Plansza do gry (1 strona, do druku)

Ścieżka od START → META podzielona na 4 strefy kolorów (powtarzaj w kolejności):

- Strefa motoryki dużej
- Strefa motoryki małej
- Strefa przygotowanie przed pisaniem
- Strefa gotowości

Uwzględnij na planszy:

- Znaczniki START / META
- mały obszar "śledzenie tokenów" (np. 0–10 okręgów)
- Proste ikony pasujące do każdej strefy (figurka skacząca / ręka / ołówek / "Gotowe")

2) Spinner (1 strona, do druku; przewidywalny)

Wyniki spinnerów (proste i bezpieczne dla klasy):

- Ruch 1
- Ruch 2
- Ruch 3
- Token (zbieranie żetonu po ukończeniu karty)

(Alternatywa: kostka 1–3, jeśli nie jest możliwy spinner.)

3) Zestawy kart wyzwań (łącznie 40 kart)

- 10 kart Motoryka duża
- 10 kart Motoryka mała
- 10 kart przed pisaniem
- 10 kart Jestem gotowy

Projekt kart:

- Tytuł + przestrzeń na obrazek
- "Co robić?" (1–2 linijki)
- "Jak długo?" (np. 10 sekund / 5 powtórzeń)
- Opcje poziomowania (L1/L2/L3) w jednym małym pudełku

4) Żetony drużyn + pionki postaci

- 1–4 pionki postaci (drużyna porusza się razem)
- 10 żetonów (gwiazdek, odcisków stóp itd.)
- Opcjonalnie: karta "odznaka pomocnika" do ról zwrotnych

Przygotowanie

1. Tablica druku + spinnerka + karty + żetony.
2. Umieść planszę na środku, żetony w pobliżu.
3. Tasuj każdy zestaw i umieść karty zgodnie z kolorem strefy.
4. Postaw element drużyny na START.

Zasady (6–8 kroków)

1. Gra zespołowa: Wszyscy są w tej samej drużynie. Celem jest osiągnięcie METY lub zebranie X żetonów (zalecane: 8 żetonów).
2. Na zmianę: Aktywny gracz wykonuje obroty (lub rzuty).
3. Znajdź strefę: Spójrz na kolor pola, na którym stoi twoja drużyna. Dobierz górną kartę z tej strefy.
4. Wykonajcie wyzwanie razem:
 - Aktywny gracz wykonuje zadanie (inni mogą skopiować lub pomóc).
 - Zadania powinny być krótkie: 5–30 sekund lub 3–10 powtórzeń.
5. Wybierz odpowiedni poziom: Dorosły/edukator wybiera poziom 1 / 2 / 3 w zależności od potrzeb dziecka (najpierw sukces).
6. Sukces = ruch + opcja żetonów:
 - Jeśli wyzwanie zostanie ukończone (lub wykonane z wsparciem), przesunij drużynę o liczbę pól od spinnera.
 - Jeśli kręcący się wylądował na Żetonie, po ukończeniu wyzwania zbierz jeden żeton.
7. Jeśli jest za trudna: użyj wersji na poziomie 1 lub zaproponuj wybór między dwoma kartami. Wciąż pozwól drużynie się poruszać (utrzymuj współpracę i pozytywne nastawienie).
8. Wygrana: Drużyna wygrywa, gdy osiągnie METĘ lub zbierze 8 żetonów. Świątuj krótką "recenzję": "Ćwiczyliśmy motorykę dużą, motorykę małą, wstępne pisanie i gotowość do ciała!"

Przykładowe wyzwania (jedno na strefę)

- Motoryka duża: "Żaba skacze – 5 skoków na linię."
- Motoryka mała : "Pęseta – wrzuć 5 pomponów do kubka."
- Przed pisaniem: "Przerysuj zygzakowaty pasek palcem (lub markerem)."
- Jestem gotowy : "Odepchnij się od ściany – 10 odepchnięć"

Adaptacje (dla inkluzywności)

- Stosuj zasadę "zespół porusza się razem", aby zmniejszyć presję i wspierać grupy o mieszanych umiejętnościach.
- Zachowaj opcję "karty wyboru": wybierz 1 z 2 kart w tej samej strefie.
- Używaj wskazówek wizualnych i minimalnego języka.
- Dla dzieci o ograniczonej wytrzymałości skróć wszystkie zadania (np. 3 powtórzenia zamiast 10).

Wytyczne wdrożeniowe

Wprowadź mikroruch w ciągu dnia

Zaplanuj 2–3 krótkie "przekąski ruchowe" (5–10 minut) dziennie. Można je wprowadzić do naturalnych przejść zamiast dodawać jako dodatkową lekcję (np. przed pracą przy stole, po przerwie, przed czasem na koło). Powtarzanie tych samych krótkich rutyn przez kilka dni pomaga dzieciom z autyzmem przewidzieć, co się wydarzy i zwiększa niezależność.

Używaj spójnej pętli: Podgląd → Wykonaj → Powtórz

Podążaj prostym, przewidywalnym cyklem (zgodnym z podejściem stosowanym w innych rozdziałach tego "Narzędziownika"):

- **Zapowiedź:** pokaż obraz (karta/pasek sekwencji), od początku do końca, wyjaśnij "ile trwa" (np. 30 sekund / 5 powtórzeń).
- **Rób:** utrzymaj instrukcje minimalne, modeluj raz jeśli trzeba, wspieraj sukces potwierdzeniem.
- **Recenzja:** krótkie potwierdzenie sukcesu ("Zrobiłeś 4 stanowiska"), karta z miejscem w "zakończone" oraz link do następnej rutyny ("Teraz ręce gotowe → stół").

Zacznij od małych kroków i powtarzaj, żeby być płynnym

Wybierz mały zestaw kart znanych (np. 3–5 kart ruchowych) i powtarzaj je przez cały tydzień. Stopniowo zwiększ trudność, zmieniając tylko jedną zmienną na raz (odległość, powtórzenia, precyzję lub liczbę kroków).

Bezpieczeństwo i komfort

- Zadbaj o wolną przestrzeń i granice (znaczniki podłogi, pachołki, początek/koniec).
- Utrzymuj aktywny nadzór podczas aktywności ruchowych.
- Dostosuj intensywność do wrażliwości sensorycznej: ogranicz hałas, skracaj czas trwania, unikaj ruchów wysokiego ryzyka i obserwuj reakcję każdego dziecka (zatrzymaj się, jeśli dyskomfort się nasili).

- Wprowadź kontrolowany ruch; Unikaj długotrwałego obracania się lub niebezpiecznej wspinaczki.

Sprawdzaj się w różnych kontekstach

Używaj tych samych umiejętności w różnych miejscach: w pomieszczeniach/na zewnątrz, w czasowych kręgach przejścia, w kącie pracy samodzielnej i w rutynach zabawy. Dzieci uczą się szybciej, gdy umiejętności pojawiają się w rzeczywistych sytuacjach, a nie tylko w jednej aktywności.

Opcjonalny link do domu

Jeśli to pomocne, zapewnij rodzinom prostą stronę "Spróbuj w domu": 3–5 bezpiecznych, prostych aktywności (np. pchania przy ścianie, przenoszenie i dostarczanie, podnoszenie pęsetą, śledzenie pasków), z wskazówką "trzymaj to krótko" oraz notatką, że rutyny powinny być dostosowane do komfortu i poziomu energii dziecka.

Monitorowanie postępów

Narzędzie: lista kontrolna obserwacji na 1 stronę (8–12 wskaźników)

Używaj krótkich obserwacji podczas normalnych rutynowych czynności (nie dodatkowych testów). Staraj się przeglądać co 2–4 tygodnie, aby zobaczyć trendy.

Sugerowane wskaźniki

- Uczestnictwo: dołącza do aktywności ruchu (tak/z wsparciem/nie)
- Poziom wsparcia: niezależny / pomoc wizualna/ model / fizyczne wsparcie
- Wytrzymałość: utrzymuje aktywność przez 2–5 minut / 5–10 minut (w zależności od potrzeby)
- Koordynacja motoryki dużej: poprawa równowagi/skakania/wspinaczki (przykłady)
- Planowanie motoryczne: przebiega według dwustopniowej sekwencji ruchu (np. "skok, a potem zatrzymanie")
- Zastosowanie krzyżujące linię środkową / obustronne: odpowiednio wykorzystuje obie strony ciała
- Chwył i siła dłoni: trzyma narzędzie z lepszą kontrolą (kredka/szczypce)
- Manipulacja w ręku: potrafi wybierać/umieszczać małe przedmioty z coraz większą precyzją
- Umiejętności wycinania: cięcia / cięcia na grubej linii / cięcia z mniejszą liczbą błędów
- Przygotowanie przed pisaniem: odwzorowuje/kopiuje linie/kształty z lepszą dokładnością
- Rutyna motoryczna dbania o siebie: wykonuje kroki (np. mycie rąk) z mniejszą liczbą podpowiedzi
- Gotowość do regulacji: po "Jestem gotów" płynniej wraca do stołu/rutyny

Sugestia oceny

- 0 = jeszcze nie / rzadko
- 1 = wyłaniający się (ze wsparciem)
- 2 = rozwijanie (pewna niezależność)
- 3 = niezależne / spójne

Dowód fotograficzny (opcjonalnie)

Używaj sekwencji "przed/po" (zgodnie z zasadami zgody w twoim świecie):

- próbka linii cięcia (początek semestru vs później)
- pasek przed pisaniem
- zdjęcie dziecka wykonującego 3-etapową rutynę (np. zapis trasy)
- jeśli to możliwe, staraj się skupić zdjęcia na zadaniu/produkcie, a nie na twarzy dziecka.

Bibliografia i zasoby

Kluczowe Źródła:

Departament ds. Dzieci, Równości, Niepełnosprawności, Integracji i Młodzieży. (2024). Wytyczne wprowadzające wspierające znaczące włączenie dzieci autystycznych do wczesnej edukacji i opieki oraz opieki nad dziećmi w wieku szkolnym. AIM (Model Dostępu i Włączenia).

<https://aim.gov.ie/app/uploads/2024/10/91746-Department-of-Children-Equality-Autism-Guidelines-Booklet-v5-online-1.pdf>

Krajowa Rada ds. Edukacji Specjalnej. (2020). Wykorzystanie wizualizacji do wsparcia komunikacji.

<https://ncse.ie/wp-content/uploads/2021/06/Using-Visuals-to-Support-Communication.pdf>

Narodowy Zespół ds. Wdrażania Autyzmu. (2020). Przewodniki po korzystaniu z wizualnych wsparcia w domu: Zbiór praktycznych poradników "jak to zrobić" dla partnerów społecznych. Trzecia Kosmiczna Szkocja.

<https://www.thirdspace.scot/wp-content/uploads/2020/03/Home-Visual-Support-guides-for-Social-Partners.pdf>

Skrzynka narzędzi na autyzm. (b.d.). Szablony i zasoby (materiały do pobrania i szablony klasowe).

<https://www.autismtoolbox.co.uk/resources/templates-and-resources/>

Dunlop, A. W. i in. (2009). Skrzynka narzędzi na autyzm (Część 2). Rząd szkocki / partnerzy.

https://www.argyll-bute.gov.uk/sites/default/files/migrated_files/theautismtoolbox_tcm4-629041.pdf

Rada South Gloucestershire. (2019). Zestaw narzędzi dla autyzmu dla wczesnych lat.

https://sites.southglos.gov.uk/safeguarding/wp-content/uploads/sites/221/2020/07/early_years_autism_toolkit.pdf

Rada South Gloucestershire. (2019). Zestaw narzędzi do leczenia autyzmu dla szkół podstawowych.

https://sites.southglos.gov.uk/safeguarding/wp-content/uploads/sites/221/2020/07/autism_toolkit_primary_sg_version_07_03_19.pdf

ZADZWOŃ do Szkocji. (b.d.). Moduły AAC (darmowe moduły profesjonalnej nauki online).

<https://www.aacscotland.org.uk/modules/>

Sam, A. i zespół AFIRM. (2024). Wsparcie wizualne: pakiet EBP brief. Zasoby i moduły interwencji skoncentrowanej na autyzmie (AFIRM).

<https://afirm.fpg.unc.edu/wp-content/uploads/Visual-Supports-Brief-Packet.pdf>

Rozdział 4: Rozwój poznawczy

Rozwój poznawczy w przedszkolu jest fundamentem nauki, samodzielności i uczestnictwa w życiu klasowym. U dzieci z autyzmem umiejętności poznawcze mogą rozwijać się nierównomiernie:

niektóre dzieci wykazują silne rozumowanie wzrokowe, rozpoznawanie wzorców lub specyficzne zainteresowania, jednocześnie doświadczając trudności z elastycznym myśleniem, pamięcią roboczą, uogólnianiem oraz rozumieniem sekwencji lub kategorii w codziennych sytuacjach. Wczesne wsparcie wysokiej jakości w umiejętnościach poznawczych — osadzone w zabawie i rutynach — może wzmacniać rozwiązywanie problemów, uwagę, wczesne rozumowanie oraz gotowość do późniejszej nauki akademickiej.

Ten rozdział dostarcza praktycznych, przyjaznych dla klas i angażujących narzędzi wspierających rozwiązywanie problemów, pamięć, sekwencjonowanie, kategoryzację oraz wczesną umiejętność liczenia dla dzieci w wieku 3–6 lat. Aktywności mogą być stosowane indywidualnie, w małych grupach lub w całej grupie i obejmują drobne adaptacje dla dzieci z początkującym językiem lub korzystających z AAC.

Obszary zainteresowania

- **Rozwiązywanie problemów:** znajdowanie rozwiązań, planowanie, próbowanie różnych strategii, uczenie się na błędach
- **Pamięć:** pamięć robocza, przypominanie sobie i zwracanie uwagi na istotne informacje
- **Sekwencjonowanie:** rozumienie kolejności (pierwszy–następny–ostatni), rutyny oraz przyczyna–skutek
- **Kategoryzacja:** sortowanie według cech (kształt, kolor, funkcja), grupowania i budowania koncepcji
- **Wczesna umiejętność liczenia:** liczenie, ilość, wycucie liczb, proste porównania i wzorcowanie

Cele rozdziału

1. Zachęcaj do logicznego myślenia i elastycznego rozwiązywania problemów.
2. Rozwijaj umiejętności pamięci i uwagi poprzez uporządkowaną, zabawową praktykę.
3. Wspieraj wczesne koncepcje matematyczne i rozumowanie w sensownych rutynach lekcyjnych.

Baza dowodowa

Narzędzia i działania w tym rozdziale opierają się na przeglądach praktyk opartych na faktach oraz aktualnych badaniach interwencyjnych wspierających uczenie się poznawcze u dzieci autystycznych w środowiskach wczesnodziecięcych:

- **Praktyki oparte na dowodach w interwencjach w zakresie autyzmu** podkreślają skuteczność strategii bezpośrednio związanych z rozwojem poznawczym — takich jak wsparcie wzrokowe, analiza zadań, podpowiedzi, wzmacnianie, modelowanie, interwencje naturalistyczne, podejścia pośredniczone przez rówieśników oraz nauczanie strukturalne (Wong i in., 2015; Hume i in., 2021). Te podejścia wspierają dostęp do celów edukacyjnych związanych z rozwiązywaniem problemów, sekwencjonowaniem, kategoryzacją oraz koncepcjami wczesnoakademickimi, gdy są systematycznie wdrażane w edukacji wczesnoszkolnej (Steinbrenner i in., 2020).

- **Ustrukturyzowane, wizualne i rutynowe nauczanie** wspiera przetwarzanie poznawcze poprzez redukcję niepewności i wyjaśnianie oczekiwań (Steinbrenner i in., 2020). W praktyce narzędzia takie jak sekwencje wizualne, spójne formaty aktywności i wyraźne reguły pomagają dzieciom skupić się na rozwiązywaniu problemów i nauce, zamiast interpretować to, co jest wymagane w danym momencie (Hume i in., 2021).
- **Badania coraz bardziej podkreślają, że funkcje wykonawcze (EF)** — w tym pamięć robocza, kontrola uwagi, hamowanie, planowanie i elastyczność poznawcza — są ważnymi podstawami wczesnej nauki w autyzmie w wieku przedszkolnym (Christoforou i in., 2023). **Podejścia rozwojowe oparte na zabawie i naturalistyczne**, gdy są ustrukturyzowane i motywujące, mogą wspierać uczenie się dzieci w różnych dziedzinach takich jak zabawa, komunikacja i poznanie (Schreibman i in., 2015; Crank i in., 2021).
- **W przypadku wczesnej liczebności** badania sugerują, że dzieci autystyczne mogą wykazywać specyficzne profile mocnych stron i potrzeb w zakresie wczesnych umiejętności numerycznych i matematycznych, a podstawowe wczesne umiejętności numeryczne mogą pomóc wyjaśnić zmienność późniejszych wyników matematycznych (Bejarano-Martín i in., 2024). Wspiera to stosowanie praktycznego, uporządkowanego i koncepcyjnie jasnego nauczania z pomocą manipulacji, powtarzanej praktyki i uogólniania w codziennych rutynach przedszkolnych (Bejarano-Martín i in., 2024; Steinbrenner i in., 2020).

Narzędzia zawarte w tym rozdziale

Narzędzie 1: "Pierwszy–następny–ostatni" Sekwencjonowanie i kreator rutyn

Opis: Elastyczne narzędzie do sekwencjonowania wykorzystujące zdjęcia lub proste obrazy, które pomagają dzieciom zrozumieć porządek, rutyny oraz przyczynę-skutek. Może być używany do codziennych czynności w klasie (przyjście, mycie rąk, przekąska) oraz do zabawnych sekwencji (sadzenie ziarna, tworzenie prostego kolażu, budowanie wieży).

Składniki:

- Paski sekwencyjne (laminowane): opcje 3-krokowe i 4-krokowe
- Karty z rutynami ze zdjęciami (rutyny z klasy + rutyny zabawy)
- Karty z podpowiedziami "Najpierw / Następny / Potem / Ostatni"
- Opcjonalnie: "Co będzie dalej?", "Skończona" karta

Zbieraj i przygotuj obrazy

- Używaj prawdziwych zdjęć z klasy (gorąco polecam) LUB prostych piktogramów
- Laminuj karty i dodaj rzepy (opcjonalnie) dla łatwiejszego przedstawiania
- Trzymaj sekwencje w oznaczonych kopertach lub małych pudełkach według rutyny (np. "Przekąska", "Sztuka", "Łazienka")

Jak używać:

1. **Zapowiedź:** Pokaż pełną sekwencję i krótko opisz każdy krok.
2. **Buduj:** Wymieszaj karty i poproś dziecko, by układało je w kolejności (zaczynij od 3 kroków).
3. **Zrób to:** Podążaj za sekwencją w czasie rzeczywistym (podczas rutyny).
4. **Recenzja:** Po ukończeniu ponownie uporządkuj karty i opowiedz, co się stało.
5. **Uogólnienie:** Używaj tego samego języka sekwencji ("pierwszy–następny–ostatni") przez cały dzień.

Adaptacje (3 poziomy):

- **Poziom 1 – Wysokie wsparcie:** Używaj tylko **2–3 kroków**, dostarczaj model, redukuj wizualny bałagan, proponuj wymuszony wybór ("Czy to pierwszy czy ostatni?").
- **Poziom 2 – Średnie wsparcie:** Użyj **3–4 kroków**, stopniowo wprowadzaj, dodaj pytania typu "co dalej?".
- **Poziom 3 – Rozszerzenie:** Poproś dziecko o **stworzenie** nowej sekwencji (np. "Jak przygotować się na plac zabaw?"), dodaj "kartę problemu" (brakujący element) i zaplanuj rozwiązania.

Małe wskazówki sensoryczne:

Jeśli przejścia są trudne, wcześniej obejrzyj rutynę i trzymaj karty na przenośnej tablicy, która może się przenieść do stolika do zlewu lub przekąsek.

Narzędzie 2: Zestaw kart "Dopasuj i znajdź" pamięć i uwaga

Opis: Zestaw gier pamięciowych i dopasowywanie specjalnie zaprojektowanych do budowania uwagi, przypominania i rozróżniania wizualnego. Zawiera standardowe pary pamięci, wyzwania "co nie pasuje do reszty" oraz "znajdź taką samą".

Składniki:

- Pary pamięci (łącznie 30–40 par, podzielonych na tematy): przedmioty klasowe, zwierzęta, działania, emocje, liczby (1–5)
- Karty z motywem "Znajdź to!" (np. "Znajdź coś, co możesz założyć")
- Zestawy "Nie pasuje do reszty" (3 karty: dwie z tej samej kategorii + jedna różna)
- Opcjonalnie: prosty wizualizator z turą ("Moja tura / Twoja tura")

Zbieraj i przygotuj materiały:

- Wybierz wyraźne, nieprzeładowane obrazy (spójny styl)
- Dla trwałości użyj grubszego kartonu lub laminatu
- Przechowuj według trudności: *łatwy (6–8 par)*, *średni (10–12 par)*, *zaawansowany (12–16 par)*

Jak używać:

- **Pary pamięci (klasyczne):** Zaczynaj od 6 kart (3 pary), stopniowo zwiększaj liczbę.
- **Znajdź to samo:** Rozkładaj karty odkryte; dziecko szybko znajduje dopasowania (trening uwagi).
- **Nie pasuje do reszty :** Dziecko identyfikuje, która karta "nie pasuje" i wyjaśnia to słowami/wskazującym/AAC.

Adaptacje (3 poziomy):

- **Poziom 1 – Wysokie wsparcie:** Dopasowanie twarzą do góry, mniej par, pozwalanie na wskazywanie/wzrok, używanie wizualnej podpowiedzi "patrz–znajdź–dopasuj".
- **Poziom 2 – Średnie wsparcie:** mieszaj odkryte i zakryte; używaj podpowiedzi kategorii ("Znajdź inny owoc").
- **Poziom 3 – Rozszerzenie:** Dodaj zasadę strategii ("Pamiętaj, gdzie ją widziałeś") lub poproś o proste wyjaśnienie ("Dlaczego jest inna?").

AAC / język wschodzący:

Oferuj opcje odpowiedzi: "to samo", "inne", "znowu", "pomoc", plus ikony kategorii (jedzenie / zabawki / zwierzęta).

Narzędzie 3: Tacki do kategoryzacji i sortowania koncepcji ("Sortuj to!")

Opis: Narzędzie do kategoryzacji praktyczne, wykorzystujące małe obiekty lub karty ze zdjęciami do budowania koncepcji (to samo/różne, przynależność do grupy, funkcja). Świetne do pracy przy stole, nauki narożników i gier sortujących czas w kółkach.

Składniki:

- 3–5 tac lub misek do sortowania (kolorowych lub oznaczonych)
- Zbiory sortowania (obiektów lub kart), np.:
 - **Według cechy:** kolor, rozmiar, kształt
 - **Według kategorii:** jedzenie / zwierzęta / transport / ubrania
 - **Według funkcji:** "rzeczy, którymi jemy", "rzeczy, które nosimy", "rzeczy, w które się bawimy"
- Karty "reguły sortowania" (ikona + słowo): *kolor, kształt, rozmiar, funkcja*
- Opcjonalnie: odznaka "Detektyw Kategorii" (dla motywacji)

Zbieraj i przygotuj materiały:

- Używaj rzeczywistych obiektów, gdy to możliwe (bardziej znaczące, wspiera uogólnienie)
- Trzymaj zestawy w małych, oznaczonych pojemnikach
- Zaczynaj od kategorii istotnych dla codziennych rutyn (przekąska, ubieranie się, zabawa)

Jak używać:

1. Przedstaw zasadę przydziału (pokaż kartę zasad).
2. Sortowanie modeli 2–3 elementów.
3. Dziecko sortuje pozostałe przedmioty.
4. Recenzujcie razem: "To wszystko..." i świętować sukces.
5. Zmień zasadę (te same przedmioty, nowa zasada sortowania), aby zwiększyć elastyczność.

Adaptacje (3 poziomy):

- Poziom 1 – Wysokie wsparcie: Używaj tylko 2 tac, redukuj przedmioty, mocno modeluj, dawaj do ręki tylko jeśli jest to konieczne i szybko schowaj
- Poziom 2 – Średnie wsparcie: Użyj 3 tacek, dodaj krok "sprawdź swoją pracę", zadaj pytania.
- Poziom 3 – Rozszerzenie: Dziecko wybiera regułę sortowania lub sortuje według dwóch cech (np. czerwony I duży), a następnie wyjaśnia za pomocą AAC/słów.

Małe wskazówki sensoryczne:

Jeśli istnieją wrażliwości dotykowe, zaproponuj sortowanie kart zamiast prawdziwych przedmiotów lub używaj gładkich, wolnych od zapachów replik zabawek (np. plastikowego jedzenia, przyborów do zabaw), aby zmniejszyć dyskomfort sensoryczny, jednocześnie utrzymując sens koncepcji. Możesz też pozwolić na rękawiczki lub szczypeczki jako fajne "narzędzie".

Narzędzie 4: Wczesne manipulacje liczebne i mini-gry ("Liczenie, Budowanie, Porównanie")

Opis: Zestaw prostych, ustrukturyzowanych czynności numerycznych wykorzystujących manipulatory i mini-gry wspierające wycucie liczb, liczenie, porównanie ilościowe oraz wczesne rozumowanie.

Składniki:

- Karty numeryczne 1–10 (focus 1–5 dla większości przedszkolaków; wydłuż w razie potrzeby)
- Licząc manipulanty: klocki, guziki, pompony, przedmioty naturalne (kamienie, szyszki)
- Karty ilościowe z wzorami kropek (styl kości 1–6)
- Karty porównawcze: **więcej / mniej / to samo**
- Proste paski wzoru (AB, AAB, ABB) z użyciem obiektów/kolorów

Zbieraj i przygotuj materiały:

- Wybieraj środki manipulacyjne, które są bezpieczne, łatwe do prania i motywujące
- Przechowuj w małym "pudełku matematycznym" dostępnym podczas zajęć
- Używaj spójnego języka: *jeszcze raz, jeden mniej, ile, pokaż mi*

Jak używać:

- **Liczenie i dopasowywanie:** Dopasuj kartę z liczbą do właściwej liczby przedmiotów.
- **Zbuduj wieżę:** Zbuduj wieżę z "3 blokami", potem "5 bloków"; porównaj.
- **Dopasuj Kropki:** Dopasuj karty kropki do kart liczbowych (wizualne wycucie liczb).
- **Twórz Wzory:** Kopiuj i kontynuuj wzory z przedmiotami.

Adaptacje (3 poziomy):

- **Poziom 1 – Wysokie wsparcie:** Zaczynaj od 1–3, używaj wzorów kropek, licz razem, używaj wsparcia liczenia "ręka do obiektu".
- **Poziom 2 – Średnie wsparcie:** Rozszerzyć do 1–5, zapytać "ile?" bez natychmiastowego modelowania, wprowadzaj proste porównania.
- **Poziom 3 – Rozszerzenie:** Dodaj zadania fabularne ("Mamy 2 jabłka, dodaj jeszcze 1"), wprowadź proste gry z zasadami i przemianą.

Linki do dodatkowych materiałów do druku (opcjonalnie):

- Zadania z matematyki NRICH Early Years (darmowe pomysły na zajęcia):
https://nrich.maths.org/early-years-foundation-stage-activities?utm_source=chatgpt.com
- Wizualizacje numeryczne tworzone przez nauczycieli mogą być również wspierane przez biblioteki symboli, takie jak ARASAAC (dla ikon) oraz podobne platformy używane w całej Europie:
https://beta.arasaac.org/?utm_source=chatgpt.com

Plany aktywności

Aktywność 1: "Mini-sekwencjonowanie przepisów" (przekąska lub plan artystyczny)

Cele nauki:

- Sekwencjonowanie ćwiczeń (pierwszy–następny–ostatni)
- Zwiększ uwagę na kroki i ukończenie rutyny
- Wspieraj elastyczne rozwiązywanie problemów (a co jeśli czegoś brakuje?)

Obszary ukierunkowanego uczenia się: rozwój poznawczy, komunikacja, samodzielność/umiejętności adaptacyjne

Ustawienia: Mała grupa (2–5) lub indywidualna; można je również modelować w czasie pełnym grupowym kręgu

Wymagane materiały:

- Karty sekwencyjne narzędzia 1 (3–4 kroki)
- Prawdziwe materiały na przekąskę (np. banan + talerz) LUB proste zadanie artystyczne (materiały kolażowe)
- Karta "Ukończona" (opcjonalnie)

Instrukcje krok po kroku:

1. Pokaż karty sekwencji i krótko nazwij każdy krok.
2. Poproś dzieci, aby układały karty w kolejności (wsparcie w razie potrzeby).
3. Wykonujcie rutynę razem po każdym kroku.
4. Po ukończeniu przełóż karty i opowiedz rutynę ("Najpierw my..., potem my..., na końcu my...").
5. Dodaj prosty "problematyczny moment" (np. brak łyżeczki) i poproś dzieci o wybór rozwiązania.

Adaptacje (3 poziomy):

- Poziom 1: Użyj 2–3 kroków; oferuj wybór dwóch kart; ogranicz rozpraszacze; Modeluj każdy krok.
- Poziom 2: Użyj 3–4 kroków; Zatrzymaj się przed każdym krokiem, aby dziecko wskazało właściwą kartę.
- Poziom 3: Dziecko tworzy sekwencję, dodaje "kartę problemu" i proponuje rozwiązania (werbalnie/AAC/gest).

Oczekiwane rezultaty:

Dzieci zwiększają zrozumienie porządku w rutynach, wykazują większą uwagę na kroki i zaczynają przewidywać "co nastąpi dalej".

Aktywność 2: "Poszukiwanie skarbów pamięci" (Znajdź, Pamiętaj, Dopasuj)

Cele nauki:

- Wzmacniaj pamięć roboczą i uwagę wzrokową
- Ćwicz dopasowywanie i przypominanie poprzez grę opartą na ruchu
- Wspieraj udział kooperacyjny

Obszary ukierunkowanego uczenia się: rozwój poznawczy, interakcje społeczne, komunikacja

Miejsce: Mała grupa lub cała klasa (dobrze sprawdza się jako stacja do nauki)

Wymagane materiały:

- Karty pamięci i dopasowane Narzędzia 2 (8–12 par w zależności od poziomu)
- Małe żetony "skarbów" (naklejki, gwiazdki lub punkty klasowe)
- Wizualizacja

Instrukcje krok po kroku:

1. Połóż pary kart zakryte na stole lub dywanie.
2. Wyjaśnij zasadę wizualnie: "Odwróć dwie karty. Jeśli to samo—zostań. Jeśli nie—zawróć."
3. Dzieci zmieniają się. Dorośli modelują "myślenie na głos" ("Pamiętam, że to tu było").
4. Dodaj wspólny cel: "Znajdźmy wszystkie pary razem."
5. Zakończ krótkim podsumowaniem: "Jak to pamiętamy? Co ci pomogło?"

Adaptacje (3 poziomy):

- **Poziom 1:** Zaczynaj od dopasowywania twarzą do góry; mniej par; pozwól na wskazywanie lub pomoc partnera.
- **Poziom 2:** Twarzą do dołu z mniejszą liczbą par; dawanie sygnału "patrz uważnie"; przypomnienie o lokalizacjach.
- **Poziom 3:** Dodaj zasady kategorii (np. najpierw znajdź wszystkie pary "jedzenie") lub wyzwania zespołowe z ograniczonym czasem i niskim ciśnieniem.

Małe wskazówki sensoryczne:

Jeśli siedzenie jest trudne, połóż karty na ścianie lub na stołach i pozwól dzieciom chodzić, by przewracać karty (ruch + zaangażowanie).

Oczekiwane rezultaty:

Zwiększona dbałość o szczegóły, lepsze zapamiętywanie lokalizacji, lepsze uczestnictwo w przemianie oraz nowe stosowanie strategii.

Aktywność 3: "Wyzwanie budowania i liczenia" (Budownictwo + Wczesna Numeryka)

Cele nauki:

- Wycucie liczby (liczenie, ilość, porównanie)
- Ćwiczenie planowania i rozwiązywania problemów poprzez budowę
- Wspieranie elastycznego myślenia (wypróbuj nową strategię, jeśli się nie uda)

Obszary ukierunkowanego uczenia się: rozwój poznawczy, motoryka drobna, interakcje społeczne (jeśli grupa)

Ustawienie: Indywidualna lub mała grupa (narożnik budowlany / stanowisko stołowe)

Wymagane materiały:

- Klocki lub zabawki konstrukcyjne (np. w stylu LEGO Duplo), materiały z recyklingu (kubki, pudełka)
- Karty z liczbami narzędzi 4 (1–5 lub 1–10) oraz karty kropkowe
- Karty "Więcej / Mniej / To samo"

Instrukcje krok po kroku:

1. Dziecko wybiera kartę z liczbą (np. 4).
2. Zbuduj strukturę dokładnie z taką liczbą bloków/przedmiotów.
3. Liczyć razem i sprawdzać dokładność.
4. Dodaj porównanie: "Zbuduj taki, który jest większy/ mniejszy."
5. Opcjonalna wersja drużynowa: jedno dziecko losuje liczbę, inne buduje, jeszcze inne sprawdza.

Adaptacje (3 poziomy):

- **Poziom 1:** Używaj 1–3; licz z dorosłym; używaj kart kropek do wsparcia ilości; materiały stabilne.
- **Poziom 2:** Użyj 1–5; poproś dziecko, by liczyło samodzielnie; wprowadź dopasowywanie "tak samo jak".
- **Poziom 3:** Dodaj proste wyzwania fabularne ("Potrzebujemy jeszcze 2 klocków") lub budowanie wzorców (AB/ABB) połączone z liczeniem.

Oczekiwane rezultaty:

Dzieci wykazują lepszą dokładność liczenia, lepsze zrozumienie ilości oraz większą wytrwałość w rozwiązywaniu problemów podczas zabawy budowlanej.

Gra planszowa: "Myśl & Łącz" Kooperacyjna przygoda poznawcza

Opis:

Prosta, wizualnie ustrukturyzowana kooperacyjna gra planszowa, która łączy **sekwencjonowanie, kategoryzację, pamięć, wczesną liczebność i rozwiązywanie** problemów. Dzieci pracują zespołowo, aby osiągnąć "Metę", wykonując mini-wyzwania. Format kooperacyjny zmniejsza stres rywalizacyjny i wspiera naukę rówieśników.

Komponenty gry:

- Plansza z wyraźną ścieżką i 4 kolorami oznaczonymi polami (po jednej dla każdej mini-umiejętności)
- Spinner (zalecany dla przewidywalności) lub kostki
- Zestawy kart wyzwań (obrazkowe):
 - **Karty sekwencji** (ułóż 3 obrazki w kolejności)
 - **Karty kategorii** (sortuj lub wybierz "która do nich należy")
 - **Karty pamięci** ("Pamiętaj gdzie..." lub zadania szybkiego dopasowania)
 - **Karty liczbowe** (liczenie, porównywanie, dopasowywanie kropek do liczb)
- Pionki gracza (postacie) + "Żetony drużyny" (zdobywane razem)

Jak grać:

1. Każde dziecko na zmianę wiruje i porusza się.
2. Gdy wylądujesz na polu kolorów, dobrać pasującą kartę wyzwania.
3. Dzieci mogą odpowiadać werbalnie, wskazując lub używając AAC.
4. Drużyna otrzymuje Żeton za ukończenie wyzwania (pomoc jest zalecana).

5. Gra kończy się, gdy wszyscy gracze dotrą do mety LUB gdy drużyna zbierze docelową liczbę żetonów.

Zasady projektowania:

- Minimalny bałagan wizualny; Przezroczyste ikony
- Przewidywalne zasady i struktura wykonywania tur
- Akceptowane są różne tryby reakcji (mowa, gest, wskazywanie, AAC)
- Wbudowane szanse na rusztowania dorosłych i wsparcie rówieśnicze

Wytyczne wdrożeniowe

1) Włączenie narzędzi do codziennych rutyn przedszkolnych: używanie sekwencjonowania podczas przyjścia i przejścia, kategoryzacji podczas sprzątania, gier pamięci w kąciach edukacyjnych oraz umiejętności liczenia przy rozdawaniu przekąsek ("Ile talerzy potrzebujemy?").

2) Używaj jasnej struktury + zabawnej elastyczności:

- Podgląd → zrobić → przegląd (krótki, stały cykl)
- Zapewnij wybory (materiały, tematy), jednocześnie utrzymując stabilny cel zadania

3) Wspieraj różne poziomy umiejętności (podejście 3-poziomowe):

- **Poziom 1 (Wysokie wsparcie):** mniej przedmiotów/kroków, silne sygnały wizualne, najpierw modelowanie, zmniejszenie obciążenia sensorycznego
- **Poziom 2 (Średnie wsparcie):** prowadzona praktyka, wyciszone podpowiedzi, wsparcie rówieśnicze w małych grupach
- **Poziom 3 (Rozszerzenie):** zasady prowadzone przez dziecko, uogólnienia między ustawieniami, dodanie "problemu do rozwiązania"

4) Małe wskazówki sensoryczne (w razie potrzeby):

- Redukuj szum tła podczas zadań pamięciowych; Zaproponuj cichy kąt
- Zapewnij wizualną wskazówkę przejściową przed zmianą aktywności
- Oferuj alternatywne materiały (karty zamiast przedmiotów lub szczypta zamiast rąk)

5) Rekomendacje dotyczące współpracy:

- Koordynuj współpracę z personelem wsparcia i specjalistami w klasie, aby konsekwentnie zachęcać i wygasać
- Udostępniaj kluczowe narzędzia (język sekwencji, "więcej/mniej/to samo") między personelem, aby zachować spójność

6) Monitorowanie postępów (proste opcje przyjazne dla klasy):

- Szybkie notatki obserwacyjne: czas uwagi, wymagany poziom aktywności, samodzielne próby
- Dokumentacja fotograficzna ukończonych sekwencji lub konstrukcji
- Krótkie listy kontrolne dla każdego obszaru (np. "sortuje 2 kategorie", "liczy do 5 z odpowiedniością 1:1")

Bibliografia i zasoby

Kluczowe Źródła:

- Apanasionok, M. M., Alallawi, B., Grindle, C. F., Hastings, R. P., Watkins, R. C., Nicholls, G., Maguire, L., & Staunton, D. (2021). Nauczanie wczesnej liczebności uczniów z autyzmem z wykorzystaniem modelu nauczania przez personel szkolny. *British Journal of Special Education*, 48(1), 90–111. <https://doi.org/10.1111/1467-8578.12346>
- Bejarano-Martín, Á., Casado-Vara, R., Magán-Maganto, M., Díez, E., Jenaro, C., Flores, N., Orrantia, J., & Canal-Bedia, R. (2024). Wczesne umiejętności numeryczne i dziedziny matematyczne u uczniów autystycznych w szkole podstawowej. *Frontiers in Psychiatry*, 15, 1509137. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2024.1509137>
- Christoforou, M., Jones, E. J. H., White, P., & Charman, T. (2023). Profile funkcji wykonawczych dzieci w wieku przedszkolnym z zaburzeniami ze spektrum autyzmu oraz zespołem nadpobudliwości psychoruchowej/deficytem uwagi/nadpobudliwością: przegląd systematyczny. *JCPP Advances*, 3(1), e12123. <https://doi.org/10.1002/jcv2.12123>
- Crank, J. E., Sandbank, M., Dunham, K., Crowley, S., Bottema-Beutel, K., Feldman, J., & Woynaroski, T. G. (2021). Zrozumienie efektów naturalistycznych interwencji rozwojowo-behawioralnych: metaanaliza projektu AIM. *Badania nad autyzmem*, 14(4), 817–834. <https://doi.org/10.1002/aur.2471>
- Faja, S., Clarkson, T., Gilbert, R., Vaidyanathan, A., Greco, G., Rueda, M. R., Combata, L. M., & Driscoll, K. (2022). Wstępne randomizowane, kontrolowane badanie treningu funkcji wykonawczych u dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu. *Autyzm*, 26(2), 346–360. <https://doi.org/10.1177/13623613211014990>
- Hume, K., Steinbrenner, J. R., Odom, S. L., Morin, K. L., Nowell, S. W., Tomaszewski, B., Szendrey, S., McIntyre, N. S., Yücesoy-Özkan, Ş., & Savage, M. N. (2021). Praktyki oparte na dowodach dla dzieci, młodzieży i młodych dorosłych z autyzmem: przegląd trzeciej generacji. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 51(11), 4013–4032. <https://doi.org/10.1007/s10803-020-04844-2>
- Petrolo, E., Guerrera, S., Logrieco, M. G., Casula, L., Vicari, S., & Valeri, G. (2025). Rola funkcji wykonawczych u dzieci przedszkolnych z zaburzeniami ze spektrum autyzmu: krótki przegląd narracji. *Badania nad niepełnosprawnościami rozwojowymi*, 157, 104905. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2024.104905>
- Schreibman, L., Dawson, G., Stahmer, A. C., Landa, R., Rogers, S. J., McGee, G. G., Kasari, C., Ingersoll, B., Kaiser, A. P., Bruinsma, Y., McNerney, E., Wetherby, A., & Halladay, A. (2015). Naturalistyczne interwencje rozwojowo-behawioralne: empirycznie potwierdzone metody leczenia zaburzeń ze spektrum autyzmu. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 45(8), 2411–2428. <https://doi.org/10.1007/s10803-015-2407-8>
- Steinbrenner, J. R., Hume, K., Odom, S. L., Morin, K. L., Nowell, S. W., Tomaszewski, B., Szendrey, S., McIntyre, N. S., Yücesoy-Özkan, Ş., & Savage, M. N. (2020). Praktyki oparte na dowodach dla dzieci, młodzieży i młodych dorosłych z autyzmem. Uniwersytet Karoliny Północnej w Chapel Hill, Frank Porter Graham Child Development Institute, National Clearinghouse on Autism Evidence and Practice.

Wong, C., Odom, S. L., Hume, K. A., Cox, A. W., Fettig, A., Kucharczyk, S., Brock, M. E., Plavnick, J. B., Fleury, V. P., & Schultz, T. R. (2015). Praktyki oparte na dowodach dla dzieci, młodzieży i młodych dorosłych z zaburzeniami ze spektrum autyzmu: kompleksowy przegląd. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 45(7), 1951–1966. <https://doi.org/10.1007/s10803-014-2351-z>

Dodatkowe praktyczne zasoby:

- **Przegląd praktyk opartych na dowodach NCAEP** (podsumowania praktyki i definicje): <https://ncaep.fpg.unc.edu/research-and-resources/>
- **Moduły AFIRM** (przewodniki krok po kroku z materiałami do pobrania): <https://afirm.fpg.unc.edu/afirm-modules/>
- **IRIS Center** (szkolenie dla edukatorów dotyczących praktyk opartych na dowodach dotyczących ASD): <https://iris.peabody.vanderbilt.edu/module/asd2/cwrap/>
- **ClinicalTrials.gov** (wyszukiwanie ustawień wstępnych: autyzm + przedszkole + funkcje wykonawcze + zabawa): <https://clinicaltrials.gov/search?cond=Autism%20Spectrum%20Disorder&age=child&term=preschool%20executive%20function%20play>

Darmowe zasoby online:

- **National Autistic Society (Wielka Brytania) – Wczesne lata i zasoby edukacyjne:** <https://www.autism.org.uk/advice-and-guidance/topics/education/early-years>
- **Autism Speaks – Zestawy narzędzi** (praktyczne przewodniki dotyczące rutyn i nauki w domu/szkole): <https://www.autismspeaks.org/tool-kit>
- **CAST (Centrum Stosowanej Technologii Specjalnej) – Wytyczne UDL** (planowanie nauki z wieloma sposobami zaangażowania/reprezentacji): <https://udlguidelines.cast.org/>
- **Zrozumiane – Zasoby dotyczące funkcjonowania wykonawczego** (praktyczne strategie i przykłady dla nauczycieli): <https://www.understood.org/en/topics/executive-functioning>
- **NRICH – Matematyka dla wczesnych lat** (zadania w klasie i działania rozumowania): <https://nrich.maths.org/early-years>
- **TOPMARKS – Gry matematyczne dla wczesnych lat** (interaktywne gry liczbowe, liczące i wzorcowe): <https://www.topmarks.co.uk/maths-games/3-5-years/counting>
- **Do2Learn – Zasoby edukacyjne** (wsparcie wizualne, sekwencjonowanie i zajęcia edukacyjne): <https://do2learn.com/>
- **ARASAAC (angielski) – Piktogramy i materiały do wsparcia wizualnego:**
Piktogramy: <https://beta.arasaac.org/pictograms?locale=en>
Materiały: <https://beta.arasaac.org/materials?locale=en>

Rozdział 5: Rozwój języka i komunikacji

Rozwój języka i komunikacji jest kluczowym obszarem dla dzieci przedszkolnych z zaburzeniami ze spektrum autyzmu (ASD). Badania wskazują, że 40-70% dzieci z ASD doświadcza pewnego stopnia opóźnienia w mowie i języku, co sprawia, że ukierunkowana interwencja jest niezbędną we wczesnych latach. Ten rozdział dostarcza nauczycielom praktycznych, opartych na dowodach narzędzi i aktywności mających na celu wspieranie budowania słownictwa, ekspresyjnego i receptywnego języka oraz komunikacji niewerbalnej w inkluzywnym środowisku przedszkolnym.

Obszary zainteresowania

- **Budowanie słownictwa:** Poszerzanie funkcjonalnego słownictwa poprzez znaczące, kontekstowe doświadczenia edukacyjne
- **Język ekspresyjny:** Wspieranie dzieci w komunikowaniu ich potrzeb, pragnień i pomysłów
- **Język receptywny:** Poprawa zrozumienia języka mówionego, instrukcji i pytań
- **Komunikacja niewerbalna:** Zachęcanie do gestów, mimiki i alternatywnych metod komunikacji

Cele rozdziału

1. Poszerz funkcjonalne słownictwo istotne dla codziennych rutyn i zainteresowań
2. Wspieraj rozumienie i użycie języka w znaczących kontekstach
3. Zachęcaj do alternatywnych i wspomagających metod komunikacji dla dzieci o ograniczonych zdolnościach werbalnych
4. Wspieraj inicjację komunikacji i interakcje społeczne poprzez ustrukturyzowaną zabawę
5. Buduj umiejętności narracyjne i opowiadające historie poprzez kreatywne aktywności

Baza dowodowa

Narzędzia i działania w tym rozdziale opierają się na praktykach opartych na dowodach, uznanych przez National Professional Development Center for Autism Spectrum Disorders oraz na badaniach recenzowanych przez naukowców. Kluczowe podejścia obejmują:

- **System komunikacji wymiany obrazów (PECS):** System AAC oparty na zachowaniu, opracowany przez Frosta i Bondy'ego (1994), który uczy funkcjonalnej, niezależnej komunikacji poprzez wymianę obrazów
- **Naturalistyczne strategie językowe:** podejścia skoncentrowane na dziecku, które promują komunikację poprzez aranżację środowiskową i responsywne interakcje
- **Wsparcie wizualne:** Wykorzystanie symboli graficznych, fotografii i wizualnych harmonogramów wspomagających zrozumienie i ekspresję
- **Interwencja oparta na muzyce i rytmie:** wykorzystanie rytmu, melodii i powtarzania do poprawy nauki języka

Narzędzia zawarte w tym rozdziale

Narzędzie 1: Fiszki oparte na obrazach i tablice komunikacyjne

Opis: Kompleksowy zestaw narzędzi komunikacji wizualnej oparty na zasadach Systemu Komunikacji Wymiany Obrazów (PECS), zaprojektowany dla dzieci przedszkolnych z ASD, aby wyrażać podstawowe potrzeby, składać prośby i prowadzić proste rozmowy.

Składniki:

- Podstawowe karty słownictwa (50 kart): rzeczowniki pospolite (jedzenie, zabawki, przedmioty), czasowniki (jedz, baw się, idź), przymiotniki (duże, małe, szczęśliwe) oraz słowa społeczne (cześć, proszę, dziękuję)
- Karty codziennej rutyny (20 kart): Aktywności takie jak czas w kółku, przekąska, zabawa na świeżym powietrzu, toaleta, mycie rąk
- Paski zdań: Odłączane paski do konstruowania prostych zdań (chcę + obiekt)

Zbieraj i przygotuj obrazy

1. Zdjęcia pochodzą z jednej z tych opcji:
 - Darmowe bazy danych obrazów w stylu PECS (Boardmaker, PictoSelector, ARASAAC)
 - Zdjęcia rzeczywistych przedmiotów z klasy
 - Proste rysunki liniowe (ręcznie lub cyfrowo)
2. Upewnij się, że wszystkie zdjęcia spełniają następujące kryteria:
 - Pojedynczy obiekt na prostym tle (biały lub jasnoszary)
 - Brak rozpraszających szczegółów czy wzorców
 - Spójny styl na wszystkich kartach (wszystkie zdjęcia LUB wszystkie ilustracje)

Jak używać:

Faza 1 (Wymiana Fizyczna): Dziecko uczy się podnosić zdjęcie i przekazywać je partnerowi komunikacyjnemu w zamian za pożądaną przedmiot.

Faza 2 (Dystans i wytrwałość): Dziecko ćwiczy używanie kart w różnych środowiskach i z różnymi osobami.

Faza 3 (Dyskryminacja na podstawie zdjęć): Dziecko wybiera spośród wielu zdjęć, aby złożyć konkretne prośby.

Faza 4 (Budowanie zdań): Dziecko używa pasków zdań do łączenia obrazków (chcę + ciasteczko).



Źródło: <https://icoloring.ai/>

Narzędzie 2: Karty opowiadania historii i kostki opowieści

Opis: Kreatywne narzędzia opowiadania historii, które pomagają dzieciom rozwijać umiejętności narracyjne, słownictwo i myślenie sekwencyjne poprzez zabawę wyobraźniową.

Składniki:

- Karty sekwencji opowieści (3 zestawy po 15 kart): Proste wizualne narracje 3-4 kroków przedstawiające codzienne sytuacje (ubieranie się, przygotowywanie przekąsek, wyjście do parku)
- Karty postaci (20 kart): Ludzie i zwierzęta, które mogą być bohaterami fabuły
- Karty ustawiające (15 kart): Miejsca takie jak dom, szkoła, plac zabaw, sklep
- Karty akcji (20 kart): Popularne czasowniki ilustrowane do budowania historii
- Story Cubes (wersja adaptowana): 6 kości piankowych z prostymi, wyraźnymi obrazkami, odpowiednie dla przedszkolaków

Instrukcje montażu:

1. **Utwórz nagłówek:** Napisz "MY DAY" dużymi, wyraźnymi literami u góry
2. **Przymocuj pionowy pasek rzepów:** 2" szerokości, biegnący od 3" pod kolektorem do 3" powyżej dołu
3. **Twórz znaczniki czasu:** Małe karty z tarczami zegara pokazującymi przybliżone czasy
4. **Dodaj kieszeń "Ukończone":** Koperta lub teczka na dole na ukończone czynności
5. **Dołącz karty codziennej rutyny:** Kolejno od góry do dołu każdego ranka

Protokół codziennego użytkowania:

Poranne przygotowanie (nauczyciel/opiekun):

1. Harmonogram dnia przeglądu
2. Dołącz odpowiednie karty w odpowiedniej kolejności
3. Dodaj specjalne aktywności (wycieczka, goście itp.)
4. Usuwać karty za aktywności, które nie odbywają się dziś

Przez cały dzień (z dzieckiem):

1. Wskaż na bieżącą kartę aktywności podczas przejścia
2. Powiedz wyraźnie nazwę aktywności: "Teraz czas na przekąskę"
3. Po zakończeniu pomóż dziecku przenieść kartę do kieszeni "Ukończone"
4. Wskaż na kolejną aktywność: "Następna to ZABAWA NA ŚWIEŻYM POWIETRZU"
5. Używaj języka "Najpierw/Potem": "Najpierw umyj ręce, potem przekąska"

Jak używać:

Podstawowy poziom: Używaj kart sekwencji, aby ćwiczyć rozpoznawanie, co jest pierwsze, następne i ostatnie. Zachęcaj dzieci do nazywania każdego obrazka.

Poziom Średniozaawansowany: Rzucaj kostkami opowieści i twórz proste zdania o każdym obrazie. Stosuj system "ktoś chciał, ale tak".

Zaawansowany poziom: Połącz karty postaci, scenerii i akcji, aby tworzyć wspólne historie z rówieśnikami.



Źródło: <https://www.canva.com/ai/dream-lab>

Narzędzie 3: Gry komunikacyjne z odgrywaniem ról

Opis: Interaktywne gry ćwiczące funkcjonalne umiejętności komunikacyjne w symulowanych sytuacjach z życia codziennego, wspierające zarówno komunikację werbalną, jak i niewerbalną.

Składniki:

- Zestaw do odgrywania ról w sklepie: Pieniądże do gry, karty z listą zakupów ze zdjęciami, karty z jedzeniem/przedmiotami
- Zestaw do odgrywania ról w restauracji: menu obrazkowe, tablica zamówień, karty z jedzeniem
- Zestaw gabinetu lekarskiego: Proste karty części ciała, karty wyrażające wyrazy do wskazywania bólu/dyskomfortu
- Skrypty wizualne: Instrukcje krok po kroku do każdego scenariusza odgrywania ról

Umiejętności komunikacji celowej:

Proszę: Chcę..., Czy mogę mieć..., Proszę, daj mi...

Odpowiadanie na pytania: Czego chcesz? Ile? Jaki kolor?

Wymiany społeczne: Cześć, Dziękuję, Do widzenia

Wymiana w rozmowie

Narzędzie 4: Muzyka, rymowanie i rytmiczne zajęcia językowe

Opis: Zbiór piosenek, rymowanek i aktywności muzycznych specjalnie wybranych i dostosowanych do wspierania rozwoju językowego u dzieci z ASD. Muzyka zapewnia strukturę, przewidywalność i zaangażowanie wielozmysłowe, co szczególnie przynosi korzyści dzieciom ze spektrum autyzmu.

Składniki:

- Karty wizualne piosenek (20 piosenek): Karty ze zdjęciami z tekstami podzielonymi na proste frazy do znanych piosenek
- Rekwizyty do piosenek akcji: Proste instrumenty (shakery, dzwoneczki), szaliki, marionety do interaktywnych piosenek
- Tablica wyboru piosenki: Tablica wizualna, na której dzieci mogą wybierać ulubione piosenki
- Karty rytmu: Wizualne wskazówki dotyczące wzorców i ruchów klaskania

Polecane piosenki do rozwoju języka:

| Piosenka | Cel językowy | Adaptacje |
|---------------------------------------|---|--|
| Koła autobusu | Czasowniki, słowa dźwiękowe, części ciała | Używaj kart wizualnych do każdej zwrotki; przerwa na uzupełnienie |
| Stary MacDonald | Imiona zwierząt, dźwięki, prośby | Używaj kart ze zdjęciami zwierząt; dziecko wybiera kolejne zwierzę |
| Głowa, ramiona, kolana i palce u stóp | Słownictwo dotyczące części ciała, podążanie za wskazówkami | Wolne tempo; Wizualny diagram ciała |
| Jeśli jesteś szczęśliwy i o tym wiesz | Emocje, słownictwo, działania | Karty emocji; Ruchowe wizualizacje |
| Pięć Małych Kaczek | Liczenie, koncepcje (w dal, z powrotem) | Pacynki palcowe; liczenie wizualizacji |

Plany aktywności

Aktywność 1: "Co jest w torbie?" Gra słownictwa

Cele nauki:

- Rozszerzenie słownictwa o powszechnych obiektach
- Ćwicz etykietowanie i składanie wniosków
- Wspieraj przejmowanie na zmianę w grupie

Obszary ukierunkowanego uczenia się: język/komunikacja, społeczność, poznawcze

Wymagane materiały:

- Nieprzezroczysta torba lub tajemnicze pudełko
- 10-15 przedmiotów popularnych (np. piłka, samochód, kubek, łyżka, szczotka)
- Odpowiadające im karty obrazkowe
- Wizualna tablica do zwrotu

Instrukcje krok po kroku:

1. Zbierz dzieci w kółko. Użyj wizualnego harmonogramu, aby pokazać aktywność.
2. Wybierz dziecko sięgające do torby, wyciągające przedmiot i nazywające go: "Znalazłam piłkę!"
3. Użyj planszy do wykonywania tury, aby wskazać, kto jest następny.
4. Każde dziecko sięga do torby, wyciąga przedmiot i próbuje go nazwać.
5. Podawaj wskazówki w razie potrzeby (pokaż kartę ze zdjęciem, nadaj pierwszy dźwięk, zamodeluj słowo).
6. Świątuj każdą próbę pozytywnym wzmocnieniem.

Adaptacje:

- *Dla dzieci niemówiących:* Akceptuj wskazywanie na pasującą kartę ze zdjęciami lub wzrok do oczu
- *Dla dzieci z wrażliwością sensoryczną:* Używaj przezroczystego pojemnika zamiast nieprzezroczystego woreczka
- *Dla zaawansowanych uczniów:* zapytaj: "Co to jest?" i "Co z tym robimy?"

Oczekiwane rezultaty: Dzieci zwiększają słownictwo dotyczące przedmiotów powszechnych; ćwiczą przemianę; doświadczają skutecznych prób komunikacji.

Aktywność 2: "Buduj historię" – wspólna gra narracja

Cele nauki:

- Rozwijaj myślenie sekwencyjne i strukturę narracji
- Konstrukcja zdań ćwiczeniowych
- Zachęcaj do kreatywnej ekspresji i wyobraźni

Obszary ukierunkowanego uczenia się: język/komunikacja, poznawczo, społeczne

Wymagane materiały:

- Kostki z historią lub karty ze zdjęciami (postacie, miejsca, przedmioty)
- Wizualna mapa fabuły (Początek - Środek - Koniec)
- Paski rozpoczynające zdanie
- Duży papier do rysowania historii

Instrukcje krok po kroku:

1. Przedstaw wizualizację mapy fabuły pokazującą Początek, Środek, Koniec.
2. Rzucaj kostkami do historii lub rysuj karty obrazkowe, aby określić elementy fabuły.
3. Używaj początkowych zdań: "Dawno, dawno temu był...", "Wtedy...", "Na końcu..."
4. Wspieraj dzieci, by dodawały po jednym zdaniu każdemu, budując historię wspólnie.
5. Rysuj lub umieszczaj przedstawienia obrazkowe na mapie fabuły w trakcie gry.
6. Opowiedzcie całą historię razem na końcu.

Adaptacje:

- *Dla dzieci o ograniczonych zdolnościach werbalnych:* Pozwól na wskazywanie obrazków lub korzystanie z urządzenia AAC
- *Dla dzieci mających trudności z kreatywnością:* Zapewnij opcje wielokrotnego wyboru dla każdego elementu opowieści
- *Do pracy indywidualnej:* Twórz osobiste książki z bajkami, używając wybranych kart

Oczekiwane rezultaty: Dzieci zrozumieją podstawową strukturę opowieści; wydłużą długość zdań; będą ćwiczyć kreatywne myślenie w ramach uporządkowanej struktury.

Aktywność 3: Gra Komunikacji z odgrywaniem ról "Restauracja"

Cele nauki:

- Ćwicz funkcjonalne słownictwo związane z zamawianiem
- Rozwijaj rozmowy w wymienianie się
- Ucz się skryptów społecznych omawiających typowe sytuacje

Obszary ukierunkowanego uczenia się: język/komunikacja, społeczność, poznawcze

Wymagane materiały:

- Menu obrazkowe z danymi potrawami
- Blok zamówień z opcjami obrazków/słów
- Graj w jedzenie
- Wizualne karty skryptowe dla kelnerów/klientów
- Rekwizyty do identyfikacji ról (fartuch, notatnik)

Instrukcje krok po kroku:

1. Zorganizuj prostą strefę restauracyjną ze stołem i krzesłami.
2. Wprowadź wizualne scenariusze: kelner pyta: "Co byś chciał?" Klient mówi: "Chcę [jedzenie], proszę."
3. Najpierw zaprezentuj interakcję z innym dorosłym lub marionetką.
4. Przydzielaj role (często rotuj) i wspieraj dzieci podczas pisania.
5. Stopniowo minimalizuj podpowiedzi, gdy dzieci oswoją się z rutyną.
6. Dodaj złożoność: "Chciałbyś coś do picia?" "Oto twoje jedzenie. Miłej zabawy!"

Adaptacje:

- *Dla dzieci niemówiących:* Stosuj system porządkowania obrazów w stylu PECS
- *Dla dzieci z lękiem:* Zacznij od znajomego mówcy jako kelnera; Ćwicz 1:1 przed grupą
- *Dla zaawansowanych uczniów:* Dodaj scenariusze rozwiązywania problemów ("Nie mamy pizzy, chcesz coś innego?")

Oczekiwane rezultaty: Dzieci nauczą się funkcjonalnego słownictwa o żądanie; ćwiczą wymianę konwersacyjną; rozwijają pewność siebie w scenariuszach społecznych.

Gra planszowa: "Mów & Idź " Przygoda komunikacyjna

Opis: Prosta, przejrzysta wizualnie gra planszowa zaprojektowana, by zachęcać do komunikacji podczas ćwiczenia różnych umiejętności językowych. Gra zawiera elementy kooperacji oraz wiele sposobów uczestnictwa.

Komponenty gry:

- Plansza do gry z kolorową ścieżką i przestrzeniami obrazkowymi
- Obrazkowy wirujący (zamiast kości dla wyraźniejszych oczekiwań)
- Karty kategorii: Zwierzęta, Jedzenie, Akcje, Przedmioty, Kolory
- Karty wyzwań komunikacyjnych (obrazkowe)
- Pionki postaci
- Naklejki/Żetony z nagrodami

Jak grać:

3. Każdy gracz obraca wir, aby określić, o ile pól przesunąć.
4. Ląduj na kolorowym polu i dobieraj kartę z pasującego stosu kategorii.
5. Wykonaj zadanie komunikacyjne pokazane na karcie (nadaj zdjęcie, odpowiedz na pytanie, złóż prośbę).
6. Wszyscy gracze mogą zdobywać żetony za pomaganie innym lub kibicowanie.
7. Gra kończy się, gdy wszyscy gracze dotrą do mety (kooperacja) lub świętują indywidualne kamienie milowe.

Przykłady zadań komunikacyjnych:

- **Nazwa:** "Co to jest?" (zdjęcie z programu)
- **Proszę:** "Poproś przyjaciela o [przedmiot]"
- **Akcje:** "Pokaż nam podskakujących" albo "Co robi ta osoba?"
- **Działania społeczne:** "Przywitaj się z osobą obok siebie"
- **Pytania:** "Jakiego koloru jest jabłko?"

Zasady projektowania:

- Wizualnie wyraźna i minimalna ilość bałaganu wizualnego
- Format kooperacji w celu zmniejszenia stresu rywalizacyjnego
- Akceptowane są różne tryby reakcji (werbalne, wskazujące, gesty, AAC)
- Przewidywalna struktura z wyraźnym zwrotem
- Częste okazje do pozytywnego wzmocnienia

Wytyczne wdrożeniowe

Tworzenie środowiska bogatego w język:

- Oznaczaj miejsca i obiekty w klasie zarówno obrazkami, jak i słowami
- Zapewnij, że narzędzia komunikacyjne są dostępne przez cały czas
- Stwórz wiele okazji do komunikacji w ciągu dnia
- Użycie języka modelowego konsekwentnie i naturalnie

Wspieranie różnych poziomów komunikacji:

| Poziom | Charakterystyka | Strategie wsparcia |
|---------------|---|---|
| Przedwerbalne | Ograniczone lub żadne słowa wypowiedziane; mogą używać gestów, dźwięków lub zachowań do komunikacji | Skup się na szkoleniach PECS; akceptuj wszelkie próby komunikacji; Używaj przedmiotów |

| | | |
|-----------------------------------|---|---|
| | | o wysokim oprocentowaniu jako motywacji |
| Wербalność wyłaniająca się | Pojedyncze słowa lub przybliżenia słów; Może echo | Rozwiń pojedyncze słowa do fraz; zapewnij początek zdań; Modeluj poprawne formy bez korekty |
| Poziom frazy | Używa kombinacji 2-3 słów; może mieć ograniczone społeczne użycie języka | Wprowadź aktywności narracyjne; Ćwicz rozmowy; Rozszerzaj kategorie słownictwa |
| Poziom zdania | Mówi zdaniami; Może mieć trudności z pragmatyką lub zaawansowanym słownictwem | Skup się na opowiadaniu historii; Pracuj nad pytaniami WH; ćwicz scenariusze społeczne i umiejętności konwersacyjne |

Rekomendacje dotyczące współpracy:

- Współpracuj z logopedami, gdy jest to możliwe
- Dziel się narzędziami i strategiami komunikacji z rodzinami w celu praktyki domowej
- Dokumentuj postępy i dziel się obserwacjami wśród członków zespołu
- Zapewnij spójność w podejściu komunikacyjnym w różnych miejscach

Bibliografia i zasoby

Kluczowe Źródła:

Bondy, A., & Frost, L. (2001). System komunikacji wymiany obrazów. *Behavior Modification*, 25(5), 725-744.

Charlop-Christy, M. H., Carpenter, M., Le, L., LeBlanc, L. A., & Kellet, K. (2002). Wykorzystanie systemu komunikacji wymiany obrazów (PECS) z dziećmi z autyzmem: ocena przybycia PECS, mowy, zachowań społeczno-komunikacyjnych oraz zachowań problematycznych. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 35(3), 213-231.

Ganz, J. B., Davis, J. L., Lund, E. M., Goodwyn, F. D., & Simpson, R. L. (2012). Metaanaliza PECS u osób z ASD: Badanie wyników ukierunkowanych kontra niecelowanych, cech uczestników oraz fazy wdrożenia. *Badania nad niepełnosprawnościami rozwojowymi*, 33(2), 406-418.

Hampton, L. H., & Kaiser, A. P. (2016). Wpływ interwencji na wyniki mówienia u dzieci z autyzmem: przegląd systematyczny i metaanaliza. *Journal of Intellectual Disability Research*, 60(5), 444-463.

Paul, R., & Norbury, C. (2012). *Zaburzenia językowe od niemowlęctwa do okresu dojrzewania* (4. wydanie). Elsevier.

Simpson, K., & Keen, D. (2011). Interwencje muzyczne dla dzieci z autyzmem: narracyjny przegląd literatury. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 41, 1507-1514.

Yoder, P. J., & Stone, W. L. (2006). Losowe porównanie dwóch interwencji komunikacyjnych dla przedszkolaków z zaburzeniami ze spektrum autyzmu. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 74(3), 426-435.

Darmowe zasoby online:



ASD in Preschool

- **Moduły AFIRM** (szkolenia praktyczne oparte na dowodach): <https://afirm.fpg.unc.edu>
- **Indiana Resource Center for Autism**: <https://iirc.indiana.edu/irca>
- **The Autism Helper** (darmowe materiały i blog): <https://theautismhelper.com>
- **Songs for Teaching** (zasoby muzyczne): <https://www.songsforteaching.com/autisticchildren>
- **Raising Children Network Australia** (przewodniki AAC): <https://raisingchildren.net.au/autism>

