



Референца број: 2024- 1-LT01 -KA 220-SCH-000246848



Сеопфатна наставна програма за настава по физичко образование за ученици со аутизам

Подготвено од:

Литванија/ Едукативен центар Каунас Пранас Даунис

Туркије/ Универзитет во Чукурова

Македонија/Македонско научно здружение за аутизам

Туркије/Мулти-Акт СТД

Летонија/ Центар за развој на средното училиште Валмиера Гауја Коуст

Летонија/ ОУ Резекне – Развоен центар



**Funded by
the European Union**



Содержина

Вовед.....	3
1. Поглавје 1: За тоа како да се подучуваат ФО учениците со аутизам	4
2. Поглавје 2: За тоа како да се вклучат учениците со аутизам во ФО	15
3. Поглавје 3: За тоа како учениците со аутизам да се одржуваат физички активни преку мешавина од мешани/хибридни, практични и неформални методологии за учење	37
4. Поглавје 4: За тоа како да се вклучат учениците со аутизам во групните активности на ФО	56
5. Поглавје 5: За тоа како да се зголеми мотивацијата на учениците со аутизам во ФО	86
6. Поглавје 6: Спорт за ангажман во заедницата и градење заедница за минимизирање на социјалната исклученост и зголемување на социјалната адаптација	108

ВОВЕД

Аутистичниот спектар на нарушување (АСН) е развојна состојба која влијае на тоа како поединците комуницираат, социјално се интегрираат и го доживуваат светот околу нив. За многу ученици со аутизам, училиштето може да биде предизвикувачка средина - особено по предмети како што е физичко образование (ФО), каде што традиционалните пристапи на предавање честопати ги занемаруваат нивните уникатни потреби.

Низ цела Европа, расте свеста за важноста на инклузивното образование, но учениците со аутизам продолжуваат да се соочуваат со значителни пречки. Тие вклучуваат ограничен пристап до соодветна поддршка, недоволно обучени наставници и недостаток на прилагодени програми - особено во физичко образование. И покрај добро документираните придобивки од физичката активност за децата со аутизам - вклучувајќи подобрена комуникација, однесување, моторни вештини и целокупна благосостојба - сè уште не постои структурирана програма специјално дизајнирана да ги задоволи нивните потреби во рамките на физичкото образование во училиште.

Наставната програма „Зајакнување на способностите“ е создадена како директен одговор на овој јаз.

Оваа наставна програма е дизајнирана да ги поддржи наставниците, училишниот персонал и професионалците кои работат со ученици со аутизам преку опремување со знаење, вештини и самодоверба за да испорачаат инклузивни, адаптивни и ангажирачки часови по физичко образование. Се потпира на тековните истражувања, животните искуства на едукаторите и приоритетите утврдени во Стратегијата на ЕУ за лицата со попреченост, која нагласува „инклузивно образование за сите“.

Преку шест практични и сеопфатни поглавја, наставната програма се занимава со следниве клучни области:

1. Како да се предава физичко на ученици со аутизам, користејќи достапни и адаптивни методи.
2. Како активно да се вклучат учениците со аутизам во физичкото образование, создавајќи позитивни и значајни искуства.
3. Како да се користи мешавина од мешани, практични и неформални методологии за да се одржат учениците физички активни.
4. Како да се поттикне учеството во групни активности, промовирајќи социјални вештини и намалувајќи ја изолацијата.
5. Како да се зголеми мотивацијата, правејќи го физичкото образование наградувачки и пријатен дел од училишниот ден.
6. Како да се користи спортот како алатка за ангажирање во заедницата, помагајќи во намалувањето на социјалната исклученост и градењето инклузија преку физичка активност.

Оваа наставна програма има за цел да ги оспособи наставниците - од кои многумина се чувствуваат неподготвени да предаваат физичко на ученици со аутизам - со иновативни стратегии, инклузивни практики и адаптабилни алатки. Исто така, се стреми да ја промовира менталната, физичката и емоционалната благосостојба на учениците со аутизам преку обезбедување пристап до целосните придобивки од спортот и физичката активност, и во и надвор од училиштето.

Проектот „Зајакнување на способностите“ е повеќе од наставна програма - тоа е движење кон еднаквост, инклузија и заедничко учество. Со поддршка на развојот на социјалните, физичките и емоционалните вештини преку физичко образование, ние не само што им помагаме на учениците со аутизам да напредуваат - туку градиме поинклузивна училишна средина за сите.



Поглавје 1

Како да се предава физичко образование на ученици со аутизам



**Kauno Prano Daunio
ugdymo centras**



**Funded by
the European Union**

ГЛАВА 1

Предавање на физичко воспитание на ученици со аутизам

Резиме

Овој документ прикажува три инклузивни планови за часови за физичко образование дизајнирани да ги поддржат децата со аутистичен спектар на нарушување (АСН) во различни возрастни групи: предучилишна, основно училиште и средно училиште. Секој план за лекција е направен за да ги подобри моторните вештини, емоционалната регулација, социјалната интеракција и сензорната интеграција, осигурувајќи дека децата со АСН можат значајно да се вклучат во физички активности. Овие лекции промовираат самоверба, физичка подготвеност и социјална благосостојба, додека се прилагодливи на уникатните потреби и способности на секој ученик. Активностите се фокусираат на развивање на следните компетенции: комуникација, креативност, дигитални вештини, социјални вештини, емоционална регулација, когнитивни способности и промовирање здрав начин на живот. Дополнително, лекциите ја нагласуваат тимската работа, соработката и комуникациските вештини во групни поставки, обезбедувајќи им на учениците вредни можности за социјална интеракција. Со поттикнување на развојот на овие компетенции, лекциите го поддржуваат целокупниот раст и благосостојба на учениците.

Планот за часови „Детска јога приказна“ е дизајниран за деца од предучилишна возраст и градинка, нудејќи разигран пристап кон физичката активност преку јога. Лекцијата комбинира едноставни јога пози со приказна заснована на приказна, овозможувајќи им на децата да се движат на забавен и привлечен начин. Употребата на визуелни помагала, вежби за дишење и сензорни паузи ги поддржува децата со сензорна чувствителност, правејќи ја практиката достапна и пријатна. Оваа лекција помага да се промовира емоционална саморегулација, фокус и флексибилност, истовремено поттикнувајќи релаксација и внимателност во неконкурентна и структурирана средина.

Планот за лекција „Животинска гимнастика“ е наменет за деца од основно училиште, особено за оние од прво до четврто одделение. Оваа лекција комбинира имагинативна игра со физичка активност, бидејќи децата имитираат движења на животните за да развијат сила, рамнотежа и координација. Преку активности како скокање како жаба, лазење како мечка или лизгање како змија, учениците ги подобруваат грубите моторни вештини додека ја ангажираат својата креативност и имагинација. Лекцијата вклучува јасни визуелни упатства и структурирани чекори за да се осигури дека децата со АСН можат лесно да го следат. Активностите, исто така, поттикнуваат социјални вештини како што се соработка и комуникација, бидејќи децата работат заедно во групни задачи за да ги завршат предизвиците на тема животните. Оваа лекција поттикнува движење, креативност и социјална интеракција во забавен амбиент со низок притисок.

Резимето „Учиме да се ориентираме во вселената“: лекцијата се фокусира на помагање на средношколците да развијат вештини за ориентација и навигација преку активности кои вклучуваат пребарување на скриени објекти врз основа на нумерирани индиции. Учениците ќе ја подобрат нивната просторна свест, способности за читање карти и координација додека учат да препознаваат и именуваат предмети во различни средини. Лекцијата поттикнува тимска работа, лидерство и комуникациски вештини, со ангажирани задачи дизајнирани да мотивираат и да ја намалат анксиозноста, особено кај учениците со аутистичен спектар на нарушување (АСН). Преку когнитивните и физичките предизвици, учениците ќе стекнат доверба во навигацијата и ориентирањето во различни простори.

Овие три планови за часови - **Детска приказна за јога, Животинска гимнастика и Учење да се ориентираат во просторот** - се дизајнирани да ги задоволат развојните потреби на децата со аутизам во предучилишната, примарната и средноучилишната фаза. Активностите се флексибилни и прилагодливи, обезбедувајќи поддршка и инклузивна средина за учениците со АСН да се вклучат во физичкото образование. Секоја лекција вклучува стратегии за промовирање на физичкиот, емоционалниот и социјалниот развој, осигурувајќи дека сите ученици, без разлика на нивната возраст или способности, можат да учествуваат и да имаат корист од активностите. Со поттикнување на позитивно искуство во физичкото образование, овие часови им помагаат на учениците да изградат вештини кои промовираат долгорочна благосостојба и доживотна љубов кон физичката активност.

Сценарио за учење и план за имплементација-1

Приказна за детската јога

Целни групи	Деца на предучилишна возраст
Цели на учењето	Додека слушаат приказна, децата ќе изведуваат вежби за јога и ќе научат да ги синхронизираат своите движења со дишењето, што ќе им помогне да се справат со стресот во предизвикувачки ситуации. Дополнително, тие ќе ја подобрат нивната координација, рамнотежа и свеста за телото.
Локација на активност	Градинка, теретана, спортско игралиште, парк или шума.

Надлежности

Комуникација, креативност	Дигитална, Социјална, Емоционална	Здрав начин на живеење, когнитивен
Резиме на лекцијата	Децата од предучилишна возраст ќе се вклучат во раскажување приказни додека изведуваат елементи на јога, спојувајќи ги движењата на телото со приказни и игри. Времетраењето на приказната може да се прилагоди врз основа на способноста на детето да се фокусира, да ги изведе движењата и други фактори. За време на овој час, децата нема да доживеат никаков притисок, бидејќи нема да има конкуренција, победници или губитници. Тие ќе се фокусираат на своите чувства, ќе научат трпение и ќе вежбаат чекање. За време на активност, децата ќе се запознаат со асаните (пози за јога) и ќе научат како да ги усогласат со дишењето. Тие ќе развијат флексибилност, координација и свест за телото. За да се подготвите за овој час, се препорачува да се погледнете на видеото Детска јога сè за БУБАЧКИ!  Ако е можно, видеото исто така може да се прикаже за време на часот.	
Вовед	Наредете гимнастички душеци во круг, осигурувајќи секое дете да има своја подлога. Почнете со загревање: виткање на стапалата, вртење на колената, вртење на торзото (на двете страни), вежби за загревање на рацете и вратот. Откако децата соодветно ќе се загреат, наставникот воведува коцка (Прилог бр.1) со слики од пози за јога. Секое дете, по редослед, ја тркала коцката и се обидува да ја направи прикажаната поза најдобро што може. Наставникот потоа ја објавува целта на часот: „Додека слушате приказна, ќе изведувате пози на јога“.	
Главна прашање	Како правилно да го синхронизираме дишењето со движењето? Како можеме да изведуваме пози на јога според нашите способности додека ја подобруваме физичката издржливост и координација?	

Главна активност

Децата седат со прекрстени нозе на нивните душеки во „Лесна поза“. Наставникот почнува да раскажува приказна, изведувајќи координирани движења на јогата како дел од приказната. Децата ги копираат движењата на наставникот. Приказната, создадена од наставникот, треба да биде интересна, кратка и раскажана на јасен, експресивен начин, нагласувајќи ги промените во позицијата на телото. Треба да се вклучат вежби за дишење, охрабрувајќи ги децата да ги синхронизираат своите движења со нивниот здив (на пример, да им кажете дека стигнале до убаво поле полно со цвеќиња, да наберат цвет и да се преправаат дека го миришат). Секогаш кога е можно, користете визуелни помагала како што е детската јога за БУБАЧКИ! 🐛🐜🐝🐞🐡 видео или картички со пози за јога.

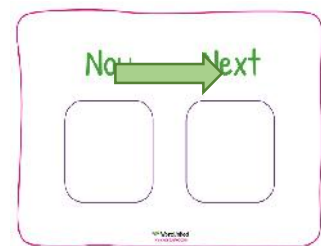
Коцка со пози за јога



„Застани“ и „Оди“



"Сера" и "Следно"



Чувства на термометри



„Изборна табла“ и „Потребна табла“



Искористување на ресурсите

Гимнастички простирки, картички за пози за јога, видео материјали, коцка со слики за поза за јога, картички „Застани“ и „Оди“, „Сера“ и „Следно“, термометар за чувства.

Општи прилагодувања и препораки

- Запознајте го детето со околината и материјалите: пред да започнете со активноста, уверете се дека детето е запознаено со просторот и алатките кои ќе ги користат. Ова ја намалува анксиозноста и им помага да се чувствуваат поудобно за време на часот.
- Поделете активности на кратки, специфични задачи: децата со АСН може полесно да се фокусираат и да успеат ако задачите се поделени на јасни и управливи чекори. Избегнувајте да ги преплавувате со долги или сложени инструкции.
- Користите визуелни помагала и јасни транзиции: во прилог на вербалните инструкции, користите визуелни помагала, како што се картички или слики, за јасно да се покаже која задача се случува, кога задачата започнува или завршува. Наставникот може да користи тајмер за да го управува времетраењето на задачата или песочен часовник за да му помогне на детето да разбере кога задачата ќе заврши и кога е време да продолжи со следната. Размислете за користење на слушни знаци како плескање или звучни сигнали за да се обележат

● Имајте предвид на сетилната чувствителност: некои деца може да бидат пречувствителни на одредени стимули (на пр. гласни звуци, силни светла или силни мириси). За да се минимизира стресот, пробајте да ги намалите таквите предизвикувачи и да обезбедите мирен, тивок простор каде што детето може да се повлече ако е потребно (може да се користат помошни уреди, на пр. слушалки за поништување на бучава). Осигурете се дека животната средина е што е можно попријателска.	транзициите помеѓу активностите. „Одбор за избор“ или „Табла за потреба“ (Прилог бр. 5) со визуелни знаци (на пример, пиење, бања, ужина) може да му помогне на детето јасно да ги изрази своите потреби. ● Индивидуализирајте ја задачата и обезбедете алтернативи: прилагодете задачите за да одговараат на нивото на способностите на детето. Ако детето се бори со одредена активност, понудите поедноставена верзија. Ако детето одбие да учествува во групна активност, понудите индивидуална алтернатива која се усогласува со истата цел.
● Обезбедите јасни и концизни инструкции: инструкциите да бидат едноставни и директни. Зајакнете ги со демонстрации или моделирање на активността за да се обезбеди разбирање. ● Назначете пријател или асистент: Поврзајте го детето со поддршка или помошник кој може да им помогне да ги води низ активностите и да обезбеди охрабрување. ● Користете позитивно засилување и мотивација: охрабнете го детето со пофалби, награди или налепници за нивниот труд, а не само за крајниот резултат. Ова помага да се зголеми нивната самодоверба и да се зајакне нивниот ангажман. ● Поставете остварливи цели: поставете мали, остварливи цели (на пример, учество за 10 минути или извршување на една задача од почеток до крај) и го славете напредокот на детето. ● Одржувајте активности во рамките на управлива временска рамка: за деца на предучилишна возраст, ограничете ја активността на 30 минути, со 4-5 задачи, за да им помогнете да го задржат фокусот и да учествуваат целосно. Се препорачува да се прилагоди времето на активността според способностите на секое дете и, ако е потребно, да се заврши сесијата додека активността е сè уште ангажирана. ● Обезбедите дополнителна поддршка: имајќи асистент за настава или специјален образовен професионалец на располагање за време на сесијата може да обезбеди вредна поддршка, особено кога на детето му е потребна дополнителна помош или внимание. ● Спроведување на проценки пред и по часот: оценување на напредокот на детето со преглед на главните задачи на сесијата и на почетокот и на крајот. Ова помага да се процени колку добро детето ги разбрало и се вклучило во активностите.	
Наставни совети за наставници	
● Запознајте го детето со околината: пред часот, запознајте го со просторот каде што ќе се одвива активността, како и материјалите кои ќе ги користат. Осигурете се дека нема непотребно одвлекување на вниманието со подготовка и користење само на патарините кои се потребни за активността. ● Преглед на текот на сесијата: користете картички кои претставуваат низа од активности за да ја прегледате структурата на сесијата со детето. Вежбајте ги активностите заедно за да им помогнете да се чувствуваат удобно и самоуверено.	● Алтернативно поставување: ако детето не сака да седи во кругот, понудите му опција да ја постави својата подлога до наставникот. Оваа близина го прави полесно да се обезбеди охрабрување и потсетници. ● Повторување на позите: наставникот може да демонстрира пози на јога повеќе пати додека раскажува приказна за да му даде на детето повеќе можности да разбере и да го следи. ● Поддршка за свесност за телото: за деца со аутизам кои може да се борат со перцепцијата на телото во просторот, наставникот може нежно да им помогне во изведувањето на позата на јога за да се осигураат дека се чувствуваат

- Дозволете избор на поза: дајте му на детето можност да ги избере своите омилен пози за јога од коцката, за да може да ги изведува кога ќе дојде негов ред. (Прилог бр. 1) - Користете визуелни помагала: вклучете корисни алатки, како што се црвени и зелени картички со натпис „Стоп“ и „Оди“, за да обезбедите јасни и едноставни визуелни знаци, кои може да бидат полесни за детето да ги разбере отколку вербалните инструкции. - Флексибилно седење: ако на детето му е тешко да седи, дозволете му да избере удобна положба. Нагласете дека подлогата е нивниот одреден простор. Наставникот може да постави одредена ознака со боја на детето и да ја користи како етикета. Истата боја може да се користи за означување на душек, така што детето да разбере дека тоа е неговото одредено место. Користете видливи картички кои ја покажуваат секвенцата на сесиите и му дозволете на детето да ги постави картите „Сега“ и „Следниот“, помагајќи му да се чувствува безбедно знаејќи што следи.	поддржани и успешни. - Употреба на емоционални картички: кога одговара, детето може да користи емоционални картички или термометри за чувства (Прилог бр. 4) за да изрази како се чувствува во врска со активноста или позите на јогата. - Демонстрација наместо вербален одговор: бидејќи детето може да биде невербално, наместо да вербализира, детето може да ја покаже или да ја покаже најлесната или најпредизвикувачката поза на јога со избирање на коцката.
--	---

Стратегија за проценка на резултатите од учењето

- Прегледајте ја целта на часот: размислете колку добро класот ја постигнал целта.
 - Водечки прашања: Какви емоции почувствувавте по приказната (Може да се користат карти за емоции.) Која поза за јога беше најтешка? Најлесната? Зошто?
 - Практична активност: Замолете ги децата да ја изведат нивната омилена или најлесна поза на јога, нагласувајќи го длабокото вдишување и издишување. Повторете неколку пати за да ја зајакнете релаксацијата и свесноста.
- Набљудување и оценување на способноста на децата да: ги изведуваат позите најдобро од нивните способности. Координирајте ги движењата со дишењето. Изразете ги своите чувства во врска со активноста. Покажете подобрен фокус, рамнотежа и физичка свест за време на сесијата. Прилагодување на идните активности врз основа на индивидуалните потреби и групната динамика за подобрување на ангажманот и развојниот напредок.

Сценарио за учење и план за имплементација-2

Животинска гимнастика		
Целни групи	Основно училиште – деца на возраст	
Цели на учењето	По имитирање на движењата на животните, учениците ќе можат да изведуваат соодветни гимнастички вежби.	
Локација на активноста	Училиште (училница, спортско игралиште, сала)	
Надлежности		
Когнитивни, комуникациски	Креативност, социјална	Емоционален, здрав начин на живот
Резиме на лекцијата	Во овој час, учениците ќе имитираат животни и ќе се обидат да го прикажат нивниот изглед и карактеристики. Ова ќе им помогне подобро да ја разберат внатрешната состојба на	

	животните, силата и да истражуваат нови можности за нивните тела. Тие ќе ја искусат радоста од движењето преку различни активности. Учениците ќе се обидуваат со гимнастички вежби за да развијат сила, издржливост, флексибилност и ќе продолжат да ги практикуваат правилните техники на дишење. Видео (goo.gl/M6usDB) може да се користи за подготовка за часот или да се прикаже за време на часот ако е можно.
Вовед	Подот на гимназијата е покриен со меки гимнастички душеци за да се создаде патека. Започнува активноста „Животински пат“. Наставникот ги прашува учениците кои животни ги сакаат, дали движењата на овие животни се разликуваат и што е карактеристично за нив. Потоа, наставникот ги поканува учениците да одат во круг околу простирките и да ги имитираат движењата на штрк, зајак, патка и жаба. Наставникот ја објавува целта на часот: „Со имитирање на движењата на животните, ќе научите гимнастички вежби“.
Главно прашање	Какви гимнастички вежби можеме да научиме од животните?
Главна активност	
„Водни животни“ Наставникот ги прашува учениците кои животни можат да живеат и во вода и на копно. Едно такво животно е ракот. Наставникот дискутира како раковите се движат и ги поканува учениците да ги имитираат (движејќи се на четири нозе и одејќи напред). Потоа, наставникот ги замолува учениците да имитираат како фоката се движи по душекот (лежејќи на стомакот, подигајќи го горниот дел од телото на рацете и влечејќи го телото) и како крокодилот лази. Потоа, наставникот ги прашува учениците како се чувствувале и кои делови од нивните тела биле најмногу вежбани од овие движења. Игра: „Имитирај го животното“ Целта на оваа игра е да се споредат движењата и да се искуси нивната разновидност. Учениците стојат во круг околу душеките и, според наредбите на наставникот, се движат како пајчиња (тие исто така можат да го имитираат нивното квакање), потскокнуваат како зајаци, лазат како ракови или одат како штркови. Активноста може да се повтори неколку пати, менувајќи го редоследот и брзината на движењата. Ако е можно, може да се прикаже видео од имитација на движењето на животните (goo.gl/M6usDB) за да им помогне на учениците да ги разберат движењата и координацијата. Ако децата се способни да играат во тим, тие можат да бидат охрабрени да играат тимски игри со имитација на различни животни	
Искористување на ресурсите	
Меки гимнастички простирки, гимнастички алатки (стапови, обрачи), свирка, видео проектор, картички. За да се промовира општествената свест и да се намали анксиозноста во нови ситуации, се препорачуваат социјални приказни за деца со аутизам.	
Општи прилагодувања и препораки	
- Наставникот избира животински карти според потребата. Картите можат да бидат обоени или црно-бели. Ако ученикот има тешкотии во комуникацијата или не може да чита, картичките може да немаат текст, само слика. - Ако ученикот е заинтересиран за одредена тема (животни, возила, итн.), пробајте да ја поврзете темата на лекцијата со нивната област на интерес. - Ако ученикот има моторни тешкотии, изберете задачи и вежби кои одговараат на неговите способности. - Ако не сте сигурни дали ученикот може да успее, избегнувајте да му давате задача да настапи пред целиот клас. Пробајте да спречите ситуации каде ученикот може да доживее јавен неуспех пред своите врсници.	- Ако ученикот има тешкотии со чекање, дозволете му прво да ги заврши активностите. - Охрабрување на учениците да најдат решенија сами, наместо да им се даде точен одговор, бидејќи тоа создава чувство на исполнување. - Ако забележите дека ученикот се чувствува непријатно, прашајте дали би сакал некое време сам. Без привлекување на внимание, создадете простор каде што тие можат да се „смират“ и да се фокусираат пред да продолжат со активноста.

Наставни совети за наставници

- Пред часот, претставете го планот на часот на ученикот, накратко покажувајќи ја целата структура на лекцијата со помош на слики или монитор. Ова ќе му помогне на ученикот да знае што да очекува, обезбедувајќи доверба и смиреност.
- Ако ученикот не сака да учествува во групната активност, вклучете го со давање на картички со имиња на животни и барање да ги покаже сите карти на соучениците за групата да го имитира животното.
- Ако на ученикот не му е удобно да ги имитира движењата на животните, тој може едноставно да ги именува животните.
- Ако ученикот е срамежлив, дозволете му прво да ги набљудува движењата на своите соученици, а потоа да го пробаат поединечно.
- За да се чувствуваат поудобно, тие можат да глумат движења на животните за класот да го погоди животното.

- Ако ученикот се бори да ги имитира движењата на животните, тој може да го спореди животното со картите за движење (на пример, скокање, лазење, итн.).
 - Ако е потребно, видеото може да треба да се пазира или да се гледа повеќе пати за целосно да се разберат движењата и координацијата.
 - Дозволете им на учениците да „водат“ активност, која може да ја зголеми нивната самодоверба.
 - Сите корекции на несоодветните движења треба да се направат суптилно и етички.
- За учениците со дополнителни посебни потреби, може да биде потешко да се резимира или самооценува, па така:
- Наместо вербални одговори, ученикот може да покаже картички.
 - Ако ученикот има тешкотии во разбирањето на термините како „истегнување“ или „клап“, тој може да ги набљудува другите и да ги повторува своите активности.

Стратегија за проценка на резултатите од учењето

Наставникот се потсетува на целта на часот и проценува колку добро била постигната.

Можни прашања за учениците вклучуваат:

- Кое животно најмногу уживавте да го имитирате? Зошто?
 - Кое беше најсмешно?
 - Кое беше најтешко? Зошто? (Ова прашање треба да ги охрабри учениците да размислуваат за тоа кои делови од нивното тело не се толку силни и им треба повеќе вежбање).
- Од учениците се бара да се протегнат како мачиња, да мавтаат со рацете како штркови и да дишат длабоко.
- Наставникот заклучува дека овие движења се многу слични на гимнастичките вежби и го поставува прашањето:
- Кои гимнастички вежби научив од животните?

Сценарио за учење и план за имплементација-3

Учење да се ориентира во вселената

Целни групи	Средно училиште – деца на возраст	
Цели на учењето	По разбирањето дека ориентацијата се базира на истакнати, лесни за забележување предмети, учениците ќе вежбаат да се ориентираат додека бараат скриени предмети врз основа на траги.	
Локација на активноста	Училишен двор, спортско игралиште, парк, шума	
Надлежности		
Когнитивни, комуникација, државјанство	Креативност, општествена, културна	Емоционален, здрав начин на живот
Резиме на лекцијата	Учениците ќе научат да се ориентираат на локација со пребарување на скриени предмети врз основа на нумерирани траги. За време на часот, учениците ќе научат да препознаат различни предмети и да ги именуваат. Наставниците можеби ќе треба да помогнат во правилното именување на нови/непознати објекти/растенија. За да се охрабри	

	мотивацијата на учениците, вреди да се направи една или две задачи забавни и ангажирани (на пример, закачување на „овошје" високо на дрво, исполнето со предмети кои децата ги сакаат, како бонбони, колачиња, налепници, итн.).
Вовед	Загревање: • Џогирање со мало темпо (до 2 минути). • Вежби за рацете, нозете, рамото и грбот (до 4 минути): додека одите во круг, разни замавнувања на рацете, вртења, наведнувања и мали скокови (на пример, скокови со една нога, наизменични нозе). • Вежби за стапала: разни скокови и напади (за истегнување на мускулите на нозете). Наставникот ги објавува целите на часот: • Ќе разберете дека ориентацијата бара пронаоѓање на видливи и лесно препознатливи предмети. • Ќе научите да се ориентирате барајќи скриени предмети врз основа на траги.
Главно прашање	Како да се ориентирате во вселената?
Главна активност	
Наставникот објаснува како да се ориентирате во непозната област, нагласувајќи ја важноста на забележување на истакнати, лесно препознатливи знаменитости, како што се кула, висока зграда или улични знаци во градот. Во природата може да се користи високо дрво, електричен столб со гнездо на штрк или друг забележлив предмет. Наставникот дискутира што да правите ако се изгубите. На пример, во шума, побарајте патека и ја следете до патот, а потоа одите по патот додека не најдете блиска кука. Во градот, побарајте помош од доверлив возрасен. Игра: „Потрага по скриени предмети" Цел: да се развие способноста за ориентирање во просторот. Наставникот треба да се подготви однапред криејќи мали предмети на површина од околу 100 м² и означувајќи ги патеките со нумерирани знамиња или ленти. Учениците ги бараат предметите во тимови, секој тим има задача да најде еден предмет. Тие мора да ги следат знамињата по нумерички редослед. Екипата која најбрзо ќе ја пронајде целта победува. Оваа игра може да се повторува, менувајќи ги патеките помеѓу тимовите.	
Искористување на ресурсите	
Свирка, нумерирани хартиени знамиња или ленти, мали предмети за пребарување. За да се промовира општествената свест и да се намали анксиозноста во нови ситуации, се препорачуваат социјални приказни за деца со аутизам.	
Општи прилагодувања и препораки	
• Обезбедете информации за часовите на непознати локации (на пример, во шумата или паркот) на почетокот на денот, така што ученикот може да се подготви за промената. • Употреба на визуелна и сензорна поддршка: Интегрирање на визуелни помагала и сетилни објекти за да помогне во разјаснувањето на инструкциите и концептите, обезбедувајќи поприлично искуство во учењето. • Поттикнување на социјална интеракција: Поттикнување на тимска работа и соработка со колеги за зајакнување на социјалните вештини и подобрување на групната динамика. • Позитивно засилување и мотивација: Понудите континуирани пофалби и награди за трудот, зголемувајќи ја мотивацијата и самодовербата на учениците. • Поедноставување на инструкциите и обезбедување на јасни визуелни знаци: Користење на јасни, едноставни инструкции и визуелни знаци за да се осигура дека сите ученици разбираат и остануваат на патот за време на активностите.	

Наставни совети за наставници	
● Пред часот, објасните му го планот на часот на ученикот со користење на слики или монитор. Ова ќе им помогне да разберат што да очекуваат, давајќи им доверба и смиреност. ● Може да се прикаже кратко видео или фото колаж за да се претстави концептот на ориентирање. ● Вежбањето може да биде многу индивидуално, во зависност од способностите на ученикот, разбирањето, физичката состојба, па дури и неговото расположение во даден ден.	Ако ученикот учествува во вежбите заедно со остатокот од класот, тие се охрабруваат да ги извршуваат истите задачи како и сите други. ● Ако ученикот се бори со тимска работа, може да му се даде индивидуална задача во помала област, како што е пребарување на предмети врз основа на слики од предметите. ● Ако ученикот смета дека групните активности се предизвик, може да му се додели задачата да ја мери активноста или да следи дали другите ги следат правилата. Ученикот исто така може да креира свои рути користејќи ги истите обележја.
Стратегија за проценка на резултатите од учењето	
Учениците се собираат во круг. Наставникот се потсетува на целите на часот и дискутира како тие биле постигнати. Можни прашања: ● Како се ориентирате во непозната област? ● Што треба да направите ако се изгубите? ● Уживавте ли во потрагата по скриени предмети? ● Какво беше чувството да соработуваш во тим? Зошто? ● Дали мислите дека би било потешко да се најдат предметите без нумерирани траги? (Можете да дискутирате за тоа како слични траги постојат во реалниот свет, како што се имињата на улиците и броевите на зградите.) Наставникот ја резимира лекцијата и ги фали учениците за нивните напори.	
Рефлексии за ученици со посебни образовни потреби (ПОП) ● целосни реченици и прашања за размислување: (На крајот на часот, на учениците им се даваат парчиња хартија со нецелосни реченици. Тие ги завршуваат речениците: „Во оваа лекција, научив дека...“; „Беше интересно...“; „Би сакал да научам повеќе за...“; „На овој час, јас поминав добро...“) и ги прочитаат на групата или класот. ● Дневник за учење: (Дневникот за учење ги охрабрува учениците да размислуваат за тоа што и како учат и да го опишат слободно. Може да се користи за да се оцени учењето и да се спореди како нивното разбирање на предметот се променило. Дневникот за учење им овозможува на учениците да го анализираат своето размислување пред да го споделат со другите. ● Слатко размислување: (На крајот на часот, при	● Евалуација со обоени листови: (Завршените дела се закачени на таблата, а учениците ги оценуваат делата на нивните соученици. Евалуацијата се прави само на работата на други ученици или групи. На делото кое најдобро ги исполнува критериумите, учениците ставаат обоен лист. ● Рефлексија со симболи: (Оваа алатка може да се користи на почетокот на процесот, но исто така и за време на процесот. Наставникот поставува осум различни карти и ги прашува учениците да ја изберат картичката која е најповрзана со претходната час/активност: 1. Карта 1 – Научив/разбрав дека... 2. Картичка 2 – Би сакал да го споделим... 3. Картичка 3 – Најважното нешто за мене беше... 4. Картичка 4 – Доживев/почувствував... 5. Картичка 5 – Не разбираам и сакам да научам повеќе за... 6. Картичка 6 – Бев поддржан од... / Ми помогна...

сумирање на наученото или групната работа, на учениците може да им се понудат шарени слатки обложени со бонбони. Секоја боја претставува различен одраз: Црвена – Со што не се согласувате? Жолта – За што не сте сигурни? Портокалова – Што те направи тажна? Зелена – Со што се согласувате? Сино – Што те изненади? Кафеава – Што те направи среќен?)	7. Картичка 7 – Мојот следен специфичен чекор беше... 8. Картичка 8 – Сликата што е во мојот ум... Секој ученик нема повеќе од една минута да ги сподели своите мисли. Алтернативна употреба на картите е секој да ја избере картичката без да ја погледне, а потоа да одговори на прашањето на картичката).
---	---



Глава 2

Како да се ангажираат ученици со аутизам во физичкото воспитание



ГЛАВА 2

Ангажирање на ученици со аутизам во физички активности

Физичкото образование игра важна улога во холистичкиот развој на учениците, поттикнувајќи не само физичка кондиција, туку и социјален, емоционален и когнитивен развој. За учениците со спектар на аутизам, активностите нудат уникатна можност за развој на моторни вештини, подобрување на социјалната интеракција и изградба на доверба во поддржувачка средина. Сепак, ангажирањето на овие ученици бара промислени стратегии кои ги задоволуваат нивните индивидуални потреби и преференции. Интегрирањето на интердисциплинарни пристапи како што се вклучување на елементи од јазикот и науката во часовите по физичко образование обезбедува иновативен начин да се направат активностите подостапни и значајни. Овие врски можат да го продлабочаат разбирањето, да поттикнат ангажман и да им помогнат на учениците со аутизам да го поврзат своето учење во повеќе домени. На пример, комбинирањето на игри базирани на движење со градење на речник или воведување на научни концепти преку физичко истражување може да создаде динамична, инклузивна средина која го негува и физичкиот и академскиот развој. Овој пристап не само што го подобрува учеството, туку и покажува како воспитувачите можат да го усогласат физичкото образование со пошироки образовни цели, правејќи ги часовите поинклузивни и влијателни за учениците со аутизам.

Сценарио за учење и план за имплементација-1

Научна лекција интегрирана со физичка активност

Животниот циклус на физичкото движење на пеперутката

Целни групи	Животниот циклус на физичкото движење на пеперутката - Ученици со АСН: Прилагодливи за деца од сите возрасти на спектарот на аутизам - Наставници и олеснувачи кои се занимаваат со АСН		
Цели на учењето	- Учениците ќе ги идентификуваат и опишат четирите фази од животниот циклус на пеперутката. - Учениците ќе покажат разбирање на секоја фаза преку физички активности кои ги имитираат движењата на пеперутката. - Учениците ќе практикуваат свртување и заедничко учество за време на групните активности.		
Надлежности			
Научна компетентност	Компетентност за физичко воспитание	Општествена компетентност	
Разбирање на животниот циклус и промените во живите организми.	Координација, големи моторни вештини и просторна свест.	Кооперативна интеракција со врсниците и следење на структурирани рутини.	
Сценарио за учење	Вовед (10 минути) - Поздравете ги учениците и ја претставете темата со користење на пеперутка или играчка. - Покажи голема визуелна табела на животниот циклус на пеперутките. - Накратко објасните секоја фаза (јајце, гасеница, хризалис, пеперутка). - Спојување на картички од секоја фаза со соодветните слики на визуелната табела.		
Активност за загревање	Инструкции (5 минути) - Учениците ги имитираат движењата на пеперутката. - Мавтаат со раце како крилја.		

	• Скокнете на место за да симулирате летање. • Преправајте се дека „слетуваат“ на цвеќиња со клекнување и стоење. • Користете визуелни картички со слики од пеперутки и движења. • Обезбедете колега или асистент за моделирање. • Користете тајмер или визуелен распоред за да го сигнализирате крајот на секоја активност. Цел: Да се охрабри движењето да се подготви за учење и да се вклучат сензорните системи.		
Главна активност			
Активност 1: Ползање на јајца и гасеници (10 минути) Ставете пластични јајца низ собата и нека учениците се преправаат дека се јајца. „Испилуваат“ заедно и ползаат како гасеници за да ги соберат јајцата.	Активност 2: Одмор на хризалис (5 минути) Нека учениците се завиткаат во кожурци или ќебиња и се одмораат како да се трансформираат.	Активност 3: Танц на пеперутките (10 минути) Поделете крилја или шалови на пеперутка. Пуштајте нежна музика и ги охрабрувајте учениците да „летаат“ низ собата, мавтајќи со рацете.	
Инструкции за наставниците			
• Поздравете учениците топло и користете визуелен распоред за да ја исцртате часот. • Користете кратки реченици и директен контакт со очи. „Пеперутките растат во четири фази: јајце, гасеница, хризалис и пеперутка“. • Демонстрирајте виткање во форма на топка на подот или во хула оброчот. „Пеперутките почнуваат како мали јајца. Ајде да се свиткаме како мали јајца.	• Демонстрирајте завиткување на шал или преправајќи се дека спиете свиткани. „Гасеницата формира кокошка и останува многу мирна. • Покажи едноставно движење со рацете за да ги имитираш крилјата. „Пеперутката излегува и замавнува со крилјата за да лета“. • Користете шарени шалови како крилја и нека учениците се движат низ собата, мавтајќи со своите „крилја“ и следејќи патека од панделка.	• Користете тајмер или броете до 10 за да ја задржите активната структурирана. • Покажи едноставно движење на лазење. „По испилувањето, гасеницата мрда и ползи за да најде храна“. • Вклучете пречки, како блокови од пена, за да симулирате гасеница која се движи по лисјата. Цел: Вежбајте трпение и прецизност во нишанењето.	
Ладење и размислување	Активност • Да се соберат учениците во круг. Упатства • Користете карти со слики за да ги прегледате фазите на животниот циклус. • Замолете ги учениците да го споделат својот омилен дел од активната. Цел: Да им се овозможи на учениците да се одморат и да размислуваат за своето искуство.		
	Совети за набљудување		
• Внимавајте за знаци на претерана стимулација (на пример, покривање на ушите, темпото). • Забележете индивидуални преференции или активатори кои можат да влијаат учество. • Следење за ангажман и разбирање за време на вербално и физички објаснувања. • Користете визуелни помагала (на пример, слики од животниот циклус на пеперутките) за да ги воведете во темата.	• Вклучете мулти-сензорно учење, вклучувајќи и практично реквизити (на пример, пластични јајца, играчки за гасеници). • Разбијте активности во мали, разбирливи чекори со јасни и концизни инструкции. • Користете моделирање и повторување за да ја покажете секоја активност.		

Наставна стратегија		
Подготовка и визуелна поддршка • Користете визуелни помагала (слики, дијаграми или видеа) за да ги претставите фазите на животниот циклус. • Подгответе голема, ламинирана табела на животниот циклус за референца за време на активностите. • Користете реквизити за пеперутки (крилја, кукли или костуми) за да ја направите сесијата интерактивна.	Сензорна и движечка пријава • Почнете со едноставни вежби за истегнување или дишење за да помогнете во регулирањето на сензорните системи. • Користете загревање со тема пеперутки, како „мавтаат раце" или „гасеници локни" (тркалање по подот).	Испорака на научна содржина • Користете книга со приказни или видео за животниот циклус на пеперутката (на пример, Многу гладната гасеница). • Пауза за да дискутирате за секоја фаза накратко, покажувајќи вистински слики или модели. • Зајакнување на клучниот речник: јајце, гасеница, какавида, пеперутката.
Активности за физичко движење Активност на движење • Учениците се виткаат во тесна топка на подот за да претставуваат јајца. • Додавање музика или броење за да го имитира поминувањето на времето до „изведувачето". Активност на движење • Лази на раце и колена како гасеница. • Поставете „патека од лист" (исечоци на подот) за да симулирате јадење. • Вклучете фини моторни задачи „собирање листови" додека ползаат. Активност на движење • Учениците стојат мирно со рацете обвиткани околу нивните тела, нежно нишајќи се. • Користете шал или крпа за да ги завиткате околу нив за да ја симулирате фазата на хризалис. Охрабрување на бавни, контролирани движења за да се изгради рамнотежа и фокус. Активност на движење • Учениците ги шират своите „крилја" (раце или реквизити за костими) и „летаат" низ собата. • Обележете „нектарски станици" со конуси или обоени точки каде што застануваат и изведуваат мала вежба (на пример, скокање или плескање).		
Искористување на ресурсите		
Визуелни помагала • Картички со слики или големи постери кои ги прикажуваат фазите на животниот циклус: јајце, гасеница, хризалис и пеперутка. • Ламинирани инструкции чекор-по-чекор со визуелни знаци за секоја активност.	Физички реквизити • Обоени обрачи (претставени во различни животни фази). • Крила од мек материјал или шалови за етапата на пеперутките. • Растеглив материјал или тунел (за да се симулира фазата на хризалис). • Мали топки или јајца од пена за фазата на јајцата. • Простирки за ползање за движење на гасениците.	Алатки за време • Штоперица или музички плеер со тематска музика за временски ограничени активности. Интерактивна опрема • Мали конуси или маркери за дефинирање на патеките на движење. • Вреќи со грав или предмети што се допираат за сетилно ангажирање.

Прилагодување на правилата и опремата

Безбедносни предмети

- Тапицирани површини или меки простирки за лазење и тркалање.
- Слушалки со поништување на бучава за ученици чувствителни на звук.

Тајмери или музика

- Користете музика или нежни звучни знаци за да сигнализирате транзиции помеѓу активностите.
- Активности за физичко движење

Фаза на јајце: Стационарна и рамнотежа

- Учениците се вткаат во топка (како јајце) и се обидуваат да балансираат на една нога или нежно да се нишаат напред-назад.

Цел: Подобрува рамнотежа и просторна свест.

Прилагодување-1

- Користете визуелни сугестии или знаци за да ја покажете позицијата на јајцето.
- Дозволете учество на ученици со ограничена подвижност.

Фаза на гасеница: ползање и координација

- Учениците лазат по простирки околу шишарки или под ниски решетки (како гасеница која се движи низ лисја).

Цел: Развива моторна координација и сила на телото.

Прилагодување-2

- Обезбедување на допирни водичи за подот (на пример, текстурирани ленти) за учениците кои имаат корист од сензорните повратни информации.

Скратете ја патеката или отстранете пречките ако е потребно. Фаза на Хризалис: Рамнотежа и статични држања

- Учениците стојат или клекнуваат во хулахоп обрач и задржуваат поза неколку секунди, имитирајќи трансформација.

Цел: Поттикнува рамнотежа, свеста за телото и фокусот.

Прилагодување-3

- Користете поголеми обрачи за повеќе простор.

- Дозволете им на учениците да седнат ако стоењето е предизвик.

Фаза на пеперутка: Слободно движење

- Учениците „излегуваат“ и мавтаат со шалови или панделки како крилја на пеперутка, трчајќи или скокајќи околу одредено место.

Цел: Гради кардиоваскуларна кондиција и креативност.

Општо прилагодување

- Обезбедување визуелни или слушни знаци за водење на патеките на движењето.

- Создавање помали, затворени зони на движење за да се намали сензорното преоптоварување.

Поедноставување на инструкциите

- Користете кратки, јасни реченици или визуелни помагала.
- Демонстрирајте активности пред учениците да ги пробаат.

Промена на времетраењето

- Активностите треба да бидат кратки, со чести паузи.
- Дозволете на учениците да напредуваат со свое темпо.

Обезбедување на избори

- Понудите алтернативни движења за секоја фаза (на пример, одење наместо трчање, седење наместо стоење).

Сетилни размислувања

- Ограничете гласни звуци и силни светла.
- Користете смирувачка музика или звуци од природата поврзани со пеперутките (на пример, чрчорење на птици).

Поддршка од колегите

- Поврзајте ги учениците со пријател или помошник ако е потребно.
- Охрабрување на заеднички активности, како што е пренесување на „топка од гасеница“ по должината на линијата.

Прилагодување на когнитивните и моторните вештини		
Поедноставени инструкции - Користете едноставен, јасен јазик и визуелна поддршка (како дијаграми или видео демонстрации) за секоја активност. Ова им помага на учениците да разберат што се очекува, намалувајќи ја анксиозноста или конфузијата. Структурирана рутина - Одржување на конзистентен распоред за учениците да можат да предвидат и да се подготват за транзициите. Користете тајмери или визуелни распореди за да го покажете почетокот и крајот на секоја активност. Позитивно засилување - Понудите пофалби или награди за учество и труд. Зајакнување на однесувања кои се усогласени со активноста, како што се менување или движење.		Сетилни модификации - Некои ученици може да бидат чувствителни на бучава, осветлување или текстури. Секогаш имајте опции за намалување на сензорното преоптоварување, како што се пригушување на светлата или користење на слушалки со поништување на бучава. Адаптации на моторните вештини - Обезбедите помош при движење ако е потребно (на пример, помош со рака преку рака за лазење или одење), или понудите различни материјали како големи меки топки или пенести конуси за полесно ракување.
Наставни совети за наставници		
Совети за управување со училницата - Воспоставете структурирана рутина со визуелни распореди. - Користете позитивно засилување за да го охрабрите учеството (на пример, налепници, пофалби). - Поставете јасни граници и зони за активности за да се минимизира одвлекувањето на вниманието. - Обезбедување на предупредувања за транзиција (на пример, „За две минути, ќе преминеме на следната фаза!“).		Техники на ангажман - Користете интереси на учениците (на пример, омилен животни) за да ја направите темата поврзана. - Вклучете музика или звучни ефекти за да ги претставите животните фази на пеперутката. - Дозволете избор (на пример, „Дали сакате прво да летате или да ползите?“). - Осигурете дека има соодветно време за сензорна регулација.
Резултати од учењето		
- Учениците прецизно ќе ја идентификуваат секоја фаза од животниот циклус на пеперутката. - Учениците ќе покажат разбирање преку физичко претставување на фазите. - Учениците ќе се ангажираат позитивно со врсниците за време на групните активности.		
Стекнато знаење		- Учениците ќе научат за биолошките фази на животниот циклус на пеперутката додека се впуштаат во движење. - Разбирање на причината и последицата, како и врската помеѓу физичката активност и учењето.
Индикатори за квалитативна повратна информација		
Висок ангажман - Ученикот активно учествува во движењата и покажува возбуда во изведувањето на секоја фаза. Умерен ангажман - Ученикот учествува, но може да	Свест и контрола на телото Висока свест Ученикот демонстрира контрола врз своите движења, ефективно се впушта во рамнотежа и вежби за сила и покажува разбирање на	Емоционална регулација Позитивна регулатива Ученикот останува смирен, фокусиран и саморегулиран во текот на активноста. Тие покажуваат позитивно однесување како

има моменти на одвлекување на вниманието или двоумење. Ученикот може да ги следи инструкциите, но има потреба од повремено пренасочување. Ниска ангажираност Ученикот е неангажиран, отпорен на движење или има тешкотии да го следи. Тие може да имаат потреба од дополнително охрабрување или модифицирани активности.		своето тело во просторот. Умерена свест - Ученикот покажува одредена контрола, но може да има потреба од потсетници за да го прилагоди држењето на телото или движењата. Тие може да се борат со одредени задачи како рамнотежа или координација. Ниска свест - Ученикот се бори со моторни задачи, покажувајќи мала или никаква свест за позицијата на телото и контролата. Тие може да покажат тешкотии да останат мирни или да ги завршат движењата точно.	насмевка, смеење или останување смирено за време на транзициите. Умерена регулатива - Ученикот може да покаже знаци на фрустрација или вознемиреност понекогаш, но може да се смири со насоки. Предизвикувачка регулатива - Ученикот покажува високо ниво на анксиозност, немир или фрустрација. Дополнителна поддршка може да биде потребна за да се справите со овие емоции.
Комуникација Силна комуникација - Ученикот вербално изразува возбуда, поставува прашања или се вклучува во интеракција со врсниците за време на активността. Тие можат добро да ги следат вербалните инструкции. Умерена комуникација - Ученикот може повремено да користи невербални знаци, гестови или едноставни фрази, но бара поддршка за да ги изрази потребите или емоциите. Ограничена комуникација - Ученикот користи минимална вербална комуникација, или може да биде тешко за него да ги изрази своите мисли. Невербалната комуникација може да биде почеста.		Социјална интеракција Позитивен социјален ангажман - Ученикот комуницира со врсниците, ги следи групните активности и се вклучува во кооперативна игра за време на играта со движење на пеперутки. Умерен социјален ангажман - Ученикот повремено комуницира, но може да преферира осамени активности. Може да им треба охрабрување да се приклучат на групни активности. Минимален социјален ангажман - Ученикот може да избегнува групни активности, претпочитајќи да биде сам или да покаже мал интерес за дружење со врсниците за време на активността.	
Развиени компетенции			
Когнитивен развој - Учениците со аутизам може да имаат различни нивоа на когнитивни способности. Секвенционирање и време - Разбирањето на секвенцијалните фази од животниот циклус на пеперутката (јајце, ларва, какавида, возрасна пеперутка) може да помогне во подобрување на	Свест за телото Активности како што се „треперење" како пеперутка или „мрдање" како гасеница им помагаат на учениците да развијат свест за своето тело во вселената. Ова може да помогне во подобрување на моторната координација. Допирни и проприоцептивни сензорни повратни информации	Преземање на пресврт и соработка - Групни активности каде што учениците играат различни фази на пеперутката може да ја поттикне тимската работа и комуникација. Саморегулација - Употребата на физичко движење за претставување на секоја фаза од животниот циклус може да им помогне на учениците да ги	

когнитивните вештини поврзани со секвенционирањето на настаните во времето. Причина и последица - Како што учениците вршат физички движења поврзани со секоја фаза на животниот циклус, тие можат да научат да ги поврзуваат активностите со резултатите (на пример, ползење напред како гасеница, излегува од кожурец). Сензорна интеграција и свесност - Учениците со аутизам често имаат корист од активности кои вклучуваат повеќе сетила. Движењата поврзани со животниот циклус на пеперутката може да се користат за подобрување на сетилната свест.	- Движечките активности кои вклучуваат различни текстури (на пример, лазење на меки простирки за да се симулира фазата на гасеница) може да обезбедат сензорна стимулација и да им помогнат на учениците со допирна чувствителност. Визуелни и слушни знаци - Користењето на визуелни знаци (како слики од фазите на пеперутката) и слушни сугестии (како звуци поврзани со фазите, како нежен ветер за летање на пеперутката) може да го подобри искуството и да го поддржи разбирањето на учениците со аутизам. Социјални и емоционални вештини - Вклучувањето во групни физички активности помага да се развијат социјални и емоционални компетенции.	управуваат нивните нивоа на енергија, емоции и фокус. На пример, „треперењето“ како пеперутка може да биде смирувачко и контролирано движење, помагајќи да се промовира саморегулација. Емоционално изразување Како што учениците глумат различни фази на пеперутката, тие можат да почнат да ги препознаваат емоциите и состојбите кои би можеле да одговараат на фазите (на пример, да се чувствуваат мали и затворени во фазата на какавида, но слободни и експанзивни кога летаат како пеперутка).
Груби моторни вештини - Активности како лазење по подот како гасеница, вртење на контролиран начин за да ја претстават фазата на какавида или скокање и истегнување како пеперутки ќе ги зајакнат големите мускулни групи и координацијата. Фини моторни вештини - За да се симулира деликатната природа на пеперутката, учениците би можеле да се вклучат во активности кои промовираат фина моторна контрола, како што се фаќање лесен предмет или ракување со материјали кои ја имитираат кривката природа на крилјата на пеперутката. Јазични и комуникациски вештини - Користењето на животниот циклус на пеперутките како тема во физичката активност може да го зајакне развојот на јазикот и комуникацијата.	Градење на речник - Учениците можат да научат и да ги зајакнат зборовите поврзани со животниот циклус на пеперутката (јајце, ларва, какавида, пеперутка) преку активности, вербални сугестии или визуелни помагала. Невербална комуникација - Многу ученици со аутизам сметаат дека невербалната комуникација е полесна за разбирање. Изразувањето на емоции преку движење или одигрување на фазите на животниот циклус може да го подобри нивното разбирање на говорот на телото и изразувањето. - Набљудување и снимање на тоа како учениците се ангажираат со активностите. - Обезбедување на инстант повратни информации и славење на напорите на секој ученик.	
Критериуми за мерење		
Физички ангажман	Комуникација и социјална	Адаптирани алатки за проценка

Цел - Проценување на способноста на ученикот да ги реплицира физичките движења поврзани со секоја фаза. Метод - Набљудување и евидентирање на учеството и точноста на движењето. Користете контролна листа со едноставни категории (на пример, лазење, тишина, летачки движења). Разбирање на научниот концепт Цел - Утврдете дали ученикот ги поврзува движењата со фазите на животниот циклус на пеперутките. Метод - Користете задачи за совпаѓање на слики или редослед по активностите. На пример: Поврзате слики од гасеница, хризалис и пеперутка со соодветните движења. Редоследот на сликите правилно по завршувањето на целиот животен циклус на танцот.	интеракција Цел - Оценување на способноста на ученикот да ги следи инструкциите и да комуницира со врсниците за време на групните активности. Метод - Следење на реакцијата на вербални и визуелни сугестии и забележување на сите случаи на тимска работа (на пример, помагање на врсниците) Сензорна и емоционална регулација Цел - Набљудување на сетилните и емоционалните реакции на ученикот на активностите. Метод - Користете едноставна скала за оценување или анегдотски белешки за да документирате дали ученикот останува смирен, се впушта во стратегии за саморегулација или изразува радост за време на активностите.	Рубрики: Креирајте рубрики прилагодени на индивидуалните цели. Ниво 1: Потребна е голема поддршка. Ниво 2: Завршува со помош. Ниво 3: Завршува самостојно. Алатки за визуелни повратни информации - Користете насмеани лица или визуелни ефекти со палци нагоре/надолу за учениците да го проценат своето учество. Дигитални алатки - Снимање на активности и користење на репродукција за дискусии со учениците или негувателите.
---	--	---

Сценарио за учење и план за имплементација-2

Англиски јазик интегриран со физичкото образование

Јазична авантура на курсот со пречки

Целни групи	- Ученици на возраст од 12-16 години со аутизам - Наставници и олеснувачи кои се занимаваат со АСН		
Цели на учењето	- До крајот на активната, целните групи ќе имаат: - Развивање на рецептивни и експресивни јазични вештини преку структурирани физички активности. - Подобрување на социјалната интеракција и тимската работа со учество во групни физички активности. - Подобрување на слушањето, разбирањето и следењето на упатствата во повеќе чекори. - Поттикнување на позитивна и инклузивна средина за учење, промовирање на физичка кондиција заедно со јазичниот развој.		
Надлежности			
Когнитивни компетенции	Општествени компетенции	Физички компетенции	Јазични компетенции
Разберете и следете едноставни и сложени инструкции.	Соработувајте со врсниците за да ги завршите задачите и активностите.	Развивање на груби моторни вештини преку водени движечки активности.	Вежбајте со користење на описен јазик, редослед на зборови и речник поврзан со акција.

Сценарио за учење	Вовед (10 минути) Добредојде и загревање: - Воведете ја сесијата со поврзување на учењето јазик со движењето, објаснувајќи дека денешните активности ќе се фокусираат на комуникација преку забава, физички активности. - Истакнување на целите на работењето како тим, практикување активно слушање и користење на јазикот за изразување на активности.	
Активност за загревање	Активност (10 минути) - Следете го лидерот: Зборови за акција Цели: - Загревање физички и ментално за сесијата. - Воведување на клучни акциони глаголи (на пример, скокање, истегнување, плескање, трчање). - Охрабрување на учениците да ги следат упатствата и да ги повторуваат активностите. Цели: 1. Соберете ученици во круг. 2. Покажи некоја акција додека го изговараш соодветниот глагол гласно, на пример, „Скокни!“ додека скокнеш. 3. Учениците го копираат дејството и го повторуваат зборот. 4. Менувајте се да им дозволите на учениците да водат, охрабрувајќи ги да изберат сопствена акција.	
Главна активност		
Активност: „Јазична авантура на курсот со пречки“ (20 минути) Цели: - Подобрување на разбирањето на просторниот јазик и јазикот поврзан со акцијата. - Поттикнување на соработка и преземање на ред. - Изградба на речник преку интерактивна игра.	Доделување на јазични задачи на секоја станица: Чекори: - Поставете патека со пречки: Користете конуси, обрачи, греди и друга опрема за да создадете едноставна патека. Станица 1: Спојување на акциони карти (на пример, слика од „качување“ со зборот). Станица 2: Слушајте инструкции како „лази под јажето“ или „скокни до конусот“. Станица 3: Опишете ја нивната акција (на пример, „Скокам преку линијата“). Станица 4: Работете со партнерот за да си давате инструкции за да ја завршите задачата. - Групирање на учениците во парови или мали тимови, осигурувајќи се дека секој има шанса да води и да ги следи инструкциите. - Ротирање низ курсот, помагајќи им на учениците ако е потребно.	
Инструкции за наставниците		
Подготовка - Претходно предавање на клучниот речник преку визуелни ефекти и моделирање. - Да се осигура дека патеката со пречки е безбедна и прилагодлива за сите способности.	За време на активноста - Користете јасни, концизни инструкции и повторувајте ги ако е потребно. - Поттикнување на комуникација со поттикнување на учениците со прашања како, „Што правиш?“ или „Кој е следниот чекор?“	Адаптации Користете визуелни помагала или сликовни картички за учениците на кои им е потребна дополнителна поддршка. Прилагодување на задачите врз основа на индивидуалните физички или сетилни потреби.
Инструкции за ученици	Слушајте внимателно инструкциите за секоја станица.	

	• Извршете ги задачите со користење на акции или зборови кои сте ги научили. • Работете со вашиот партнер или тим за да си помогнете едни на други да ги разберат и да ги завршат активностите. • Не забравајте да се менувате и да ги охрабрувате вашите пријатели.		
Ладење и размислување	Активност: „Време за акција и истегнување" • Соберете учениците во тивок, отворен простор и ги водете преку лесни вежби за истегнување. • Да создадат кратка приказна која ќе ги вклучи акционите зборови кои ги користеле во главната активност (на пример, „Денес, лазевме под јажиња, скокнавме преку линии и се искачувавме преку конуси"). • Поканете ги учениците да додадат свои реченици, користејќи акциони зборови и опишувајќи го нивниот омилен дел од активността. • Размислувајте, прашувајќи: „Која беше најзабавната акција што ја направивте денес?" „Научи ли нов збор? „Што е тоа?"		
Совети за набљудување			
Социјални интеракции • Следење на тоа како учениците реагираат на врсниците за време на групните активности. • Набљудување на споделување на материјали и заедничко внимание за време на задачите. Сетилни реакции • Забележете знаци на сензорна непријатност (на пример, покривање на ушите, избегнување на специфични текстури) и соодветно ги прилагодете активностите. • Барајте сензорни однесувања (на пример, скокање, вртење) на кои може да им е потребна регулација. Когнитивен ангажман • Проценете како учениците ги следат инструкциите во повеќе чекори. • Набљудување на задржувањето и употребата на речникот за време и по активностите. Моторна координација • Внимавајте за тешкотии во грубите или фините моторни вештини за време на физички активности. • Проценете како учениците се прилагодуваат на предизвиците за движење и задачите за просторна свест.			
Наставна стратегија			
Структурирана рутина	Поедноставување на задачите	Учење со помош на колегите	
• Почнете со визуелен распоред кој ја покажува секвенцата на активности (на пример, загревање, задача, ладење). • Користете јасни транзиции (на пример, одреден звук или гест).	• Разложете комплексни активности во помали чекори. • Да се обезбеди повторена пракса со јасни, конзистентни јазични сугестии.	• Спарување на учениците со врсници за водена пракса во комуникација и соработка. • Модел како да се охрабруваат и поддржуваат едни со други за време на задачите.	
Искористување на ресурсите			
Визуелни помагала	Опрема за ФО	Јазични алатки	Сетилни алатки
• Флешкартички со акциони глаголи (на пример, „фрлање", „скок") и именки поврзани со П.Е. (на пример, „топка", „обрач"). • Секвенци на слики за акции во повеќе чекори.	• Меки топки, вреќи за грав, хулахоп обрачи, конуси или падобрани. • Мала табла или ламинирани картички за инструкции за станици.	• Преносливи гласовни комуникациски уреди или AAC системи за невербални ученици. • Табли за пишување и илустрирање на клучниот речник.	• Слушалки за поништување на бучава за ученици со слушна чувствителност. • Фиџет предмети или тежини елеци за саморегулација.

Диференцијација		
Прилагодување на нивоата на комуникација Невербални ученици - Користете картички со слики, гестови или ААС (аугментативна и алтернативна комуникација) уреди за пренесување на инструкции. На пример, покажи слика од „скок“ додека ја демонстрираш акцијата. Нови вербални ученици - Охрабрување на одговори од еден збор, како што е „фрлање“ кога се фрла топка. - Понудите банка на зборови или визуелни помагала.	Течни ученици - Користете целосни реченици за да давате и примате инструкции, како на пример: „Подајте му ја топката на вашиот лев партнер“. Изменување на физичките активности врз основа на сетилните преференции Високи сензорни трагачи - Користете активности со силен физички придонес, како што се трчање, скокање или фрлање топка. Сензорни избегнувачки ученици - Обезбедите потивки активности, како што се одење низ конуси или додавање на лесна топка. Ако е потребно, користете слушалки за поништување на бучава.	Понуда на флексибилно групирање - Групирање на учениците врз основа на комуникациските способности или нивоата на удобност. - Спарување на вербалните ученици со невербалните за заеднички активности како штафетна трка, каде што еден ученик ја демонстрира акцијата, а другиот ја вербализира. - Користете помали групи или еден-на-еден сесии за учениците кои се борат со динамиката на големите групи. Прилагодување на сложеноста на инструкциите: Едноставни инструкции „Скок“, „Трчање“, „Фркање“ за ученици со ограничен јазик.
Инструкции во повеќе чекори „Трчи до црвениот конус, а потоа му ја предаде топката на твојот пријател“ за оние кои можат да обработуваат посложени команди. - Користете визуелни распореди или чекор-по-чекор графикони за учениците на кои им е потребно структурирано раковоство.	Обезбедување на различни опции за одговор - Дозволете им на учениците да покажат на слики, да користат знаковен јазик или да користат вербални одговори за време на активностите. - Вклучете „табла за избор“ со слики или зборови за учениците да ја изберат нивната претпочитана активност или одговор. Вклучете интереси за да го мотивирате учеството - Прилагодување на активностите на индивидуалните интереси, како што се користење на омилен лик или тема (на пример, суперхерои, животни) во јазичните сугестии. На пример, „Летај како суперхерој до конусот“. - Користете тематски реквизити, како шарени шалови за „танцовачки потези“ или балови со омилен ликови, за да го задржите ангажманот.	
Прилагодете ја околината - Намалување на одвлекувањето на вниманието со одржување на активности во потивок агол на салата или на отворено во контролиран простор. - Користете јасни граници и визуелни маркери (на пример, конуси) за да ги дефинирате зоните на активност. Користење на колегијално моделирање и поддршка - Спарување на учениците со невротипични врсници или постари ментори за да ги моделираат акциите и јазикот. - Охрабрување на врсниците да користат едноставен и јасен јазик кога комуницираат со ученици со аутизам. Варирање на времетраењето на активностата Кратки сесии - За учениците со помал опсег на внимание, активностите се разделуваат на 5-10 минутни сегменти со паузи. Продолжен ангажман - За учениците кои можат да го одржат вниманието, комбинирајте повеќе активности во подолга, кохезивна сесија.		

Наставни совети за наставници

Управување со училниците Поедноставување на инструкциите • Користете јасен, концизен и директен јазик кога давате инструкции. Разбијте задачи во мали, раковливи чекори. • Визуелната поддршка (на пример, дијаграми или слики) може да ги зајакне вербалните насоки. Користење на визуелни распореди • Обезбеди визуелен распоред на дневните активности, вклучувајќи ги и активностите на физичкото учење. • Знаењето што да очекувате помага да се намали анксиозноста и да се зголеми фокусот. Обезбедување на јасни транзиции • Користете одбројувања или сигнали за да ги подготвите учениците за транзиција помеѓу активностите. На пример, визуелен тајмер или вербален знак како „За две минути, ќе премине на истегнување“. Вклучете предвидливи рутини • Придржувајте се до постојана рутина за физичките активности. • Блискоста и предвидливоста им помагаат на учениците со АСН да се чувствуваат сигурни и поподготвени да учествуваат.	Прилагодување на сензорните стимули • Бидете свесни за сетилната чувствителност. На пример, гласните гимназии или свирки може да бидат преовладувачки. • Размислете за потивки поставки или алтернативи на гласните звуци (на пример, плескање наместо свирки). Поттикнување на поддршка од колегите • Спарување на учениците со емпатични и поддржувачки врстници кои можат да моделираат соодветно однесување за време на активностите. • Охрабрување на заеднички игри кои се фокусираат на тимска работа, а не на конкуренција. Совети за управување со училницата Поставете јасни очекувања • Воспоставување едноставни, конкретни правила за физичките активности (на пример, „Ние одиме во салата“, „Ние се менуваме“). • Визуелно прикажување на овие правила и преглед пред секоја сесија. Создавање на мирна област • Да се обезбеди одреден „мирен агол“ каде што учениците можат да направат сетилна пауза ако се чувствуваат пренатрупани. • Вклучете сензорни алатки како стрес топки или тежини ќебиња.	Користете позитивно засилување • Славете успеси со непосредни, конкретни пофалби (на пример, „Одлична работа направи фаќајќи ја топката!“) и опипливи награди кога е соодветно (на пример, налепници или екстра слободна игра). Минимизирајте го одвлекувањето на вниманието • Организирање на физичката средина за да се намали одвлекувањето на вниманието. • Исчистете непотребната опрема и се осигурете дека има доволно простор за активности без гужва. Вежбајте трпение и флексибилност • Бидете подготвени за неочекувано однесување. • Останете смирани, пренасочете внимание ако е потребно и избегнувајте да привлечете негативно внимание кон ученикот. • Обезбеди дополнително време за обработка на одговорите. Техники на ангажман Инкорпорирање на интереси • Вклучете специфични интереси на ученикот во активностите. На пример, ако ученикот сака животни, воведете игра која ги имитира движењата на животните како „оди како рак“ или „скокни како жаба“. Користете визуелно и кинестетичко учење • Визуелно демонстрирајте активности пред да ги замолите учениците да пробаат. • Користете гестови, слики или видеа.
Воведете избор • Понудете ограничен избор за активности за да им дадете на учениците чувство на контрола (на пример, „Дали сакате да почнете со патека со пречки или истегнување?“).		

Користете музика и ритми

- Додавајте ритмички елементи или познати песни во активностите. Ова може да помогне со транзиции и да создаде привлечна, предвидлива структура.

Вклучете кооперативни игри

- Фокусирајте се на игри каде учениците работат заедно за да постигнат одредена цел (на пример, падобрански игри, штафетни трки).
- Избегнувајте игри кои ги нагласуваат победниците и губитниците, што може да предизвика фрустрација или неангажираност.

Зајакнување со визуелни маркери за успех

- Користете визуелни елементи за да го обележите напредокот, како што е табела која ги прикажува завршените задачи или ѕвезди за достигнувањата. Ова им помага на учениците да видат опиплив успех и да градат мотивација.

Прилагодување на опремата

- Модифицирање на опремата за да се задоволат индивидуалните потреби, како што се користење на помекки топки, поголеми мети или лесни предмети, осигурувајќи дека сите ученици можат успешно да учествуваат.

Резултати од учењето

Комуникациски вештини	Социјални вештини	Моторни вештини и саморегулација	Когнитивни вештини и вештини за решавање проблеми
• Демонстрирање на способноста за следење на едноставни вербални или визуелни инструкции во повеќе чекори за време на физички активности. • Користете експресивен јазик за да ги опишете активностите, движењата или опремата која се користи за време на активностите (на пример, „Ја фрлам топката“). • Вежбајте превртување и кооперативна комуникација додека се впуштате во тимски игри. • Проширување на речникот поврзан со физички активности, делови од телото и движења (на пример, скокање, истегнување, рамнотежа).	• Развивање на интерперсонални вештини преку соработка со врсници во структурирана групна околина. • Препознавање и почитување на личниот простор и граници за време на физичките интеракции. • Одговара соодветно на пофалби, охрабрување или корективни повратни информации од наставниците или врсниците.	• Подобрување на моторната координација со извршување на движења поврзани со специфични јазични задачи (на пример, скокање за да се совпадне сликата со збор). • Подобрување на вештините за саморегулација со непречена транзиција помеѓу активности со минимален стрес. • Зголемување на свеста за телото преку водени физички вежби поврзани со јазични сугестии.	• Усогласување на физичките активности со вербални или визуелни знаци, демонстрирање на разбирање на инструкциите или командите. • Развивање на вештини за секвенционирање со подредување на акции или задачи во правилен редослед за време на патеката со пречки или игра. • Вежбајте идентификување и исправање на грешки во акции или јазични задачи во реално време. Емоционален развој • Изградба на доверба и самодоверба преку успешно учество во структурирани активности.

Индикатори за квалитативна повратна информација		
Ангажман и интерес - Учениците активно учествуваат во физички и јазични активности, покажувајќи мотивација и уживање. Вербална и невербална комуникација - Учениците покажуваат подобро разбирање и употреба на акциони глаголи, или преку говор или гестови. Подобрување на моторните вештини - Учениците вршат физички активности со подобра прецизност и координација со текот на времето. Социјална интеракција: - Учениците соработуваат, се менуваат и комуницираат ефективно со врсниците и наставникот. Прилагодливост и доверба - Учениците се прилагодуваат на нови активности и покажуваат зголемена доверба како што напредува часот.	Позитивно засилување - Препознавање на личните достигнувања и нивно опишување (на пример, „Трчав брзо денес“). - Славење на успехите на врсниците со користење на афирмативен јазик (на пример, „Одлична работа! Брзо го завршивте курсот“). Комуникациски вештини - Користете описни зборови за да ги објасните физичките движења (на пример, „Скокам високо“, „Оваа топка е тешка“). - Вежбајте давање инструкции на врсниците на едноставен, структуриран јазик (на пример, "Додај ми ја топката", „Трчи до црвениот конус“). Рецептивен јазик - Следете вербални инструкции со визуелна поддршка (на пример, „Земи ја сината топка и трчи до жолтиот конус“). - Идентификување и разбирање на позициониот речник кој се користи за време на активностите (на пример, „под“, „над“, „покрај него“).	Прагматичен јазик - Вклучете се во дијалози за време на групните игри (на пример, „Сега е твој ред“, „Браво, твој ред е следниот“). - Вежбајте учтиви социјални фрази во контекст на физичко учење (на пример, „Може ли да ја добијам топката, молам?“ „Ви благодарам што ми ја дадовте“). Социјални вештини Соработка - Учествуваат во тимски активности кои бараат заедничко решавање на проблемите (на пример, работат заедно за да се заврши патеката со пречки). - Покажете активно слушање со одговарање на инструкциите на врсниците или навивајќи ги за време на активностите. - Следете физички команди во повеќе чекори кои го комбинираат разбирањето на јазикот со движењето (на пример, „Трчи до обрачот, земи вреќа со грав и ја фрли во кошницата“).
Критериуми за мерење		
- Набљудување и снимање на тоа колку зборови секој ученик правилно ги користи за време на активностите. - Користете контролна листа за физичко извршување на активности. - Спроведување на квиз за брз преглед со користење на картички на крајот. Критериуми за мерење - Јазик: % од правилно идентификуваните и вербализирани акциони зборови. - Физички: % од успешно	Визуелна и вербална повратна информација - Проценување на разбирањето преку вербални одговори или визуелни знаци (на пример, палец нагоре, насмевка или климнување) за да се утврди разбирањето на јазикот кој се користи во активностите. Завршување на задачата - Оценете ја способноста на учениците да ги следат инструкциите во повеќе чекори (на пример, „Фрли ја топката, а потоа истрчај до конусот“) за време на физички активности. - Евидентирање на нивната стапка на успех или области кои имаат потреба	Алатки за само-проценка - Воведување едноставни активности за рефлексја каде учениците користат визуелни ефекти (на пример, емоци табели) за да покажат како се чувствуваат во врска со нивната изведба или комуникација во сесијата. Следење на напредокот на вештината - Одржување на евиденција за напредокот во специфични јазични вештини поврзани со активноста, како што се употребата на речник, конструкција на реченици или слушање со разбирање. Повратна информација од родители и наставници

извршените активности.		од подобрување.		• Користете кратка анкета или комуникациски дневник за да соберете увид од други возрасни кои работат со детето, обезбедувајќи холистички поглед на употребата на јазикот на детето во различни контексти.	
• Социјални: Ниво на учество и интеракција во групни активности.		Проценка на колегијалната интеракција			
Контролна листа за набљудување		• Следење и документирање на тоа како учениците комуницираат со врсниците, вклучувајќи и решавање, кооперативни задачи или поставување/одговарање на прашања, бидејќи тие покажуваат социјални комуникациски вештини.			
• Користете контролна листа за следење на учеството, ангажманот и комуникацијата на учениците за време на активностите.		Употреба на аугментативни алатки			
• Забележете контакт со очи, гестови, вербални изрази или знаци на разбирање за време на инструкции и интеракции.		• За учениците кои користат комуникациски помагала (PECS, AAC уреди), ја оценуваат нивната ефективност во изразувањето на потребите, одговарањето на сугестии или иницирање интеракции за време на активностите.			
Сценарио за учење и план за имплементација-3					
Лекција по физичко образование					
Куглање за ученици со аутизам					
Целни групи	• Ученици со АСН: Прилагодливи за деца од сите возрасти на спектарот на аутизам • Наставници и олеснувачи кои се занимаваат со АСН				
Цели на учењето	• Развивање на груба моторна координација и прецизност преку куглање. • Подобрување на социјалната интеракција и комуникациските вештини за време на групна активност. • Поттикнување на независност и доверба во учеството во физичките активности. • Вежбајте следење на инструкции во повеќе чекори и одржување на фокусот на задачата.				
Надлежности					
Физички компетенции	Општествени компетенции	Емоционални компетенции	Когнитивни компетенции		
Координација на рацете и очите, рамнотежа и сила при тркалање на топката.	Преземање на ред, трпеливо чекање и поддршка на врсниците.	Справување со фрустрација и славење на успехот.	Разбирање на концептите за бодување и просторна свест.		
Активност за загревање	„Притисни, истегни и движи“ • Поставете лесни конуси (или меки игли) околу просторот. • Учениците одат, потскокнуваат или нежно трчаат меѓу конусите за да ги „преврнат“ користејќи ги само рацете, нагласувајќи ги контролираните движења. Пауза за истегнување • Воведување на едноставни истегнувања имитирајќи куглачки движења (на пример, „замавување на раката како да тркалате топка“). • Користете вербални знаци и визуелни сугестии за да ги водите транзициите помеѓу движењата. Цел: Загревање на мускулите, вежбање на таргетирање и премин во движење поврзано со куглање.				
Главна активност					
Модифицирана игра на куглање		Чекори			
Поставување		• Секој ученик добива 2 вртења по кадар.			

• Користете мека топка (пена или лесна) и лесни пластични игли за куглање. • Креирање на индивидуални ленти со користење на лента или конуси за појасни граници. • Обезбедување визуелна поддршка како карти со слики или дијаграми за правење на ред.		• Користете поедноставено бодување (на пример, 1 поен по пин). • Вежбајте тркалање на топката во права линија. Дозволете адаптации како користење на рампа за куглање ако е потребно. • Охрабрување на врсниците, како плескање или палец.
Ладење и размислување	„Притисни, позирај и разговарај ” • Замолете ги учениците да седнат во круг во близина на иглите. • Водете нежни вежби за длабоко дишење, имитирајќи го движењето на тркалање на топката напред и назад. Рефлексивни прашања „Што ти се допадна во куглањето денес?” „Што беше предизвик и како го надминавте?” • Истакнете позитивни забелешки за напорот или достигнувањето на секој ученик. Цел • Опуштање на мускулите, зајакнување на позитивните искуства и враќање во мирна состојба.	
	Совети за набљудување	
• Барајте знаци на претерана стимулација (на пример, покривање на ушите, повлекување). Прилагодување на околината или темпото на активност соодветно. • Охрабрување и признавање на мали успеси.		• Имајте предвид на индивидуалните предизвикувачи и преференции - некои може да преферираат потивка околина или специфично сетилно искуство. • Користете конзистентна, јасна комуникација и дозволете време за обработка на инструкциите.
Наставна стратегија		
Структурирана средина • Подредете просторот за куглање на јасен и организиран начин. • Користете визуелни знаци како знаци, маркери или опрема со боја за да ги водите учениците. • Обезбедите постојана рутина: воведување, загревање, вежбање, ладење и завршување. Поедноставени инструкции • Користете краток, јасен и директен јазик. • Поврзете вербални инструкции со визуелни помагала или демонстрации. • Разбивање на задачите во мали, разбирливи чекори (на пример, „Подигни ја топката”, „Застани на линијата”, „Тркалај ја топката”).	Визуелна поддршка • Користете картички со слики или видео моделирање за да покажете правилно држење на телото, држењето и движењето. • Обезбедите визуелен распоред за да ја исцртате сесијата. Позитивно засилување • Пофалете го напорот и напредокот, а не само резултатите. • Користете награди како петици, налепници или поени за да ја задржите мотивацијата. • Понудите чести повратни информации за да се поттикне подобрување.	Индивидуализирани адаптации • Дозволете на учениците да користат рампи или браници ако е потребно. • Прилагодете ја тежината и големината на топката за куглање за индивидуална удобност. Моделирање и социјална интеракција • Поврзајте ги учениците со разбирање и поддршка за тимска работа или пријателски натпревар. • Охрабрување на свртување, навивање и позитивни интеракции.

Искористување на ресурсите		
Потребни материјали • Меки топки од пена, лесни пластични игли или конуси. Визуелни помагала • Карти за вртење, чекор-по-чекор дијаграми за куглање.	Прилагодена опрема • Рампа за куглање или допирни маркери за насоки. Опционални сензорни алатки • Пондериран елек, слушалки за поништување на бучава или визуелни тајмери. • Одреден тивок агол за учениците на кои им е потребна пауза.	
Општо прилагодување		
• За учениците на кои им е потребна дополнителна поддршка, понудите рачно водство или тешки топки за подобра контрола. • Вметнете слушни или визуелни знаци (на пример, мали свончиња во игли или обоени мети). Цел • Подобрување на моторните вештини, поттикнување на интеракција со врсниците и обезбедување на структурирана активност со јасни правила. Адаптација на нивото на вештина • Нудат различни тегови на топки и рампи за да се приспособат на различни нивоа на моторни вештини. • Користете полесни топки за оние со помала сила или тешкотии при ракување со потешки предмети.	Визуелна и вербална поддршка • Обезбедете визуелни водичи (како маркери на ленти или лента во боја) и поедноставени вербални инструкции за учениците на кои им требаат дополнителни знаци. Индивидуализирани цели • Поставете персонализирани цели, како што се удирање на една кегла, нокаутирање повеќе од порано, или подобрување на поставувањето на топката, врз основа на способностите и напредокот на секој ученик.	
Наставни совети за наставници		
Совети за управување со училницата Јасна структура • Почнете со визуелен распоред кој ја прикажува сесијата (загревање, вежбање, игри, ладење) за да се намали анксиозноста и да се обезбеди предвидливост. Мали групи или ротации • Поделете ги учениците во помали групи за да се минимизира прекумерната стимулација и да се обезбеди фокусиран надзор. Позитивно засилување • Користете итни пофалби, награди или симболи за напор, учество и	Интерактивни улоги • Дозволете на учениците да преземат различни улоги, како бодовец, навивачка или аранжер, за да ги задржат ангажирани и вклучени. Лични интереси • Вклучете омилен теми или ликови во опремата за куглање (на пример, со користење на налепници или тематски маркери) за да ја направите активностата поприлична. Совети за адаптација Физичка средина • Користете бариери или браници на лентите за да обезбедите успех и да	Одржување на флексибилност • Бидете подготвени да ја адаптирате активностата врз основа на нивото на енергија на учениците, опсегот на внимание или сетилните потреби. • Понудите алтернативи за учениците кои може да го сметаат куглањето за премногу предизвикувачко или премногу стимулирачко. Набљудување и прилагодување

достигнувања, нагласувајќи го позитивното однесување. Управување со транзиција • Користете тајмери за одбројување или визуелни знаци (на пример, картичка „Следна активност“) за да сигнализирате транзиции помеѓу активностите. Техники на ангажирање Гејмификација • Претворете ја сесијата во игра, како што е стремење кон одредени обоени игли или следење на лични рекорди, за да се одржи интересот.	спречите фрустрација. Прилагодување на осветлувањето и намалување на бучавата за да се приспособат на сетилната чувствителност. Модифицирана опрема • Обезбедете рампи за куглање или помошни уреди за учениците со тешкотии при самостојно ракување или тркалање на топката. Флексибилни правила • Дозволете на учениците да куглаат седејќи ако е потребно или да го изменат бодувањето за да се фокусираат на учество и напор, а не на конкуренција. Зони за одмор • Да се создаде одредена мирна област каде што учениците можат да се повлечат ако се чувствуваат премногу стимулирани или имаат потреба од сетилна пауза. План за сетилни потреби • Обезбедите слушалки за поништување на бучава за учениците чувствителни на бучава. • Да се создаде одредена мирна област за паузи.	• Следење на нивото на удобност и ангажман на секој ученик. Прилагодете го темпото или обезбедите дополнителна поддршка ако е потребно. • Користете конзистентни и предвидливи рутини за намалување на анксиозноста. Поттикнување на инклузивност • Охрабрување на сите ученици да ги слават меѓусебните достигнувања. • Избегнување на претерано нагласување на конкуренцијата; Фокусирајте се на лично подобрување и забава.
--	---	--

Резултати од учењето

Физички развој • Подобрување на координацијата на рацете и очите преку техники на куглање. • Развивање на груби моторни вештини, како тркалање и контролирање на топката. • Подобрување на рамнотежата и просторната свест во куглањето. Социјални и комуникациски вештини • Вежбајте споделување и споделување во групна околина. • Зајакнување на вербалната и невербалната комуникација со изразување на потреби или навивање за врсниците. • Поттикнување на соработката преку тимска работа и заеднички активности.	Емоционална регулација • Развивање стратегии за управување со сензорната чувствителност во зафатена средина. • Изградба на отпорност и механизми за справување кога се соочуваат со предизвици, како што се недостасувачките значки. • Славете лични достигнувања за зголемување на довербата и самодовербата. Когнитивни вештини и вештини за решавање проблеми • Разбирање и примена на правилата на куглање. • Пресметување на резултатите со поддршка, промовирање на основни математички вештини. • Стратегија и прилагодување на техники за подобрување на перформансите.
--	---

Прилагодени цели за физичка култура • Да се вклучат во инклузивни активности прилагодени на индивидуалните потреби и способности. • Искуsete успех во поддржувачка средина, поттикнувајќи го постојаното учество во физичка активност. • Промовирање на свеста за доживотни рекреативни активности погодни за различни способности.		
Индикатори за квалитативна повратна информација		
Ангажман и учество „Ти беше фокусиран на секој чекор - одлична работа да останеш во играта!" „Забележав како трпеливо го чекаше својот ред. Тоа беше многу почитувано од другите!" Координација и моторни вештини „Вашата цел е подобрување! Секој пат ја доближуваш топката до кеглите". „Добра работа во контролирање на брзината на топката. Тоа е голем чекор напред!" Разбирање на инструкциите „Ти ги следеше чекорите за совршено тркалање на топката - начин да обрнеш внимание!" „Одлична работа да се сетиш каде да застанеш пред да куглаш!"	Социјална интеракција и тимска работа „Беше прекрасно да те видам како навиваш за своите пријатели по нивните смени!" „Ти направи фантастична работа со менување и охрабрување на другите". Емоционална регулација „Горд сум на тоа како се справи со чекањето - твојата смиреност беше прекрасна!" „Дури и кога промашуваше, останавте позитивни. Тоа е големо достигнување!" Напредок и напор „Можам да кажам дека вложуваш толку многу напор - продолжи со напорната работа!" „Вашите фрлања стануваат попостојани. Браво за трпеливото вежбање!"	Доверба и независност „Ти ја презеде иницијативата да го поставиш својот ред. Тоа покажува голема доверба!" „Ми се допаѓа како го прослави својот штрајк - тој ентузијазам е фантастичен!" Прилагодливост „Пробавте нов начин на држење на топката - одлично размислување!" „Забележав како се прилагоди по првото фрлање - одлично решавање на проблемот!"
Развиени компетенции		
Развој на моторни вештини • Подобрена координација на рацете и очите преку нишанење и тркалање на топката за куглање. • Развој на груби моторни вештини преку повторливи движења како одење до патеката, тркалање на топката и одржување на рамнотежа. Вештини за социјална интеракција	Емоционална регулација и самоконтрола • Управување со емоциите за време на успеси и неуспеси во играта. • Практикување на саморегулација во потенцијално стимулирачка средина (на пример, светлина, звуци). Просторна свест и планирање • Проценување на растојанието и насоката за прецизно тркалање на топката.	Самодоверба и градење на доверба •Стекнување чувство на достигнување при соборување на игли или подобрување на резултатите. •Охрабрувањето од врсниците и инструкторите поттикнува доверба во способностите. Тимска работа и соработка •Работа со врсници за формирање тимови и постигнување на

- Преземање на ред и трпеливо чекање во ред за време на групната игра. - Ангажирање во врсничка комуникација преку охрабрување и позитивни повратни информации. Когнитивни вештини и вештини за решавање проблеми - Разбирање на правилата и целите на куглањето.	- Планирање како да го позиционираат своето тело и да ја прилагодат силата за успешни фрлања. Физичка кондиција и издржливост - Умерена физичка активност за подобрување на целокупното физичко здравје. - Градење на издржливост и фокус преку повторливата природа на куглањето.	колективна цел. - Развивање на разбирање за заедничка поддршка и соработка. Сензорна интеграција - Прилагодување на сетилни стимули (на пример, звукот на кеглите, текстурата на топката). - Градење на толеранција на структурирани средини со специфични сензорни влезови.
Стратегија на проценка и критериуми за мерење		
Контролна листа за набљудување - Користете контролна листа за набљудување и снимање на специфични вештини и однесувања за време на активноста, вклучувајќи физички, социјални и когнитивни ангажмани. Анализа на задачите - Разложете задачата за куглање на помали чекори (на пример, избор на топка, позиционирање, тркалање на топката) и проценете мајсторството на секој чекор. Саморефлексија / повратна информација - За учениците со повисока вербална способност или разбирање, користете едноставни сугестии или визуелни помагала за да ги охрабрите да размислуваат за нивната изведба (на пример, „Како го направив?“ со опции за насмеано лице). Колегијална или групна интеракција - Проценете колку добро ученикот комуницира со врсниците за време на групните активности или пресвртувања, нагласувајќи ја комуникацијата, преземањето на ред и соодветното социјално однесување. Прилагодени метрики на	Физички вештини-ракување со топката - Способност да се фати, држи и ослободи топката за куглање. Критериуми - Успешно извршување на задачата 3 од 5 обиди. Став и цел - Покажува соодветна положба на телото и насока кон иглите. Критериуми Точен став во 60% од обидите. Движење на куглање - Извршува движење со топката, одржувајќи контрола. Критериуми - Непречено движење со контролирано ослободување на топката во 4 од 5 обиди. Социјален ангажман Преземање на ред - Го чека својот ред без сугестии. Критериуми - Завршува 2 целосни рунди со минимална интервенција. Интеракција - Користи соодветна комуникација (вербална или невербална) со врсници или наставници. Критериуми - Вклучува 2-3 позитивни интеракции за време на сесијата.	Когнитивно разбирање Разбирање на задачата - Ги следи инструкциите чекор-по-чекор за куглање. Критериуми - Завршува 4 од 5 чекори независно. Решавање на проблеми - Го прилагодува позиционирањето или пристапот по повратна информација. Критериуми - Демонстрира прилагодување во најмалку 2 наврати за време на сесијата. Бихевиорални метрики Фокус и внимание - Одржува внимание за време на нивниот ред и ги набљудува другите без претерано одвлекување на вниманието. Критериуми - Одржува внимание за 80% од времетраењето на активноста. Емоционална регулација - Соодветно се справува со фрустрацијата или возбудата. Критериуми - Не се потребни повеќе од 2 интервенции за регулирање на емоциите.

перформанси • Мерење на подобрување или конзистентност, а не само бод (на пример, колку често одржуваат стабилен став, се стремат кон игли или се обидуваат да користат соодветна форма).		
---	--	--



Поглавје 3

Како да се задржат учениците со аутизам физички активни преку мешавина на методологии; Мешано / хибридно, практично и неформално учење



ГЛАВА 3

Учениците со аутизам физички активни преку мешавина на методологии: мешани/хибридни, Практично и неформално учење

Резиме

Наставната програма за физичко образование за ученици со аутизам е дизајнирана да ги реши единствените предизвици со кои се соочуваат овие ученици, истовремено промовирајќи физичка активност и поттикнувајќи социјална вклученост. Оваа наставна програма нагласува индивидуална настава прилагодена на способностите на секој ученик, преференциите и сетилните потреби.

Клучни компоненти:

- Персонализирани планови за учење: Секој ученик добива прилагоден план за физичко образование кој е насочен кон нивните специфични моторни вештини, ниво на фитнес и цели за социјална интеракција.
- Сензорно-пријателска средина: Активностите се спроведуваат во услови кои го минимизираат сензорното преоптоварување, со користење на адаптивна опрема и модифицирани простори за да се обезбеди удобност и ангажман.
- Визуелни и структурирани инструкции: Користење на визуелни помагала, јасни рутини и чекор-по-чекор инструкции за подобрување на разбирањето и учеството.
- Развој на моторни вештини: Фокусиран на подобрување на координацијата, рамнотежата и фините и грубите моторни вештини преку различни вежби и спортови.
- Интеграција на социјални вештини: Поттикнување на тимска работа, комуникација и социјална интеракција преку групни активности и кооперативни игри.
- Вклучување на родителите и старателите: Ангажирање на семејствата во образовниот процес за зајакнување на учењето и поддршката дома.
- Редовни проценки: Спроведување на периодични евалуации за следење на напредокот и прилагодување на наставната програма ако е потребно за да се задоволат растечките потреби.

Цели:

- Да се создаде инклузивна и поддржувачка средина за физичко образование која ги задоволува единствените потреби на учениците и децата со аутизам.
- Да се подобри физичката кондиција и моторните вештини преку структурирани, пријатни активности.
- Да се поттикне социјалната инклузија и интеракција во рамките на училиштето и пошироката заедница.
- Да ги поттикне учениците со аутизам преку промовирање на независност, самодоверба и позитивен став кон физичката активност.

Оваа наставна програма има за цел да им обезбеди на учениците со аутизам можности да успеат во физичкото образование и пошироко, придонесувајќи за нивната целокупна благосостојба и квалитет на живот.

Вовед

Аутизмот е сложена попреченост во развојот која обично се појавува во првите три години од животот; тоа е резултат на невролошко нарушување кое влијае на нормалното функционирање на мозокот, влијаејќи на развојот во областите на социјална интеракција и комуникација (Dunn & Leitschuh, 2006). Учениците со аутизам имаат тешкотии со социјалните интеракции, комуникацијата и користењето на сензорни информации. Аутизмот исто така влијае и на способностите на децата да играат и да се стекнат со слободни вештини. Дете со аутизам може да покаже моторни вештини, фитнес перформанси, однесување на учество и интелектуални функции кои се под очекуваниот опсег за одредена возраст (Auxter, Pyfer, & Huetig, 2005). Овие предизвици им отежнуваат на наставниците по физичко образование целосно да ги вклучат децата со аутизам во нивната програма за општа физичка култура. Целта на оваа статија е да претстави осум можни решенија за вклучување на децата со аутизам во GPE. Употребата на технологијата за учење станува вообичаена во образованието, бидејќи живееме во свет на дигитални ученици кои ја користат технологијата секојдневно. Мешаното учење и употребата на мобилни уреди им овозможува на наставниците да обезбедат диференцирана настава за да се

одговори на индивидуалните потреби за учење. Учениците со аутизам учат подобро кога се визуелно стимулирани, затоа употребата на технологијата им помага на наставниците да го олеснат учењето на учениците преку подобрување на комуникацијата, социјалните вештини и однесувањето. Кога мешаното учење се користи ефективно, учењето е во центарот на ученикот, што води до подлабоко разбирање на концептите. Во традиционалната средина за учење, наставата е лице во лице, наставникот предава, учениците слушаат, прашањата се поставуваат и се дава задача. Проблемот со традиционалната средина е тоа што го попречува учењето во центарот на ученикот. Учениците кои ги креваат рацете за да одговорат на прашања обично се учениците кои добиваат подобри оценки. Едноставно кажано, потребите на сите ученици не се исполнети. Наставниците постојано се соочуваат со задоволување на потребите на учениците во училищата. Наставата треба да го поддржи наставникот за олеснување на мешана средина за учење која опфаќа различни ученици.

Поставување на животната средина

Како што е наведено во претходните статии, децата со аутизам имаат тешкотии во разбирањето на нивната средина и често се вознемируваат кога се збунети или се соочуваат со промена во рутината. Затоа, првото нешто што треба да се земе во предвид е создавање на јасна структура и рутина, како и воспоставување на средина која ги користи визуелните предности на учениците. Следниве се неколку примери за тоа како да се воспостави структура и рутина во физичкото образование.

Физички изглед

Физичкиот изглед на околината е важен за децата со аутизам. Секогаш кога е можно, околината треба да обезбеди визуелни знаци за тоа каде да се оди и што да се прави. Околината не треба да биде премногу одвлекувачка и одредени области за изведување на одредени вештини треба да бидат јасно означени (на пример, залепување на слика на сидот од лице кое фрла укажува на станица за фрлање). Исто така, воспоставете јасни граници за да им помогнете на децата со аутизам да знаат каде можат и каде не смеат да одат. За децата со аутизам кои треба да прават некои активности далеку од нивните врсници, направете мирна област ослободена од одвлекување на вниманието и стимулација каде што можат да одат и да се смират. За некои, ова може да биде едноставно како да му се дозволи на детето да седи во кош свртено кон своите врсници неколку минути.

Воспоставете рутина

Иако на наставниците по физичко образование им е потребна флексибилност за воведување на нови активности и единици во текот на учебната година, децата со аутизам најдобро се чувствуваат кога се следи постојана рутина секој пат кога влегуваат во салата. Се чини дека тие доживуваат помала вознемирениост за тоа што следи ако знаат точно што се очекува од нив и имаат одредена рутина да ја следат. Ова може да биде едноставно како ученикот да се пријави на назначено место на подот за присуство и извршување на едноставна, конзистентна активност за загревање. По загревањето може да се воведат нови активности и стилови на предавање. Клучното е да му се дозволи на детето со аутизам да доживее доследност и блискост во гимназијата.

Имајте јасен крај на вашиот час

Исто како што е важно да се има рутина за почетокот на часот, уверете се дека делот од активноста од сесијата завршува доволно рано за да се приспособи на јасен крај на часот. Рутината на крајот на сесијата треба да биде иста секој ден за секој учесник со аутизам. Јасниот крај му помага на детето со аутизам да премине од физичко воспитување во неговата следна активност. На пример, рутински побарајте детето да помогне да се исчисти некоја опрема, да седне на одредено место или со неговиот тим, или да направи едноставна рутина за истегнување. Смирувачка активност на крајот на часот (лежење и вежби за дишење или пози за јога) веројатно е добра и за ученици без попреченост.

Користете визуелни распореди и визуелни знаци

Во прилог на воспоставената рутина, Блубо и Колман забележале во нивната статија дека многу деца со аутизам имаат корист од визуелниот распоред. Децата со аутизам често го користат распоредот за време на училишниот ден, а релативно лесно е да се примени распоредот и во физичката култура. Распоредот за физичко воспитување може да биде едноставен како папка со слики и зборови за да се опише рутината и секојдневната активност. За да му помогнете на ученикот да го следи, форматирајте го распоредот во две колони. Во една колона, набројете или поставете слики од активностите кои треба да се завршат. Во другата, проверете ги активностите како што се завршени. Или, ако користи

слики, ученикот ја поместува секоја слика на „завршената“ страна на табелата за да покаже што има завршено во физичкото образование. Распоредот му помага на детето да се запознае со секојдневната рутина за физичко образование, која ја смирува и ја намалува анксиозноста и конфузијата и му дава на детето чувство на исполнување. Асистентот на детето може да му помогне на детето да го користи распоредот за физичко образование, ослободувајќи го наставникот по физичко образование да го подучува и надгледува целиот клас.

Комуникација

Блок, Блок и Халидеј, истакнале дека комуникацијата е главна област на грижа за децата со аутизам. Некои деца со аутизам се способни да зборуваат и разбираат многу вербални знаци, додека други деца со аутизам се чини дека се неми и реагираат само на слики или знаковен јазик. Во секој случај, воспитувачот по физичко образование мора да истражи како најдобро да комуницира со детето со аутизам. Користењето на комуникациски систем сличен на оној на детето е добро место за почеток. Следниве се некои општи предлози поврзани со комуницирање со ученици со аутизам.

Привлечете го вниманието на ученикот

Уверете се дека го имате вниманието на детето кога давате упатства, особено кога давате насоки. Исто така, користете мултисензорен пристап, како што се дополнителни бои за да се истакнат критичните компоненти (на пример, движење на левата нога и десната рака за да се нагласи опозицијата при фрлање). Бидете свесни за одвлекувањето на вниманието кое може да го привлече вниманието на детето. Поставете го детето со грб кон оние кои го одвлекуваат вниманието додека добива упатства.

Поедноставување на вербалните насоки

Разбирањето на вербалните насоки е проблем за повеќето деца со аутизам. Бидете подготвени да ги поедноставите вербалните насоки и да ги дополните со дополнителни демонстрации и физичка помош. (Разговарајте со логопедот на детето, родителите или наставникот за специјално образование за повеќе идеи). Поедноставувањето на упатствата може да биде лесно како да кажете „Гледај ме“ пред да покажете што сакате детето да направи; потоа ги заврши демонстрациите со „Ред на Сара“. Забелешка: Заменките можат да бидат особено збунувачки за некои деца со аутизам. Наместо да кажете „Твој ред е“, пробај „Ред е на Сара“.

Минимизирање на жаргонот

Жаргонот за физичко воспитание може да го збуни детето со аутизмот. Така, пробајте да го минимизирате. Кажувајќи нешто како „Внимавај на целта“ може да предизвика учесникот со аутизам да ѝ се приближи на целта и да го постави своето око на неа! Жаргонот како „трчи како ветерот“, „замрзни“, „пробај да го допреш таванот кога скокаш“ или „удри ја покривката од топката“ може да биде мотивирачки за децата без попреченост, но едноставно ги збунува децата со аутизам.

Користете алтернативни форми на комуникација

Многу деца со аутизам се потпираат на алтернативни форми на комуникација. Овие алтернативни форми на комуникација вклучуваат слики (на пример, слика од топка), вистински предмети (на пример, вистинска топка) и знаковен јазик (потпишување на зборот „топка“). Важно е за наставникот по физичко образование да дознае која форма на алтернативна комуникација ја користи секое дете и потоа постојано да го користи овој систем кога комуницира со детето. На пример, научете едноставни знаци кои се однесуваат на физичкото воспитание (на пример, седење, стојење, трчање) и користете ги за да комуницирате со дете кое се потпира на знаковниот јазик. Една предност што физичките едукатори ја имаат во однос на другите дисциплини е тоа што многу од она што им се пренесува на децата во физичкото образование може да се претстави преку демонстрација и физичка помош. По вербалното објаснување на нешто на класот, веројатно е дека децата со аутизам ќе имаат корист од демонстрација или физичка помош во нивните првични обиди. Ова може да се направи или од страна на наставникот или помошникот.

Спечување на предизвикувачки однесувања

Многу деца со аутизам покажуваат предизвикувачки однесувања како што се лутање, бегање, правење гласни звуци, плачење или смеање без некоја причина, агресивно однесување, па дури и самонавредливо однесување. Како што е наведено од страна на Мекдоналд, Џонс и Истон, првиот чекор кога се соочува со предизвикувачки однесувања е да се консултирате со специјалниот наставник на детето и/или родителите. Прашајте какви однесувања да очекувате,

што ги предизвикува тие однесувања и кои техники работат за да го спречат или запрат однесувањето. Во некои ситуации, соодветно е да се информираат соучениците на детето без попреченост за тоа што да очекуваат. Помалку е вознемирувачки за нив ако знаат да игнорираат одредени однесувања, како да помогнат со некои однесувања и кога да бидат внимателни или да побараат помош. Следниве се некои предлози кои можат да го спречат детето со аутизам да покажува предизвикувачки однесувања.

Користење на позитивно засилување

Пробајте да најдете засилувачи уникатни за детето. Повторно, родителите и наставниците се добар ресурс за одредување на засилувачот кој работи за одредено дете. Може да биде едноставно како пет или нешто посложено или опипливо како пени, налепница, па дури и храна. Идејата на засилувачот е да го научи детето причина и последица (Ако направам нешто што се бара од мене, ќе добијам нешто што го сакам). Засилувањето на храната обично е краткорочна стратегија која се претвора во секундарни форми на засилување (потчукнување по грбот или слободно време за игра со омилен предмет). Веројатно е дека за повеќето деца со аутизам е создаден посебен распоред за засилување од страна на нивниот наставник или интервенционален тим. Важно е физичкиот воспитувач да го следи тој распоред. Конзистентноста на засилувачите во различни поставки ги прави поефективни за сите вклучени. Помага тоа што повеќето деца со аутизам се придружувани на физичко воспитание од помошник кој може да помогне да се достави засилувачка храна или да го потсети наставникот за моменталната состојба на детето во однос на распоредот за засилување.

Пронајдете активности кои се зајакнувачки

Додека храната и засилувачите од училищата (на пример, гледање омилено видео или играње со омилена играчка) може да се користат во физичкото воспитание, многу деца со аутизам ќе најдат физички активности кои се пријатни и зајакнувачки. На пример, многу деца со аутизам уживаат во повторувачки активности како што се скокање на топка или фрлање во кош одново и одново. Како што се открива интересот на детето за таква физичка активност, може да се користи како засилувач. На пример, објасните на детето дека ако заврши 10 кореми и 10 склекови, ќе му биде дозволено да дрибла со топката 2 минути.

Фокусирање и зајакнување на соодветното однесување

Без оглед на видот на избраната награда, бидете сигурни дека се користи за да се привлече вниманието на соодветното однесување на детето. Пробајте да го фатите како прави нешто што треба да го направи; потоа пофалете го посебно за тоа однесување. Со фокус на позитивно однесување, ученикот почнува да сфаќа дека наградата е поголема кога го прави она што се бара. Затоа, избегнувајте негативни команди како „не“ или „не допирајте“. Наместо тоа, користете фрази како „чекај“ или „рацете долу“. Задржете фокус на позитивното за да помогнете да се елиминираат несаканите негативни однесувања.

Научете соодветна употреба на опремата

Децата со аутизам често користат опрема несоодветно или на стереотипни, па дури и опасни начини. На пример, детето може да инсистира само да скокне повторливо на топка за вежбање, наместо да ја користи за истегнување и зајакнување. Со зајакнување на ученикот кога тоа ја користи опремата соодветно, однесувањето може да се пренасочи, учење на правилниот начин на користење на опремата. Соучениците можат да бидат исклучително корисни во демонстрирањето на соодветна употреба на опремата и да му укажат на детето со аутизам како да ја користи. Или едноставно да го замолат детето да ја остави опремата настрана кога не се користи спречува несоодветна употреба.

Справување со сензорната чувствителност

Чувствителноста на стимули во физичката средина како звуци (многу сали се доста гласни), поглед (топки или врсници кои се движат брзо) и допир (да се биде премногу блиску до врсниците) може да доведе до несакано однесување. Дете со аутизам кое е премногу стимулирано од неговата околина може да се вознемири и да се обиде да избега од околината или да глуми кон возрасните или врсниците. Важно е да се дознае какви видови на сетилна чувствителност има детето и да се направи се што е можно за да се контролираат тие стимули. Ова може да биде едноставно како замена на сигнал со рака со свирка или силно охрабрување на врсниците да го намалат викањето или врескањето (што во секој случај не треба да се случува!). За жал, има многу звуци во типичните часови по физичко образование кои не можат да се пригушат: скрипење на чевлите по подот, удирање на опремата или ехо произведено од движење во голем, отворен простор. Сепак, нивото на бучава кое останува незабележано од повеќето деца може да изгледа

заглушувачко за дете со аутизам кое е чувствително на звук. Во такви случаи, на детето со аутизам треба да му се дозволи да носи слушалки за физичко воспитание кои ги пригушуваат звуците во салата. Или му дозволете на детето да ја напушти салата со нејзиниот асистент за неколку минути, или дури и за поголемиот дел од сесијата, ако има проблеми со справувањето со бучавата во различни денови.

Справување со предизвикувачки однесувања

Дури и со рутина, распоред на слики, помошник на наставникот, употреба на засилување и други модификации, ученикот со аутизам сепак ќе има тешки денови. Затоа е важно да се биде запознаен со секој план за однесување создаден од ИОП тимот за да се справи со предизвикувачкото однесување на детето. Некои деца треба само да слушнат клучен збор или потсетник за засилување што се обидуваат да го заработат, за да бидат пренасочени назад кон соодветното однесување. Други имаат потреба од мирно место за да се смират или да одат на кратка прошетка со нивниот асистент. На други им е потребна поголема поддршка, како на пример подолга прошетка со асистентот на наставникот, лежење на душекот неколку минути или добивање на длабок притисок од помошникот на наставникот (како масажа). Длабокиот притисок може да ја намали тензијата на ученикот и да ја пренасочи на задачата. Додека аутизмот претставува спектар на нарушување, акомодацијата на него исто така се случува и во спектарот. Така, додека на едно дете може да му требаат само неколку минути на душек или на мирно место, на други може да му треба речиси целиот час за да се смират и да се вратат на „нормалните“ активности. За наставникот да ја знае разликата и да одговори правилно бара тимски пристап. Важно е физичкиот воспитувач да биде запознаен и да го следи планот создаден од ИОП тимот на детето. Тоа вклучува обезбедување на поддршка (простор, гимнастика, итн.) потребна за да му помогне на детето да се смири.

Заклучок

Училиштата се префрлаат од традиционалниот модел на мешани модели на учење кои го поддржуваат учењето за сите ученици. Во првите редови на оваа промена е потребата да се вклучи технологијата во наставната програма за поддршка на учениците во центарот на учењето со олеснување на наставата за решавање на различни потреби на учениците. Денешните ученици се активни дигитални ученици кои се потпираат на технологијата за комуникација, соработка и социјална интеракција со своите врсници. Движењето кон мешано учење со акцент на технологијата од витално значење за создавање на ангажирање на учениците и нивно мотивирање да учат. Исто така, помага во создавањето на колаборативна студентска средина за учење која е водена од учењето во центарот на ученикот. Важно е да се запомни кога се работи со деца со аутизам во физичкото воспитание не постои „една големина за сите“. Аутизмот различно влијае на секое дете. На едно дете може да му требаат само некои дополнителни визуелни знаци за да се приспособи на ограничувањата во вербалниот јазик. На друг може да му треба постојана поддршка од асистент наставник. Уште повеќе е тоа што дете со аутизам може да се однесува на одреден начин еден ден, а следниот да биде сосема поинаку. Клучното е да се научи што е можно повеќе за децата со аутизам од ИОП тимот на секое дете. Потоа, бидете подготвени да имплементирате индивидуално утврдени стратегии за структурирање на животната средина, приспособување на комуникациските предизвици и спречување на предизвикувачки однесувања.

Сценарио за учење и план за имплементација-1

„Авантурата во џунглата“ - физички активно учење

Целни групи	Оваа наставна програма е наменета за деца со аутизам на возраст од 3-5 години, фокусирајќи се на физички активно учење кое го поттикнува физичкиот, когнитивниот, социјалниот и емоционалниот развој. Активностите ќе бидат прилагодени на развојните нивоа на малите деца, со оглед на тоа дека многу од нив се во раните фази на комуникација, моторни вештини и социјална интеракција. Наставната програма обезбедува комбинација од мешано / хибридно учење, практични активности и стратегии за неформално учење. Активноста се врши со помош на наставници, родители или врсници.
Цели на учењето	● Физички развој: Да се развијат моторни вештини како рамнотежа, координација и фини и груби моторни вештини. ● Социјални вештини: Да се поттикне социјална интеракција и соработка со врсниците преку групни игри и физички активности.

		• Емоционална регулација: Промовирање на саморегулација, емоционална свест и механизми за справување за време на активностите. • Когнитивни вештини: За подобрување на меморијата, решавање проблеми и способност за следење на едноставни инструкции.		
Надлежности				
Физичка компетентност Рамнотежа, координација, движење и сетилна интеграција.		Општествена компетентност Соработка, споделување, менување и комуникација со врсниците.	Когнитивна компетентност Следење на едноставни инструкции, вештини за меморија и решавање на проблеми.	Емоционална компетентност Управување со емоциите, разбирање на чувствата и справување со фрустрацијата.
Вовед		Вовед (5 минути):		
		Активност: Раскажување приказни – „Авантурата во џунглата“		
		Приказна: Децата се на авантура во џунглата и мора да им помогнат на животните со извршување на различни физички задачи. Приказната претставува животни како мајмуни, слонове и птици, секој поврзан со различни движења (на пример, скокање како жаба, истегнување како жирафа). Имитација на животински звуци може да се додаде на оваа вежба ако децата се вербални. Цел: Да го привлече вниманието на децата преку кратка и едноставна приказна која ја поттикнува имагинацијата и физичкото (и вербалното) движење.		
Главна активност				
Мајмунски скокови: Скокање на место или преку мали предмети како мајмун Можете да ја започнете главната активност со демонстрација на тоа како мајмунот скока (или со вербални знаци како „Ние ги користиме нозете за да скокнеме високо и силно!“) и потоа да ги замолите децата да го направат истото. Сега ќе скокаме како мајмуни! Можеш ли да се преправаш дека си мајмун и да скокнеш преку овие карпи? Почнете со едноставни скокови на место: „Ајде да направиме голем скок на самото место како мајмун на дрво!“ Можете да ги охрабрите децата да ги користат двете нозе за скокање ако имаат потреба да изградат сила и координација.		Слонови прошетки: Бавно одење со големи, тешки чекори, како слон. Прво треба да создадете патека (линија на подот или мал круг од предмети низ кои децата можат да „поминат“). Потоа ставете меки душеци или перници на патеката каде децата можат да чекорат бавно и внимателно, имитирајќи го бавното и тешко движење на слонот. Тогаш наставникот/родителот треба да објасни што детето треба да направи, т.е. да даде инструкции за извршување на активноста – „Ајде да одиме како слонове! Големи, тешки чекори. Можеш ли да ги газиш нозете како слон?“ Моделирајте го движењето со	Птичји замавки: Мавтаат со рацете како крилја и трчаат наоколу во круг, како птица лета. За оваа активност не е потребно поголемо подесување, но можете да го подобрите искуството со тоа што децата држат шал или ткаенина за да имитираат птичји крилја. Прво, наставникот или родителот треба да обележат област каде децата можат слободно да трчаат, како што е круг во училницата или отворен простор дома. Тогаш наставникот/родителот треба да му даде инструкции на детето: „Ајде да замавваме со крилјата како птици што летаат низ џунглата! Можеш ли да замавнеш со рацете брзо како птица која лета високо?“ Демонстрирајте со мавтање со рацете нагоре и надолу како птичји крилја. „Сега ајде да трчаме наоколу во круг! Можеш ли да направиш голем круг како птица што лета низ небото?“ Ако децата се способни, охрабнете ги да	

	тропање со нозете полека и силно и објасните дека: „Слоновите одат бавно и внимателно. Да видиме колку се тешки нашите чекори - можеме ли да ги направиме нозете како слон кој оди низ џунглата?" Наставниците исто така можат да додадат „пречки“ (перници) долж патеката за децата внимателно да пречекорат додека одат.	мавтаат со рацете додека се движат по кружна патека. „Замавни со крилјата и летај во голем круг околу џунглата!“ За децата на кои им треба повеќе насоки, обезбедете поддршка или партнер за трчање во круг, осигурувајќи се дека се чувствуваат безбедни и поддржани.
Ладење и размислување	Цел: Изградба на груби моторни вештини, координација и просторна свест додека се одржува темата на приказната. Задачите исто така ќе ги охрабрат децата да слушаат и да следат едноставни инструкции. Ладење (5-10 минути) Активност: Релаксација и размислување. Седнете во круг и разговарајте за животните кои ти помогнаа денес. Можете да користите едноставни движења на рацете или истегнувања за да го забавите и им помогнете на децата да преминат на следната активност. Цел: Смирување на децата по физичка активност, промовирање на емоции регулатива. Охрабрување на децата да ги препознаат чувствата како среќа, возбуда или замор.	
Наставна стратегија		
Стратегијата за оваа наставна програма се базира на активно, сензорно пријателско учење, настава базирана на игра и раскажување приказни за да се одржи ангажманот и развојот на децата. Пристапот е флексибилен, со многу можности за визуелно, аудитивно и кинестетичко учење. Мешани/хибридни: Минимална употреба на технологијата, но може да вклучат видеа или анимирани приказни за животни за да ги ангажираат децата пред физички активности. Најчесто се фокусира на практично учење во училницата или игралиштето. Мешано или хибридно учење значи вклучување на мешавина од физички активности и технологија, осигурувајќи се дека фокусот останува на практичното, реално учење додека се користи технологијата за дополнување и подобрување на искуството. Многу деца, вклучувајќи ги и оние со АСН, добро реагираат на мултимедија (видеа, анимации, слики) кога се користи умерено и намерно. Визуелните ефекти можат да им помогнат на децата да ги разберат инструкциите и да ги направат апстрактните концепти поконкретни. Со минимизирање на употребата на технологијата и приоритизирање на практичното учење, вие ја поттикнувате физичката активност и директната интеракција со животната средина и врвниците, кои се од суштинско значење за развој на вештини.		
Како да аплицирате: Минимална технологија: Користете технологија како видеа или анимирани клипови само на почетокот на лекцијата или активноста за да ја претставите темата (на пример, кратка анимирана приказна за животни од џунглата). Ова може да послужи како	Практично, учење во реалниот свет: По користење на видеото или клипот, преминете во практично учење со барање од децата физички да ги глумат движењата. Оваа промена гарантира дека технологијата се користи како алатка за	Неформално учење: Раскажувањето приказни е клучен метод, бидејќи ги воведува децата во активноста на имагинативен и пријатен начин, со акцент на забава и ангажман. Неформалното учење се однесува на пофлексибилен, игрив пристап кон наставата. Таа не се придржува стриктно до формалните

визуелна јадица за да ги возбуди децата за активност.	разбирање, а не како замена за вистинското искуство. Физичка игра, како скокање, лазење и истегнување за да се изградат моторни вештини.	академски структури и наместо тоа им дава приоритет на интересот на детето, ангажираноста и природната љубопитност. Неформалното учење е особено ефикасно за деца со АСН, кои може да се борат со ригидни, формални образовни поставувања. Овој пристап е флексибилен и се фокусира на ангажман и индивидуален развој, а не на строги академски достигнувања.
---	--	---

Како да аплицирате:

Флексибилни цели: Поставете широки, флексибилни цели за учење наместо строги резултати. На пример, целта може да биде да им се помогне на децата да развијат моторни вештини и социјална интеракција преку забавни активности базирани на игра, наместо да се фокусираат само на совладување на одредена вештина.

Истражување предводено од дете: Дајте им можност на децата да ја истражуваат околината или активностите на свој начин. На пример, ако сакаат да скокнат преку пречки на различен начин или да имитираат друго животно, охрабнете ги да го сторат тоа.

Акцент на забавата: Секогаш го држете акцентот на уживањето. Славете ги напорите на децата, без разлика колку се мали, и одржувајте позитивна, оптимистична средина. Ова промовира љубов кон учењето и го намалува притисокот кој може да предизвика стрес или неангажираност.

Сценарио за учење

Животната средина треба да биде мирна, структурирана и сензорно пријателска за поддршка на децата со АСН. Еве некои клучни размислувања и акции кои треба да се преземат при поставување на просторот: Сензорно осветлување на просторот: Треба да користите природна светлина или меко амбиентално осветлување (избегнувајте силни флуоресцентни светла). Ако е можно, прилагодете го осветлувањето на пониско ниво за да ја направите околината поудобна. - Кога сте надвор, изберете засенчено место за да го минимизирате изложувањето на директна сончева светлина. Ако е достапно, можете да ги пригушите светлата за да создадете поудобна средина. Контрола на звукот: - Обрнете внимание на нивото на бучавата. За деца кои се чувствителни на звук, размислете за обезбедување на слушалки за поништување на бучава ако се во затворен простор. - Ако пуштате музика или звучни ефекти (како звуци од џунгла), задржете ја јачината на звукот на умерено ниво за да не биде премногу преголема.	Визуелни сугестии: - За подобро разбирање, треба да користите картички со слики или симболи за да ја покажете активност (на пример, животинска карта за имитирање на движењето на животните или мапа на џунглата за истражувачка активност). - Користете едноставни визуелни знаци за да ги водите децата низ секој дел од активност. Сетилни станици или материјали Џунгла сензорни корпи: - Поставете сензорни корпи со допирни предмети како лажни листови, песок, животински фигури или текстурирани материјали. Јасно обележете ги корпите и уверете се дека секоја корпа е организирана и лесно достапна. Реквизити и материјали за движење: - За активности како патека со пречки или движење на животните, соберете реквизити како перници, јажиња, греди, душеки и меки предмети за да симулирате терен во џунглата. - За активности со животинска тематика, може да посакате препарирани животни, кукли или играчки од џунглата за да го направите интерактивно и привлечно.
--	--

Просторна организација: • Креирање на одредени области за различни активности (на пример, област за движење на животните, патека со пречки, сензорна станица за играње, итн.). Јасно дефинирајте ги овие простори со меки бариери (како јажиња или пенести простирки или пенести) или визуелни знаци, како што се слики или обоена лента на подот. • Обезбедите доволно простор помеѓу станиците за децата да можат да се движат слободно и да се чувствуваат удобно без да бидат пренатрупани. • Имајте јасни патеки кои овозможуваат лесен пристап до различни станици или области во училницата или надворешниот простор.	Безбедносни размислувања: Безбедна животна средина: • Уверете се дека подот е чист пред почетокот на активноста (на пример, остри предмети, лабави кабли или мебел во кој децата може да налетнат). • Осигурете дека се поставени простирки и меки површини за да се спречи потенцијална повреда на децата за време на физички активности.
Наставни совети за наставници	
Користете визуелни ефекти и реквизити: Користете големи слики, реквизити (како играчки за животни) и визуелни помагала за да ги зајакнете инструкциите и да им помогнете на децата да ги разберат задачите. Едноставни, јасни инструкции: Разложете задачи на кратки, едноставни чекори. Повторете инструкции и ги покажете ако е потребно. Кратки и структурирани активности: Одржувајте кратки интервали на активности (5-10 минути по активност) за да ги задржите децата ангажирани и да ја намалите претовареноста.	Позитивно засилување: Често фалете го напорот и учеството. Користете налепници или жетони како награди за извршување на задачи или следење на инструкции. Сензорно-пријателска средина: Имајте предвид за нивото на бучава, осветлување и други сензорни стимули кои можат да ги преплават децата. Имајте тивки простори на располагање ако е потребно. Употреба на песни или рими: Децата со аутизам често добро реагираат на ритмичко повторување. Вклучете едноставни песни или рими поврзани со движењата за поддршка на ангажманот и меморирањето.
Резултати од учењето	
Децата ќе развијат подобра координација и моторни вештини преку физичка игра Σ Одење (прошетки со слонове): Ја поттикнува рамнотежата, координацијата и силата, особено во долниот дел од телото, бидејќи децата вежбаат одење со претерани, тешки чекори. Σ Мавтање со рацете: Ја подобрува силата на горниот дел од телото, координацијата и фината моторна контрола, додека децата вежбаат движење на рацете контролирано, повторувачко Децата ќе се вклучат во основни социјални интеракции, како што се менување, следење на инструкции и кооперативно играње. Како што децата работат заедно или меѓусебно ги набљудуваат движењата, тие имаат можност да практикуваат социјална комуникација. На пример, тие може да се вклучат во едноставни разговори како „Погледни ме скокам како мајмун!“ или „Можеш ли и ти да газиш како слон?“ Исто така, овој вид на активност им помага на децата да вежбаат трпение, споделување - важни социјални вештини за интеракција во групни поставувања, вежбање на играње улоги и имитација, кои се основни социјални вештини и поттикнување на емпатија. Децата ќе научат емоционална регулација преку активности кои им помагаат да ги разберат и да ги управуваат своите чувства (на пример, смирување по физички напор). Структурираната и предвидлива средина им овозможува на децата чувство на сигурност и ја намалува анксиозноста, што може да им помогне на децата со АСН да ги регулираат своите емоции поефикасно. Игривата и сетилно-пријателска природа на активноста нуди забавен начин за децата да се изразат себеси, што може да им помогне да се чувствуваат порелаксирани и удобно во групна околина. Оваа активност исто така	

помага во градењето на доверба:

Децата ќе покажат разбирање на основните инструкции и ќе ги подобрат своите когнитивни способности (меморија, фокус и решавање проблеми).

Развиени компетенции

Физички компетенции	Општествени компетенции	Когнитивни компетенции	Емоционални компетенции
Способност за извршување на едноставни физички задачи како скокање, истегнување и балансирање.	Соработка со врсници, следење на групни инструкции, споделување и менување.	Вештини на меморијата, следење на едноставни упатства и поврзување на активностите со движењето на животните.	Препознавање на чувствата, саморегулирање за време на активностите и транзиција од една задача во друга.

Стратегија за проценка

Набљудување:

Наставниците ќе го набљудуваат учеството на децата во физички задачи, забележувајќи ја нивната способност да извршуваат движења (на пример, скокање, лазење) и да се вклучат со другите за време на групните активности.

Родителите

и наставниците можат да ги споделат своите забелешки преку кратка листа која ја следи способноста на децата да следат едноставни инструкции, да се вклучат социјално и да покажат моторни вештини за време на физички активности.

Интерактивно размислување:

На крајот на секој час, децата можат да посочат на визуелна табела или да одговорат на едноставни прашања (на пример, „Кое животно ви се допадна најдобро?“), помагајќи да се процени дали ја разбрале лекцијата и дали ги поврзале движењата со приказната.

Следење на напредокот:

Користете едноставна табела за напредок (на пример, ѕвезди, налепници) за секое дете за визуелно да го следите нивниот ангажман и достигнувања во физички и социјални задачи.

Термометар за расположение: креирајте табела на термометар со различни бои кои претставуваат различни расположенија (на пример, сина за смиреност, зелена за содржина, жолта за среќа, црвена за возбуда). Помолете секое дете да постави маркер на термометарот после секоја активност за да покаже како се чувствува. Ова помага да се измерат индивидуалните и групните одговори на различни активности.

Рејтинг на емоџи на играта: Обезбедите емоџи картички или налепници (на пример, палци нагоре, насмеано лице, неутрално лице, збунето лице) и побарајте од децата да изберат емоџи кој го претставува тоа како се чувствувале за секоја игра. Оваа алатка овозможува брза повратна информација која е лесна за толкување од олеснувачите.

Индикатори за предност на активност:

Сид од омилен активности: поставете сид каде децата можат да стават налепница, да нацртаат слика или да додадат мала слика која ги претставува нивните омилен активности во денот. Овој визуелен приказ им помага на олеснувачите да видат кои активности најмногу одговараат на групата и ги охрабрува децата да размислуваат за тоа во што уживаат.

Галерија на слики од меморијата: обезбедете на секое дете мало парче хартија за цртање или пишување за нивното Омилен момент од денот. Овие „слики“ можат да бидат прикажани на табла за да се создаде галерија на спомени. Овој метод поттикнува подлабоко размислување и нуди увид во тоа кои искуства биле најзначајни.

Листа за омилен активности: дајте му на секое дете едноставна листа за проверка или работен лист кој ги наведува активностите на денот со квадратче за штиклирање до секое од нив. На крајот од денот, помолете ги децата да ги проверат своите омилен активности. Овој метод им дава на олеснувачите квантитативно резиме на најинтересните делови од сценариото за учење.

Рефлексивна групна дискусија:

Истакнување на споделувањето: за време на групниот круг на крајот од сесијата, помолете секое дете да сподели едно нешто.

Критериуми за мерење		
Ангажман и учество ● Критериум: набљудување и оценување на нивото на ангажираност и волја на секое дете да учествува во активности, истакнувајќи дали тие се активно вклучени, одговараат на сугестии и покажуваат љубопитност или уживање. ● Рубрика нивоа: Почеток: ограничен ангажман; често бара поттикнување и покажува минимална интеракција со врсници или активности. Развивање: покажува ангажман со повремени сугестии; учествува во делови од активности, но може да го изгуби фокусот. Вешт: активно учествува во повеќето активности; добро одговара на сугестии и покажува постојан интерес. Напреден: целосно ангажиран во сите активности, самостојно иницира учество и покажува ентузијазам.	Социјална интеракција и преземање на пресврт ● Критериуми: проценување на способноста на секое дете да комуницира со врсниците, да се менува, да споделува материјали и да покаже соработка однесување во парни или групни активности. ● Рубрика нивоа: Почеток: ретко се вклучува во преземање на ред; има потреба од постојано водство за споделување или интеракција со врсниците. Развивање: почнува да се менува и да комуницира со поддршка; може да бара повремени потсетници за чекање или споделување. Вешт: постојано се менува, комуницира со почит и споделува материјали со минимално поттикнување. Напреден: самостојно се ангажира во преземање на ред, ги поддржува врсниците и ги охрабрува другите во групни поставувања.	Способност да се следат рутини и инструкции Критериум: оценување на способноста на секое дете да следи рутини во повеќе чекори, да одговори на визуелни и аудитивни знаци и да заврши структурирани задачи. Рубрика нивоа: Почеток: се бори да ги следи рутините и често бара поддршка еден на еден за да ги заврши задачите. Развивање: може да ги следи рутините со потсетници; може да има потреба од повремена поддршка за да се извршат чекори или да се одговори на знаците. Обезбедување на непосредни, позитивни повратни информации во текот на активностите (на пример, вербални пофалби, визуелни симболи). По настанот, резимирајте достигнувања и давајте предлози за дополнително општествено и културно учење дома.
Сценарио за учење и план за имплементација-2		
„Потрага по изгубеното богатство“		
Целни групи	Деца со аутизам (АСН), на возраст од 8-12 години. Активноста е наменета за деца со различни способности и нивоа на ангажираност, со фокус на создавање на структурирана, сензорно-пријателска средина. Активноста се постигнува со помош на наставници, родители, олеснувачи и заедница - невротипични деца на иста возраст.	
Цели на учењето	Физички развој: Подобрување на силата, агилноста, координацијата и рамнотежата. Социјални вештини: Подобрување на соработката, комуникацијата и преземањето на ред. Когнитивни вештини: Развивање на способноста за следење на насоки во повеќе чекори, решавање едноставни проблеми и вклучување во имажинативно размислување. Емоционална регулација: Поттикнување на емоционална саморегулација, самоверба и истрајност преку физичко движење. Сензорна интеграција: Обезбеди можности за вклучување на повеќе сетилата додека одржува смирувачка и структурирана атмосфера.	

Надлежности			
Моторни вештини	Социјална интеракција	Решавање на проблеми	Саморегулација
Подобрување на координацијата, силата и флексибилноста.	Комуникација и тимска работа, особено во групни поставувања.	Следење на инструкции, надминување на пречки.	Употреба на физичка активност за промовирање на смиреност, фокус и емоционална контрола.
Вовед	Вовед во потрагата (5 минути)		
	Цел: Ангажирање на децата преку раскажување приказни, воведување на физичките задачи кои ќе треба да ги завршат како дел од нивната „потрага по богатство“.		
	Активност:		
	Раскажување приказни: Претставете приказна за скриено богатство во магична шума, кое децата мора да го пронајдат со извршување на физички предизвици. Претставете ги задачите кои ќе треба да ги направат за да ги отклучат трагите (на пример, трчање за да се најде следниот траг, балансирање за да се преминат опасни области, подигање предмети за откривање на тајни).		
	Интерактивен елемент: Децата се поканети да помогнат да ја раскажат приказната со имитирање на активностите. Пример: „За да ја преминеме магичната река, ќе треба да скокнеме преку овие карпи!“.		
Главна активност			
Станица 1:	Станица 2: „Рамнотежа на мостот“	Станица 3: „Подигање на ковчето со богатство“	
„Скокање преку реката“	(Рамнотежа и агилност)	(Сила и координација)	
Поставување: Поставете серија на ниски пречки или ленти кои претставуваат „камења“ во реката.	Поставување: Направете греда за рамнотежа или искористете лента на подот за да претставите тесен мост.	Поставување: Користете меки, лесни кутии или сандаци кои претставуваат ковчег со богатство.	
Задача: Децата ќе скокаат преку пречките, преправајќи се дека преминуваат река за да продолжат со потрагата по богатство.	Задача: Децата мора да одат по гредата или линијата, преправајќи се дека поминуваат опасен мост за да се доближат до богатството.	Задача: Децата мора да го креваат и носат ковчето од една област во друга, вежбајќи тимска работа ако работат во парови.	
Цел: Подобрување на силата и координацијата на нозете, подобрување на рамнотежата и изградба на доверба.	Цел: Зајакнување на мускулите и подобрување на рамнотежата. Оваа задача исто така го подобрува фокусот бидејќи децата мора да се концентрираат на останувањето на гредата.	Цел: Развивање на силата на рацете и јадрото, подобрување на координацијата и вежбање на следење на инструкциите.	
Варијација: Зголемување на растојанието или висината на пречките за поголем предизвик.	Варијација: Додавајте предизвици со тоа што децата држат предмети во рацете или одат назазад.	Варијација: Додавајте различни големини или тежина на предмети за да се зголеми тешкотијата за понапредните деца.	
Станица 4: „Загатка со мапа на богатството“ (когнитивна и физичка координација)			
• Поставување: Расфрлајте парчиња од сложувалка (кои претставуваат мапа на богатство) околу игралиштето.			
• Задача: Децата мора да ги земат парчињата од сложувалката додека извршуваат едноставни физички задачи (на пример, лазење под маси, трчање до точка и назад, или скокање за да ги земат парчињата).			

- **Цел:** Поттикнување на тимска работа, решавање проблеми и моторна координација. Децата ќе работат заедно за да ја решат загатката и да ја откријат локацијата на богатството.
- **Варијација:** Додавање на натпреварувачки елемент каде децата се тркаат да ги соберат парчињата или да извршат одредени акции пред да го вратат парчето.

Ладење и размислување	Оладување и размислување (5 минути) Цел: Релаксирање на телото, смирување на умот и размислување за авантурата. Активност: Растегнување: Водете ги децата во бавно истегнување и вежби за дишење, фокусирајќи се на смирувачки движења. Размислување: Соберете ги децата во круг и прашајте ги: ♣ "Кој дел од потрагата ти се допадна најмногу?" ♣ "Како се чувствувавте кога ја завршивте секоја задача?" ♣ "Како заедничката работа ви помогна да го пронајдете богатството?" Прославете го завршувањето на потрагата по богатство со позитивно засилување, фокусирајќи се на напор и тимска работа.
------------------------------	---

Наставна стратегија

Мешани/хибридни: Раскажување приказни: Користете раскажување приказни како хибриден метод за да ја вклучите детската имагинација и да воведете физички предизвици. Почнете со вовед базиран на приказна кој ја поставува сцената за авантурата. Можете да покажете кратко анимирано видео (околу 2-3 минути) кое ја објаснува потрагата - нешто како потрага по богатство со траги кои мора да се решат со помош на физички предизвици. Анимацијата треба да вклучува ликови на мисија, како истражувачи, пирати или авантуристи, кои се обидуваат да пронајдат изгубено богатство. Видеоот може да вклучува визуелни ефекти кои ги претставуваат различните задачи кои децата ќе ги преземат, како што се преминување на реки или качување на планини. Ако видеоот не е достапно, можете да ја раскажете приказната користејќи илустрации на мапа на богатството, покажувајќи знаменитости (на пример, пештери, реки, шуми) со кои децата ќе се сретнат во физичките задачи. Користете	Практично учење: Сите активности се практични и физички, вклучувајќи движење со решавање на проблеми. Овие станици ги охрабруваат децата физички да се вклучат во светот додека градат важни моторни вештини. Потрагата по изгубеното богатство може да се подели на различни физички станици, секоја претставува предизвик кој се усогласува со чекорите на приказната. На пример: • Преминување на реката: Децата може да треба да скокаат преку мали пречки или да балансираат на греда за да симулираат преминување на река. • Искачување на планината: Децата може да се вклучат во активност која вклучува лазење под или преку пречки, имитирајќи искачување на планина. • Навигација во шума: Користете конуси или јажиња за да поставите лавиринт каде децата мора да се	Неформално учење: Раскажувањето приказни е клучна алатка, помагајќи им на децата да ја разберат целта на секоја задача. Авантуристичката тема го прави учењето забавно, а неконкурентниот, тимски базиран пристап го охрабрува групното учење и соработка. Потрагата по изгубено богатство го охрабрува тимскиот пристап каде децата работат заедно за решавање на предизвиците. На пример, тие може да си помогнат еден на друг да преминат пречка или да споделат траги за загатка. Ова поттикнува соработка, комуникација и социјална интеракција, кои често се предизвик за децата со аутизам. Приказната го засилува овој аспект, со идејата дека само со заедничка работа групата ќе стигне до богатството. Оваа неконкурентна, кооперативна атмосфера гарантира дека сите деца, без оглед на нивните способности, можат да
---	---	--

едноставни, шарени визуализации за да го привлечете нивното внимание. Децата со аутизам често позитивно реагираат на визуелни помагала и приказни, кои им помагаат да ги поврзат активностите со резултатите. Видеото или илустрациите обезбедуваат јасна, структурирана рамка за разбирање на задачата. Со вметнување на активност во наратив, децата имаат поголема веројатност да останат ангажирани, мотивирани и фокусирани во текот на сесијата.	ткаат внатре и надвор, подобрувајќи ја координацијата. На секоја станица, децата мора да ги користат своите тела и вештини за решавање проблеми за успешно да се справат со предизвиците.	учествуваат и да се чувствуваат вклучени. Неформалното учење ја нагласува забавата и ангажманот, што ги одржува децата мотивирани и ја намалува анксиозноста.
---	---	---

Наставни совети за наставници

Некои деца може да имаат корист од визуелни помагала како карти со слики или визуелен распоред за да им помогнат да разберат секоја станица и задача. Слика од потрага по богатство или симболи за активности како скокање или балансирање. Водете ги децата низ активностите. Позитивно засилување: Користете охрабрување во текот на активност, фалсифицирајте ги децата за нивниот труд и напредок. На пример, „Одлична работа ти е скокањето преку реката!“ или „Ти толку добро балансираше на мостот!“	Темпо и флексибилност: Прилагодување на брзината и сложеноста на активностите врз основа на ангажираноста на децата и нивото на енергија. Ако детето се чувствува пренатрупано, понудете му покус или поедноставена задача на таа станица. 4. Сетилни размислувања: Осигурете се дека животната средина е сензорно пријателска, одржувајќи ја мирна и не премногу стимулирачка. Ако детето е пренатрупано, понудите паузи и дозволете му да користи стратегии за смирување (на пример, длабоко дишење) за саморегулирање.
--	---

Развиени компетенции

Подобрување на рамнотежата, координацијата и силата. Децата ќе можат да извршуваат задачи како скокање, балансирање и кревање со поголема леснотија и доверба.	Когнитивни вештини Подобрени способности за решавање проблеми. Децата ќе научат да ги следат инструкциите во повеќе чекори и да се вклучат во физички задачи кои бараат концентрација, меморија и редослед.	Социјална компетентност: Зголемена соработка и тимска работа. Децата ќе вежбаат да се сменат, да комуницираат со врсниците и да работат заедно за да постигнување на заедничка цел.	Емоционална регулација: Зголемување на самовербата и емоционалната регулација. Авантурата им овозможува на децата да се справат со возбудата, фрустрацијата и чувството на исполнување во структурирана средина.
--	---	---	--

Стратегија за проценка

Набљудување:

Набљудување на ангажираноста на децата, моторните вештини и социјалните интеракции. Дали ги следат

инструкциите? Дали се способни да ги завршат физичките задачи самостојно или со поддршка? Следење на емоционалните реакции и соработката во рамките на групата.

Завршување на задачата:

Следете дали децата успешно ја извршуваат секоја физичка задача (на пример, скокање преку пречки, балансирање на греда). Дали покажуваат напредок во овие области?

Социјална интеракција:

Проценете колку добро децата работат заедно на секоја станица. Дали комуницираат, се менуваат и си помагаат едни на други? Можете да користите едноставна листа за да го забележите нивото на соработка и комуникација на секоја станица.

Саморефлексија:

По активноста, замолете ги децата да го оценат своето искуство, вербално или со визуелна скала (на пример, среќно лице, неутрално лице, тажно лице). Ова ќе обезбеди увид во тоа како тие се чувствувале во врска со задачите и нивната емоционална регулација во текот на сесијата.

Повратна информација од родителите и наставниците:

Ако е можно, соберете повратни информации од негувателите или наставниците за напредокот на детето. Дали забележале подобрување во физичката координација или социјалните интеракции надвор од активноста?

Критериуми за мерење

Набљудување	Извршување на задачата	Социјална интеракција
Набљудувањето е постојан метод за оценување на ангажманот, напредокот и емоционалната регулација на децата за време на активноста „Потрага по изгубено богатство“. Целта е да се забележи колку добро децата работат во различни области на развој. Можете да го набљудувате фокусот, моторните вештини, социјалните интеракции.	Да се измери дали децата успешно ги завршуваат физичките предизвици и како напредуваат со овие задачи со текот на времето. Ова помага да се идентификуваат области каде на децата може да им треба повеќе поддршка или охрабрување. Можете да ја измерите независноста, напредокот во задачата и доверливоста.	Да се процени колку добро децата комуницираат со своите врсници, особено во однос на комуникацијата, соработката и заедничкото решавање на проблемите. Социјалната интеракција е од клучно значење за развивање на социјални вештини, што е важна област за децата со аутизам. Користете едноставна листа за проверка за да го следите социјалното однесување на секоја станица.

Сценарио за учење и план за имплементација-3

„Предизвик на патеката со пречки“ - физички активно учење

Целни групи	Деца со нарушување од спектарот на аутизам (АСН), на возраст од 14-16 години. Активноста се постигнува со помош на наставници, родители, олеснувачи и заедница - невротипични деца на иста возраст.
Цели на учењето	Оваа активност е дизајнирана да ги ангажира учениците во физичко движење, тимска работа и решавање на проблеми преку создавање и навигација на патека со пречки. Курсот ќе вклучува различни физички задачи, кои ќе им помогнат на учениците да изградат моторни вештини, да ја подберат координацијата и да се вклучат во техники за саморегулација. Целта е да се задржи активноста забавна, прилагодлива и инклузивна, додека се поттикнува чувство на достигнување и тимска работа.

Надлежности			
Физички компетенции: Моторни вештини, рамнотежа, координација, издржливост. Когнитивни компетенции: Решавање проблеми, управување со времето, поставување цели, фокус.	Социјални компетенции: тимска работа, комуникација, емпатија, емоционална регулација. Емоционални компетенции: Саморегулација, доверба, издржливост, истрајност.	Комуникациски компетенции: Вербална и невербална комуникација. Компетенции за саморефлексија: Личен развој, самосвест.	Компетентности за прилагодливост: Флексибилност, еколошка свест. Креативни компетенции: Иновативно решавање проблеми, имагинативен ангажман.
Вовед	Јасни и визуелни инструкции: Хибридно учење: Почнете со обезбедување јасни инструкции со користење на хибриден пристап кој вклучува и вербални објаснувања и визуелни помагала. Користете визуелен распоред или визуелен водич кој го прикажува изгледот на патеката со пречки и како да управувате со секој дел. Видео демонстрација: Покажи видео од патеката со пречки (или претходно снимена или примерна демонстрација) за учениците да можат да визуелизираат што ќе прават. Објаснување чекор-по-чекор: Поведете ги учениците низ курсот чекор по чекор. Користете едноставен, конкретен јазик и се уверете дека учениците можат да разберат како да пристапат до секоја станица. Користете гестови или демонстрации за да го зајакнете разбирањето. Акцент на социјалните вештини: Цели на тимската работа: Нагласете ја важноста на заедничката работа, споделувањето на стратегии и јасната комуникација. Потсетете ги учениците дека грешките се дел од учењето и треба да бидат прифатени. Комуникација пред активност: Спроведете краток, структуриран разговор со учениците за тоа како можат да се поддржат еден со друг (на пример, „Ако врсникот се бори со балансирањето, како можете да им помогнете?“).		
	Сценарио за учење		
	Трчање на патека со пречки (20-30 минути): Практична компонента: Учениците ја започнуваат патеката со пречки поединечно или во парови. Тие ќе ротираат низ секоја станица, извршувајќи физички задачи како што е наведено. Рамнотежа и координација: Учениците се движат по гредата, подобрувајќи ја нивната координација. Сила и агилност: Лазење, скокање и качување ќе ги ангажираат мускулите и издржливоста на учениците. Сензорен ангажман: За некои станици (како лазење под маса или чувствување на различни текстури), сетилното искуство може да биде интегрирано, особено за учениците кои можат да имаат корист од допирни стимули.		
	Тајминг или тимска работа: учениците можат да го завршат курсот индивидуално или во тимови. Ако работат во тимови, тие ќе се охрабруваат едни со други, поттикнување на соработка и социјална комуникација. Мониторинг и поддршка: Наставникот ги набљудува учениците, обезбедувајќи повратни информации, охрабрување и поддршка кога е потребно. Ако некој ученик се бори со пречка, наставникот нуди помош или ја менува задачата. Точки за размислување: Охрабрете ги учениците да размислуваат како можат да ги подобрат своите перформанси или да ја изменат нивната стратегија за следната рунда (на пример, „Треба да балансирам побавно" или „Треба да се фокусирам на скокање повисоко").		

Модификации: За учениците кои може да најдат одредени задачи за предизвик, ќе бидат обезбедени алтернативни задачи (на пример, одење наместо балансирање или седење на стол додека се допира) за да се обезбеди инклузивност.	
Ладење и размислување	Неформална компонента: Завршете со кратка сесија за релаксација. Водете ги учениците преку смирувачки активности како што се длабоко дишење или нежно истегнување. Длабоко дишење: Вдишете длабоко 5 секунди, задржете 5 секунди, издишете 5 секунди. Нежно истегнување: Охрабрете ги учениците да ги протегнат рацете, нозете, вратот и грбот.
Наставна стратегија	
Практично учење • Водено учество: Моделирање на задачите: Пред учениците да започнат, покажете како да ги извршуваат клучните задачи во патеката со пречки (на пример, балансирање на греда, скокајќи низ хула обрач). Моделирањето им помага на учениците да ги разберат очекуваните движења и им овозможува да се чувствуваат поудобно при испробувањето на задачите. Поделба на задачи: За секоја пречка, разложете ја задачата на разбирливи чекори. На пример, кога се движи со Греда: ♣ Чекор 1: „Стави една нога пред другата.“ ♣ Чекор 2: „Фокусирајте се на одржување на телото стабилно.“ ♣ Чекор 3: „Држете ги рацете кон надвор за да помогнете во рамнотежата.“ Позитивно засилување: Користете итна и специфична повратна информација за учениците. Пофалете ги нивните напори, дури и ако не ја завршиле задачата совршено (на пример, „Одлична работа направи фокусирајќи се на твојата рамнотежа!“ или „Видов како му помогна на својот партнер - браво!“).	Скеле и поддршка: Практична помош: Обезбедете физичко водство за учениците на кои им е потребна помош. На пример, нежно да ги поддржите учениците кои одат по гредата или лазат под пречка. Поддршка од врсници: Ако работите во тим, охрабрете ги учениците да се подучуваат меѓусебно преку задачи, што помага да се изградат нивните социјални и комуникациски вештини. Сензорни размислувања: За учениците со сензорна чувствителност, осигурете се дека имаат пристап до паузи или алтернативни правци низ курсот кои го минимизираат сензорното преоптоварување. На пример, тие би можеле да одат по пократок пат или да се фокусираат на потивка активност ако е потребно. Самостојно учење: Дозволете на учениците да се движат низ курсот со нивно темпо. Некои ученици може да ги завршат пречките брзо, додека на други може да им треба повеќе време или им треба повеќе охрабрување за да продолжат.
Главна активност	
Хибридна компонента: Наставникот покажува кратко видео или слајд шоу на примери за патеки со пречки, објаснувајќи ги видовите на физички задачи кои се вклучени (на пример, скокање, лазење, балансирање). Групна дискусија: Дискутирајте како ќе биде поставен курсот, што вклучува секоја станица и важноста на тимската работа и комуникација. Визуелно објаснување: Користете табла или печатен водич за да ја покажете секоја задача јасно. На пример: Станица 1: Скокање низ хула обрачи. Станица 2: Лазење под маси или столици. Станица 3: Одење преку греда. Станица 4: Допирање на одреден предмет или достигнување на височина (истегнување). Поставување цели: Охрабрување на учениците да си постават лични цели (на пример, „Сакам да го завршам курсот за помалку од 3 минути“ или „Сакам да дадам сè од себе во балансирањето“).	

Наставни совети за наставници	
Јасна структура: Воспоставете рутини и дајте им на учениците јасни инструкции. • Визуелни помагала: Користете визуелна поддршка (графикони, тајмери, видеа) за да го подобрите разбирањето. • Едноставни инструкции: Разложете задачи на мали, разбирливи чекори. • Сетилни размислувања: Имајте предвид на сетилните потреби и понудите флексибилност. • Позитивна повратна информација: Обезбедете итна повратна информација.	• Социјална интеракција: Поттикнување на тимска работа и поддршка од врсниците, и модел на социјално однесување. • Прилагодување на потребите: Изменување на задачи и нудење на избори за да се осигура дека секој може да успее. • Употреба на технологија: Вклучете дигитални алатки за подобрување на ангажманот и учењето. • Трпение и флексибилност: Бидете трпеливи, дозволете дополнително време и останете флексибилни во својот пристап.
Стратегија за проценка	
Тековно набљудување: Како што учениците учествуваат, активно го набљудуваат нивното однесување, физички ангажман и социјални интеракции. Барајте знаци на фрустрација, тешкотии со физичките задачи или социјално повлекување. Користете ја оваа информација за да го прилагодите нивото на поддршка што ја давате. Понудите им на учениците охрабрување и нежно водство ако изгледаат заглавени или несигурни. Ако ученикот се бори со една пречка, прилагодување на нивото на предизвик со предлагање на поедноставна алтернатива или обезбедување чекор по чекор поддршка. Динамички прилагодувања: Ако ученикот смета дека одредена пречка е премногу предизвикувачка или преовладувачка, изменете ја на самото место. На пример, ако ученикот има проблем со лазењето низ тесен простор, предложете му да проба поголемо отворање или помалку рестриктивна активност како што е пречекорување на помала пречка. Ако е потребно, прилагодете го времето на активностите. На некои ученици може да им треба подолго време за да ја завршат задачата, додека други може да завршат побрзо и би можеле да имаат корист од дополнителни предизвици.	Групно размислување: По завршувањето на патеката со пречки, одржи рефлексивна дискусија. Прашајте ги учениците за нивните искуства, фокусирајќи се и на физичките и на емоционалните аспекти. Користете отворени прашања како што се: „Кој ти беше најтешкиот дел од патеката за тебе?“ ♣ „Како се чувствуваше кога заврши?“ ♣ „Што ти помогна да продолжиш кога се соочи со предизвик?“ Повратни информации од колегите: Нека учениците го споделат она што го научиле од работата со своите врсници. Ова ги зајакнува социјалните аспекти на активноста и ја поттикнува комуникацијата, емпатијата и соработката. Емоционална регулација: За да им помогнете на учениците да ги обработат чувствата на фрустрација или возбуда, водете ги преку техники за смирување, како што се длабоко дишење, истегнување или тивко размислување. Ова им помага на учениците да ги регулираат своите емоции и да ја завршат активноста на позитивна нота. Зајакнување на позитивните резултати: Признавање и славење на достигнувањата, и големи и мали. Пофалете го напорот и подобрувањето, а не само успехот. Охрабрете ги учениците да го препознаат својот сопствен раст (на пример, „Вие го подобривте својот баланс толку многу денес!“). Ако учениците се отворени за тоа, поканете ги да споделат како ги надминале тешкотиите и какви стратегии користеле за да го завршат курсот. Ова ја поттикнува саморефлексијата и гради доверба.



Глава 4

Како да се ангажираат ученици со аутизам во група

Активности за физичка култура



ГЛАВА 4

Ангажирање на ученици со аутизам во групни активности за физичко образование

Ова поглавје обезбедува холистички пристап кон групното физичко воспитание за ученици со аутизам, давајќи им приоритет на социјалната интеракција, комуникацијата и личниот развој во инклузивна и поддржувачка околина. Со користење на структурирани, флексибилни планови за лекции и емпатични наставни стратегии, наставниците можат да поттикнат позитивно групно искуство прилагодено на потребите на секој ученик.

Ангажирањето на учениците со аутизам во групните активности за физичко воспитание бара внимателен и инклузивен пристап кој поттикнува учество, уживање и раст. Наставната програма се однесува на нивните уникатни потреби, фокусирајќи се на комуникација, социјална интеракција, моторни вештини и сензорна чувствителност. Структурираната содржина и наставната програма, „Ангажирање на учениците со аутизам во групни физички активности“. Користење на визуелни сугестии за поддршка на структурата на физичкото образование и спортот. Учениците со аутизам се „визуелни мислители“, па дури и оние со висок коефициент на интелигенција имаат потреба од визуелна поддршка (Грандин, 1992, Џолиф, Лендсдаун и Робинсон, 1992).

- активностите се поделени на помали чекори
- редоследот е логичен и линеарен, секавајќи се дека младите луѓе со АСН не можат да ги пренесат и применат научените вештини.
- Почетната точка во наставните вештини и активности исто така може да биде различна, иако демонстрациите и повторувањата се слични.

Практични и конзистентни наставни стратегии во училищата

Планирањето на форматот на часот обезбедува структура во текот на часот, сепак каде и како се предава лекцијата може да помогне да се обезбеди структура и конзистентност. Некои практични стратегии вклучуваат:

- Користете обоени места за фрлање од каде сакате младиот човек да почне, за да може да се ориентира во собата.
- Користете визуелна и вербална комуникација заедно (на пример, одбројете од 10 пред да кажете стоп).
- Воспоставете добра сетилна област која е ослободена од силна светлина и сенки.
- Користење на помали простори за предавање за посветени сесии за да се обезбеди подобро чувство на безбедност.
- Фокусирање на активности кои вклучуваат и обезбедуваат помалку сложени задачи и концепти.
- Размислете за одреден простор кој може да служи како соба за повлекување, така што учениците можат да се повлечат и да пристапат.
- Да се осигура дека вишокот на опрема и одвлекување на вниманието се отстранети од наставниот простор.
- Користете соодветни награди за поддршка и потврдување на добрите особини и карактеристики.

Размислувања поврзани со загревање - Практични стратегии и активности

Почетокот на секоја лекција е од клучно значење за поставување на вистинскиот тон и обезбедување на младите луѓе да учествуваат. Обично постојат три „видови“ на загревање, секое со предности и предизвици за вклучување на младите луѓе со АСН:

Слободна игра

Слободната игра е место каде младите луѓе се охрабруваат самостојно да ја истражуваат животната средина со различни реквизити. На пример обрачи и големи квадратни скејт табли, трамполин, рагби и фудбалски топки. Овој стил на загревање се користи пред загревањето на целиот клас и трае околу 5-10 минути и има 3 главни цели и

предности за младите луѓе со АСН:

- Да се обезбеди уживање за сите деца со нивните посебни интереси. Ова ќе доведе до позитивна асоцијација со ФО
- Да се дадат можности за истражување на животната средина што ќе помогне со тешкотиите кои некои ученици ги имаат при транзицијата од една средина во друга.
- Да се обезбеди можност за поактивните ученици да ја истршат енергијата пред почетокот на часот.

Сценарио за учење и план за имплементација-1

Бочање за ученици со АСН

Целни групи	• Ученици со АСН: Прилагодливи за деца од сите возрасти на спектарот на аутизам • Наставници и олеснувачи кои се занимаваат со АСН
Цели на учењето	До крајот на активноста, целните групи ќе имаат: • вовед во бочање, • Фокусиран на преземање на свртување, точност и фини моторни вештини во структурирана и поддржувачка средина.
Надлежности	
Социјална интерактивност Вежбајте кооперативна игра и едноставна тимска работа во поддржана околина.	Саморегулација Научете да ги следите рутините, да се менувате и да управувате со транзициите.
Сценарио за учење	Вовед (10 минути): • Објасните ги основните правила на бочање и ја претставете опремата. • Користете визуелни помагала и едноставен јазик за да ја објасните играта. • Покажи на учениците црвена и сина топка (за тимови) и бела целна топка (Бади Бол). • Објасните дека целта е да се донесат обоените топки што е можно поблиску до другарската топка.
Активност за загревање	Нежни вежби за фрлање или тркалање Упатства • Вежбајте тркалање на топки кон целната линија за да ги запознаете учениците со движењето. • Охрабрување на секој ученик да се менува да тркала топка. Цел: Да се подобри координацијата на рацете и очите и да се чувствува удобно со движењето на тркалањето.
Главна активност	
Играње бочање (20 минути) Поставување: Поделете ги учениците во два тима (црвена и сина) или им дозволете да играат индивидуално ако е поудобно. Инструкции за наставници • Почнете со секој ученик кој се менува да ја тркала топката кон другарската топка. • Користете визуелни карти за да го зајакнете преземањето на редот („мој ред“, „твој ред“). • Обезбедување на охрабрување и позитивно засилување по секое фрлање. Цел: Вежбајте трпение и прецизност во нишанието. Инструкции за ученици со АСН Наставникот ги собира сите ученици заедно и објаснува чекор по чекор како да се игра бочање. „Откако ќе фрлиш, седни и чекај. Гледајте како другите ги фрлаат своите топки“. „Нишани во белата топка.“	

„Сите седат или стојат во близина на судот. Остани смирен и слушај".

„Прво, ние ќе ја фрлиме белата топка. Ова е целта."

„Држи ја топката нежно во една рака."

„Наскоро ќе дојде твојот ред повторно."

„Сега, тркалајте ја или фрлајте ја топката нежно. Пробај да се доближиш!"

„Сега се менуваме да ги фрламе нашите обоени топки. Твој ред е откако ќе те повикам."

„Седнете или стојте на удобно место."

„Целта е да ја фрлиш топката блиску до белата топка. Ова се нарекува "Бади Бал".

„Ова е топката Бочање. Мека е и округла."

„Ние ќе се менуваме да ја фрламе топката".

„Оној кој ја добие топката најблиску до дигалката, освојува поени".

Ладење и размислување

Активност: Групна дискусија и сетилна пауза

Инструкции:

Поканете ги учениците да го споделат она што им се допаднало во играта.

Понудите сензорен агол со смирувачки активности за учениците на кои им е потребна пауза.

Цел: Да им се овозможи на учениците да се одморат и да размислуваат за своето искуство.

Совети за набљудување

Ангажман и учество

- Дали изгледаат фокусирани или расеани?
- Дали активно учествуваат или набљудуваат од странични линии?
- Дали им треба поттикнување да се менуваат или да останат вклучени?

Комуникација

Набљудувајте вербални и невербални знаци

- Дали користат зборови, гестови или изрази на лицето за да комуницираат?
- Дали одговараат на инструкциите, или треба да се повторат

Објаснувања?

- Дали изразуваат уживање, фрустрација или збунетост?

Социјална интеракција

- Барајте интеракции со врсници и олеснувачи:
- Дали се менуваат и трпеливо чекаат?
- Дали бараат помош или поддршка од другите?
- Како реагираат на победа или пораз?

Сетилни реакции

Следете за знаци на сензорна чувствителност или преоптоварување:

- Дали им е удобно со околината (осветлување, бучава, допирни елементи на бочање)?

Забележување на клучните однесувања на учениците

Префериран стил на ангажман

- Дали претпочитаат структурирани задачи или повеќе слободни елементи на играта?
- Дали ги следат рутините или создаваат свои методи?

Активатори и механизми за справување

- Идентификување на предизвикувачите кои водат до вознемиреност (на пример, гласни звуци, неочекувани промени на правилата).
- Набљудувајте како се саморегулираат или се справуваат кога се пренатрупани (на пример, барање мирно место).

Одговор на повратна информација

- Дали позитивно реагираат на охрабрување или конструктивна критика?
- Како се справуваат со корекција или насоки?

Совети за документирање на набљудувања

Користете објективен јазик

- Избегнувајте претпоставки или толкувања на однесувањето.

Пример: Наместо да кажете, „изгледа незаинтересиран", кажете:

„Погледнав настрана од играта и играл со топката за пет минути."

Фокус на напредокот

- Дали реагираат на специфични стимули, како што е текстурата на топка или ненадејни звуци? Моторни вештини Оценете ја нивната способност за изведување на движења: - Можат ли ефикасно да ја држат, нишанат и фрлаат топката при бочање? - Дали има предизвици со координација или рамнотежа? - Дали ја адаптираат својата техника со текот на времето? - Кои се потребите на учениците? - Дали активноста ја поттикнува комуникацијата и социјалната интеракција? - Дали животната средина беше инклузивна и поддржувачка? - Дали постојат специфични стратегии или поддршка кои би можеле да го подобрат нивното искуство?	- Евиденција на сите подобрувања или адаптации во нивниот пристап до бочање во текот на сесијата. Истакнување на индивидуалните предности - Забележете ги областите каде ученикот се истакнува, како што се стратегијата, фокус или тимска работа. Вклучете контекст - Вклучете детали за животната средина, сесијата темпото и групната динамика.
---	--

Рефлексивна по набљудувањето

- Дали правилата и инструкциите се прилагодени за да ги задоволат потребите на ученикот?
- Дали активноста ја поттикнува комуникацијата и социјалната интеракција?
- Дали животната средина беше инклузивна и поддржувачка?
- Дали постојат специфични стратегии или поддршка кои би можеле да го подобрат нивното искуство?

Користете уреди за поддршка

- Некои ученици може да имаат корист од користење на адаптивна опрема, како што е рампа за фрлање, ако имаат ограничени моторни вештини.

Осигурете се дека целата опрема е безбедна и достапна за сите ученици.

Следење и прилагодување

Чести чекирања

- Редовно проверувајте ги нивоата на удобност и ангажман на учениците во текот на активноста. Ова може да вклучи набљудување на нивниот говор на телото или поставување едноставни прашања за да се измери како се чувствуваат.

Работа во мали групи

- Ако е потребно, разделете го класот на помали групи или парови за да обезбедите поиндивидуализирано внимание и поддршка.

Поттикнување емоционална регулација

- Некои ученици може да бидат фрустрирани или премногу стимулирани.

Научете техники за смирување, како што се длабоко дишење или броење до 10, и охрабнете нивна употреба за време на транзициите или кога емоциите се високи.

Употреба на социјални приказни

- За учениците кои се борат со очекувањата, можете да користите социјални приказни или скрипти кои опишуваат како ќе продолжи играта.

Какво однесување се очекува и како да се комуницира со соиграчите?

Наставна стратегија	
Подготовка пред активноста • Создавање на сензорно-пријателска средина • Минимизирајте го одвлекувањето на вниманието, гласните звуци и други сензорни активатори. Ова може да вклучи пригушување на светлата или користење на слушалки за поништување на бучава. • Обезбедете јасни и едноставни визуелни знаци или распоред за да им помогнете на учениците да го разберат текот на активноста. Визуелна поддршка • Користете визуелни инструкции, карти со слики или видеа за да ги покажете правилата и техниките. • Прикажи визуелна слика на активността така што учениците знаат што да очекуваат чекор по чекор. • Да се регрутираат волонтери кои се запознаени со потребите на спектарот на аутизам или да се обезбеди кратка обука за лидерите на групите за да се обезбеди инклузивен ангажман на пациентот. • Користете визуелни распореди и сензорно-пријателска опрема (на пример, меки прстени и текстурирани парчиња од играта).	
Искористување на ресурсите	
• Бочање топки (или меки заменски топки во црвена, сина и бела боја) • Лента или маркери за да го исцртаат просторот за играње • Визуелни карти за „мојот ред“, „твојот ред“ и „стоп“ • Опционално: Сензорни прекини со смирувачки предмети	
Прилагодување на правилата и опремата	
Поедноставување или изменување на правилата • Во зависност од нивото на разбирање и внимание на учениците, поедноставување на правилата на бочање. На пример, да се намали бројот на рунди, да се дозволи подолго време за фрлање или да се прилагоди бодувањето за да се фокусира повеќе на учество отколку на конкуренција. Користете визуелни поддршка Користете слики или дијаграми за да ги објасните правилата, потезите и целта на играта. Ова е особено корисно за ученици со комуникациски тешкотии или оние кои имаат корист од визуелните знаци. Модифицирани топки • Користете поголеми, светло обоени топки ако учениците се борат со координација или ако нивната визуелна обработка има корист од поживи бои. Алтернативно, помеки или пондерирани топки може да им помогнат на учениците со сензорна чувствителност. Темпо и структура Индивидуализирано темпо • На некои ученици може да им треба повеќе време за да	Визуелни тајмери • Користете тајмер за одбројување за да сигнализирате колку време треба да фрлат, бидејќи тоа може да им помогне на учениците со АСН да ги контролираат очекувањата и да ја намалат анксиозноста. Сетилни размислувања Сензорно-пријателска средина • Осигурете се дека просторот за играње не е премногу бучен или премногу стимулиран. Мекото осветлување и намалената позадинска бучава може да им помогнат на учениците со сензорна чувствителност. Тивка област • Понудите простор каде што учениците можат да се повлечат ако се пренатрупани. Бочање може да биде возбудлива и на некои ученици може да им треба време за саморегулирање. Тимска игра: Спарување на ученици со врсници • Поврзете ги учениците со АСН со врсник кој може да понуди насоки или поддршка за време на играта. Ова може да биде поискусен играч кој го моделира однесувањето и дава вербални или визуелни знаци за

ги обработат информациите или да го завршат пресвртот. Дозволете им на учениците да прават паузи кога е потребно или дајте им време да се фокусираат на секое фрлање. Јасна структура • Да се обезбеди јасна, структурирана секвенца за секоја рунда, како на пример „првиот играч фрла црвена топка, потоа играчот 2 фрла сина топка“ итн. Оваа рутина им помага на учениците кои напредуваат со предвидливост.	да му помогне на ученикот. Флексибилност на улогата • На учениците може да им бидат доделени различни улоги во тимот, како што се „голман“ или „ретривер куче на топка“, за да се зголеми вклученоста и ангажираноста без да се бара од нив да го преземат водството во фрлањето. Поттикнување на комуникација • За учениците кои се борат со вербалната комуникација, користете комуникациски табли, симболи или едноставен знаковен јазик за да ги охрабрите да ги споделат своите мисли, идеи или стратегии со групата.
Употреба на засилување Позитивно засилување • Понудите пофалби и награди за труд, тимска работа или подобрувања, наместо да се фокусирате само на победа. На пример, „Одлична работа со твојот партнер!“ или „Ти направи одличен обид!“ Визуелни и допирни награди • Некои ученици може подобро да одговорат на видливи награди, како што се налепници, жетони или специјална можност (на пример, водење во следната рунда). Фокус на социјални вештини Тимска соработка • Нагласување на соработката и социјалната интеракција во играта. Ова може да вклучува охрабрување на учениците да се менуваат, да си даваат петки или да комуницираат отворено за стратегии. Играње улоги и симулација • Пред да играте бочање, може да симулирате игра со играње на различни сценарија, како на пример како да побарате пресврт или како да ја пофалите нечија изведба. Ова им помага на учениците да научат социјално однесување во структурирана средина. Прилагодување на когнитивните и моторните вештини Изменете ја техниката на фрлање • За учениците со тешкотии во фината моторика, дозволете им да ја тркалат топката наместо да ја фрлаат. Обезбедете рампа или водич за да им помогнете на учениците кои имаат тешкотии со координација на рацете и очите или проблеми со мобилноста.	

Наставни совети за наставници

Совети за управување со училницата

Јасна структура

- Воспоставете јасна рутина пред да започне активностата. Нека учениците знаат што да очекуваат, колку долго ќе трае сесијата и која ќе биде нивната улога. Предвидливоста е клучна за учениците со АСН.

Дефинирање на очекувања

- Поставете едноставни, јасни правила за активност (на пример, менување, останување во вашата област, нежно ракување со топките). Користете визуелни ефекти за да ги потсетите учениците на овие правила во текот на активностата.

Визуелен распоред

- Користете визуелен распоред за да ги покажете чекорите на активностата и што ќе се случи понатаму (на пример, „Прво вежбање тркалање, потоа играње игра“). Ова може да помогне со транзиции и да ја намали анксиозноста.

Користете тајмер

- За учениците кои се борат со управување со времето, користете визуелен или слушен тајмер за да ги обележат интервалите на активностите или паузите. Тоа им помага да разберат колку долго ќе трае активностата.

Тивок простор

- Имајте одредена „мирна област“ каде што учениците можат да одат ако се чувствуваат пренатрупани, што овозможува саморегулација и ги намалува нарушувањата.

Техники на ангажман

- **Разделете задачи во чекори:** За да ги задржите учениците ангажирани, разложете ја активностата на помали, остварливи чекори. Обезбедете пофалби и охрабрување по секој чекор кој е завршен.

Поддршка од колегите

- Спарување на учениците со пријател за да помогне во моделирањето на активностата, зајакнување на позитивното однесување и промовирање на социјална интеракција.

Инкорпорирање на интереси

- Некои ученици со АСН може да се вклучат поцелосно ако активностата е поврзана со нивните специфични

Интерактивни и визуелни

- Одржувајте ја играта динамична и визуелно ангажирана со користење на шарена опрема и вклучување на музика или звуци ако тие се смирувачки или мотивирачки за групата.

Дополнителни размислувања за групна работа

- Промовирање на преземање и трпение, што може да биде предизвик за учениците со АСН. Користете визуелни тајмери за да ги информирате учениците кога е време да се префрлат.

Фокусирајте се на тимската работа

- Нагласете ја важноста на работата како тим, без разлика дали со додавање на топката на соиграч или навивање на другите. Негување на инклузивна средина каде што учениците се поддржуваат едни со други.

Поттикнување на комуникација

- Во групна работа, охрабнете ги учениците да користат вербална или невербална комуникација за соработка, без разлика дали тоа е преку контакт со очи, гестови или говор.

Совети за адаптација

Модифицирана опрема

- Користете меки топчиња или поголеми топки за бочање за полесно фаќање и фрлање. Исто така може да се користи опрема за ученици кои имаат тешкотии со контрола на рацете.

Намалување на сложеноста

- За почетници или ученици со сензорна чувствителност, поедноставете ги правилата или го скратете времето за играње. Можете да почнете со индивидуална игра или мали тимски игри пред да воведете посложени правила или групна работа.

Сетилни размислувања

- Бидете свесни за сетилните потреби (на пример, бучава, светлина или текстури). Ако звукот од тркалањето на топките или околината стане преовладувачка, размислете за намалување на одвлекувањето на вниманието или обезбедување на слушалки за поништување на бучавата.

Физичка поддршка

- За учениците со моторни тешкотии, понудите физички

интереси (на пример, вклучување на омилени бои, теми или вклучување на омилен лик во играта). Користете позитивно засилување • Зајакнување на ангажманот со пофалби, мали награди или посебна привилегија (на пример, избор на следната боја на топката). Фокусирајте се на специфични однесувања (на пример, „Те видов како го чекаш својот ред – одлична работа е да се биде трпелив!“).	насоки или им дозволете да ја тркалат топката со помош на рампа или од седната положба. Алтернативна комуникација • Ако учениците користат комуникациски уреди или други аугментативни комуникациски системи, осигурете се дека имаат пристап до овие алатки за да ги изразат потребите или да ги посочат преференциите за време на играта.
Резултати од учењето	
Социјална интеракција • Ги охрабрува учениците да комуницираат со соиграчите и противниците, поттикнувајќи вербална и невербална интеракција. • Промовира тимска работа додека учениците работат заедно за да стратегизираат и играат. • Учи за важноста на чекањето на нивниот ред и почитувањето на редот на другите. • Фрлањето или тркалањето на топката бочање ја подобрува координацијата на рацете и очите и моторното планирање. • Ги поттикнува контролираните движења, кои можат да им помогнат на учениците да ги регулираат своите физички активности. • Учениците учат да планираат потези, да ја оценуваат ситуацијата во играта и да донесуваат одлуки врз основа на резултатите. • Ја подобрува концентрацијата со фокусирање на целта и играта. • Постигнувањето мали успеси за време на играта ја зголемува самодовербата. • Учениците учат како да се справуваат со победите и поразите, што може да научи издржливост и емоционална контрола. • Бочање е многу прилагодлива, осигурувајќи сите ученици, без разлика на способностите, да се чувствуваат вклучени. • Помага да се поттикне разбирање на индивидуалните разлики и предности. • Охрабрува активно учество во забавна средина со низок притисок. • Учениците може да покажат поголем интерес и волја да учествуваат во други групни активности.	
Стекнуто знаење	
• Учениците учат да комуницираат вербално и невербално, поттикнувајќи ја способноста да изразат потреби, да даваат инструкции и да работат заедно. • Бочање често се игра во тимови, овозможувајќи им на учениците да практикуваат соработка, да ги споделат одговорностите и да ја разберат важноста на работата кон заедничка цел. • Играчите мора да го чекаат својот ред за фрлање, што го зајакнува трпението, почит кон просторот на другите и вештините за саморегулација.	• Успехот во бочање, без разлика дали е од добро фрлање или да се биде дел од тим, може да ја зголеми самодовербата и чувството на достигнување на ученикот. • Учењето да се справите со победите и поразите во поддржувачка групна средина може да научи вредни лекции за издржливост и спортски дух. • Преку групна работа и учество во структурирана игра, учениците ја учат важноста на придржување до правилата и почитување на авторитетните фигури (како што се тренерите или олеснувачите). • Учениците можат да практикуваат добар спортски дух со

- Во групната работа може да се појават конфликти поради правила или несогласувања. Оваа активност обезбедува безбеден простор за решавање на проблеми и управување со мали спорови.
- Учениците треба да размислуваат однапред, планирајќи каде да ги постават своите топки за да ги максимизираат своите поени или да ги блокираат противниците. Ова ги зголемува нивните стратешко размислување и вештини за планирање.
- Бочање бара фокусирање на задачата, подобрувајќи ја способноста за одржување на вниманието за одржлив период.
- Учењето на правилата на играта и како спортот се бодува им помага на учениците да го разберат и следат структурираните активности.
- Бочање им помага на учениците да развијат фина моторна контрола, особено кога прецизно нишанат и фрлаат топки.
- Играчите треба да разберат каде се топките во однос една на друга и на целта („buddyball“). Ова го подобрува просторното размислување и свеста.
- Физичката активност која е вклучена во бочање може да им помогне на учениците со АСН да практикуваат сензорна регулација бидејќи тие доживуваат различни движења, звуци и допирни чувства за време на играта.
- Играњето на натпреварувачка игра како бочање може да предизвика емоции како фрустрација, возбуда или гордост. Тоа им дава можност на учениците на АСН да вежбаат управување со тие емоции во безбедна средина.

честитање на соиграчите и противниците, учат да ги прифаќаат и победите и поразите грациозно.

- Работењето со другите во тим, особено во околина на игра, може да им помогне на учениците да развијат емпатија за нивните врсници.
- Учениците може да користат описен јазик кога објаснуваат стратегии, обезбедуваат повратни информации на соиграчите или дискутираат за позициите на топките на теренот.
- Играњето во група ги охрабрува учениците да користат и разбираат различни форми на комуникација, што може да биде особено корисно за учениците кои се борат со вербална комуникација.
- Ако учениците преземаат лидерски или насоки улоги, тие ќе вежбаат да ги подучуваат другите и да даваат јасни и концизни објаснувања.
- Потребата да се води резултат, да се разберат поените и да се пребројат резултатите ги зајакнува основните нумерички вештини.
- Играчите мора да ги проценат позициите на топките и да размислуваат за растојанија, агли и стратегии, кои можат да се поврзат со математички концепти како што е геометријата.
- Бочање може да се прилагоди за да одговара на потребите на секој ученик, нудејќи инклузивни можности за оние со различни нивоа на способности. Ова може да го зголеми знаењето за инклузивни практики во групни поставки и да создаде поподдржувачка средина за учење.

Индикатори за квалитативна повратна информација

Социјална интеракција и комуникација	Разбирање на правилата	Подобрување на моторните вештини
• Фреквенција на иницирање или одговарање на врсниците за време на активност. Невербална комуникација • Користење на гестови, изрази на лицето или контакт со очи за интеракција со соиграчите или инструкторите.	• Демонстрација на разбирање на правилата на бочање и нивната примена. Вербална повратна информација • Изразување на уживање од активност или интерес за повторно играње. Говор на телото • Позитивно држење на телото,	• Напредок во тркалање, фрлање или насочување на топката со подобрена прецизност со текот на времето. Разбирање на целите на играта • Следење на правилата и покажување на разбирање на целта за да се добие топката најблиску до другарската топка.

Колаборативно однесување - Подготвеност да се менуваат, да споделуваат опрема и да ги поддржуваат соиграчите. Емоционална регулација и доверба - Прикажување на уживање, возбуда или смиреност за време на активноста. Справување со предизвици - Одговори за губење на рунда или неизведба како што е планирано (на пример, останување смирено, барање помош). Раст на довербата - Забележително подобрување на подготвеноста за активно учество со текот на времето. Развој на моторни вештини Фини моторни вештини - Способност за фаќање и ослободување на топката ефикасно. Големи моторни вештини - Контрола и прецизност во тркалање на топката кон целта. Прилагодливост - Подготвеност да се испробаат нови техники или стратегии кога се предложени. Когнитивен ангажман - Способност да се остане ангажиран за време на активноста и да се следат инструкции. Решавање на проблеми - Употреба на стратегии за подобрување на перформансите или прилагодување на предизвиците на играта.	релаксирани движења и видлив ентузијазам за време на играта. Активно учество - Степен на вклученост во натпреварувачките и кооперативните аспекти на играта. Односи со врсници - Докази за позитивни интеракции, како што се нудење охрабрување или славење на успехите на соиграчите. Чувство на припадност - Набљудување дали учениците се чувствуваат вклучени и ценети во групната динамика. Лидерски улоги - Случаи каде ученикот презема иницијатива, како што е помагање во организирањето или водењето на врсниците. ** Овие индикатори можат да бидат документираны со користење на белешки за набљудување, форми за повратни информации или видео снимки (со соодветна согласност). Учество во преземање на редот - Вклучување во менување за време на играта, укажувајќи на разбирање на структурата на играта и социјалните правила. Употреба на вештини за решавање проблеми - Демонстрирање стратешко размислување со насочување или позиционирање на топката намерно кон целта или блокирање на противниците.	Комуникација на потребите - Користење на вербална, невербална или алтернативна комуникација за да се побара помош, да се разјаснат правилата или да се изразат преференциите. Ангажман во рефлексја - Дискутирање или признавање на сопствените или туѓите перформанси, стратегии или подобрувања за време или по активноста. Постојано внимание - Одржување на фокусот на играта и нивната улога, како што е чекање на нивниот ред или набљудување на врсниците. Позитивни интеракции - Покажување интерес за постапките на врсниците со плескање, навивање или внимателно гледање за време на редот на другите. Подготвеност за учество - Активно ангажирање во сите аспекти на активноста, вклучувајќи поставување, гејмплеј и чистење. Изразување на уживање - Насмевка, смеење или покажување ентузијазам кога учествуваат или постигнуваат успешно фрлање. Намалување на избегнувањето на однесувањето - Останување во зоната за активност и покажување намалени знаци на претерана стимулација или повлекување (на пример, врзање, вртење). Колаборативно однесување - Споделување на опрема, охрабрување на соиграчите, или признавање на напорите на другите, или преку гестови или зборови.
--	---	---

Развиени компетенции

Тимска соработка

- Охрабрување на учениците да работат заедно, да се менуваат и да ги поддржуваат своите соиграчи.

Комуникациски вештини

- Подобрување на вербалната и невербалната комуникација, како што се споделување идеи, изразување на потреби или одговарање на другите.

Емпатија и разбирање на правилата

- Градење разбирање на перспективите на другите и следење на договорените правила.

Компетенции за саморегулација

- Контрола на импулсите
- Учење да го чекаат својот ред за време на играта.
- Справување со возбуда или фрустрација кога играта оди добро или лошо.
- Останување ангажирано во активността.
- Концентрирање на задачата за нишанење и фрлање на топката.
- Справување со стрес - Вежбање мирно дишење и однесување за време на натпревар или под временски притисок.
- Учење да се прифатат грешки или пропуштени цели без фрустрација.

Прилагодливост

- Прилагодување на новите правила или промена на тимската динамика.
- Справување со неочекувани резултати во играта.

Регулирање на однесувањето

- Одржување на соодветно однесување во групна околина (на пример, седење кога не се игра). - Доследно следење на инструкциите за играта.

Компетентности за емоционална свест

- Идентификување на емоциите - Препознавање на сопствените емоции (на пример, радост, разочарување, нервоза) за време на играта.
- Разбирање како нивните емоции влијаат врз нивните постапки.

Развој на емпатија

- Признавање на чувствата на соиграчите кога успеваат или се борат.
- Прославување на победи заедно или охрабрување по неуспеси.

Стратешко размислување

- Разбирање на правилата и развивање на стратегии за постигнување на целите во играта. Планирање каде да се насочи топката за да се максимизираат шансите за успех.

Решавање на проблеми

- Прилагодување на техниките врз основа на резултатите (на пример, промена на стилот на фрлање или целта по набљудување на резултатите). Препознавање и реагирање на потези на противникот.

Донесување одлуки

- Избор која топка да се фрли (боја, позиција или сила на фрлање) врз основа на контекстот на играта. Балансирање на одбранбени и офанзивни стратегии.

Разбирање на причината и последицата

- Учење како силата и насоката на фрлањето влијаат врз поставувањето на топката. Добивање увид во тоа како позиционирањето влијае врз можностите за постигнување на голови.

Меморија и примена на правила

- Присетување на редоследот на играта и правилата. Задржување на техники кои работеа добро и нивна примена во идните рунди.

Постојано внимание

- Одржување на концентрација во текот на активността, особено за време на преземање на свртување и набљудување на противниците. Избегнување на одвлекување на вниманието за да останете ангажирани во задачата.

Целно-ориентиран фокус

- Останување фокусирано на целта за поставување на топката најблиску до целта (Бади Бол). Избегнување на фрустрација ако непосредните цели не се постигнати.
- Визуелно следење - Следење на движењето на топката за да се набљудува каде паѓа и да се планира следната акција. Фокусирање на пријателската топка за прецизно усогласување на фрлањата.
- Мултитаскинг - Комбинирање на визуелен фокус со физичка координација (истовремено нишанење, фрлање и набљудување). Обработка на повеќе аспекти на играта, како што се бодувањето, позициите на противниците и идните фрлања.

Емоционално изразување

- Вежбање на соодветни начини за покажување на емоции (на пример, плескање за успех наместо викање). Вербализирајќи чувства во врска со играта, како на пример „Срекен сум што победивме" или „Тажен сум што го промашив ударот.
- Фрустрација - Толеранција-Справување разочарување кога нивниот тим не игра како што се очекува.
- Управување со емоционални реакции на губење или предизвици во извршувањето на вештините.
- Градење на доверба-чувство на гордост и радост во личните достигнувања (на пример, добро фрлање).

Координација на рацете и очите

- Нишанењето и фрлањето на топката кон целта ја подобрува визуелно-моторната интеграција и прецизната контрола.

Фини моторни вештини

- Фаќањето, држењето и ослободувањето на топката ја подобрува вештоста и силата на прстите.

Груби моторни вештини

- Фрлање во седење или стоечка позиција промовира координација на движењето на поголеми мускулни групи.

Свест за телото

- Учењето да се прилагоди држењето на телото и позиционирањето за да се оптимизира фрлањето помага да се развие проприоцептивно разбирање.

Сила и контрола

- Развивање на способноста за модулација на силата која се користи при фрлање или тркалање на топката врз основа на растојанието и поставеноста на целта.

Просторна свест

- Разбирање и управување со изгледот на теренот, позиционирање на топката ефективно во однос на целта и другите играчи.

Издржливост

- Повтореното учество во фрлање и враќање гради издржливост за физички активности.

Сензорна регулација

- Повторувањата и предвидлива природа на бочање може да им помогне на учениците да се справат со сензорната чувствителност, како што се допирна или слушна претерана стимулација.

Допирна перцепција

- Ракување со топки со различна тежина и текстура ја подобрува чувствителноста и удобноста со допирни стимули.

Визуелен фокус и следење

- Фокусирањето на топката, целта и другите играчи помага за зајакнување на визуелното следење и постојаното внимание.

Аудитивна обработка

- Следењето на вербални инструкции или реагирањето на звуци за време на играта развива слушна дискриминација и вештини за обработка.

Кинестетички фидбек

- Физичката повратна информација од фрлање или тркалање на топката им помага на учениците да научат како нивните движења влијаат врз резултатите.

Сензорно-моторна интеграција

- Комбинирањето на сензорните влезови (вид, допир и проприоцепција) со моторни активности ја подобрува целокупната координација и реакција

Стратегија за проценка

Контролна листа за набљудување

● Листа за набљудување за социјални, моторни и комуникациски вештини. Користете детална листа за да ги следите клучните вештини како што се физичка координација (прецизност во фрлање, контрола на топката), социјални интеракции (ангажман со врсници, менување) и комуникација (барање помош, следење на инструкции). Оваа листа може да се пополни за време на активноста, обезбедувајќи повратни информации во реално време за перформансите на учениците. Тоа ќе биде корисно за набљудување на тоа како ученикот комуницира во групни средини, што е важно за проценување на социјалниот развој на учениците со АСН.

Индивидуализирани портфолија за напредок

● Напредување на портфолиото за следење на индивидуалниот раст со текот на времето. Креирајте портфолио за секој ученик каде што можете да ја документирате нивната работа и напредок во Бочање. Ова може да вклучува видео снимки од нивната изведба, писмени рефлексии или фотографии. Тоа ќе овозможи да се следи постепениот напредок, да се документаат подобрувања и да се идентификуваат области каде е потребна дополнителна поддршка. Портфолиото помага во креирање на персонализирани планови за учење врз основа на специфичните потреби и достигнувања на секој ученик.

Скали за оценување на социјални вештини

● SSRS, што проценува голем број на социјални однесувања, вклучувајќи соработка, тврдење и саморегулација. SSRS може да се користи за да се оценат социјалните вештини на учениците, особено како тие комуницираат со врсниците за време на групни активности како Воссја. Скалата може да се пополни од страна на наставници, помошници или родители, врз основа на набљудувањата. Фокусот е на тоа колку добро ученикот се ангажира со другите, што е клучно во групните спортови како бочање.

Критериуми за мерење

Критериуми за мерење

Контролна листа за набљудување

- Демонстрира соодветна техника на фрлање бочање
- Чека на својот ред без поттикнување
- Иницира или одговара на социјална интеракција
- Следи инструкции со или без поддршка

Индивидуализирано портфолио

- Слики/видео од изведбата на бочање (на пример, ученик ја погодува целта или координира со врсник)
- Белешки за било какви промени во однесувањето или подобрување на социјалните вештини
- Саморефлексија на ученикот или размислување на наставникот за предизвиците и достигнувањата

Скали за оценување на социјални вештини

Соработка

- Дали ученикот соработува со другите за време на активноста?

Самоувереност

- Може ли ученикот да ги изрази своите потреби или

Видео моделирање

- Дали ученикот може да го следи видеото за да ги покаже вештините на бочање?
- Дали ученикот покажува подобрување во примената на техниката во групната околина?

Колегијална и само-проценка

- Дали се забавувате за време на бочање?
- Колку добро работевте со вашите соиграчи?
- Што би можел да направиш подобро следниот пат?

Вештини за рејтинг на наставници

Социјализација

- Интеракција со врсници за време на бочање.

Комуникација

- Способност за разбирање и следење на инструкции.

Вештини за секојдневно живеење

- Способност да се следи структурата на активноста, да се управува со личниот простор и да се саморегулира.

Проценка на функционалното однесување (FBA)

- FBA за следење на предизвикувачки однесувања и

желби, како на пример да побара пресврт или да покаже кога му е потребна помош? Саморегулација ● Може ли ученикот да ги управува своите емоции и однесување кога работите не се одвиваат како што е планирано? Проценка на функционалното однесување (FBA) ● Дали ученикот се вознемирува кога е време да го чека својот ред? ● Кои стратегии за справување можат да им помогнат да останат смирени за време на активността? Визуелна поддршка и анализа на задачи Чекор 1: Изберете топка за бочање Чекор 2: Насочете ја топката кон целта Чекор 3: Фрлање на топката, користејќи соодветна техника Чекор 4: Прославете го резултатот (без разлика дали е успешен или не) и преминете во следната рунда	идентификување на предизвикувачите. Во групните спортови како бочање, учениците со АСН може да имаат специфични однесувања кои го попречуваат учеството (на пример, тешкотии при чекање на својот ред, вознемирување поради промените во рутината). FBA помага да се идентификуваат претходните (што се случува пред однесувањето), самото однесување и последиците (што се случува потоа). Откако ќе ги идентификувате активаторите и одговорите, можете да ја прилагодите активността за да се намалат нарушувањата и да се промовира позитивно учество. Визуелна поддршка и анализа на задачи ● Табели за анализа на задачи и визуелни помагала за разложување на активностите. Многу ученици со АСН имаат корист од јасни инструкции чекор-по-чекор. Користете визуелна поддршка како табели за анализа на задачи за да го разложите бочањето на помали, разбирливи задачи (на пример, земање на топката, нишанење и фрлање).
Видео моделирање ● Видео моделирање за демонстрирање на специфични вештини на бочање ги исправува техниките на бочање, вклучувајќи фрлање, нишанење и интеракција со врсници. За учениците со АСН, гледањето на визуелна демонстрација може да го направи учењето поконкретно. По гледањето на видеото, проценете колку добро ученикот може да ги реплицира акциите во групна околина. Ова може да се следи со набљудување на подобрувањата во нивните вештини со текот на времето. Колега и само-проценка ● Користете едноставни форми за само-проценка и повратни информации од колегите за да го оцените разбирањето и вклученоста на учениците. ● По секоја сесија на бочање, учениците можеа да пополнат формулар за оценување на нивните перформанси и колку добро работат со другите. ● Врсниците исто така можат да обезбедат повратни информации за тимската работа и комуникацијата за време на играта. Ова промовира саморефлексија и помага да се процени како тие го гледаат нивниот напредок во учењето. Скали за рејтинг на наставници ● Скали за рејтинг на наставници (TRS), како што се скалите за адаптивно однесување на Vineland. Наставниците можат да ги користат овие скали за да го оценат социјалното и адаптивното однесување на ученикот во различни контексти. Во случајот на бочање, наставниците го оценуваат однесувањето поврзано со групната работа, развојот на физичките вештини и социјалната интеракција. Обезбедува увид во тоа како ученикот се прилагодува на активността во групна околина и дали му се потребни специфични интервенции.	

Сценарио за учење и план за имплементација-2	
Њу ејџ карлинг за ученици со АСН	
Целни групи	- Ученик на возраст од 8-15 години со аутизам - Наставници и олеснувачи кои се занимаваат со АСН
Цели на учењето	До крајот на активноста, целните групи ќе имаат: - вовед во карлинг, - фокусирање на преземање на пресврт, социјална интеракција, емоционални регулативи, точност и фини моторни вештини во структурирана и поддржувачка средина.
Надлежности	
Социјални и емоционални вештини – тимска работа	Бруто и фина моторика
Развивање на вештини за соработка преку работа со врсници за стратегија и постигнување на заеднички цели.	Градење на координација помеѓу движењата на горниот дел од телото и просторната свест за време на играта.
Сценарио за учење	Вовед (10 минути) Добредојде и загревање - Поздравување на учениците и претставување на концептот на Њу Ејџ карлинг. - Накратко да ја објасни целта на играта (да се лизгаат камења кон целната област). - Користете визуелни ефекти за да ги покажете камењата за виткање и целната област. Формирање на тимот - Поделете ги учениците во мали тимови (3-4 ученици во тим) за да ја охрабрите тимската работа. Демонстрација (10 минути) Објаснување на правилата - Користете визуелни помагала за да ги истакнете основните правила на Њу Ејџ карлингот: - Секој тим се менува лизгајќи ги своите камења. - Целта е да се дојде што е можно поблиску до центарот на метата. Демонстрирање на техники - Покажи како да го држиш и лизгаш каменот, нагласувајќи го држењето и ставот. - Објаснување на улогата на соиграчите во помагањето при нишанењето и лизгањето. Водена пракса (15 минути) Вежбајте лизгање - Поставете простор за вежбање со цел и секој ученик се менува да ги лизга своите камења. - Обезбедете индивидуална поддршка, охрабрувајќи ги учениците да се фокусираат на нивната техника на држење и лизгање. - Дозволување на повратни информации од колегите во рамките на тимовите за промовирање на комуникација. Гејмплеј (20 минути) Структурирана игра - Организирање на мини-турнир каде што тимовите се натпреваруваат едни против други. - Користете тајмер за да ги задржите рундите кратки (3-5 минути) за да го задржите ангажманот. - Дозволете им на учениците да ги ротираат улогите во рамките на нивните тимови (лизгање, нишанење, навивање).

	Користете визуелно бодување • Креирање на едноставен систем за бодување со користење на табла за видливост.
Ладење и размислување	Сетилна пауза • Охрабрете ги учениците да користат сензорни алатки како стрес топки или фиџет спинери. Групна дискусија • Соберете ученици и ги замовете да ги споделат своите мисли за играта. • Во што уживале? • Како се чувствуваа работејќи како тим? • Со какви предизвици се соочиле?
Совети за набљудување	
Подготовка и животна средина Структурирана средина • Набљудувајте дали областа на часот е јасно означена со визуелни граници (на пример, лента на подот). • Имајте на ум дали има визуелни помагала како инструкции чекор-по-чекор, пиктограми, или тајмери за поддршка на разбирањето. Сетилни размислувања • Побарајте адаптации за намалување на сензорното преоптоварување, како што се минимизирање на гласни звуци, обезбедување соодветно осветлување и обезбедување на слушалки за поништување на бучава ако е потребно. Пристапност на опремата • Проверете дали камењата за карлинг се прилагодени за различни физички способности и лесни за учениците да се справат. • Да се осигура дека целата опрема е безбедна и воведена во мир, на еден предвидлив начин. Испорака на лекции Јасна комуникација • Внимавајте дали инструкциите се кратки, директни и зајакнати со визуелни ефекти или демонстрации. • Имајте на ум дали наставниците или асистентите користат визуелни распореди или знаци карти за сигнал транзиции. Улогата на рутината • Барање докази за конзистентна структура, како што е загревањето- подемите, главната активност и ладењето, за да се создаде предвидливост. Индивидуализирана поддршка • Проверете дали часот одговара на различни потреби, како што се: простори за поддршка за учениците кои	Нивоа на ангажман • Имајте на ум дали учениците изгледаат заинтересирани и ангажирани во активност или ако се појавуваат расеани, вознемирени или неангажирани. • Обрнете внимание на тоа како инструкторот реагира на исклучување и дали стратегиите се користат за повторно-ангажирање на учениците. Набљудувања на однесувањето • Внимавајте за знаци на фрустрација, претерана стимулација или непријатност, и забележете како се решаваат овие проблеми. • Барајте стратегии за смирување или паузи кои се нудат кога се потребни. Развој на вештини Физички вештини • Набљудувајте како лекцијата развива моторни вештини, како што се тркалање на камењата со контрола, нишанење и координација на рацете и очите. • Проверете дали активностите се прилагодени на индивидуалните способности, обезбедување предизвици без фрустрација. Когнитивни и социјални вештини • Имајте на ум дали вештините за решавање проблеми, фокусот и следењето на инструкциите во повеќе чекори нежно се практикуваат. • Барање на било какви напори за промовирање на разбирање на правилата, тимска работа и стратегија. Рефлексивна по лекцијата Повратни информации и преглед • Набљудувајте дали има преглед на она што е научено, користејќи визуелни помагала или едноставен јазик. • Проверете дали на учениците им е дадена можност да се изразат како тие се чувствуваат на лекцијата, вербално

може да се чувствуваат преплавени. - Набљудувајте дали учениците се охрабрани да учествуваат со ниво на удобност без притисок. Моделирање и зајакнување - Внимавајте за демонстрации на движења и чисти примери пред учениците да бидат замолени да извршат задачи. - Забележете како позитивното засилување (вербална пофалба, налепници, токени) се користат за да се охрабри ангажман и награда за достигнувањата. Интеракција и ангажман Социјална интеракција - Набљудувајте како се охрабрува тимската работа. - Дали учениците се партнери или групирани на начин кој им смета на нивните социјални потреби? - Барање активности кои промовираат споделување и комуникација, со скели обезбедени по потреба.	или невербално. Однос наставник/ученик Забележете како инструкторот комуницира со учениците - дали нивниот тонот, темпото и однесувањето одговараат на потребите на учениците? Барајте знаци на заедничка почит и однос.
---	---

Наставна стратегија		
Разбирање на потребите на учениците Сетилна чувствителност - Размислете за сетилниот профил на секој ученик (на пример, аверзија кон гласни звуци или силни светла). - Користете меки инструкции и осигурете се дека околината е мирна и без неред. Рутина и предвидливост - Учениците на АСН напредуваат со предвидливи рутина. Нацртајте ја структурата на сесијата јасно и доследно. - Комуникациски стилови: Користете визуелни помагала, едноставен јазик или алтернативни методи на комуникација ако е потребно.	Подготовка на животната средина Безбеден и достапен простор - Поставете безбедна, нелизгачка површина со многу простор за движење. Визуелни знаци - Јасно обележајте патеки и зони со шарени, допирни ознаки на подот за визуелно водење на учениците. Мирни зони - Обезбедите мирен простор во близина за учениците на кои можеби им треба сензорна пауза.	Адаптација на опремата Лесни камења - Користете камења за карлинг од новата ера, кои се полесни и полесни за маневрирање. Рачки или адаптации - Понуда на модифицирани рачки за ученици со фини моторни предизвици. Сензорно-пријателски карактеристики - Размислете за неабразивни материјали и пригушени бои за да се приспособат на сетилната чувствителност.
Искористување на ресурсите		
Лесни камења Користете модифицирани, лесни камења за вткање со рачки, што ги прави полесни за маневрирање. Пуш стапчиња	Мазни површински простирки Користете преносливи простирки за вткање наменети за внатрешна игра, бидејќи тие не се лизгави и безбедни.	Управување со бучава Опремене ја областа со материјали за пригушување на бучава ако ехото е проблем, или обезбедите слушалки за поништување на бучава за

Обезбедите стапчиња за учениците на кои може да им е тешко да се наведат или на кои им е потребна дополнителна поддршка со координација.	Визуелни знаци Користете светло обоени камења или додавајте допирни маркери за да направите разлика помеѓу тимовите.	учениците чувствителни на звук. Осветлување Обезбедите постојано осветлување без отсјај за да се избегне претерана стимулација.
Прилагодување на правилата и опремата		
Прилагодување на животната средина Мирни зони - Поставете мирна област во близина за учениците на кои може да им требаат сензорни паузи. Контролирани нивоа на бучава - Користете меки вербални знаци или визуелни сигнали наместо свирки или гласни команди. Предвидлив изглед - Осигурете дека игралиштето за карлинг е јасно обележано и без неред, бидејќи учениците со АСН често имаат корист од постојаност. Комуникациски стратегии Визуелна поддршка - Користете визуелни инструкции, дијаграми или чекор-по-чекор картички со слики за да ги објасните правилата или техниките. Јасен, едноставен јазик - Давајте кратки инструкции и проверете дали е разбирање преку повторување или со барање од ученикот да парафразира. Невербална комуникација - Користете гестови или визуелни ефекти за учениците кои се борат со вербалните знаци. Адаптација на опремата Полесни камења - Обезбедите модифицирани камења за виткање со полесни тегови за полесно ракување. Алатки за фаќање - Понудете прилагодени стапчиња или рачки за подобро зафаќање и контрола. Варијации на целта - Користете поголеми или поблиски цели за да изградите доверба и да ги зголемите стапките на успех.	Прилагодување на задачите Пократко времетраење - Поделете активности на помали, управливи сегменти за да го задржите фокусот. Повторување и рутина - Повторување на клучните активности за да им помогне на учениците да изградат блискост и удобност со активността. Прогресивни предизвици - Постепено зголемување на тешкотиите врз основа на индивидуалната подготвеност. Врсна и социјална интеракција Бади Системс - Спарување на учениците од АСН со разбирање и поддршка на врсници кои можат да ги моделираат вештините и да го охрабрат учеството. Структурирани општествени улоги - Доделување на улоги како „камен поставувач" или „бодовник" за да им помогне на учениците со АСН да се вклучат во нивните зони на удобност. Славење на напорите - Користете позитивно засилување за да ги прославите достигнувањата, а не само резултатите. Сетилни размислувања Материјали кои се пријателски за сетилноста - Проверете дали опремата за виткање се чувствува удобно (на пример, нема остри рабови или груби текстури). Намалување на прекумерната стимулација - Ограничете изложеност на силни светла или гласни звуци во областа на активност. Проприоцептивен влез - Вклучете вежби за загревање кои обезбедуваат смирувачки длабок притисок за да се фокусираат.	

Наставни совети за наставници

Управување со училниците

Подгответе структурирана средина

Визуелни распореди

- Користете јасни, едноставни визуелни ефекти за да го исцртате планот на сесијата (на пример, загревање, вежбање на фрлање, бодување).

Постојана рутина

- Повторувањето им помага на учениците да се чувствуваат безбедни и да ги разберат очекувањата.

Јасни граници

- Обележајте области за играње и зони за чекање со визуелни знаци (на пример, конуси, лента).

Поедноставување на инструкциите

- Користете кратки и јасни реченици. Избегнувајте сложени инструкции.
 - Демонстрирање на вештини чекор по чекор. Користете моделирање наместо само вербални објаснувања.
- Разбивање на задачите на делови како што се:

- Фаќање на каменот.
- Насочување кон метата.
- Ослободување на каменот.
- Зајакнување со визуелни помагала или видеа.

Сетилни размислувања

Чувствителност на шум

- Средините за карлинг може да одекнуваат. Ако е потребно, обезбедете заштитници за уши. - Допирна удобност: Некои ученици може да бидат чувствителни на текстури. Осигурете дека опремата (камења, туркачи) е удобна.

Простор

- Дозволете на учениците личен простор и избегнување на пренатрупаност.

Техники на ангажман

Поттикнување на социјална интеракција

- Промовирање на тимската работа преку мали, спарени активности, како што е менување на лизгање на каменот.
- Користете кооперативен јазик и гестови за да изградите другарство.
- Научете едноставни фрази за комуникација за време на играта (на пример, „Твој ред“, „Добро фрлање“).

Користете позитивно засилување

- Славете успеси, дури и мали (на пример, „Одлична работа лизгање на каменот право!“).

Совети за адаптација

Адаптирање на играта

- Користете опрема за карлинг дизајнирана за пристапност:
- Лесни камења или камења на топчести лежишта.
- Притискање на стапчиња за оние кои имаат тешкотии при наведнување или клекнување.
- Скратете го целното растојание првично за да се намали фрустрацијата.
- Играјте поедноставена верзија на играта за да се фокусирате на забава и градење на вештини.

Поттикнување емоционална регулација

- Воведете стратегии за смирување во моменти на стрес (на пример, длабоко дишење или тивки паузи).
- Идентификување на предизвикувачите за фрустрација (на пример, чекање на вртење, промашување на цел) и им се обраќа проактивно.
- Обезбеди мирен простор ако на ученикот му треба време за саморегулирање.

Следење на напредокот

- Следете го развојот на вештините, но целите ги одржувајте реалистични и флексибилни.
- Славете пресвртници, како постојано удирање на целта или разбирање на правилата на играта.
- Редовно комуницирајте напредок со родителите или старателите.

Ангажирање преку интереси

- Вклучете теми или визуелни ефекти кои ученикот ги ужива (на пример, омилени ликови или бои на целната зона).
- Поврзување на карлингот со секојдневните концепти што ги разбираат (на пример, „туркање како лизгање на кола играчка“).

Изградете врски

- Запознајте се со преференциите, предизвиците и мотиваторите на секој ученик.
- Бидете трпеливи, емпатични и отворени за прилагодување на вашите методи.

Пример за активност: Целна пракса

- Поставете обоени зони на подот како цели.
- Дозволете на учениците да се стремат кон поголеми и полесни зони на почетокот.
- Постепено воведување на повеќе предизвикувачки цели.

Резултати од учењето	
Развој на социјални вештини Подобрена комуникација - Њу Ејџ Карлингот ја поттикнува вербалната и невербалната комуникација помеѓу учениците, што може да ги подобри социјалните вештини. Без разлика дали повикуваат инструкции, работат со соиграчи или едноставно учат да се менуваат, овие интеракции може да помогнат да се подобри способноста на учениците да комуницираат со другите во социјален контекст. Тимска работа и соработка - Карлингот е тимски спорт и неговото прилагодување за да одговара на учениците од АСН ја нагласува важноста на заедничката работа. Тоа поттикнува чувство на соработка, ги учи учениците како да ги следат групните стратегии, да се поддржуваат едни со други и да ги слават успехите заедно. Интеракција со колегите - Структурираната но релаксирана средина може да ја олесни интеракцијата со врсниците, намалувајќи ја социјалната изолација која често ја доживуваат учениците со АСН. Развој на моторни вештини Груби моторни вештини - Карлингот бара движење како лизгање на камења, метење и балансирање. За учениците со АСН, овие активности можат значително да ја подобрат нивната физичка координација, мускулна сила и рамнотежа. Прилагодувањето на физичките барања може да им помогне да изградат доверба во своите способности. Фини моторни вештини Фаќањето и ослободувањето на каменот за виткање, заедно со други специјализирани движења како чистење, може да ја подобри контролата на фината моторика.	Просторна свест - Разбирањето на динамиката каде да се насочи каменот за виткање и како да се движи во границите на лизгалиштето помага во просторната свест, што е важно за многу секојдневни животни вештини. Емоционална регулација Фокус и концентрација - Природата на карлингот бара од играчите да се фокусираат на своите акции и на нивните соиграчи. Ова може да биде одличен начин за учениците со АСН да вежбаат одржување на концентрација во структурирана околина. Справување со успехот и неуспехот - Преку играта, учениците можат да научат да се справуваат и со победите и со поразите, помагајќи им да се справат со фрустрацијата или радоста во безбедна и поддржувачка средина. Чувство на достигнување - Завршувањето на играта или совладувањето на одредена вештина може да обезбеди силно чувство на гордост, придонесувајќи за подобрување на самодовербата. Развој на когнитивните вештини Решавање на проблеми - Њу Ејџ карлингот бара стратегија и размислување однапред, бидејќи играчите треба да ги планираат своите удари и да размислуваат за аглите, растојанијата и другите променливи. Ова може да помогне во подобрување на когнитивните вештини, вклучувајќи планирање, меморија и решавање на проблеми.
Следење на инструкциите Многу ученици со АСН напредуваат во средини каде што можат да следат јасни, структурирани инструкции. Карлингот може да се подели на јасни, остварливи чекори, што им овозможува на овие ученици да го разберат и да учествуваат. Зголемена физичка активност Поттикнување на вежбање	

- Редовното учество во адаптивни спортови како Њу Ејџ карлингот го промовира физичкото здравје и фитнесот, што често е област на загриженост за учениците со АСН. Овие активности помагаат во борбата против седентарниот начин на живот и подобрување на целокупното здравје.

Ангажман во спортот

- Физичката активност исто така помага во намалување на стресот и анксиозноста, што е особено корисно за многу ученици со АСН кои доживуваат зголемен стрес.

Самозастапување и независност

Градење на доверба

- Учениците развиваат чувство на независност како што ги учат правилата на играта, изведуваат удари и работат со другите. Постепеното совладување на вештините ја поттикнува самодовербата, која може да се пренесе и во други области од животот.

Донесување одлуки

- Структурата на играта им овозможува на учениците сами да донесуваат одлуки, како на пример каде да го стават каменот или како да комуницираат со соиграчите. Ова промовира автономија и способности за донесување одлуки.

Инклузија и општествено прифаќање

Интеграција во поголемата училишна заедница

- Њу Ејџ карлингот нуди можности за вклученост, овозможувајќи им на учениците со АСН да комуницираат со врстници кои можеби не се дел од нивната основна општествена група. Може да помогне да се срушат бариерите и да се намали стигматизацијата.

Колегијално менторство

- Постарите или поискусните ученици може да бидат поврзани со оние кои се нови во спортот, поттикнувајќи чувство на одговорност и емпатија и поттикнувајќи поддршка на заедницата.

Индикатори за квалитативна повратна информација

Ангажман и учество	Развој на вештини	Прилагодливост на програмата
Индикатори • Коментари за нивото на ентузијазам или интерес за време на сесиите (на пример, „Уживам да играм; тоа е мојата омилена активност“). • Набљудувања на зголемена подготвеност да се менуваат и да учествуваат во групни активности. • Зачестеност на доброволно вклучување наспроти поттикнато учество. Социјална интеракција и комуникација Индикатори • Извештаи или набљудувања за подобрени интеракции со колегите (на пример, повеќе вербална	Индикатори • Коментари за учење или вежбање на нови вештини (на пример, разбирање на правилата или стратегиите на играта). • Забележани подобрувања во моторната координација и рамнотежа за време на карлинг. • Повратни информации за когнитивните вештини како планирање, фокус или решавање на проблеми кои се користат во играта. Уживање и предност Индикатори • Вербални афирмации од учесниците, како на пример „Ова е забавно“ или „Сакам да играм	Индикатори • Повратни информации од учесниците за пристапноста на инструкциите или модификациите (на пример, „Лесно е да се разбере што да се направи“). • Набљудувања на учесниците кои успешно се прилагодуваат на опремата или прилагодениот гејмплеј. • Предлози за подобрување обезбедени од страна на учениците, родителите или наставниците (на пример, „Може ли да имаме повеќе шарени маркери за нишанење?“). Повратна информација од учесниците во акцијата Наставници

размена, кооперативна игра или тимска работа). - Случаи на намалена анксиозност за време на групните поставувања (на пример, „Тој повеќе не изгледа толку загрижен за тоа што е блиску со другите“). - Повратни информации од наставниците или родителите за промените во начинот на кој учениците комуницираат надвор од сесиите за карлинг. Емоционална регулација и благосостојба Индикатори - Забележани или пријавени промени во справувањето со фрустрацијата, како што се помалку падови кога се соочуваат со предизвици. - Вербални или невербални изрази на среќа или гордост (на пример, насмевки, славенички гестови или изјави како „Јас го направив тоа!“).	повторно“. - Избор да се вклучат во карлинг наместо други достапни активности во слободното време. - Извештаи на наставници или родители за ученици кои прашуваат за програмата надвор од закажаните сесии.	- Забележани разлики во однесувањето во училницата, како што се подобра соработка или фокус. Родители - Коментари за домашното однесување кои ја одразуваат зголемената самодоверба или возбуда за карлингот. Олеснувачи - Набљудувања за тоа колку добро активностите се усогласуваат со потребите и интересите на учесниците. Собирање на повратни информации - Методи: - Интервјуа (еден-на-еден или групни дискусии). - Белешки за набљудување од инструктори или олеснувачи. - Форми за повратни информации за наставници, родители и постари ученици.
Развиени компетенции		
Развој на физички и моторни вештини Координација на рацете и очите - Играчите учат како да нишанат и да го фрлаат каменот прецизно. Груби моторни вештини - Туркањето на каменот ги вклучува големите мускулни групи и ја подобрува силата и рамнотежата. Фини моторни вештини - Прецизните движења за време на поставувањето на каменот ја рафинираат контролата и вештоста. Когнитивни вештини Решавање на проблеми - Одлучувањето колку сила да се примени и како да се поттикнува	Социјални и комуникациски вештини Преземање на ред - Структурираниот гејмплеј го поттикнува разбирањето на менувањето и трпеливо чекање. Тимска работа - Соработката за време на тимските игри промовира кооперативно однесување и заеднички цели. Експресивна комуникација - Играчите вежбаат вербална и невербална комуникација за да дискутираат за стратегии и да ги прослават успехите. Емоционален развој Отпорност	Градење на доверба - Успехот во структурирана активност промовира чувство на достигнување. Сензорна обработка Допирен ангажман - Опремата за ракување обезбедува корисен сензорен влез. Визуелно следење - Набљудувањето на движењето на каменот помага со визуелниот фокус и обработка. - Контролирана сензорна средина: Структурираната природа на играта ја минимизира прекумерната стимулација, правејќи ја подостапна. Независност и одговорност Самоиницијативна акција

стратешко размислување. Планирање и организација - Разбирањето на правилата на играта и стратегиите го учи планирањето на секвенците. Фокус и внимание - Одржувањето на концентрација во текот на играта помага да се зголеми опсегот на внимание.	- Управувањето со победи и порази обезбедува можности за справување со емоциите. Саморегулација - Смирувачкото, повторувачко движење на лизгањето на каменот може да помогне во регулирање на сетилните потреби.	- Учениците учат да преземат одговорност за своите потези, градејќи независност. Следење на правилата - Придржување до едноставните, конзистентни правила ги поттикнува
Критериуми за мерење		
Дефинирање на јасни и специфични резултати од учењето - Усогласување на резултатите од учењето со физичките, социјалните и когнитивните вештини развиени во програмата за карлинг: Физички вештини - Координација, рамнотежа, прецизност и сила. Социјални вештини - Преземање на ред, тимска работа и комуникација. Когнитивни вештини - Фокус, донесување одлуки и развој на стратегија. Емоционална регулација - Управување со возбуда или фрустрација за време на играта. Индивидуални планови за проценка - Прилагодување на проценките на индивидуалните потреби со вклучување на индивидуализирани цели на образовниот план. Клучни размислувања - Користете едноставни, јасни инструкции. - Понуда на флексибилност во демонстрирање на вештини (на пример, вербални објаснувања, визуелни помагала.	Вклучете мултимодални алатки за проценка Проценка базирана на набљудување - Внимавајте за учество, напор и уживање. - Користете контролна листа или рубрика за следење на видливото однесување (на пример, одржување на фокусот, извршување на фрлање, чекање на вртење). Анализа на задачите - Разложете активности за карлинг на помали чекори (на пример, став, лизгање и ослободување). - Проценување на мајсторството на секој чекор поединечно. Само-проценка на ученикот - Обезбеди визуелни или допирни алатки (на пример, скали за насмеано лице, картички во боја) за да им помогне на учениците да ги покажат своите чувства за нивните перформанси или удобност со вештините. Повратни информации од колеги и групи - Олеснување на структурирани колегијални набљудувања за време на групните активности за да се изградат социјални вештини и да се оцени тимската работа.	Користете визуелна и допирна поддршка - Користете визуелни распореди за да ја претставите сесијата и критериумите за успех. - Обезбедите допирни маркери за позиционирање за време на фрлања или тренинг. - Вклучете системи за награди како табли со жетони или итно позитивно засилување. Следење на напредокот - Краткорочни цели - Следете мали, остварливи пресвртници (на пример, завршување на тренинг сесија без да ја напуштате областа). - Долгорочни цели - Оценете кумулативни вештини како учество во целосна игра, соработка со партнер или примена на основни стратегии. - Собирање на податоци - Водење на дневници со датуми на белешки за напредок за поединечни ученици. - Снимање метрики како успешни фрлања или кооперативни акции.

Сценарио за учење и план за имплементација-3		
Математика во движење: Истражување на броевите преку физичка активност		
Целни групи	Ученици со аутизам од 7 до 12 години (може да се прилагодат за други возрасти)	
Цели на учењето	• Вежбајте броење, собирање и одземање преку интерактивни физички активности. • Развивање на груби моторни вештини и подобрување на фокусот преку движење. • Зајакнување на социјалните интеракции и вештините за соработка.	
Надлежности		
Нумеричко разбирање	Соработка и комуникација	Просторна свест и движење
Подобрување на вештините за броење, мерење, собирање, одземање, множење и делење преку физички задачи.	Поттикнување на тимска работа, вербална и невербална комуникација и соработка за време на групните активности.	Изградете просторно размислување преку позиционирање, усогласување и движење.
Активност за загревање	(5-10 минути) • Цел: Да им помогне на учениците да преминат на часот и да се подготват за движење. • Активност: „Броење на растегнувањето" • Застанете во круг. • Броете од 1 до 20 додека правите едноставно истегнување за секој број (на пример, посегнете за прстите, круговите со рацете). • Користете визуелна табела за одбројување за да го покажете напредокот.	
Главна активност		
„Математички станици за движење“ (20-30 минути)		
Поделете ја лекцијата на станици, секоја фокусирајќи се на математички концепт. Станица 1: Броење и скокање • Ставете нумерирани простирки или хулахоп обрачи во линија (1 до 10). • Учениците скокаат од една подлога на друга, кажувајќи го бројот гласно додека скокаат. • Проширување: Користете парни или непарни броеви само за постарите ученици.	Станица 2: Собирање и одземање • Користете вреќи и таргетна табла со броеви. • Учениците фрлаат вреќа на таблата, го забележуваат бројот и го додаваат или одземаат од второто фрлање. • Визуелна поддршка: Користете броеви, линии или слики за да помогнете со пресметките.	Станица 3: Релеј за форми • Подредете форми (на пример, кругови, квадрати, триаголници) во шема. • Учениците трчаат до формите, ја идентификуваат шемата и ја ставаат следната форма во редослед. • Проширување: Воведување на посложени модели (на пример, ABB, AAB).
Инструкции за наставниците		
Подготовка Разбирање на потребите на учениците • Прегледајте ги индивидуализираните образовни планови за да ги разберете сетилните преференции на секој ученик, стилите на комуникација и	Транзиции • Користете тајмер или визуелно одбројување за да сигнализирате транзиции помеѓу активностите. Дизајн на активност Вклучете движење • Примери: - Броење на чекори: Учениците одат одреден број на	Моделирање на активността • Покажете ја активността пред да започнете. Зајакнување на напорот • Обезбедите позитивни повратни информации за да го охрабрите учеството и довербата. Сместување

предизвиците во учењето. Поставете јасни цели - Дефинирајте кои математички концепти (на пример, собирање, множење, геометрија) сакате да ги зајакне ученикот. Изберете прилагодливи активности - Изберете физички задачи кои можат да бидат модифицирани врз основа на нивото на вештина, обезбедувајќи учество на сите ученици. - Визуелна поддршка: Подгответе визуелни помагала како графикони, карти или дијаграми за да ги објасните инструкциите чекор по чекор. Поставување на животната средина Безбеден простор - Користите теретана или отворен простор кој го минимизира одвлекувањето на вниманието на сетилата (на пример, пригушено осветлување, намалена бучава). Зони за задачи - Креирајте посебни области за секој дел од активноста (на пример, зона за броење, станица за сортирање).	чекори (на пример, 5 чекори напред, 3 чекори назад) и го пресметуваат вкупното поминато растојание. Фрлање на број - Фрлајте топки во кофи означени со броеви и решавајте проблеми врз основа на постигнатите броеви. Геометриски релеј - Трчајте да собирате форми и да формирате специфични геометриски модели. Направете го колаборативно - Пар или група на учениците за да се промовира социјална интеракција и тимска работа при решавање на проблемите. Комуникација Користете едноставни инструкции - Зборувајте јасно и ги разложете задачите во управливи чекори. Зајакнување вербално и визуелно.	Обезбедување на опции - Дозволете на учениците да учествуваат со нивно темпо или да изберат улоги во активноста (на пример, контра, тркач). Сензорни прилагодувања - Понудите слушалки за поништување на бучава или паузи ако е потребно. Олеснување на разбирањето - Користете пријатели или помошници за да им помогнете со задачите. Рефлексија по активноста - Дискутирајте за математичките концепти научени користејќи ги резултатите од физичката активност. - Дозволете им на учениците да споделат како се чувствувале за време на активноста користејќи зборови, визуелни ефекти или гестови.
Ладење и размислување	Седнете во круг, броете наназад и дискутирајте за тоа што научиле	
Совети за набљудување		
Разбирање на индивидуалните потреби Модели на однесување - Набљудувајте како секој ученик реагира на групните поставувања. Некои може да претпочитаат паралелна игра, додека другите може да се вклучат активно. Сетилни преференции - Идентификување на сензорни активатори или преференции (на пример, гласни звуци, светли простори). Предности и предизвици - Забележете дали се истакнуваат во визуелните задачи, претпочитаат рутина или имаат потреба повеќе време за обработка.	Нивоа на интерес - Набљудувајте кои видови на активности одговараат на нив, како што се како фрлање топка за да се одговори на математичко прашање наспроти сортирање објекти со движење. Моторни вештини Координација и рамнотежа - Обрнете внимание на грубите моторни вештини за време на активности како трчање или фрлање. Фини моторни вештини - Забележете дали можат да се справат со помали предмети кои се користат во активности, како што се вреќи со грав или мали маркери.	

Комуникација и интеракција Невербална комуникација: - Обрнете внимание на гестовите, говорот на телото и изрази на лицето како знаци за ангажман или непријатност. Колегијални интеракции - Набљудувајте како тие комуницираат со врсниците. Дали прават контакт со очи, учествуваат во играта или се повлекуваат? Јасност во инструкциите - Проверете дали ги следат инструкциите подобро со вербални, визуелни, или допирни знаци. Ангажираност во активности Учество во активноста - Забележете колку активно се ангажираат со физичката активност. Дали се обидуваат да ги решат математичките проблеми или само уживаат во движењето? Темпо - Внимавајте за знаци на замор или фрустрација и прилагодете го темпото соодветно.		Потреби за адаптација - Дали модификации како што се поголема опрема или побавно темпо се потребни задачи? Групна динамика Вештини за преземање на пресврт - Набљудувајте ја нивната способност да чекаат и да се менуваат во група. Заеднички напори - Внимавајте за знаци на соработка или отпор во работата со други. Поддршка од колегите - Барање на природни врски каде врсниците можат да го поддржат или поттикнуваат учеството. Емоционална регулација Знаци на преплавување - Следете за знаци на претерана стимулација или фрустрација, како што се плескање со раце, чекорење или вербални испади. Стратегии за справување - Набљудувајте ја нивната употреба на техники за саморегулација, како да се повлече или да бара потивок агол.	
Наставна стратегија			
Интегрирано учење Комбинирање на физичко движење со математички проблеми за подобрување на ангажманот и задржувањето.		Визуелна и сензорна поддршка - Користете визуелни помагала (на пример, картички, облици и броеви) и сензорна опрема (на пример, меки топки, обрачи, вреќи). Јасни и конзистентни инструкции - Вербалните инструкции да бидат кратки.	
Искористување на ресурсите		Потребни материјали - Картички со броеви (големи, шарени и лесни за читање). - Хулахоп обрачи, вреќи или конуси за станици за движење. - Табла и маркери за визуелни инструкции. - Визуелен распоред на активности (со користење на слики и зборови). - Слушалки со поништување на бучава за сензорно-чувствителни ученици.	
Општо прилагодување			
За напредни ученици - Воведување на посложени проблеми (на пример, двоцифрено собирање, дробки). - Користете временски предизвици за да ја зголемите тешкотијата. За ученици на кои им е потребна поддршка		Сензорни прилагодувања - Дозволете слушалки за поништување на бучава или тивки зони за сензорно чувствителни ученици. - Вметнете текстурирани или пондерирани објекти за додавање на сензорен влез. Прилагодување на темпото	

• Обезбеди проблеми во еден чекор со визуелна поддршка (на пример, карти со слики за додавање). • Користете физичка помош или менторство ако е потребно.	• Дајте дополнително време за решавање на проблемите или да ја поделите сесијата на помали делови.
---	--

Наставни совети за наставници

Разбирање на математиката • Дали ја поврзуваат физичката активност со математичкиот концепт кој се предава? Повторување и задржување • Имајте на ум дали бараат повторени инструкции или покажуваат задржување на концептите преку активност. Следење на напредокот • Користете набљудувања за да го документирате растот на математичките вештини и физичката координација со текот на времето.	Практични стратегии за наставници • Користете визуелни распореди за да ја мапирате секвенцата на активностите. • Вклучете јасни, едноставни чекори во активност за да избегнете да ги преплавите. • Користење на колегијално моделирање за да се демонстрираат задачи пред учество. • Вработете позитивно засилување за да го охрабрите посакуваното однесување и активно вклучување.
--	--

Резултати од учењето

Математички вештини • Способност за решавање на проблеми поврзани со собирање, одземање, множење, дробки или геометрија. Физички вештини • Подобрена координација, рамнотежа и моторно планирање преку движење. Социјална интеракција • Подобрена комуникација и тимска работа во групни поставувања. Когнитивен развој • Подобрен фокус, секвенционирање и задржување на меморијата. Зголемен ангажман • Физичките активности ги воодушевуваат учениците, правејќи го часот подинамичен и помалку монотон. Кинестетичко учење • Учениците кои учат подобро преку физичко движење имаат корист од практични активности. Социјална интеракција • Групните активности ја поттикнуваат соработката и комуникацијата, поттикнувајќи ја тимската работа. Подобрено задржување • Комбинирањето на физичката активност со учењето ќе помогне да се зацврстат концептите преку мускулната меморија. Сензорна регулација • Физичкото движење ќе им помогне на учениците со аутизам да се саморегулираат, да го подобруваат фокусот и да ја намалат анксиозноста.

Индикатори за квалитативна повратна информација		
Ангажман и учество Набљудување на ентузијазмот - Дали учениците активно се вклучени во активностите со видлив интерес и возбуда? Фокус на задачата - Дали учениците остануваат фокусирани на задачата или им треба често пренасочување? Конзистентност во учеството - Дали учениците учествуваат постојано во различни активности? Интеракција и социјални вештини Колегијална соработка - Дали учениците комуницираат позитивно со врсниците (на пример, споделување материјали, менување, соработка)? Комуникација - Дали вербалните или невербалните комуникациски методи се ефикасно користени од страна на учениците за време на активностата? Решавање на конфликти - Колку добро учениците се справуваат со несогласувањата или предизвиците во групните поставувања? Резултати од учењето Разбирање на математичкиот концепт - Дали учениците покажуваат разбирање на математичките концепти кои се предаваат преку физички активности (на пример, броење, собирање, секвенционирање)?		Примена на вештини - Дали учениците се во можност да ги применат овие концепти во рамките на активностата или во поврзаните примери од реалниот свет? Напредок со текот на времето - Дали има забележително подобрување во разбирањето или примената на вештините во текот на повеќе сесии? Емоционална и бихевиорална регулација Емоционални одговори - Како учениците реагираат емоционално за време на активностата? (на пример, знаци на уживање, фрустрација или вознемиреност) Бихевиорална адаптација - Дали учениците се способни да го прилагодат своето однесување за да ги задоволат барањата на групната активност? Саморегулација - Дали учениците можат да се справат со претерана стимулација или фрустрација со поддршка или самостојно? Ефективност на поддршката од наставниците и колегите Реакција на инструкциите - Колку добро учениците одговараат на инструкциите на наставникот за време на активностата? Употреба на стратегии - Се стратегии за предавање (визуелна поддршка, сугестии).
Развиени компетенции		
Математичко размислување Разбирање и решавање на математички проблеми во реалниот живот.	Моторни вештини Развивање на груби моторни вештини преку трчање, фрлање и балансирање.	Саморегулација - Управување со транзиции помеѓу задачите и справување со сензорниот влез. Соработка - Вежбајте свртување и соработка.
Критериуми за мерење		
Контролна листа за набљудување Следење на учеството, точноста за решавање на проблемите и нивоата	Општествени цели Оценување на тимската работа, комуникација и соработка за време	Набљудувачки пристап Директно набљудување Следење на учеството и

на ангажираност за време на активностите. Податоци за перформансите • Евиденција на бројот на правилно решени проблеми или временско завршување на задачите. Студентска рефлексija • Користете едноставни сугестии како „Дали ви се допадна оваа активност?“ или „Кој ти беше омилен дел?“ Повратна информација од родителите и наставниците • Споделување на забелешки со родителите или други воспитувачи за следење на напредокот. Когнитивни цели • Проценување на разбирањето на математичките концепти интегрирани во активноста.	на групните активности. Моторни вештини • Проценка на физичките способности, координацијата и напорот во физичките задачи. Ангажман и однесување • Набљудувајте учество, фокус и прилагодливост на инструкциите. Диференцирана проценка Индивидуализирани очекувања • Поставете персонализирани критериуми за успех врз основа на индивидуализираната образовна програма или потребите на секој ученик. Процесот над резултатот • Фокусирајте се на напорот, учеството и стратегиите за решавање на проблемите, наместо да го добиете секој одговор точен.	интеракцијата за време на активностите. Видео анализа • Снимање сесии (со согласност) за преглед на однесувањето на учениците и перформансите по активноста. Мултимодална повратна информација • Вклучете и вербални и невербални знаци, овозможувајќи им на учениците да разберат како тие се изведуваат. Алатки за проценка Рубрики Рубрика за групна соработка • Оценување на вештините како споделување, комуникација и учество. Рубрика за математички концепт • Оценување на разбирањето на математичките принципи преку физички активности.
--	---	---



Глава 5

Како да се зголеми мотивацијата на учениците со аутизам во Физичко воспитание



**Funded by
the European Union**

Глава 5

Зголемување на мотивацијата на учениците со аутизам во физичкото воспитание

Зголемувањето на мотивацијата на учениците со аутизам во физичката култура бара разбирање на нивните потреби, интереси и предизвици. Еве практични стратегии:

1. Создавање на предвидлива и структурирана средина

- Користете визуелни распореди: Обезбедете визуелен распоред или агенда за физичките часови, така што учениците знаат што да очекуваат.

Пример: „Загревање → Активност 1 → Активност 2 → Ладење." (користи Канбан табла – види подолу)*

- Одржување на конзистентност: Одржувајте рутини и инструкции конзистентни за да се намали анксиозноста.

2. Понудите избор

- Дозволете им на учениците да избираат помеѓу активности, опрема или задачи.

Пример: „Дали сакате да ја користите црвената или сината топка?"

- Давање опции поттикнува автономија и ангажман.

3. Прилагодување на активностите според нивните интереси

- Вклучете омилен тематички лик или хоби на учениците во физичките активности.

Пример: Користете тема за суперхерој за патеки со пречки или вклучете животни во игри со движење.

- Дизајнирајте игри кои одговараат на нивните лични интереси за да предизвикаат возбуда.

4. Користете позитивно засилување

- Да обезбеди непосредна и специфична пофалба за напорите и достигнувањата.

Пример: „Одлична работа трчање до конусот!"

- Користете материјални награди (налепници, жетони или паузи) ако е потребно за да го зајакнете учеството.

5. Разбивање на активностите во управливи чекори

- Поедноставување на задачите со разложување на помали, остварливи чекори.

Пример: Наместо да кажете, „Трчи до конусот, подигни ја топката и ја фрли", водете ги чекор по чекор:

1. Трчање до конусот.

2. Подигни ја топката.

3. Фрлање на топката.

- Славете успех на секој чекор за да ја задржите мотивацијата висока.

6. Користете визуелна поддршка

- Обезбедување визуелни знаци, како што се картички со слики или постери, за да се објаснат правилата или да се демонстрираат движења (на пример, Канбан табла – види подолу*).

- Користете опрема или станици со боја за да ги направите инструкциите појасни.

7. Вклучете сензорно-пријателски адаптации

- Обезбедете сетилни алатки како панцири, слушалки за поништување на бучава или сензорни паузи за учениците кои може да се чувствуваат пренатрупани.

- Изберете потивки, помалку населени места за активности ако учениците се чувствителни на бучава или големи групи.

8. Фокусирајте се на индивидуалните предности

- Препознавање и градење на силните страни на секој ученик.

Пример: Ако ученикот е одличен во рамнотежа, вклучете греди за рамнотежа или пози за јога во часот.

- Истакнување на нивниот напредок за зголемување на довербата и мотивацијата.

9. Направете активности заеднички

- Користете пријателски системи или групни активности за да ја поттикнете социјалната интеракција и тимската

работа.

- Спарување на учениците со врсници кои се трпеливи и поддржуваат, или доделување на специфични улоги во групните игри (на пример, стрелец, помошник во опрема).

10. Користете технологија и визуелни медиуми

- Воведување на видео игри или апликации базирани на движење кои поттикнуваат физичка активност на привлечен начин.
- Користете видеа за моделирање на активности пред учениците да учествуваат.

11. Обезбедите паузи за движење

- Понудите кратки паузи помеѓу задачите за да се спречи замор или фрустрација.
- Вклучете смирувачки активности, како што се вежби за истегнување или дишење, за време на транзициите.

12. Поставете реални цели

- Поставете мали, остварливи цели кои се усогласуваат со способностите на секој ученик.
Пример: „Денес, ајде да пробаме да ја фрлиме топката во обратот еднаш.“
- Постепено зголемување на тешкотиите како што се добиваат со самоверба.

13. Славете учество, а не само изведба

- Пофалете го напорот и волјата да се обидете, дури и ако ученикот не ја заврши задачата совршено.
- Охрабнете ги да се фокусираат на забава, а не на натпреварување.

14. Создавање на инклузивна атмосфера

- Користете активности кои можат да се прилагодат на различни нивоа на вештини за да се осигура дека секој може да учествува.
- Избегнување на претерано конкурентни игри; наместо тоа, фокусирајте се на кооперативни активности.

15. Ангажирање на родителите или старателите

- Споделување информации за часовите за физичко со родителите или старателите.
- Охрабнете ги да разговараат за активностите дома за да создадат блискост и возбуда.

Со комбинирање на структура, избор и персонализирана поддршка, можете да создадете средина која ги охрабрува учениците со аутизам да се вклучат, да се забавуваат и да развијат физички вештини со нивно темпо.

- Користењето на Канбан табла во часовите по физичко може да биде ефикасен начин за визуелно организирање на часот и да се обезбеди јасна, чекор-по-чекор структура за учениците со аутизам. Еве практичен водич за негово спроведување:

Канбан таблата е визуелна алатка која ги дели задачите во категории, како што се:

- Да се направи: Активности кои се планирани за часот.
- Во тек: Активности на кои се работи во моментот.
- Завршено: Завршени активности.

Овој систем им помага на учениците да го видат напредокот на задачите и да разберат што да очекуваат следно, што е особено корисно за оние кои имаат корист од предвидливоста и визуелната поддршка.

Чекори за користење на Канбан табла во ФО

1. Поставување на таблата

- Користете пренослива табла, постер табла или магнетна табла.
- Поделете го во три колони означени како Да се направи, Во тек и Готово.
- Користете шарени картички, магнети или велкро визуелни симболи за секоја активност.

2. Креирајте визуелни картички за активности

- Подгответе картички со слики или икони кои го претставуваат секој дел од часот, како што се:

Загревање (на пример, слика од истегнување или трчање).

Главна активност (на пример, рекет за бадминтон или конус за патека со пречки).

Ладење (на пример, личност која седи и дише длабоко).

- Вклучете едноставен збор или фраза на секоја картичка, како што се „истегнување“ или „бадминтон“.
- Користете бои или теми кои се усогласуваат со преференциите на учениците за да ги направат картите интересни.

3. Претставете го одборот на учениците

- На почетокот на часот, прегледајте ја колоната Да се направи со учениците.

Пример: „Прво, ќе се протегнеме. Потоа ќе го удираме пердувчеот. Конечно, ќе играме бадминтон“.

- Покажете како картите ќе се движат во Во Тек и потоа во Готово како што активностите се завршени.

4. Користете табла за време на часот

- Транзиција помеѓу активностите:

На почетокот на секоја активност, поместете ја соодветната картичка од да се направи во тек.

Кажете: „Сега ја започнуваме патеката со пречки. Ајде да ја поместиме картичката!“

- Прославување по завршувањето:

Кога активната е завршена, поместете картичката во Готово и пофалете ја групата.

Пример: „Завршивме со истегнувањето! Одлична работа! Ајде да го преместиме во Готово“.

5. Охрабрување на учеството на учениците

- Вклучете ученици во движењето на картите:

Изберете ученик кој ќе ја поместува картичката при секоја транзиција за да изгради ангажман.

Користете го ова како награда или мотиватор за учество.

6. Прилагодување на одборот за индивидуалните потреби

- Поедноставување: Ако целиот одбор се чувствува преовладувачки, намалете го на две колони: „Сега“ и „Следно“.
- Лични табли: За учениците на кои им е потребна дополнителна поддршка, обезбедете индивидуални Канбан табли за да го задржат фокусот на нивните задачи.
- Додавање на паузи: Вклучете карти за паузи во редоследот за учениците на кои им се потребни сензорни паузи или паузи.

Предности од користењето на Канбан табла во ФО

1. Визуелна јасност: Им помага на учениците да го разберат текот на часот.

2. Намалена анксиозност: Знаејќи што следи ја минимизира неизвесноста.

3. Напредок на задачата: Ги охрабрува и мотивира учениците да ги видат задачите до завршување.

4. Ангажман: Поместувањето на картите обезбедува практичен, интерактивен начин да останете вклучени.

5. Мотивација: Задоволството од преместувањето на картите во **Готово** го зајакнува учеството и напорот.

Совети за успех

- Нека таблата е видлива и достапна.
- Користете задебелени, едноставни визуелни ефекти за полесно разбирање.
- Бидете доследни со процесот на секој час, така што учениците се запознаат со него.

Користењето на Канбан табла на овој начин ќе помогне да се структурира часот по физичко на визуелен начин.

Сценарио за учење и план за имплементација – 1

Бадминтон за ученици со аутизам

Целни групи	Ученици од сите возрасти со аутизам	
Цели на учењето	До крајот на часот, учениците ќе можат да: • Демонстрираат основни бадминтон вештини како сервирање, удирање и движење на теренот. • Учествуваат во кооперативна игра со врсници, користејќи комуникациски вештини. • Следат инструкции и ги разберат основните правила на бадминтонот. • Саморегулираат емоциите и справување со фрустрациите. • Доживеат чувство на достигнување и подобрена доверба преку успешно учество.	
Надлежности		
Физички компетенции: Моторна координација и контрола: Учењето да се држи рекетот, да се сервира и да се удира во пердувчеот помага да се подобри фината и бруто моторната координација. Развивањето на способноста за движење низ теренот, контрола на рекетот и следење на пердувчето ја подобрува координацијата на рацете и очите.	Социјални компетенции: Тимска работа и соработка: Партнерските или малите групни активности ги охрабруваат учениците да работат заедно, да го делат теренот, да се менуваат и комуницираат со врсници. Со кооперативно играње, учениците ќе научат како да се вклучат во заеднички активности и да вежбаат превртување.	3. Когнитивни компетенции: • Внимание и фокус: Преку структурирани активности и јасни, конзистентни рутини, учениците вежбаат да останат фокусирани на задачата (на пример, удирање на пердувче или движење на вистинското место). Употребата на визуелни тајмери или знаци им помага да ги разберат временските ограничувања и да го

• Рамнотежа и агилност: Основна работа со нозе (странични чекори, напред и назад движење) им помага на учениците да ја подобрат нивната рамнотежа и агилност.	• Комуникациски вештини: Учениците ќе практикуваат вербална и невербална комуникација (гестови, контакт со очи и можеби зборови или знаци) за да комуницираат со своите врсници за време на играта. Тие исто така можат да користат комуникациски уреди или табли ако е потребно, подобрувајќи ја нивната способност да се изразат.	управуваат своето внимание.
• Просторна свест: Разбирањето на границите на теренот и позиционирањето на теренот ќе ја подобри способноста на учениците да се движат во однос на просторот околу нив.	• Социјална интеракција: Го поттикнува социјалното поврзување и пријателства преку заеднички задачи.	• Решавање на проблеми и стратегија: Како што учениците напредуваат во нивните вештини, тие почнуваат да развиваат стратегии за удирање на пердувчето преку мрежата и позиционирање на теренот. Когнитивната задача за планирање на следниот потег или предвидување на насоката на пердувчето поттикнува критичко размислување.
Емоционални компетенции: Саморегулација: Учениците ќе вежбаат управување со емоциите за време на играта, како што се фрустрација кога промашуваат удар или возбуда при постигнување на успех. Со користење на визуелни или вербални сугестии, учениците можат да бидат охрабрени да ги препознаат и изразат своите чувства на соодветен начин. • Доверба и самодоверба: Позитивното засилување и успехот во извршувањето на задачите (дури и малите) ќе им помогне на учениците да развијат чувство за достигнување и доверба. Поттикнувањето на учество во тимски ориентирани задачи ја зголемува самодовербата. • Издржливост: Учениците учат да истрајат дури и кога се соочуваат со предизвици (на пример, не удирање совршено во пердувчето). Ова гради издржливост и начин на размислување. Сетилни компетенции: • Сензорна обработка и регулација:		Лекцијата вклучува сензорно прилагодување, помагајќи им на учениците со сензорна чувствителност да останат удобни и ангажирани. Учениците може да научат да се прилагодат на различни сетилни влезови (на пример, звукот на пердувчето кој го удира рекетот) и соодветно ги регулираат нивните емоционални реакции. • Самозастапување во сетилните потреби: Учениците може да ја развијат способноста да препознаат кога се преплавени од сензорни влезови и да комуницираат нивните потреби (на пример, барање за пауза или користење на слушалки за поништување на бучава). 6. Функционални компетенции: • Управување со задачи: Со следење на структурираните рутини (на пример, загревање, развој на вештини, игра), учениците го практикуваат следењето насоки и извршување на задачите навреме. • Свесност за времето: Користењето на тајмери или јасни визуелни знаци им помага на учениците да разберат колку време имаат за секоја активност, подобрувајќи ги нивните вештини за управување со времето.
Активност за загревање	• Цел: Да го подготви телото за физичка активност и да им помогне на учениците да го регулираат сензорниот влез. • Активност: Почнете со кратка, смирувачка музичка сесија или лесна рутина за истегнување. Вклучете вежби како замавнување на рацете, истегнување на нозете или скокање.	

	Користете визуелни сугестии за да го водите секое движење (покажи слики од активности како истегнување, скокање). Користете визуелен тајмер за да покажете кога загревањето е завршено. Охрабрете ги учениците да ги усогласат своите движења со ритамот на музиката за да ја подобрат моторната координација. • Сетилни размислувања: Избегнувајте преовладувачки звуци и визуелни ефекти; изберете смирувачка музика која не е премногу стимулирачка.	
Главна активност		
Вовед во бадминтон (5 минути) • Цел: Воведување на основниот концепт на бадминтон и правилата за безбедност. • Активност: Покажи кратко видео или демо на едноставна бадминтон игра. Воведете ги клучните компоненти: рекет, пердуче и граници на теренот. Објасните ги правилата користејќи едноставен јазик и визуелни помагала (на пример, „удри го пердучето преку мрежата“). Нагласете безбедност: „Рекетот е за удирање на пердучето, а не за луѓе.“ • Сензорни размислувања: Избегнувајте претерана стимулација со визуелни помагала, инструкциите да бидат едноставни и да се провери дали ученикот го разбира.	Развој на вештини (10 минути) • Цел: Да ги научи основните бадминтон вештини: држење, сервирање и удирање на пердучето. • Активност: Вежбање за држење: Покажи како да го држиш рекетот со „ракување“. Дозволете на учениците да вежбаат држејќи го рекетот неколку секунди. Служење пракса: Покажи како да се служи со него. Користете визуелен знак (на пример, слика која ја покажува акцијата) за да се зајакнат чекорите. Удар со пердуче: Нека учениците вежбаат удирање на пердучето нежно во воздух или до сид. Почнете со меко и лесно за удирање пердуче. Работа со нозе: Научете го основното движење околу теренот со визуелни маркери (конуси) за да покажете каде да се движите. Почнете со едноставни странични чекори. • Сензорни размислувања: Користете меки пердучиња и осигурете се дека просторот не е пренатрупан, давајќи му на секој ученик доволно простор за вежбање. • Позитивно засилување: Користете пофалби или систем на награди (налепници, жетони) за успешни обиди, без разлика колку се мали.	Структурирана активност / партнерска игра (12 минути) • Цел: Да се поттикне социјалната интеракција и тимската работа додека се практикуваат бадминтонските вештини. • Активност: Спарување на учениците врз основа на слични способности или интереси. Доделување едноставни, структурирани задачи (на пример, еден ученик служи, а другиот го враќа пердучето). За учениците со сензорна чувствителност, користете слушалки или тапи за уши за да ја минимизирате бучавата или да дозволите паузи ако потребно. Уверете се дека учениците го разбираат процесот на преземање на редот (визуелен тајмер или одбројување за секој ученик). Охрабрување на вербална или невербална комуникација, како што е кажување „Твојот ред!“ или користење на гестови. • Сензорни размислувања: Уверете се дека го прилагодувате нивото на бучава, осветлување и простор врз основа на индивидуалните преференции (смирување наспроти стимулирање).

Инструкции за наставниците		
Користете јасно, позитивно засилување • Пофалете напорите, а не само резултатите: Понудите конкретни пофалби за мали достигнувања, како на пример „Одлично го држиш рекетот!“ или „Добар ти е обидот со сервисот!“ Ова помага да се изгради доверба и да се охрабри континуиран напор, дури и кога задачата е тешка. • Систем на награди: Имплементирајте систем на награди (на пример, налепници, жетони или табела на поени) за да го прославите напредокот. Наградите може да се користат за постигнување на специфични цели како завршување на одреден број на успешни сервиси или вежбање за одреден период. • Непосредна повратна информација: Обезбедите итна и конзистентна позитивна повратна информација за да ги признаете нивните напори и напредок. На пример: “Беше навистина добро ти да останеш фокусиран за целото загревање!” Направете ја лекцијата забавна и интересна • Вклучете игливост: Додавајте забавни елементи, како создавање игри или предизвици, за да ја направите лекцијата попријатна. На пример, учениците можат да учествуваат во „предизвик на пердучето“, каде што се обидуваат да го удрат пердучето во воздухот за одредено време. • Разновидност на активностите: Одржувајте ја наставата динамична нудејќи различни активности, како	• Разбивање на задачи: Разложете ја секоја вештина (на пример, сервирање, удирање, работа со нозе) на помали, разбирливи чекори. Славете го мајсторството на секој мал чекор за да ги задржите учениците мотивирани како што напредуваат. • Рутина и предвидливост: Одржувајте постојана рутина во текот на часот. Знаејќи што да очекувате (на пример, почнувајќи со загревање, проследено со вежбање, потоа игри) може да помогне во намалување на анксиозноста и подобрување на фокусот. 4. Поттикнете позитивна и поддржувачка средина • Создавање на безбеден простор: Осигурете се дека учениците се чувствуваат емоционално и физички безбедно да учествуваат. Ако е потребно, понудите им простор за смирување и охрабрувајте ги да прават паузи. Ова помага да се намали стресот и да се зголеми мотивацијата да се вклучат кога се спремни. • Промовирање на поддршка од колегите: Поврзете ги учениците со врсници кои ги поддржуваат за одредени активности. Охрабрувањето од врсниците може да помогне да се зголеми довербата и да се создаде чувство на другарство. учениците често се чувствуваат помотивирани кога работат заедно како тим. • Поттикнување на самоизразување: Дозволете им на учениците да ги изразат своите преференции и	Обезбедување можности за успех • Поставете остварливи цели: Поставете краткорочни, остварливи цели кои им овозможуваат на учениците да доживеат успех. На пример, „Ајде да видиме дали можеме да го удриме пердучето три пати по ред" или „Можете ли да го сервираме пердучето преку линијата?" • Фокусирајте се на напредокот, а не на совршенството: Нагласете го подобрувањето над совршенството. Славете мали подобрувања, како подобар сервис или попостојани удари, за да се изгради самоверба и да се одржи мотивацијата. • Поттикнување на размислување: По часот, прашајте ги учениците во што најмногу уживале или што се горди на постигнувањето. Давајќи им ја шансата за размислување им помагаме да ги усвојат своите достигнувања и ги мотивираме за идните часови. Прилагодување на сетилните потреби • Изменување на околината: Прилагодете ја сетилната средина за да се избегне одвлекување на вниманието и да се направи часот попријатен. За учениците чувствителни на бучава, користите слушалки или се уверете дека просторот е тивок. За учениците кои се премногу стимулирани од движењето, понудете потивки, пофокусирани активности. • Понудите сетилни паузи: Дозволете им на учениците да прават паузи кога е потребно.

што се индивидуална пракса (на пример, служење), партнерска работа (на пример, одбојка), или игри во мали групи. Оваа разновидност помага да се одржи вниманието и учениците ангажирани. • Вклучете музика: Користете музика за да создадете енергична, забавна атмосфера. Смирувачката музика може да се користи за загревање или разладување, додека веселата музика може да им помогне на учениците да се енергизираат за време на тренинг или тимски предизвици. • Воведување на пријателски натпревари: Здрави, не под притисок натпревари (како кој може да го удри пердувчето најмногу пати по ред) може да ги мотивирате учениците и тоа додава возбуда на часот. Уверете се дека фокусот е на забава и учество, а не на победа. 3. Обезбедите јасни очекувања и структура • Употреба на визуелна поддршка: Обезбедите визуелни знаци (постери, инструкции чекор-по-чекор или визуелен тајмер) за да им помогнете на учениците да ја разберат структурата за лекцијата и што се очекува да направат. Визуелната поддршка обезбедува јасност и ја намалува анксиозноста.	потреби, како што се видот на активност во која најмногу уживаат или колку време сакаат да поминат на одредена задача. Кога учениците чувствуваат дека нивните избори се почитувани, тие се повеќе мотивирани да се вклучат. Користете интереси за да предизвикате ангажман • Вклучување на интересите на учениците: Ако учениците имаат специфични интереси (на пример, животни, суперхерои, бои), искористите ги тие интереси на часот за да го направите попривлечен. На пример, учениците можат да се преправаат дека пердувчето е летечка птица или дека тие се спортисти суперхерои. • Да го поврзат бадминтонот со нивниот секојдневен живот: Помогнете им на учениците да го поврзат бадминтонот со реални животни ситуации. На пример, објаснете дека бадминтонот е како игра на „фаќање" или „одбојка" на лесно игрев начин, што може повеќе да одговара на нивното разбирање.	Нудењето на кратки сетилни паузи за време на часот помага да се спречи сензорното преоптоварување и ја одржува мотивацијата. Промовирање на начин на размислување за раст • Нормализирање на грешките: Поттикнете начин на размислување за раст со нормализирање на грешките како дел од процесот на учење. Користете фрази како „Во ред е да се прават грешки, така учиме!" или „Ќе станеш подобар со пракса!" • Славете напор и упорност: Фокусирајте се на напорот и упорноста на учениците, а не на резултатот. Зацврстете дека да се трудат најдобро и редовно да вежбаат е поважно од резултатот. Мотивирањето на учениците со аутизам на час по бадминтон вклучува создавање на поддршка и ангажирачка средина која е чувствителна на нивните индивидуални потреби. Со користење на јасна структура, позитивно засилување, вклучување на интересите на учениците и обезбедување можности за успех, можете да ја зголемите нивната мотивација.
Ладење и размислување	(6 минути) • Цел: Да им помогне на учениците да се одморат и да размислуваат за нивното искуство во учењето. • Активност: Водете ги учениците низ процесот на ладење (нежно истегнување, бавно одење). Дозволете им неколку минути на учениците да размислуваат за часот.	

	Користете визуелна табла за рефлексја каде што учениците можат да посочат симболи како „Среќен“, „Одлично“ или „Добро“. За учениците кои се невербални или имаат ограничени комуникациски вештини, користете комуникациски уред или картичка за да ги изразат чувствата. Охрабрете ги учениците да дадат позитивни повратни информации на своите врсници (на пример, „Добра работа!“ или „Браво!“). • Сензорни размислувања: Одржувајте го просторот за ладење тивок и релаксирачки, со нежно осветлување ако е можно.
--	--

Општо прилагодување

• Визуелни помагала: Користете јасни визуелни инструкции (слики, видеа, водичи чекор-по-чекор) за учениците кои имаат корист од визуелното учење. • Поддршка од врсници: Поврзете ги учениците со врсници кои ги поддржуваат за моделирање и позитивна интеракција. • Комуникациска поддршка: Обезбедување на комуникациски табели, знаковен јазик или аугментативни уреди за учениците со комуникациски тешкотии. • Тешкотии во комуникацијата: Некои ученици со аутизам може да имаат проблеми со вербалната комуникација. Може да биде неопходно да се користат алтернативни комуникациски системи (како знаковен јазик, карти со слики или комуникациски уреди) за да им се помогне да ги разберат инструкциите или да ги изразат своите потреби. • Сензорни прилагодувања: Прилагодување на околината врз основа на сетилните потреби на учениците (на пример, осветлување, ниво на бучава, физички простор).	• Флексибилност: Дозволете паузи ако е потребно, и обезбедете флексибилни временски рокови за активности за да се избегне фрустрација. • Позитивно засилување: Користете систем на награди за да го охрабрите учеството, да го пофалите напорот и да ги прославите достигнувањата. Сензорно преоптоварување: Некои ученици со аутизам може да станат премногу стимулирани од звуците, движењата или сензорните влезови вклучени во физичките активности. Важно е да се внимава за знаци на преоптоварување и да се обезбедат сензорни паузи или сместување ако е потребно. • Тешкотии со социјалните интеракции: Додека бадминтонот може да биде социјална активност, на учениците кои се борат со социјалната комуникација може да им биде потребна дополнителна поддршка во интеракција со врсниците. Размислете за користење на структурирани интеракции, како што се едноставни партнерски вежби или игри, за да се олесни социјализацијата.
---	--

Сценарио за учење и план за имплементација-2

Ориентирање за ученици со аутизам

Навигација на едноставен курс за ориентирање

Целни групи	Ученици од сите возрасти со аутизам		
Цели на учењето	Да ги научи учениците со аутизам на основни вештини за ориентирање, како што се читање на мапи, користење на ознаки и следење на едноставни правци, поттикнувајќи ја тимската работа и комуникацијата: • Разберете како да користите едноставна мапа за да најдете локации. • Придвигување помеѓу 3 контролни точки со користење на визуелни маркери. • Вежбајте тимска работа и комуникација во парови или мали групи.		
Надлежности			
Когнитивни - Читање на мапи, Решавање проблеми, Меморија, Редослед Физички - Движење, Координација	Социјално - тимска работа, комуникација, следење на правила Емоционално - доверба, издржливост	Ориентација, Донесување одлуки, Управување со времето Сензорно - Сензорна обработка, Визуелен / аудитивен фокус	

Вовед	Ориентирањето е физичка активност која ги комбинира навигацијата и физичките вежби. За учениците со аутизам, лекцијата треба да биде структурирана, визуелно поддржана и да вклучува предвидливи процеси чекор-по-чекор. Активноста може да помогне во подобрување на просторната свест, решавање на проблеми и социјална интеракција во контролирана средина.
Главна активност	
Сценарио за учење за четири недели Недела 1: Вовед во ориентирањето • Цел: Запознавање на учениците со основните алатки и концепти на ориентирањето. • Активности: Вовед: Накратко објасните што е ориентирање со користење на слики или кратко видео. Основи на мапа: Научете едноставни вештини за читање на мапи, како што се идентификување на симболи (дрва, патеки) и разбирање упатства. Практична задача: Спојување на обележјата на картата со вистински објекти во животната средина. • Поддршка: Користете голема ламинирана мапа со велкро маркери за да ја направите активноста интерактивна. Недела 2: Навигација по едноставна рута • Цел: Да ги научат учениците да ја следат претходно планираната рута со користење на мапа. • Активности: Визуелна демонстрација: Покажи како да најдеш почетна точка и да ја следиш патеката на картата. Групна задача: Учениците работат во парови за да се движат помеѓу 2-3 контролни точки означени со конуси или знамиња. Размислување: Соберете се како група и разговарајте за искуството користејќи едноставна визуелна табела за да ги покажете чувствата (среќен, неутрален, фрустриран). • Поддршка: Обезбедете листа за проверка за секоја контролна точка, вклучувајќи и визуелен маркер за она што ќе го видат на секоја локација. Недела 3: Решавање на проблеми со пречки • Цел: Воведување на едноставно донесување одлуки и решавање на проблеми за време на ориентирањето. • Активности: Патека со предизвици: Креирање на курс со заобиколувања или бариери кои бараат од учениците да ги прилагодат своите патеки (на пример, „Оди околу	Вежбање на мапата (10 минути) • Цел: Научи како да ја лоцираш почетната точка и да следиш патека. • Чекори: Дистрибуирајте ламинирани мапи. Помогнете на секој ученик или пар да ја најдат својата почетна точка („Побарајте црвена ѕвезда на вашата мапа“). Водете ги учениците во следењето на патеката од почетната точка до првата контролна точка со нивните прсти. Демонстрирајте одење до првиот контролен пункт додека држејќи ја картата, покажувајќи кон конусот/знамето за да се осигура јасност. • Поддршка: Користете еден-на-еден насоки или врснички пријатели. Покажи карти за визуелни задачи (на пример, „Погледни на мапата“, „Прошетка“, „Застани на конусот“). Ориентирање (20 минути) • Цел: учениците се движат по едноставен курс со 3 контролни точки. • Чекори: Спарување на учениците или доделување на мали групи (по 2-3 ученици). Секоја група ја добива својата мапа и започнува од назначената точка „Вие сте тука“. Водете учениците да ги лоцираат и да одат до секој контролен пункт, следејќи ја патеката на картата. На секоја контролна точка, учениците извршуваат мала задача (на пример, да се совпадне слика, да се избројат предмети или да се идентификува боја). Осигурете дека персоналот или волонтерите се позиционирани на контролните пунктови за да им помогнат и да ги охрабрат учениците. • Совет за безбедност: Јасно обележете ги границите на курсот и ги потсетете

крупата и го најди дрвото"). Играње на улоги: Назначете еден ученик како „навигатор“, а друг како „проверувач“ за да ја охрабрите тимската работа. • Поддршка: Користите ламинирана картичка со инструкции чекор-по-чекор за справување со пречки. Недела 4: Ориентирање мини-предизвик • Цел: Применете научени вештини во надгледуван, забавен предизвик за ориентирање. • Активности: Тимско ориентирање: учениците работат во мали групи за да се движат по патеката со 4-5 контролни точки. Секоја контролна точка вклучува едноставна задача (на пример, броење на објекти, идентификување на боја). Прослава: Завршува со групна слика и мала награда за учество. • Поддршка: Обезбедување визуелни знаци на секоја контролна точка и јасна „завршна линија“. Структура на една лекција, тема: Навигација по едноставен курс за ориентирање Вовед (5 минути) • Цел: Поставете тон и објаснете ја активноста. • Чекори: Добредојде на учениците и воведете ја лекцијата со визуелна картичка: „Денес ќе користиме мапа за да најдеме места!" Покажи голем пример на мапа и објасни како да ја најдеш точката „Ти си тука“. Посочете обележја на картата и ги поврзајте со вистински објекти во близина (на пример, дрво, клупа). Користете едноставен, повторувачки јазик: „Гледаме во картата. Одиме до конусот. Ние престануваме!"		учениците да не талкаат подалеку. Рефлексија и завршување (5 минути) • Цел: Да се прослават достигнувањата и да се зајакне учењето. • Чекори: Собери ги учениците назад во почетната област. Користете визуелна табела за да дискутирате за чувствата (на пример, „Дали ви се допадна да ги пронајдете шишарките? Покажи ми среќен, во ред или не среќен“). Дадете мали награди или налепници како признание за учеството. Повторете ја активноста со визуелни помагала: „Користевме мапа, отидовме до конусите и ја завршивме патеката. Одлична работа!"			
Инструкции за наставниците					
Пред лекцијата Поврзете се со интересите: Користете мапи со познати предмети, омилен бои или теми (на пример, животни или суперхерои) за да предизвикате интерес. Вклучете елемент на приказна како „Ние сме истражувачи во потрага по скриени богатства!" Преглед на активноста:		за да им даде чувство на контрола (на пример, „Дали сакате да ги изброите конусите или да го најдете знамето?“). •Останете флексибилни: Прилагодете ја активноста врз основа на нивната енергија и расположение - прославете секое учество како победа. Сетилна чувствителност		Загриженост за безбедноста • Предизвик: учениците може да скитаат или да се борат да ги разберат границите. • Решение: Јасно дефинирајте ги границите на патеката со користење на конуси, знамиња или природни обележја. Осигурете доволен надзор од возрастни, со персонал или	

Испратете визуелен распоред или социјална приказна дома однапред за да ги подготвите учениците за тоа што да очекуваат. Користете визуелни картички за да покажете што тие ќе направат (на пример, „Прошетај, пронајди го конусот, прослави!“). За време на лекцијата Позитивно засилување: Користете вербални пофалби и специфично охрабрување како, „Одлична работа во пронаоѓањето на конусот!“ или „Ти си одличен навигатор!“ Дајте материјални награди (налепници, марки) на секој контролен пункт за да го задржите ангажманот. Креирање на визуелна цел: Користете банер или шарена мета за да го означите крајот. Визуелно прикажување на напредокот (на пример, табела каде секој контролната точка е „ниво“ за отклучување). Вклучете сензорни паузи: Обезбедите кратки паузи со сензорно-пријателски активности (како притискање на стрес топка) ако учениците се чувствуваат пренатрупани. Славете мали чекори за да ја задржите мотивацијата висока без да ги преоптоварувате. Користете модели на врсници или пријатели: Поврзете ги учениците со ентузијастички врсници кои можат да ја покажат активноста и да го охрабрат учеството. По часот Прославете успех: Истакнете достигнувања, дури и	• Предизвик: Некои ученици може да се чувствуваат пренатрупани од сензорниот влез во надворешната средина, како што се бучава, сончева светлина или непознати текстури (трева, нечистотија). • Решение: Изберете тивка, контролирана локација. Дозволете им на учениците да носат очила за сонце, капи или слушалки за поништување на бучава. Ако е потребно, обезбедите сетилни паузи или смирувачки активности. Тешкотии со транзиции • Предизвик: Движењето помеѓу контролните пунктови или започнувањето на нова активност може да предизвика анксиозност или отпор. • Решение: Користете визуелни распореди или знаци за транзиција (на пример, „Прво го наоѓаме конусот, а потоа се одмораме“). Понудите одбројување пред транзициите (на пример, „За 3 минути, одиме до следната точка“). Прашања за навигација и просторна свест • Предизвик: учениците може да се борат да ја разберат картата или да се движат по курсот самостојно. • Решение: Поедноставување на мапите со јасни симболи и помалку детали. Поврзете ги учениците со пријател или асистент за советување. Користете визуелни маркери (на пример, светли знамиња, конуси) за да ја олесните навигацијата. Комуникациски бариери • Предизвик: ученици со ограничени	волонтери стационирани на клучните точки. Користете идентификациони ознаки или бележници за учениците кои имаат тенденција да талкаат. Предизвици за социјална интеракција • Предизвик: Некои ученици може да се чувствуваат непријатно работејќи со врсници или во групи. • Решение: Дозволете им на учениците да изберат дали да работат сами, во парови или во мали групи. Распределете улоги во рамките на групите за да му дадете на секој ученик јасна одговорност (на пример, носител на мапа, навигатор). Отпор на промени или новина • Предизвик: учениците може да се спротивстават на учеството во нова активност или да се чувствуваат вознемирени за непознатото. • Решение: Користете социјални приказни или прегледи за да ја објасните активноста однапред. Одржувајте конзистентна структура и рутина во текот на часот. Постепено воведување на концептот на ориентирање во текот на повеќе сесии. Преплавување од последователни задачи • Предизвик: Извршувањето на повеќе задачи на контролните пунктови може да се чувствува преовладувачко. • Решение: Поедноставете ги задачите и дозволете им на учениците да се фокусираат на една цел во исто време (на пример, „Пронајди конус и
--	--	---

мали, со групно поздравување, петки или сертификати. Користете визуелна табела на награди за да покажете што постигнале. Рефлектира позитивно: Прашувајте едноставни прашања како „Кој ти беше омилен дел?“ и ги зацврстете нивните одговори со насмевки и признание. Прикажување на слики или цртежи од нивните достигнувања (со согласност) за да се создадат трајни позитивни спомени. Општи совети • Нека биде забавно и предвидливо: Предвидливите рутина обезбедуваат удобност, додека забавните задачи го одржуваат интересот. • Понудете избор: Дозволете им на учениците да избираат помеѓу едноставни задачи на контролните пунктови	можности во вербалната комуникација може да имаат тешкотии да побараат помош или да разберат инструкции. • Решение: Користете визуелна поддршка, како што се картички со слики или водичи чекор-по-чекор. Поттикнување на невербална комуникација, како покажување или користење на гестови. Обезбедете јасни, едноставни инструкции и повторете ако е потребно. Краток опсег на внимание • Предизвик: учениците може да го изгубат интересот за активноста ако е премногу долга или сложена. • Решение: Задачите треба да бидат кратки и остварливи, со чести паузи. Вклучете интересни елементи како мали награди или задачи врз основа на нивните интереси.	застани“). о Обезбедете доволно време за да ја завршите секоја задача без притисок. Ниска мотивација или ангажман • Предизвик: учениците може да ја изгубат мотивацијата ако активноста не се усогласува со нивните интереси. • Решение: Прилагодување на задачите според нивните преференции (на пример, вклучување омилен бои, теми или карактери на мапата и маркери). Понудете итни награди или признание по извршување на секоја задача.
---	--	---

Наставна стратегија

Искористување на ресурсите	• Едноставни ламинирани мапи на курсот (1 по ученик или пар). • Обоени конуси или знамиња за контролни точки. • Карти за визуелни инструкции (со симболи и чекори). • Мали награди (на пример, налепници, сертификати). • Свирка или свонче за сигнализирање на контролни точки. Поставување • Животна средина: Позната и безбедна надворешна површина како училишно игралиште, парк или отворено поле со јасно означени граници. • Големина на групата: Мали групи (2-4 ученици во група) за да се одржи фокусот и да се обезбеди безбедност.
-----------------------------------	---

Општо прилагодување

Стратегии за диференцијација Поедноставување на задачите • Стратегија: Прилагодување на сложеноста на задачите врз основа на способностите на учениците. За почетници: Користете поедноставена мапа со јасни, задебелени визуелни ефекти и помалку детали.	Визуелни и физички граници • За учениците кои се склони кон лутање, обележајте ги границите со конуси, ленти или преносливи бариери. • Да се создаде помал курс за учениците кои може да се борат со поголеми простори. Сетилно сместување
---	---

Обезбедување на директни насоки за навигација. За напредни ученици: Вклучете повеќе контролни точки, малку сложени рути, или дополнителни задачи како идентификување на обележја. Прилагодување на групната динамика • Стратегија: Обезбедете различни опции за учество. Независни ученици: Дозволете им да го завршат курсот индивидуално со нивно темпо. Социјални ученици: Поврзајте ги со пријател или група за Охрабрување на соработката и тимската работа. Сензорно-чувствителни ученици: Обезбедете потивок, алтернативен курс со помалку одвлекување на вниманието. Нудење на избори • Стратегија: Дозволете им на учениците да прават избори за да го зголемат ангажманот. Пример: Дозволете им на учениците да изберат кој пат да го следат (на пример, црвена патека наспроти сина патека) или која задача да ја завршат контролен пункт. Повеќе начини на настава • Стратегија: Презентирање на инструкции на различни начини за да се задоволат различните стилови на учење. Визуелни ученици: Користете карти со слики, дијаграми или кодирани карти во боја. Кинестетички ученици: Вежбајте физички рути со практично водство пред да започнете. Аудитивни ученици: Обезбедување вербални сугестии или аудио знаци. Индивидуализирана поддршка Прилагодени мапи • Креирање персонализирани мапи со: Јасни индикатори за почеток и крајна точка. Зголемени симболи или допирни елементи (на пример, подигнати површини за ученици со оштетен вид). Еден-на-еден помош • Назначете асистент или волонтер за да обезбеди насоки за учениците на кои им е потребна дополнителна помош.	• Обезбедете сензорни алатки како слушалки за поништување на бучава, играчки или сензорна зона за одмор за престоимулираните ученици. • Користете природни сетилни мотиватори како дрво за седење или тивка клупа како контролни пунктови. Бихевиорална и емоционална поддршка Позитивно засилување • Понудите итни награди прилагодени на индивидуалните преференции (на пример, налепници, вербални пофалби или омилена активност). • Користење на токен системи за учениците кои добро реагираат на визуелното следење на напредокот (на пример, собирање ѕвезди за секоја контролна точка). Социјални приказни • Користете социјални приказни пред часот за да ја објасните активноста и да ја намалите анксиозноста. • Пример: "Ќе користиме мапа за да најдеме конуси. Прво, гледаме во картата. Потоа одиме до конусот. Ќе се забавуваме!" Флексибилно темпо • Им дозволете на учениците да напредуваат со свое темпо, обезбедувајќи дополнително време за оние на кои им е потребно. • Понудете дополнителна задача (на пример, боење на мапа или броење на дополнителни обележја). Следење на напредокот • Следење на успехот на секој ученик врз основа на нивните индивидуални цели, како што се: Цел 1: Самостојно управување со една контролна точка. Цел 2: Извршување на задача на секој контролен пункт со минимални сугестии. Цел 3: Активно учество во групна околина. Комуникациски алатки • Обезбедување на алтернативни комуникациски опции, како што се: Picture Exchange Communication System (PECS) картички за да побарате помош или да сигнализираат потреби. Да/не картички или табли за емоции за изразување на чувства за време на активноста. Придонес на родителите и старателите • Соработуваат со родителите или старателите за да го
--	--

• Користете конзистентни сугестии или знаци за да ја намалат конфузијата (на пример, „Покажи кон конусот, оди до него“).		разберат потребите и преференциите на учениците.	
• Вклучете познати рутини или поддршка кои функционираат добро за ученикот во други средини.			
Сценарио за учење и план за имплементација-3			
Настава Ориентирачки вештини за ученици со аутизам			
Целни групи	Ученици од 7-10 години		
Цели на учењето	До крајот на часот, учениците ќе направат: 1. Демонстрирање на основна ориентација и вештини за навигација, како што се препознавање на насоки (лево, десно, напред, назад). 2. Следете едноставна, структурирана рутина која вклучува просторна навигација. 3. Подобрување на бруто моторната координација преку активно ангажирање во движења поврзани со спортот. 4. Изградете доверба во ангажирање со врсниците во средина на физичка активност.		
Надлежности			
Моторни вештини: Подобрување на физичките способности преку движечки активности. Просторна свест: Развивање на разбирање на позиционирањето и навигацијата во дефиниран простор.		Социјални вештини: Поттикнување на интеракција со колегите и тимска работа.	Саморегулација: Управување со сетилни влезови и транзиции во структурирана средина.
Активност за загревање	Загревање (7 минути) Цел: Да се подготви телото за движење и да се започне со развивање на основни концепти за просторна свест. • Активност: „Следете го лидерот“ Наставникот (или врсникот) ги води учениците во едноставни движења како што се вртење во различни насоки, одење напред, чекор назад и застанување. Дајте јасни вербални инструкции: „Сврти лево“, „Чекор наназад“, „Оди напред“ и така натаму. Учениците ги следат, отсликувајќи ги движењата. Модификации: • Користете визуелни знаци како стрелки или знаци за да ја посочите насоката на движење. • Ако е потребно, обезбедите физичко водство со нежно поддржување на рацете на учениците додека ги следат инструкциите. Вклучување на социјални вештини: • Охрабрување на контакт со очи и признавање кога секој ученик правилно ја следи насоката. • Обезбедете вербално засилување како, „Одлична работа што се сврти лево!“ или „Добра работа е да се повлечам!“		
	Главна активност		
Главна активност 1 (13 минути) Цел: Вежбајте движења од лево, десно, напред и назад и им помогнете на учениците да ја разберат позицијата на нивното тело во просторот. • Активност: „Насочена игра со конуси“ Поставете едноставен курс со користење на конуси или		Главна активност 2 (13 минути) Цел: Зајакнување на насочената ориентација во динамична, кооперативна активност. • Активност: „Патека со пречки со насочени знаци“ Креирајте едноставна патека со пречки каде што учениците мора да следат специфични упатства за да се	

маркери. Обележете ги со јасни визуелни знаци или бои (на пример, сина за „лево“, црвена за „десно“, жолта за „напред“, зелена за „назад“). Давајте вербални команди, како на пример „Оди до синиот конус (лево)“ или „Сврти се кон црвениот конус (десно)“. Нека учениците се движат од еден конус до друг, вежбајќи ја нивната способност да ги разберат просторните насоки и да се ориентираат себеси. Модификации: • Користете големи, светло обоени конуси за да обезбедите видливост. • Обезбедите пријател за да му помогне со разбирање на насоката (на пример, водење на ученикот со нежно покажување во насоката на која треба да се движи). • Ако ученикот се бори со една насока, поедноставете ја задачата со намалување на бројот на чекори. Вклучување на социјални вештини: • Спарување на учениците заедно за да се охрабри интеракцијата со врсниците. Охрабрете ги да си помагаат едни на други во препознавање на насоките. • Користете фрази како, „Ти му помогна на пријателот да сврти десно. Одлична тимска работа!“	движат. Курсот може да вклучува одење низ конуси, лазање под јаже, скокање преку меки пречки и вртење околу одредени точки. Дајте вербални инструкции како, „Пречекори преку црвениот конус“, „Сврти десно кон синиот конус“, „Скокни напред преку жолта перница“ итн. Користете визуелна листа за да ги потсетите учениците на упатствата во секоја фаза. Модификации: • Ако одредени ученици сметаат дека курсот е преовладувачки, дозволете им да се вклучат во делови од курсот кои се удобни за нив. • Прилагодување на пречките за учениците со предизвици за мобилност, како што е понудата за одење наоколу наместо преку пречки. Вклучување на социјални вештини: • Учениците да работат во парови или мали групи, обезбедувајќи можности за комуникација и соработка. • Пофалете ја позитивната тимска работа, како што е чекањето другиот ученик да заврши дел пред да продолжи.
Инструкции за наставниците	
Поттикнување на индивидуалните интереси Учениците со аутизам често имаат специфични интереси или страсти кои можат да се искористат како мотиватори. Со вклучување на нивните интереси во часот, можете да ја зголемите нивната мотивација и ангажман. • Персонализирани знаци: Ако ученикот има одреден интерес (на пример, животни, автомобили, возови), користете слични слики, играчки или јазик за да ја направите лекцијата поинтересна. На пример, користете визуелни знаци со животинска тематика за упатства, како на пример „Сврти лево како лав кој се врти за да се нафрли!“ или „Скокни напред како зајак!“ • Поврзување на активности со интереси: Ако ученикот сака одредено хоби, како спорт, користете термини или опрема поврзани со тој интерес (на пример, користење на фудбалска топка за да се учи насоката, или да се има „тркачки автомобил“ активност за да се промовира брзо, насочено движење). Создавање на структурирана и предвидлива средина	Обезбедување можности за избор Давајќи им на учениците чувство на контрола врз нивното учење може да ја зголеми мотивацијата и да го намали отпорот за учество. • Избор на активности: Понудете опции за учениците да изберат, како што се избор на вид на патека со пречки или избор на насока која сакаат да вежбаат прв. На пример, прашајте, „Дали сакате да одите напред до синиот конус или да свртите лево кон црвениот конус?“ • Избор на улога: Дозволете им на учениците да се менуваат во различни улоги (на пример, да бидат „лидери“ за насочување на другите, да ја изберат насоката за групата, или да бидат први кои ќе пробат задача). Ова го поттикнува ангажманот овозможувајќи им на учениците да се чувствуваат повеќе под контрола. Промовирање на социјален ангажман и поддршка од колегите Поттикнувањето на социјална интеракција може да ја зголеми мотивацијата, особено ако учениците можат да

Учениците со аутизам често напредуваат во структурирани, предвидливи средини каде што знаат што да очекуваат. Уверете се дека часот е организиран со јасни чекори и визуелни распореди. • Визуелен распоред: Обезбеди визуелен распоред на дневните активности, покажувајќи го редоследот на часот (на пример, загревање, патека со пречки, игри со насока, ладење). Ова им помага на учениците да предвидат што ќе се случи и да ја намалат анксиозноста. • Јасни инструкции: Користете конзистентни рутини и јасни, едноставни инструкции во текот на часот. Ова ја минимизира конфузијата и ги поддржува учениците да знаат што се очекува. Понудите позитивно засилување и награди Позитивното засилување е од клучно значење за мотивирање на учениците да учествуваат и да извршуваат задачи. • Итни награди: Зајакнување на посакуваните однесувања веднаш по нивното појавување (на пример, „Одлична работа да се сврти лево! Еве налепница!“). Наградите може да вклучуваат пофалби, жетони или омилена активност (на пример, играње со играчка по успешно извршување на задача). • Користење на систем на токени: Ако учениците се вклучат во активноста или ги следат инструкциите, тие можат да заработат токени кои се акумулираат за поголема награда. Ова обезбедува визуелна претстава на напредокот. • Нематеријални награди: За некои ученици, социјалните награди како што се пофалби, високи петки или признавање од колегите (на пример, „Сите навиваат за [име], тие направија одлична работа следејќи ги упатствата!“) може да бидат моќни мотиватори. Вклучете сензорно-пријателски пристапи • Промена на околината: Прилагодување на светлината, нивото на бучава и визуелните стимули во просторот. Ако гласни звуци или силни светла можат да предизвикаат непријатност, понудите слушалки за поништување на бучава или обезбедете мирен простор каде што учениците можат да одат ако се чувствуваат пренатрупани. • Физичка удобност: Осигурете дека учениците се чувствуваат удобно во нивната облека и дека физичката	работат заедно или да се поддржуваат едни со други. • Врснички пријатели: Спарување на учениците на кои може да им треба дополнителна поддршка со пријател за да го моделираат однесувањето и да обезбедат насоки. Врсниците можат да му помогнат на ученикот да го води низ активноста и да обезбедат позитивни повратни информации. Ова промовира соработка и социјална интеракција. • Групна работа: Вклучете активности каде што учениците мора да работат заедно, како што се следење на упатства како тим или помагање еден на друг низ патеката со пречки. Ова го зајакнува чувството на заедница и им дава мотивација на учениците да учествуваат во групна околина. Постепено зголемување на комплексноста • Почнете со едноставни движења: Почнете со многу основни движења (на пример, движење напред, вртење на место) пред воведување на посложени задачи. Ова им овозможува на учениците да се здобијат со доверба пред да бидат предизвикани со потешки задачи. • Разложете задачи: За комплексни активности, разложете ги на помали, одржливи чекори. На пример, прво можете да вежбате одење напред по права линија, а подоцна да воведете вртење или управување со пречки. • Прилагодување на напредокот: Бидете флексибилни и прилагодете се на напредокот на учениците. Ако ученикот се бори со задача, разложете ја понатаму или понудите дополнително време за вежбање. Славете ги нивните достигнувања, без разлика колку се мали. Употреба на технологија и визуелна поддршка За некои ученици со аутизам, дигиталните алатки и технологија можат да го подобрат учењето и мотивацијата. • Интерактивни апликации: Постојат апликации дизајнирани да промовираат физичка активност и ориентација, како што се интерактивни игри кои ги водат учениците преку насочено движење. • Видеа и визуелни демонстрации: Користете видеа или анимации кои покажуваат различни движења и правци. Визуелните модели често обезбедуваат појасно разбирање на задачата и можат да бидат попривлечни за учениците.
--	---

активност е соодветна за нивните моторни способности (на пример, нудење на помек и побезбедни пречки за учениците со моторни тешкотии). Користете визуелни и физички знаци Визуелната поддршка и физичките знаци се клучни за водење на учениците низ часот и им помагаат да ги разберат и да ги следат упатствата. • Визуелни знаци за насока: Користете големи, јасни визуелни помагала за да ги покажете насоките (на пример, стрелки, слики од движењето). На пример, може да се користи слика од личност која оди напред за да се сигнализира движењето напред, или стрелка за да се покаже вртење лево или десно. • Физичка демонстрација: Физички демонстрирајте го секое движење или насока со моделирање на акциите или со помош на пријател.	Создавање на наградувачка, позитивна атмосфера Уверете се дека на часот е забавно, пријатно искуство, а не стресно. Позитивната атмосфера ја зголемува мотивацијата на учениците да учествуваат и да учат. • Охрабрување на позитивни емоции: Славете го напорот, а не само резултатот. Признајте го учеството на секој ученик со позитивно засилување, дури и ако тие сè уште учат. На пример, „Се трудеше се од себе да продолжиш напред, одлична работа!“ • Направете учењето да е забавно: Вклучете елементи на игра, како претворање на активноста во забавна трка или предизвик. Додавањето музика, звучни ефекти или разиграни теми (на пример, „Ние тренираме да бидеме суперхерои кои ги следат упатствата!“) може да ја направи лекцијата попријатна и возбудлива.
Ладење и размислување	Ладење (7 минути) Цел: Промовирање на релаксација и помагање на учениците да го процесираат часот. • Активност: „Бавни движења и дишење“ Водете учениците во бавни, свесни движења за да ги опуштат своите тела по активноста. Користете нежни истегнувања, како што се посегнете кон небото, наведнување нанапред за да ги допрат прстите и рамената. Вклучете вежби за длабоко дишење (на пример, „Вдишувајте преку носот, преку устата“) за да помогнете во саморегулацијата. Модификации: • Обезбедите мирна музика или визуелни ефекти за да создадете сензорно-пријателска средина. • Дозволете на учениците да седнат или легнат ако се чувствуваат премногу стимулирани.
Искористување на ресурсите	• Шишарки или маркери (по можност шарени) • Визуелни знаци или знаци (лево, десно, напред, назад) • Меки пречки (блокови од пена, перници, јажиња) • Визуелен распоред или контролна листа • Музика или смирувачки звуци за ладење
Општо прилагодување	
Диференцијација во наставните стилови Вербална комуникација • За ученици со ограничена вербална комуникација: Користете визуелни потпора, како симболи или картички со слики, за да ги претставувате насоките (лево, десно, напред, назад). Овие визуализации можат да бидат прикажани заедно со вербалните знаци на наставникот	Промовирање на социјален ангажман и поддршка од колегите Поттикнувањето на социјална интеракција може да ја зголеми мотивацијата, особено ако учениците можат да работат заедно или да се поддржуваат едни со други. • Врснички пријатели: Спарување на учениците на кои може да им треба дополнителна поддршка со пријател

или да се користат во едноставна, писмена форма. • За учениците со силни вербални вештини: Понудите вербални објаснувања и охрабрате ги вербално да ги повторат насоките пред извршување на движењата. Ова може да помогне да се зајакне нивното разбирање и да се изградат нивните комуникациски вештини. Физичко водство • За ученици со моторни тешкотии: Обезбедете дополнителна физичка помош за да им помогнете да се движат по патеката, како што е нежно водење на раката за да им помогне да ги направат правилните движења. Алтернативно, понудите модифицирани движења (на пример, одење наместо трчање, или седење за извршување на задачи ако е потребно). • За учениците со подобри моторни вештини: Дозволете им да ги завршат активностите со свое темпо, охрабрувајќи ги да ги следат упатствата побрзо и со посложени движења. Адаптации на активности Активност 1: Насочена игра со конуси • Модифициран конусен курс: За ученици со предизвици за мобилност: Намалување на сложеноста на курсот или да го направи подостапен дозволувајќи им на учениците да одат, да користат помагала за движење или да земаат паузи кога е потребно. За учениците кои се борат со длабинска перцепција: Користете поголеми, поразлични маркери (како преголеми конуси) и уверете се дека се поставени на блиско растојание за да се намалат тешкотиите во разликувањето на правците. За учениците на кои им е потребно дополнително време: Дозволете им повеќе време на учениците да го процесираат и да реагираат на насоката знаци. Уверете се дека упатствата се доставени со побавно темпо и дека учениците можат да ги повторуваат движењата ако е потребно. Активност 2: Патека со пречки со насочени знаци • Флексибилни пречки: За ученици со сензорна чувствителност: Користете меки, незаканувачки материјали за пречки (на пример, пенливи перничиња наместо поцврсти предмети) и	за да го моделираат однесувањето и да обезбедат насоки. Врсниците можат да му помогнат на ученикот да го води низ активноста и да обезбедат позитивни повратни информации. Ова промовира соработка и социјална интеракција. • Групна работа: Вклучете активности каде што учениците мора да работат заедно, како што се следење на упатства како тим или помагање еден на друг низ патеката со пречки. Ова го зајакнува чувството на заедница и им дава мотивација на учениците за индивидуалните интереси, предности и сетилни потреби. Сетилна чувствителност Многу ученици со аутизам имаат зголемена чувствителност на сензорни стимули како што се бучава, силна светлина, текстура, па дури и одредени мириси. Предизвици: • Прекумерната стимулација од гласни звуци, силни светла или големи групи може да доведе до анксиозност или распаѓање. • Некои ученици може да бидат преплавени од физички контакт (на пример, кога го водат ученикот физички). Решенија: • Создавање на сензорна средина со прилагодување на осветлувањето, минимизирање на бучавата и обезбедување на слушалки за поништување на бучава ако е потребно. • Користете меки, неинвазивни материјали за активности (на пример, пенести конуси наместо пластични конуси). • Дозволете им на учениците да прават сетилни паузи во мирно место ако е потребно. Тешкотии со транзиции Учениците со аутизам може да се борат со преминот од една активност во друга. Ова може да вклучи тешкотии во разбирањето што следи, како и тешкотии во управувањето со физичката или емоционалната промена. Предизвици: • Отпор или вознемиреност при преминување од една активност на друга (на пример, од патека со пречки до игра или ладење). • Учениците може да бидат вознемирени или збунети од промените во рутината, особено ако не се подготвени за
--	--

избегнување на гласни звуци или ненадејни промени во животната средина. За учениците кои го сметаат курсот за премногу голем предизвик: Поедноставување на курсот со пречки со намалување на бројот на насоки или правење на пречките пониски по висина или големина. За понапредни ученици: Зголемување на сложеноста на курсот со додавање на дополнителни задачи (на пример, скокање, вртење или вклучување на вртења додека се движите по пречки). Визуелна поддршка и знаци • Визуелен распоред: За учениците кои имаат корист од структурата и предвидливоста, обезбедете визуелен распоред на дневниот час (користејќи слики за секоја активност). Ова ќе им помогне да го разберат текот на лекцијата и што следи. • Сликарски знаци за упатства: Користете слики или симболи за секоја насока (на пример, стрелка која покажува лево, лице кое оди напред) за визуелно да ги претставите инструкциите. Ова им помага на учениците кои се борат со вербална комуникација или обработка на говорни инструкции. Сетилни модификации • За учениците со сензорна чувствителност: Осигурете се дека околината е смирувачка со одржување на ниско ниво на бучава, користење на нежно осветлување, па дури и нудење на слушалки за поништување на бучава ако е потребно. За учениците чувствителни на визуелни стимули, избегнувајте светла или трепкачки светла. • За учениците кои лесно се престимулираат: Поставете сензорна пријателска зона каде што учениците можат да прават паузи, како тивок агол со меко седење или смирувачки визуелни ефекти. Тие можат да се повлечат тука ако треба да се саморегулираат пред повторно да се приклучат на часот. • За учениците на кои им е потребен сензорен влез: Обезбедете активности кои ги вклучуваат нивните сетила (на пример, користење на текстурирани конуси или предмети, нежни допирни предмети кои можат да ги допрат за време на паузите). Социјална поддршка и интеракција со колегите • Пријатели со врсници: Спарување на учениците на кои	транзицијата. Решенија: • Обезбеди визуелен распоред за да ги подготви учениците за претстојните активности. • Користете јасни и конзистентни знаци (на пример, вербални предупредувања или одбројувања) при транзицијата. • Дозволете им на учениците да практикуваат транзиции во средина со низок стрес за да изградат блискост и да ја намалат анксиозноста. Тешкотии со разбирање на насоките Некои ученици со аутизам може да имаат тешкотии при разбирањето или обработката на вербалните инструкции, особено во брзи или сложени активности. Ова може да доведе до фрустрација или недостаток на ангажман. Предизвици: • Се бори да ги обработи вербалните инструкции брзо, особено кога се дадени повеќе насоки одеднаш. • Промена на околината: Прилагодување на светлината, нивото на бучава и визуелните стимули во просторот. Ако има гласни звуци или силни светла тие можат да предизвикаат непријатност, понудете слушалки за поништување на бучава или обезбедете мирен простор каде што учениците можат да одат ако се чувствуваат пренатрупани. • Физичка удобност: Осигурете дека учениците се чувствуваат удобно во нивната облека и дека физичката активност е соодветна за нивните моторни способности (на пример, нудење на помек и побезбедни пречки за учениците со моторни тешкотии). Користете визуелни и физички знаци Визуелната поддршка и физичките знаци се клучни за водење на учениците низ часот и им помагаат да ги разберат и да ги следат упатствата. • Визуелни знаци за насока: Користете големи, јасни визуелни помагала за да ги покажете насоките (на пример, стрелки, слики од движењето). На пример, може да се користи слика од личност која оди напред за да се сигнализира движењето напред, или стрелка за да се покаже вртење лево или десно. • Физичка демонстрација: Физички демонстрирајте го
---	---

може да им треба дополнителна помош со пријател кој може да ги моделира движењата и да обезбеди нежни насоки. Пријателите со врсници можат да им помогнат на учениците со аутизам да ги разберат и да ги следат упатствата, зајакнувајќи ги позитивните социјални интеракции. • Поттикнување на пофалби од колегите: За да се поттикнат социјалните вештини, охрабрување на учениците да се фалат меѓусебно по завршувањето на задачата. На пример, кога ученикот успешно ја следи насоката, врсниците можат да кажат „Добра работа!“ или да плескаат за да го зајакнат позитивното социјално однесување. Бихевиорална поддршка • Јасни и конзистентни рутини: Некои ученици со аутизам може да се борат со транзиции или промени во рутината. Не заборавајте да ги подготвите однапред за било какви промени во вообичаениот тек на часот, како што е користење на социјална приказна за да се објасни што следи. • Побрзо темпо за напредни ученици: За учениците кои брзо го сфаќаат концептот на насоки и ориентација, обезбедуваат можности за нив да се движат низ активностите побрзо или нудат дополнителни предизвици, како што се вклучување на посложени инструкции.	секое движење или насока со моделирање на акциите или со помош на пријател. На пример, демонстрирајте свртување лево со движење на телото во правецот во кој сакате учениците да одат. • Знаци за однесување: Користете визуелен систем за знаци (на пример, палец за правилно однесување или знак стоп за да укажете кога ученикот треба да забави или да се смири). Ова им помага на учениците да ги разберат очекувањата и соодветно да го прилагодат своето однесување. • Паузи: Дозволете им на учениците да прават паузи кога е потребно. учениците може да бидат пренатрупани или престимулирани за време на активностите, така што нудењето на кратки, структурирани паузи може да им помогне да ја управуваат својата енергија и емоции. Прилагодување на темпото и времето • Флексибилно време: За учениците на кои им треба повеќе време за обработка на инструкции или завршување на задачи, го продолжуваат времето дозволено за секој дел од активността. На пример, ако на ученикот му треба дополнително време за да стигне до конус или да изврши насочено движење, дозволете му да го направи тоа со свое темпо без да брза.
Обезбедување можности за избор Давајќи им на учениците чувство на контрола врз нивното учење може да ја зголеми мотивацијата и да го намали отпорот за учество. • Избор на активности: Понудите опции за учениците да изберат, како што се избор на вид на патека со пречки или избор на насока која сакаат да вежбаат прв. На пример, прашајте, „Дали сакате да одите напред до синиот конус или да свртите лево кон црвениот конус?“ • Избор на улога: Дозволете им на учениците да се менуваат во различни улоги (на пример, да бидат „лидери“ за насочување на другите, да ја изберат насоката за групата, или да бидат први кои ќе пробат задача). Ова го поттикнува ангажманот овозможувајќи им на учениците да се чувствуваат повеќе под контрола. Позитивно засилување и мотивација • Употреба на засилувачи: Понуди итно и специфично засилување за успехот на секој ученик во следниве насоки. На пример: Вербална пофалба: „Одлична работа за следење на упатствата!“ Токен системи: Награда за успешно завршување на активности со жетон кој може да се размени за награда или посебна привилегија. Налепници или мали награди: Давајте налепници или марки по успешно учество во секоја активност.	

- **Славење на успехот:** Славење на уникатните придонеси и напредок на секој ученик, без оглед на тоа колку е мал. Ова ја зголемува самодовербата и го охрабрува учеството.

Пример за диференцијација и индивидуализација

Поддршка за специфични ученици:

Ученик 1 (Невербална, сетилна чувствителност)

- **Поддршка:** Користете комбинација на визуелни знаци (на пример, слики за лево, десно, напред) и гестови (на пример, покажувајќи за да се покаже насоката). Околината ќе биде мирна, со нежна музика и минимално одвлекување на вниманието. Дозволете паузи во мирна зона кога е потребно.

Ученик 2 (Силни вербални вештини, но тешкотии со моторна координација)

- **Поддршка:** Дајте вербални инструкции и ги охрабнете да ги повторуваат упатствата гласно. Поедноставете ги моторните задачи (на пример, одење наместо трчање) и понудите физичко водство ако е потребно. Славете мали успеси вербално за да ја зголемите довербата.



Глава 6

Спорт за ангажирање на заедницата и градење на заедницата за минимизирање на социјалната исклученост и зголемување на социјалната адаптација



Funded by
the European Union

Глава 6

Спорт за ангажирање на заедницата и градење на заедницата за минимизирање социјална исклученост и зголемување на социјалната адаптација

Секој од нас придонесува за поширока или потесна човечка заедница. Модерниот секојдневен живот се карактеризира со интензивен минување на времето во кое мора да се воспостави целосна комуникација, вклученост во различни групни и тимски активности, способноста да се биде полноправен член на општеството, кој е свесен за своите и туѓите емоции, способен да ги контролира особеностите на својата природа и да се фокусира на извршување на некои заеднички активности. Без разлика дали станува збор за физички експеримент, апстрактна слика или тимски дух во спортска активност.

Луѓето со АСН сакаат да комуницираат, но за повеќето тоа може да биде тешко. Кога се среќаваат со познаници, тие претпочитаат да не поздрават и да поминат. Комуникацијата може да биде краткотрајна и иритирачка. Личноста со спектар на аутизам често не ги разбира концептите на социјалната интеракција, наместо едноставно да ги игнорира.

Луѓето со АСН имаат тешкотии:

- воспоставување контакт со очи – долг поглед или, напротив, неподготвеност да се погледне соговорникот во очите. Ова обично важи и за говорот на телото – лице со нарушувања од спектарот на аутизам често не можат да ги толкуваат гестовите или лицата прифатени во општеството или во животната средина.
- целосен недостаток на смисла за хумор или, поточно, недостаток на разбирање на тоа во контекстот познат на многумина,
- недостаток на одговорност, вина и заедничко разбирање на овие концепти, стереотипни движења, често цитирање на фрази од книги и филмови,
- хипер-фиксација на одредена активност, хоби или тема,
- ориентација во времето и перцепција на објективната реалност што се случува наоколу,
- остра драматична реакција на било какви промени во животот,
- недостаток на такт, недостаток на разбирање на чувствата и емоциите на другите луѓе.

Сепак, луѓето со АСН се, биле и ќе бидат полноправни членови на општеството на кои треба да им се даде можност да се вклопат и да функционираат со сите други. Во рамките на проектот, постои работен план за наставниците, во кој секој со или без поголеми или мали попречености е вклучен.

Спортските активности се суштински дел од општиот развој на децата и младите луѓе. Тие не само што придонесуваат за физичкиот развој на телото, тие се тесно поврзани со формирањето и зајакнувањето на интелектуалната и емоционалната сфера. Способноста да се регулираат емоциите, способноста целосно да се чувствуваат, размислуваат и се однесуваат, соодветно реагирајќи и на успехите и на загубите. Спортските активности се особено важни за луѓето со АСН, бидејќи спортските активности им помагаат да се справат со различни здравствени симптоми. На пример, боречките вештини го ослободуваат стресот и обезбедуваат излез за физичка енергија и емоции. Промовира развој на самоконтрола, дисциплина, учи почит кон непријателот и компетентна соработка со него. Да се биде и да се чувствува припаѓа на општествената средина во која живее.

Во шестото поглавје има три примероци - сценарија за учење во кои се дефинирани најважните насоки, кои наставникот треба да ги земе во предвид при организирањето на веќе понудените или планирањето на нивните планови за спортски настани. Ние го насочуваме вашето внимание на точната распределба на времето, која мора строго да се почитува и која нема да придонесе за создавање на непотребна анксиозност за лицето со АСН. Втората точка која треба да се има на ум е да се земат предвид силните и слабите страни на лицето со АСН. Со нагласување во што детето успева, го правите полноправен член на тимот. Третото важно нешто е секогаш да се организира место каде што лицето со АСН може да се смири, да го намали стресот или да спречи напад на паника.

План за имплементација на сценарио за учење - 1

„Интерактивни истражувачи: Игри за социјална забава“

Целни групи	Основно образование: Деца на возраст од 8 до 10 години со спектар на аутизам Средно: Наставници, олеснувачи, невротипични деца на иста возраст.
Цели на учењето	Активностите им помагаат на децата да развијат основни вештини, вклучувајќи набљудување и препознавање преку идентификување на предмети и знаци, тимска работа преку соработка и саморегулација со следење на инструкции и управување со импулси. Моторните вештини, координацијата и рамнотежата се подобруваат преку физичките движења. Фокусот и слушањето се подобруваат преку аудитивни задачи, додека креативноста и самоизразувањето се поттикнуваат преку движење. Конечно, децата градат еколошка свест и почит кон природата.

Сценарио за учење	
Активност 1 (30 минути): Лов на мршојадци со визуелни знаци	
Вовед	
1. Сокријте предмети (на пример, лисја, камења) на различни локации како грмушки, гранки или трева. Внатре, ставете ги околу собата или во шкафови. 2. Користете предмети од различни големини, форми и бои за визуелна стимулација. 3. Креирајте визуелни картички или листа за проверка со слики од предметите за децата да ги најдат. 4. Поделете ги децата во парови или групи, доделувајќи улоги како наоѓање на одредени предмети или пребарување на различни области. 5. Обезбедете на секој пар контејнер за да ги соберат своите пронајдоци и да поставите станица за пријавување за следење на напредокот. Оваа поставеност ја охрабрува тимската работа и го одржува ловот организиран и ангажиран.	
Материјали	Ресурси: 1. Природни објекти: тука може да бидат лисја, цвеќиња, камења, стапови, шишарки, пердуви, насликани камења, желеди или било какви други предмети кои се наоѓаат во природата. Алтернативно, можете да користите мали играчки или предмети од целата куќа. 2. Визуелни картички или контролни листи: подгответе картички или листа со слики од предметите кои децата треба да ги најдат. Тие можат да бидат едноставни, шарени цртежи или вистински фотографии на предметите. Можете да ги ламинирате за издржливост ако ја правите оваа активност на отворено. 3. Одредена област за пребарување: ова може да биде надворешен простор како градина, парк или игралиште, или внатрешен простор со различни станици или агли за криење предмети. 4. Контејнери или торби: за собирање на пронајдените предмети (на пример, мали кошници, хартиени кеси или торби). 5. Опционални реквизити: лупи, клешти или мали кофи за додаден сетилен или истражувачки елемент.
Акција	Акција: 1. Соберете ги децата заедно и ги објасните правилата на ловот на мршојадци. Можете да кажете нешто како: „Денес одиме на лов на мршојадци! Ќе барате посебни работи како лисја, камења или насликани камења. Ќе ги искористите вашите карти за да ви помогнат да ги пронајдете.“ „Работете со вашиот партнер за да најдете што повеќе предмети што можете, и не заборавајте да ја проверите секоја точка од вашата листа како што ја наоѓате!“ „Кога ќе најдете нешто, ставете го во торбата или кошницата и продолжете да го барате следниот предмет!“ 2. Откако децата ќе ја разберат задачата, ги постави да започнат. Тие можат да започнат да бараат, да ги повикуваат нивните визуелни картички и да работат заедно со нивниот партнер за да ги пронајдат предметите. Како што бараат, можете да ги водите ако е потребно (на пример, „Дали сте провериле под таа грмушка?“ или „Можеби жолтиот лист е во близина на дрвото!“).
Наставна стратегија	
Мали групи: Групите се мали (3-4 деца) за да се осигура дека секое дете добива соодветно внимание и поддршка,	Предвидлива средина: Одржување на мирна и структурирана средина со поставување на јасни правила

минимизирајќи го сензорното преоптоварување и олеснувајќи го управувањето со групната динамика. Јасни транзиции: Користете визуелни и слушни знаци (на пример, тајмери, свончиња или плескање) за да сигнализирате транзиции помеѓу активностите. Дозволете дополнително време за децата на кои им е потребно, особено оние со спектар на аутизам на кои ненадејните транзиции може да бидат преовладувачки. Безбедни простори за саморегулација: Создадете тивок простор каде децата можат да прават паузи кога се чувствуваат премногу стимулирани. Опремете го овој простор со смирувачки предмети како слушалки за поништување на бучава, меки седишта или сензорни играчки.	и рутини. Визуелниот распоред може да им помогне на децата да се чувствуваат посигурни и подготвени за секоја транзиција. Техники на ангажман: Позитивно засилување: Користете познати награди како налепници, жетони или вербални пофалби за да го охрабрите учеството, преземањето на пресврт и напорот. Ова ја поддржува мотивацијата и го зајакнува позитивното однесување. Визуелно раскажување приказни: Претставете секоја игра со едноставна приказна или визуелни помагала кои ја поврзуваат активноста со реалните концепти или културни значења. Ова може да ги направи активностите поблиски и привлечни. Избори базирани на интерес: Понудите на децата избор во активности, како што е избор од две слични игри. Ова може да го зголеми ангажманот давајќи им чувство на автономија и контрола.
Општи прилагодувања	
Користете сензорни предмети, како примероци од меки материјали или текстурирани предмети, за да го направите ловот уште поинтересен. За постарите деца, воведете временски елемент, каде што тие се обидуваат да најдат што е можно повеќе предмети во одредена временска рамка. Ова може да создаде возбуда и да ги предизвика да работат ефикасно додека се фокусираат на ловот. Охрабрете ги децата да создадат нешто со она што го пронашле, како колаж од природата со лисја, гранчиња и цвеќиња, или да ги подредат своите предмети во форма на животно или едноставен предмет. Ова додава креативен аспект на ловот и обезбедува спомен за нивната активност. Кога децата ќе ги пронајдат сите предмети, тие добиваат парчиња од поголем предмет или награда, како што е мала кутија со богатство со предмети или сертификат. Алтернативно, пронаоѓањето на сите предмети може да отклучи нова активност, како време за ужина или приказна. Наместо визуелни картички, користете едноставни загатки или рими како траги (на пример, „Јас сум мал, мазен и округол, и често се наоѓам на земјата“ за камен). Ова може да ги поттикне когнитивните вештини и решавањето на проблемите.	Дајте им едноставна мапа или визуелни маркери за да ги водите до различни локации каде што предметите се скриени. Ова би можело да ги запознае со основните навигациски вештини и да ја поттикне просторната свест. Доделете на секоја група уникатна листа или збир на визуелни знаци кои малку се разликуваат, и нека работат заедно за да најдат сè. Додавајте миризливи предмети или етерични масла на картички за децата да можат да најдат предмети врз основа на мирисот (како лаванда на примерок на ткаенина или нане на лист). Нека некои предмети прават врева, како што се збрчкани лисја, мали свончиња, па дури и мини свончиња. Децата можат да бидат охрабрени да пронајдат предмети со слушање на специфични звуци. Користете предмети со различни температури (на пример, топол камен од сонцето или ладен камен од сенка) за да додадете дополнителен слој на сетилно истражување.

Стратегија за проценка	
Учество: Вклучува се во активноста и ги следи инструкциите (независно или со поддршка). Соработка: Работи со партнер или комуницира соодветно (со користење на скрипти, ААС или гестови). Идентификација на предмети: Успешно идентификува и собира предмети од листата. Завршување на задачата: Го завршува ловот на мршојадци (целосно или делумно, врз основа на способноста). Ангажман: Показува интерес и фокус за време на активноста. Употреба на адаптацијата: Ефикасно користи обезбедени алатки или поддршка (визуелни картички, тајмери, итн.). Регулирање на однесувањето: Одржува соодветно однесување и управува со транзиции.	Пристап на повратни информации: Позитивно засилување: Пофалете ги достигнувањата „Одлична работа во пронаоѓањето на жолтиот лист!" или „Браво го проверувам листата!" Поттикнување на соработка: истакнете тимска работа: „Работите толку добро заедно!" или „Добра работа си помагаме еден на друг!" Насоки и поддршка: понудите сугестии: „Проверете под грмушката за каменот!" или „Дали го забележавте насликаниот камен?" Поттикнете размислување: поставувајте прашања: „Кое беше вашето омилено откритие?" или „Што ве возбуди денес?" Прославете достигнувања: признајте напори: „Погледнете ги сите предмети што ги пронајдовте, одлична тимска работа!"
Активност 2 (20 минути): Танцувај и замрзни	
Вовед / поставување: 1. Изберете безбедно место: Изберете простран, затворен или надворешен простор без пречки. Уверете се дека земјата е безбедна, достапна и означена со визуелни граници (на пример, лента или конуси). 2. Поставување на музиката: Позиционирајте музичкиот плеер каде звукот е чист, но не преовладувачки. Користете ритмичка музика која е пријателска за деца и подгответе плејлиста однапред со резервни опции. 3. Јасно објаснете правилата: „Танцувајте слободно кога свири музиката". „Замрзнете на место кога ќе престане." „Покажете замрзнувачки пози и поттикнете креативност (на пример, смешни или разиграни пози)."	
Акција	1. Започнете музика: Пуштајте музика и ги охрабнете децата да танцуваат слободно. Покажете движења ако е потребно или предложете забавни движења како вртење или скокање. 2. Стоп на музиката (замрзнување): Пауза на музиката во случајни интервали. Децата мора да замрзнат во поза. Направете го игриво предлагајќи пози како „дрво" или „суперхерој". Понудете потсетници или пофалби ако е потребно. 3. Рестартирање на музиката: Продолжување на музиката и повторување на процесот неколку пати за да се одржи ангажманот. Прилагодете го темпото ако децата се уморни или немирни. 4. Крај на играта: Заврши со едно последно замрзнување и го прослави учеството на сите со позитивно засилување.
Материјали	Музички плеер (Bluetooth звучник, радио или телефон/таблет со звучници); Плејлиста на весела музика (уверете се дека песните се соодветни и привлечни за децата); Отворен простор каде децата можат да се движат безбедно (училница, теретана, дневна соба или надворешен простор); Опционално: шалови, панделки или меки реквизити за дополнително сетилно искуство (ако сакате).

Диференцијација

1. Користете шалови или панделки за да танцувате, додавајќи сетилно искуство.
2. Доделете на секој круг различна животинска тема (на пример, „Танцувај како лав“, „Летај како птица“). Кога музиката ќе престане, тие замрзнуваат во поза поврзана со животното, што додава имажинативен елемент.
3. Секој круг, побарајте од децата да танцуваат со одредена емоција, како „среќни“, „возбудени“, „заморни“ или „глупави“. Кога музиката ќе престане, тие замрзнуваат во поза која ја изразува таа емоција. Ова го поттикнува емоционалното изразување и свеста.
4. Спојте деца во пар и кога музиката ќе престане, едното дете зазема поза, додека другото ја отсликува. Ова помага со фокусот, набљудувањето и координацијата.
5. Упатете ги сите да замрзнат во истиот тип на поза кога музиката ќе престане (на пример, „сите замрзнуваат со подигнати раце“). Ова додава забавен слој на следење на визуелните знаци и ја поттикнува групната кохезија.
6. Кога музиката ќе престане, повикајте некој вид на статуа, како „суперхерој“, „дрво“ или „робот“. Секое дете замрзнува во поза која одговара на статуата. Ова додава креативност и ја одржува секоја рунда свежа.
7. Дајте на секое дете хула обрач за да го користи како „зона за танцување“ во која мора да останат. Кога музиката ќе престане, тие замрзнуваат внатре или заземаат поза со обрачот. Ова додава просторна свест.
8. Кога музиката ќе престане, предизвикајте ги сите да замрзнат на една нога, со рацете или да балансираат невообичаено. Ова го поттикнува фокусот и ги подобрува вештините за рамнотежа.
9. Промена на музичкото темпо за време на играта. Пуштајте брза музика и потоа се префрлајте на бавна музика во секоја рунда, така што децата можат да танцуваат брзо или бавно. Ова им овозможува да вежбаат прилагодување на нивните нивоа на енергија и движења.

За децата кои се чувствителни на музиката или едноставно не уживаат во неа, еве неколку алтернативни идеи за да ја задржат играта „Танцувај и замрзни“ без да се потпираат на музика:

1. Користете звуци од природата, звуци од животни или интересни звучни ефекти (како дожд, бранови или чукање на срцето). Децата можат слободно да се движат на овие звуци и кога звукот ќе престане, тие замрзнуваат. Ова додава разновидност и смирувачки елемент за децата кои може да ја сметаат музиката за претимулирачка.
2. Наместо музика, користете тапан, тамбура или плескање. Децата можат да се движат кога ќе го слушнат ритмот и да замрзнат кога звукот ќе престане. Промената на брзината на ритмот може да додаде забавен предизвик.
3. Креирајте едноставна приказна во која децата глумат различни делови. На пример, „Сега сите сме животни во џунглата. Ајде да се движиме како мајмуни!“ Потоа ја ставате приказната на пауза за да замрзнат на место. Приказната може да продолжи во сегменти, со деца кои „замрзнуваат“ додека приказната паузира. Ова создава игрив, наративен пристап.
4. Користете фенерче или друг извор на светлина во темна соба. Децата се движат слободно додека светлината е исклучена, но кога светлината се вклучува, тие замрзнуваат. Ова работи добро за деца кои сакаат визуелни знаци и може да додаде малку возбуда.
5. Подигнете картички или знамиња во боја за да кажете кога да се движите и замрзнувате. На пример, зелената значи „движење“, а црвената значи „замрзнување“. Можете да ги менувате боите полако или брзо за дополнителни предизвици. Оваа опција може да се чувствува повеќе како игра, а помалку како танц.

Наставни совети

- | | |
|--|---|
| <p>1. Јасни инструкции: Пред да започнете, јасно ги објасните правилата: „Кога музиката свири, танцувајте како сакате. Кога ќе престане, замрзнете на место!“ Користете едноставен јазик и гестови за да го поддржите</p> | <p>1. Визуелен тајмер или одбројување: Користете визуелен тајмер или одбројување за да создадете исчекување и да им помогнете на децата да го разберат текот на активноста, особено за време на музичките паузи.</p> |
|--|---|

разбирањето.

2. Демонстрирајте движења: Покажете неколку танцови потези (на пример, вртење, скокање) за да им дадете идеи на децата. Поттикнете креативност: „Можете да танцувате како што се чувствувате!"

3. Позитивно засилување: Понудите пофалби за напорот и ангажманот: „Одлична работа замрзнување како дрво!" или „Ми се допаѓа како танцуваш!"

4. Поттикнете игривост: Предложете забавни пози за замрзнување (на пример, „Замрзни како суперхерој!" или „Замрзни како смешна статуа!"). Ова го прави весел и пријатен.

5. Прилагодување на нивоата на енергија: Ако децата се заморни, забавете го темпото или дозволете кратка пауза за танцување за да го задржите нивото на енергија.

6. Зајакнување на вештините за слушање: Нагласете ја важноста на слушањето кога музиката ќе престане. „Можеш ли да замрзнеш штом музиката ќе застане?"

7. Прославете учество: Завршите со конечно замрзнување и прославете сите деца: „Сите вие направивте неверојатна работа денес! Ајде сите да се поклониме!"

Техники на ангажман:

1. Визуелни и слушни знаци: Користете визуелни сугестии (на пример, сигнали со раце, обоени картички) за да го поддржите разбирањето кога да замрзнете или да танцувате. Одржувајте го гласот и темпото на музиката различни за да го задржите вниманието и возбудата.

2. Моделирање и демонстрација: Водете со пример, демонстрирајќи забавни и претерани танцови движења. Охрабнете децата да ги имитираат или адаптираат овие потези, поттикнувајќи ја креативноста.

3. Интерактивни пози и теми: Воведете тематски пози за замрзнување (на пример, „Замрзни како диносаурус!" или „Замрзни како ракетен брод!") за да ја задржите активноста игрива и имагинативна.

4. Преземање на ред: Дозволете им на децата да се менуваат во изборот на музика или да повикуваат замрзнувачки пози. Ова го промовира лидерството и им дава чувство на контрола во активноста.

5. Позитивно засилување: Понудите пофалби за учество, креативност или напор. Користете специфични повратни информации како „Одлична работа за држење на позата

Сетилни паузи: обезбедете опции за сензорни паузи ако децата почнат да губат фокус или да се пренатрупаат. Ова може да вклучува мирна област или момент на тишина помеѓу рундите.

Совети за адаптација:

За деца со ограничена подвижност, предложете поедноставни движења како нишање, плескање или тропане со нозете наместо посложени активности како скокање или вртење.

2. Користете визуелни знаци: Обезбедете визуелни картички или слики за танцови движења и замрзнување пози. Ова може да им помогне на децата кои се борат со вербалните инструкции.

3. Забавете или прилагодете музичкото темпо: Пуштајте побавна музика за деца на кои можеби им треба повеќе време за да ги обработат знаците. Постепено зголемувајте го темпото како што им е поудобно.

4. Користете сензорни опции: За деца кои можат да бидат чувствителни на гласни звуци, користете потивка музика или обезбедете слушалки за поништување на бучава. Понудете сензорни предмети како фиџет играчки за време на паузите.

5. Понудите физичка поддршка: За децата на кои им е потребна помош при движење, обезбедете рака за да ги држите или нежно да ги водите преку активности како скокање или вртење.

6. Чести паузи и паузи: Пет деца кои можат да бидат пренатрупани, почести паузи помеѓу музиката и танцот за да се одморат и да се чувствуваат удобно.

7. Користете помали групи или поддршка еден на еден: Поврзете деца на кои им е потребна дополнителна поддршка со партнер или возрасен за да се осигурате дека ќе останат ангажирани и се чувствуваат удобно за време на активноста.

8. Поедноставување на позите за замрзнување: За децата кои се борат да замрзнат, понудите поедноставни пози (на пример, стоење мирно со рацете до нив) или им дозволете да замрзнат во позиција која се чувствува удобно.

9. Визуелни или физички маркери за граници: Користете лента или конуси за јасно да го обележите просторот за танцување, осигурувајќи им на децата да разберат каде да

на суперхеројот!" за да го потврдите ангажманот. 6. Вклучете интереси: Ако знаете дека одредени деца имаат специфични интереси (на пример, животни, суперхерои), предложете движења или пози поврзани со тие теми за да го зголемите ангажманот.	останат во рамките на границите за време на активността. 10. Прилагодете ја должината на активността: Скратете го времетраењето за деца кои имаат тешкотии во одржувањето на фокусот или издржливоста. Разбијте ја активността во пократки интервали со паузи помеѓу нив.
Стратегија за проценка	
Критериуми за оценување: 1. Ниво на ангажман: Проценете колку активно секое дете учествува, вклучувајќи танцување, замрзнување и покажување ентузијазам за време на активността. Набљудувајте колку добро децата остануваат ангажирани за време на играта и нивните реакции на музиката се менуваат. 2. Социјална интеракција: Проценете способноста на детето да комуницира со врстниците, како што се споделување на просторот, менување и соработка за време на партнерските активности (на пример, навивање меѓусебно, помагање меѓусебно замрзнување). 3. Следење на инструкции: Измерете колку добро децата ги следат вербалните и визуелните знаци, вклучувајќи танцување кога музиката свири и замрзнување кога музиката престанува. Набљудувајте ја нивната способност да разберат и да одговорат на инструкции како: „замрзни како дрво" или „врти се како балерина". 4. Саморегулација: Набљудувајте ја способноста на детето да управува со импулсите (на пример, запирање и замрзнување кога музиката ќе престане). Проценете ја нивната способност да користат алатки за саморегулација, како пауза ако е потребно, или останување смилено за време на подолги паузи. 5. Моторни вештини: Оценете ги физичките способности на детето, како што се нивната координација во танцување (на пример, скокање, вртење) и способноста да се задржи замрзната поза без да се движи. Набљудувајте рамнотежа, контрола и свеста за телото за време на движење и тишина. 6. Емоционално изразување и самосвест: Проценете колку добро децата се изразуваат преку движење, изрази на лицето или вокализации за време на танцувањето и замрзнувањето. Набљудувајте го нивното ниво на удобност со различни пози и како реагираат на замрзнување. 7. Прилагодливост: Мерете како децата се прилагодуваат на промените во музичкото темпо или паузи. Проценете како се справуваат со непредвидливоста и се прилагодуваат на текот на играта. 8. Креативност и имажинација: Набљудувајте како децата ја вклучуваат креативноста во нивното танцување и замрзнување. Дали измислуваат нови пози или потези? Дали се изразуваат на уникатен начин? Пристап на повратни информации: 1. Засилување на карактерот: Креирајте карактер за секое дете врз основа на нивниот стил на танцување: „Ти си тигарот кој танцува, скока високо со сета своја енергија!" или „Ти си волшебникот на замрзнување - можеш да задржиш поза како магија!" 2. Пофалба за суперхерој: Кога детето замрзнува или танцува креативно, дајте му комплимент во стил на суперхерој: „Вау! Ти замрзна како суперхерој во акција!" или „Ти танцуваше како рок ѕвезда таму!"	
Активност 3 (30 минути): Природно бинго	
Вовед	
Вовед / поставување: 1. Изберете област: Изберете безбеден надворешен простор, како парк или градина, со различни природни елементи за бинго играта. Да се осигура дека областа е без опасност и да се обележат границите за истражување.	2. Охрабрете ги да ја истражуваат областа безбедно, останувајќи во границите и внимателни за природната средина. Потсетете ги дека можат да работат заедно и да си помагаат едни на други да најдат предмети ако сакаат. 3. Децата почнуваат да бараат предмети наведени на

2. Подгответе бинго картички: Креирајте 5x5 бинго картички со природни предмети како цвеќиња, камења, облаци или инсекти. Прилагодете картички за животната средина - вклучувајќи верверици во градските паркови или шишарки во руралните области. 3. Објасните правила и граници: Кажете им на децата да најдат и обележат предмети на нивните бинго картички кога ќе бидат забележани. „Земи ред, колона или дијагонала за бинго!“ Поставете временски рок од 15 минути и охрабнете набљудување наместо вознемирување на природата. Акција: 1. На секое дете (или тим, ако ги спарувате) бинго картичка, молив или маркер и клипборд или рамна површина за пишување. Покажете им примери за она што бараат за да се чувствуваат подготвени.	нивната бинго картичка. Секој пат кога ќе пронајдат една, тие ја обележуваат. Можете да ги охрабрите да погледнат внимателно во нивната околина и да ги слушаат природните звуци кои може да ги слушнат (на пример, пеење на птици). 4. Водете децата да ги погледнат деталите за предметите што ги наоѓаат. На пример, тие може да ја погледнат бојата на цветот, да го избројат бројот на ливчиња или да ја опишат формата на карпа. 5. Ако користите лупи, охрабнете ги децата да ги испитуваат бубачките, лисјата или лаењето одблизу. Ова може да предизвика љубопитност и ангажман, особено ако забележат нови детали. 6. Зајакнување на концептот на почитување на природата со потсетување на децата да набљудуваат без да ги нарушуваат природните живеалишта. Тие може да погледнат во цветот од блиску без да го отберат или да набљудуваат бубачка без да го допрат.
Материјали	1. Бинго картички: Претходно направени или специјално дизајнирани картички со 5x5 мрежи со предмети поврзани со природата (слики или зборови). 2. Маркери/пенкала: За децата да ги обележат предметите што ги наоѓаат на нивните картички. 3. Клипборди или држачи на картички: За да им биде полесно на децата да ги носат и пишуваат на нивните бинго картички додека истражуваат. 4. Торби за собирање на природа (опционално): Мали торби за повеќекратна употреба за собирање на безбедни предмети како камења или лисја ако е дозволено. 5. Гранични маркери: Конуси, знамиња или ленти за јасно дефинирање на игралиштето. 6. Сензорни алатки (опционално): Лупи или двоглед за истражување на помали детали или далечни предмети.
Диференцијација	
1. Понудете допирни маркери како налепници или марки кои децата можат да ги стават на нивните бинго картички. 2. Тимско бинго: Спојте деца или формирајте мали групи и на секој тим дајте им бинго картичка. Работата во тимови ја поттикнува соработката и социјалната интеракција, бидејќи децата треба да комуницираат и да работат заедно за да ги пронајдат сите предмети. Исто така е корисно за помали деца на кои може да им треба помош за идентификување на предмети. 3. Бинго во боја: Направете ја активноста поедноставна со создавање бинго картички со бои наместо специфични предмети (на пример, зелена, кафеава, жолта, сина, бела). Децата потоа наоѓаат предмети во природата кои одговараат на секоја боја, како што се зелен лист, кафеава кора на дрво, жолт цвет или сино небо. Ова е особено корисно за помладите деца кои учат бои. 4. Сензорно бинго: Вклучете сензорни елементи во бинго картичката. На пример, може да вклучите предмети како „нешто меко“, „нешто грубо“, „нешто што мирише“ или „нешто ладно“. Децата потоа наоѓаат природни предмети кои одговараат на овие описи, што го подобрува сетилното истражување.	

5. Фото бинго: За постари деца или ако сте на локација каде што собирањето предмети не е дозволено, пробајте да користите дигитални фотоапарати или паметни телефони (со надзор) за да направите фотографии од секој предмет, наместо да обележувате картичка. Тие можат да ја бараат секоја ставка од нивната листа, да направат слика и да ја покажат својата колекција на фотографии на крајот.

6. Сезонско бинго на природа: Прилагодете ги бинго картите врз основа на сезоната. На пример:

Пролет: цветови, инсекти, свежи лисја, дождовни бари, пупки дрвја

Лето: пеперутки, сонце, зелена трева, диви цвеќиња, птици

Есен: Паднати лисја, жалади, шишарки, портокалови бои, голи гранки

Зима: Снег (ако е потребно), зимзелени дрвја, животински траги, облаци, мраз

Наставни совети

1. Визуелна демонстрација: Покажете пример на картичка и објаснете како да ги обележите предметите за да се обезбеди јасност.

2. Поставете јасни граници: Посочете го игралиштето и ги објаснете правилата за безбедност пред да започнете.

3. Поттикнете набљудување: Потсетете ги децата дека не треба да допираат или собираат сè - набљудувањето е доволно.

4. Пар за поддршка: Спарување на децата за да ја охрабрат тимската работа и да си помагаат едни на други да ги идентификуваат предметите.

5. Напор за пофалба: Признајте учество, дури и ако детето не заврши бинго.

6. Прилагодување за способноста: Користете поедноставни картички со слики за помлади или помалку напредни ученици.

7. Останете ангажирани: Шетајте наоколу за да понудите совети и охрабрување додека ја следите групата.

8. Завршување: Завршите со групна дискусија за да го споделите она што го пронашле и научиле.

Техники на ангажман:

1. Возбуден почеток: Користете ентузијастички тон кога ја претставувате играта за да предизвикате интерес.

2. Креативни предизвици: Додавајте мини-цели како „Кој може да го најде најмалиот лист?“ или „Забележи нешто жолто!“

3. Интерактивни прашања: Прашајте, „Што друго можеме да најдеме во близина на ова дрво?“ за да ја задржите љубопитноста.

4. Моменти на откривање: Истакнете кул пронајдоци за да ги задржите сите мотивирани, како „Вау, погледнете го овој уникатен камен!“

5. Ажурирање на времето: Најавете одбројување за да го задржите нивото на енергија високо: „Останале 5 минути - ајде да најдеме повеќе!“

Совети за адаптација:

1. Визуелни инструкции: Користете јасни визуализации или чекор-по-чекор картички за да ја објасните активноста.

2. Помали групи: Играта се спроведува во помали групи за да се намали сензорното преоптоварување.

3. Сензорни алатки: Обезбедите слушалки за чувствителност на бучава или ракавици за допирна чувствителност.

4. Предвидлива структура: Јасно исцртајте ги чекорите и времетраењето на играта однапред.

5. Мирни зони: Создадете мирен простор во близина за паузи ако детето е пренатрупано.

6. Поддршка од партнерот: Поврзете ги децата со врсници што ќе ги разберат или возрасни за да ги водите и охрабрувате.

7. Поедноставени картички: Користете помалку предмети или повеќе познати слики за полесно ангажирање.

8. Подготовка пред посетата: Покажете слики или мапи од областа однапред за да ја намалите вознемиреноста за околината.

Стратегија за проценка

- 1. Завршување:** Следете колку предмети секое дете ги наоѓа или означува на нивната бинго картичка.
- 2. Вештини за набљудување:** Забележете колку добро децата ги идентификуваат и опишуваат предметите што ги наоѓаат.
- 3. Социјална интеракција:** Набљудувајте тимска работа, преземање и комуникација за време на активността.
- 4. Фокус и ангажираност:** Проценете колку децата се внимателни кон задачата и дали остануваат вклучени.
- 5. Прилагодливост:** Побарајте како децата се справуваат со промените, како што се недостасувачките предмети или пробувањето на нови пристапи.
- 6. Моторни вештини:** Следете како се движат, земаат предмети или користат алатки (на пример, двоглед).
- 7. Саморегулација:** Проверете дали децата ефикасно користат паузи или сензорни алатки кога се пренатрупани.
- 8. Рефлексија:** Прашајте ги децата во што уживале или што им било предизвик за да ја измерат самосвеста и повратните информации.

Пристап на повратни информации:

- 1. Церемонија за доделување на медали за природа:** Прославете учество со доделување на медали или сертификати „Истражувач на природата“ со забавни титули како „Извонреден пронаоѓач на карпи“.
- 2. Рефлексија на емоции:** Користите „Термометар за емоции“ или налепници за да им овозможите на децата да покажат како се чувствувале за време на активността (среќни, возбудени, смирени).
- 3. Најдобрите слики:** Ако е можно, фотографирајте клучни моменти (со согласност) и креирајте мини „Албум за авантура на природата“ за да ги прегледате заедно.
- 4. Сид за визуелни повратни информации:** Користете голем постер за децата да ставите налепници на предметите во кои најмногу уживале, покажувајќи колективни повратни информации визуелно.

Активност 4 (20 минути) Сајмон вели со визуелни ефекти

Вовед / поставување:

- Изберете простран, отворен простор, затворен или надворешен, каде што децата можат слободно да се движат. Отстранете ги пречките или предметите кои можат да му попречат на движењето.
- Обележете граници со конуси или маркери ако е потребно за децата да ги разберат границите на игралиштето. Ова помага да се задржат сите во поглед и ја прави играта побезбедна.
- Соберете ги децата и ги објаснете правилата на едноставен начин: „Кога ќе кажам „Сајмон вели“ и ви покажам картичка, вие го правите она што го покажува картичката. Но ако не кажам „Сајмон вели“ прв, не ја правете акцијата! Правете ја акцијата само кога ќе слушнете „Сајмон вели“ и ќе ја видите картичката“. Покажете неколку примери на карти за да покажете како изгледа секоја акција и да им помогнете да ја разберат врската помеѓу командата и визуелното.
- Покажете како работат визуелните знаци: за да им помогнете на децата да се запознаат со визуелните картички, подигнете картичка со акција (на пример, скокање на една нога) и кажете „Сајмон вели...“ така што тие разбираат дека треба да ја извршат таа акција. Потоа, пробајте еден без да кажете „Сајмон вели“ како начин да се илустрира дека тие не треба да ја следат акцијата освен ако не се каже „Сајмон вели“. Неколку рунди на вежбање ќе помогнат да се разјаснат правилата.

Акција

- 1. Почнете** со извикување „Сајмон вели...“ проследено со акција, држејќи ја визуелната картичка за сите да ја видат. Ова им овозможува на децата полесно да ги разберат и да ги следат инструкциите гледајќи и слушајќи што треба да направат.
- 2.** Дајте им неколку секунди да дејствуваат, а потоа преминете на следната команда.
- 3. Воведување на визуелни ефекти постепено:** Почнете со едноставни активности, особено ако

	децата се нови во играта, и постепено воведувајте посложени движења како што им е удобно со визуелните знаци. Можете да мешате во различни движења како: ■ „Сајмон вели... плескајте со раце" (покажи картичка со плескање со раце) ■ „Сајмон вели... врти во круг" (покажи картичка со фигура која се врти) ■ „Сајмон вели... скок нагоре и надолу" (покажи картичка за скокање) ■ „Сајмон вели... допри го носот" (покажи лице со прст кој го допира носот)
Материјали	1. Визуелни карти: Ламинирани картички со јасни слики на акции (на пример, плескање, вртење, скокање) за да одговараат на секоја команда. 2. Пренослива табла: За држење и прикажување на визуелни картички за време на играта. 3. Простор за движење: Безбеден, отворен простор (внатре или надвор) без пречки. 4. Меки подни простирки: Опционално, за дополнителна безбедност за време на активни движења како скокање или вртење. 5. Стап или покажувач: За да се насочи вниманието кон визуелните картички ако групата е поголема. 6. Претходно направена листа на акции: Пишана или печатена листа на команди за да помогне во планирањето на редоследот на активности. 7. Музички плеер (опционално): Нежна позадинска музика за подобрување на игровата атмосфера. 8. Награди или налепници: мали жетони за прослава на учеството и ангажманот. 9. Алатки за адаптација: Сензорни предмети (како слушалки за поништување на бучава) за деца на кои може да им треба дополнителна поддршка.
Диференцијација	
1. Поедноставете ги акциите, фокусирајќи се на само едно или две движења. 2. Тимот Сајмон вели: Поделете ги децата во парови или мали групи. Едно дете во секоја група може да биде „Сајмон" и да ги држи визуелните картички за да ја води групата низ акциите. Ова го охрабрува лидерството и децата можат да се менуваат како лидери. 3. Секвенца на движења Сајмон вели: За попредизвикувачки пресврт, покажи повеќе визуелни карти во секвенца. На пример, „Сајмон вели... скокај, врти и ги допира прстите" држејќи ја секоја соодветна карта една по друга. Оваа варијација ја тестира меморијата и додава дополнителен слој на концентрација. 4. Сајмон вели со животински акции: Направете ги акциите покреативни со вклучување на животни! Користете визуелни картички кои покажуваат животни кои прават одредени движења, како скокање на жаба, мачка која се протега или птица која мавта. Децата можат да се преправаат дека се животни додека ги изведуваат активностите, додавајќи креативност и забава. 5. Сајмон вели за смирување: За потивка верзија, користете бавни, смирувачки движења за да ја завршите играта. Акции како „Сајмон вели... здиши длабоко", „Сајмон вели... испружете ги рацете", или „Сајмон вели... Седи крст" може да им помогне на децата да се смират. Ова е идеално за затворање на играта или преминување на потивка активност. 6. Симон, кодиран со боја, вели: Користете картички со боја со различни активности доделени на секоја боја. На пример, сите црвени картони може да бидат скокање, додека сините карти се движења на рацете. Децата можат да ја бараат и командата и бојата за да одредат која акција да ја извршат. 7. Тивка зона: Поставете сензорна област во близина со слушалки со поништување на бучава, меки седишта и сензорни играчки каде учесниците можат да прават паузи ако е потребно.	

Наставни совети	
1. Почнете едноставно: Почнете со лесни акции за да изградите доверба пред да воведете посложени. 2. Демонстрирање на активности: Одглумување на секоја команда заедно со покажување на визуелниот знак за да се зајакне разбирањето. 3. Користете јасни знаци: Зборувајте бавно и јасно, нагласувајќи го „Сајмон вели“ за да им помогнете на децата да разликуваат команди. 4. Вклучете се визуелно: Држете визуелни картички на нивото на очите за да се осигура дека сите деца можат да ги видат. 5. Позитивно засилување: Пофалете ги децата за обидот, дури и ако не ја следат точно командата. 6. Поттикнете креативност: Дозволете им на децата да предложат или демонстрираат нови движења за „Сајмон“. 7. Прилагодување на темпото: Забавете или повторете активности ако е потребно за децата на кои можеби им треба повеќе време за процес. 8. Групен фокус: Користете групно одбројување (на пример, „3, 2, 1“) пред да ги префрлите командите за да го задржите вниманието.	Техники на ангажман: 1. Користете звучни ефекти: Додавајте забавни звуци (како плескање или животински звуци) кога изведувате активности за да ги задржите децата ангажирани. 2. Вклучете музика: Додавајте забавни мелодии кога се изведуваат акциите за да ја задржите енергијата висока. 3. Додавајте реквизити: користите реквизити како шалови, капи или топки со кои децата можат да комуницираат за време на командите. Совети за адаптација: 1. Поедноставување на командите: Почнете со основни активности и постепено ги зголемувајте тешкотиите како што децата се чувствуваат удобно (на пример, плескање, допирање на носот). 2. Понудете физичко водство: Нежно водете ги децата низ движењата ако е потребно, или моделирајте ги активностите. 3. Поддршка со парови: Спојте деца заедно за да можат да се поддржуваат едни со други и да моделираат акции ако е потребно.
Стратегија за проценка	
1. Следење на команди: Правилно одговарање на командите со „Сајмон вели“. 2. Внимание и фокус: Останување ангажирано и внимателно слушање на знаците. 3. Моторни вештини: Демонстрирање на координација во физичките движења. 4. Социјална интеракција: Ангажирање со врстници и менување како „Сајмон“. 5. Саморегулација: Замрзнување и запирање кога е потребно, покажувајќи контрола на импулсите. 6. Креативност: Предлагање или иницирање на нови активности за време на играта. 7. Учество и уживање: Прикажување на ентузијазам и уживање во текот на активност. Рефлексја (10 минути): Сид од спектарот на емоции: Поставете голем постер или табла со спектар на емоции претставени со лица (на пример, од воодушевени до фрустрирани) и помолете учесниците да стават налепница или да нацртаат ознака во близина на емоцијата која најдобро го претставува нивното искуство за секоја активност. Како помага: Оваа визуелна „емоционална мапа“ им дава увид на олеснувачите во емоционалните подеми и падови на групата во текот на денот. Најдобрите моменти на играта: Нацртајте временска линија на табла и ја обележете секоја активност или игра која била направена во текот на денот. Помолете учесниците да стават лепливи белешки по должината на временската линија, забележувајќи ги нивните омилен делови или незаборавни моменти за секоја активност. Како помага: Разгледувањето на оваа временска рамка како група предизвикува позитивни спомени и им помага на учесниците да го видат текот на денот на структуриран начин. Термометар за расположение: Креирајте „термометар“ со бои кои претставуваат различни расположенија (на пример, црвена за возбуда, жолта за задоволство и сина за замор). Секој учесник означува каде се наоѓа на термометарот по	

секоја активност. Како помага: Оваа едноставна, шарена визуализација може да им помогне и на учесниците и на олеснувачите да го измерат нивото на енергија и ангажманот.

Рејтинг на емоции на играта: Обезбедите картички со различни емоции (на пример, смеење, збунето, палецот нагоре, заспано) и побарајте од секој учесник да избере емоција кој го претставува тоа како се чувствувале за секоја игра. Олеснувачите можат брзо да ги скенираат изборите на емоции за да ги прочитаат реакциите на групата. Како помага: Овој пристап им овозможува на учесниците да комуницираат како се чувствувале на весел и релативен начин.

Галерија на слики: Помолете секој учесник да нацрта или напише „слика“ од нивниот омилен момент од денот на леплива белешка или картичка, а потоа прикажете ги како галерија на табла или сид. Како помага: Го поттикнува личното размислување и им овозможува на учесниците да видат што најмногу одекнува кај нивните врсници.

Резултати од учењето

Резултати од учењето:

Општествена свест: Подобрено разбирање на социјалните знаци, групни инструкции.

Емоционално и сетилно препознавање: Свесност за емоциите и сетилните преференции преку активности за размислување.

Природна писменост: основно познавање на растенија, животни, текстури, облици и бои преку надворешни активности.

Демонстрирани вештини:

Социјална интеракција и тимска работа: Подобрено преземање на ред, споделување на задачи и соработка во парни активности.

Саморегулација и контрола на импулсите: Подобра контрола на импулсите и непречена транзиција преку активности како „Танцување и замрзнување“.

Фокус и внимание: Зголемен фокус и способност да се следат инструкции во повеќе чекори.

Моторни вештини и сензорна обработка: Подобрени бруто и фини моторни вештини, со подобрена сензорна обработка за време на движечките активности.

Квалитативни индикатори за повратни информации:

Уживање: Се мери преку насмевки, смеа и вербални повратни информации, што укажува на удобност и позитивни одговори.

Подготвеност за учество: Отвореноста за нови задачи и активности се одразува на зголемена доверба и прилагодливост.

Самосвест: Користењето на алатки како „Термометар за расположение“ покажува раст на емоционалната свест и речникот.

Поддршка и интеракција од врсниците: Помагањето и охрабрувањето на врсниците за време на активностите го нагласува позитивното социјално однесување и соработката.

Индикатори за однесување на учење и ангажман:

Следејќи ги инструкциите: Конзистентниот одговор на визуелните и слушните знаци покажува подобрен рецептивен јазик и фокус.

Сценарио за учење и план за имплементација-2

„Забава, фокус и пријателство!“

Целни групи	Основно образование: Деца на возраст од 5 до 7 години од спектарот на аутизам Средно: Наставници, олеснувачи и заедница – невротипични деца на иста возраст.
Цели на учењето	До крајот на настанот, учесниците ќе имаат: ● Социјални вештини: поттикнување на тимска работа, комуникација и соработка. ● Когнитивни вештини: подобрување на донесувањето одлуки, фокусот и разбирањето на правилата. ● Физички вештини: подобрување на моторните вештини, просторната свест и агилноста. ● Емоционална регулација: изградба на отпорност, самодоверба и прилагодливост. ● Инклузивност: поттикнување на емпатија и учество за сите способности

Надлежности	
Учесниците ќе развијат широк спектар на компетенции, вклучувајќи соработка, комуникација и емоционална регулација. Тие ќе ги подобрат социјалните вештини како запознавање и именување на учесниците и предметите. Физичката кондиција и моторните вештини, како што се координација на рацете и очите, рамнотежа и точноста на фрлање, ќе се подобрат преку целни активности. Учесниците исто така ќе изградат тимска работа, саморегулација и способности за решавање проблеми додека работат во парови или групи. Клучните вештини вклучуваат: ● Социјална и емоционална компетентност: Соработка, тимска работа и градење на доверба. ● Физичка компетентност: Груби и фини моторни вештини, издржливост и рамнотежа. ● Когнитивна компетентност: Донесување одлуки, стратешко планирање и поставување цели. ● Емоционална регулација: Справување со сензорно преоптоварување, фрустрација и одржување на фокусот. ● Комуникација: Јасна вербална и невербална интеракција.	
Вовед	Активност 1 (30 мин): „Тук Тук Дрво Ознака“ Вовед: 1. Инструкции за учесниците – ревидирајте ги правилата заедно, визуелизирајќи ги. Следниве прашања може да се постават: „Која игра ќе ја играме?“ „Што ќе се направи (секвенца)?“ „Што треба да направи лидерот?“ „Што треба да направат учесниците?“ „Кој победува во активноста / кога завршува?“ 2. Наставникот може да им понуди на учесниците последователно да ги соберат акционите чекори на активноста со користење на картички, визуелни потсетници.
Акција	1. Учесниците избираат лидер. Водачот стои до дрвото, со затворени очи (по можност со раце) и брои до 10. Тогаш водачот вели: „Ќе те пребарам“. 2. Во меѓувреме другите учесници треба да најдат место и да се сокријат. 3. Додека водачот пребарува, учесниците се обидуваат да стигнат до дрвото незабележани. Ако учесникот успее, тој/таа вели: „Тук! Тук!“ и го изговара неговото/нејзиното име. 4. Ако водачот забележи или најде некогаш, тој (водачот) трча до дрвото и вели: „Тук! Тук!“ и го именува учесникот кој бил пронајден. 5. Оние кои не можат да бидат пронајдени од лидерот победуваат.
Материјали	1. Визуелни потсетници (картички, симболи) 2. Конуси (за ограничување на средината каде што активноста ќе се одвива) 3. Слушалки за поништување на звукот (за оние на кои им се потребни) 4. Место на „осаменост“ или „тишина“
Диференцијација	
За учесниците кои имаат тешкотии во разбирањето на вербалните инструкции, обезбедете визуелизација на инструкциите. Ако е потребно, учесниците имаат помошник кој им помага да се движат во областа. За учесниците кои не сакаат да допираат груби површини, понудите да носат напрстоци или да им дадат предмет со кој можат да го допрат дрвото (марамче, гумена топка, итн.)	
Наставни совети	1. Активноста може да се организира со поделба на учесниците во парови (возрасни и деца). 2. Можете да го менувате бројот со користење на предмети за броење Техники на ангажман: 1. Запознајте ги учесниците со околината, истражувајте ја заедно.

	2. Дискутирајте за текот на активноста преку визуелизација. Совети за адаптација: Активноста може да се организира не само на отворено туку и во училницата. Обележете некој предмет, како што е врата или шкаф, каде што ќе стои лидерот на активноста. Охрабрете го водачот да ги брои предметите стоејќи со грб кон другите учесници, ако тоа ги прави да се чувствуваат побезбедно или поудобно. Ако водачот не сака да ги покрива очите со рацете, тој може едноставно да ги затвори очите. Ако лидерот не ги знае имињата на сите, подгответе слики од учесниците (ставајќи ги фотографиите на учесниците на одредено место).
Стратегија за проценка	
● Ангажман: Ниво на активно вклучување или колебање во активност ● Разбирање на правилата: Разбирање и следење на инструкциите за активност ● Емоционална благосостојба: Целокупно расположение и удобност за време на активност ● Усогласување со правилата: Придржување до воспоставените правила и насоки Пристап на повратни информации: Обезбедете на учесниците итни повратни информации (како што се пофалби или награди) и понудите конструктивни коментари ако е потребно. Ако учесникот изгледа вознемирен, нежно предложете прилагодувања или алтернативи за подобрување. Потсетете ги дека можат да поминат време во „тивок“ или „осамен“ простор ако им треба одмор.	
Активност 2 (30 минути): „Фати го водачот!“	
Акција	1. Учесниците стојат во круг. Во центарот на кругот е лидерот на активност. 2. Лидерот на активност има топка во неговите/нејзините раце. Водачот ја фрла топката во воздух и го повикува името на учесникот. 3. Именуваниот учесник станува новиот лидер. 4. Новиот лидер се обидува да ја фати топката. Другите учесници трчаат во различни насоки. 5. Кога новиот лидер ќе ја фати топката, тој / таа вели: „СТОП!“ Секој мора да престане. 6. Новиот лидер го повикува името на учесникот и кажува колку чекори (големи или мали) се потребни за да се стигне до повиканиот учесник. На пример, „Питер, ми требаат три големи чекори за да стигнам до тебе.“ 7. Потоа, лидерот оди до именуваниот учесник и ја фрла топката. Учесникот мора да се обиде да ја фати топката. 8. Откако топката е фатена, новиот лидер го повикува името на учесникот, ја фрла топката во воздух и претходно опишаните дејства се повторуваат.
Материјали	1. Имињата на учесниците на пин-он картички 2. Визуелни потсетници 3. Шарени панделки, знамиња за означување на областа за активност „Осаменост/Остров на тишината“ или шатор, каде учесникот може да оди сам ако е потребно во случај на сензорно преоптоварување.
Наставна стратегија	1. Инструкции за учесниците – вербални, визуелни – повторување. 2. Лидерот на активност го прашува секој учесник да ги каже имињата на другите учесници. 3. Редоследот на активност може да се визуелизира – PECS, пиктограми, кои ќе помогнат да се запомни редоследот на активност. 4. Активноста може да биде демонстрирана од страна на возрасни (играни улоги).

Наставни совети	
Активноста може да се организира во парови (асистент и дете) Техники на ангажман: 1. Запознајте ги учесниците со средината каде што ќе се одвива активноста 2. Ажурирајте колку далеку можете да се движите и што означуваат обоените ленти и знамиња 3. Претставете го местото каде учесниците во активноста можат да бидат сами, смирете се ако е потребно 4. Повторете го текот на активноста, правилата, ако е потребно, глумете (возрасни), визуелизирајте Совети за адаптација: 1. Активноста може да се организира не само на отворено, туку и во затворен простор - во салата 2. Обележете го местото каде што ќе започне активноста	3. Организирање на „тишина/осаменост“ (шатор, кабина) 4. Користете шарени кошули или значки со имињата на учесниците ако имате проблеми со запонувањето Пристап на повратни информации: 1. Ако е потребно, објаснете ги правилата на активноста, дајте им инструкции неколку пати додека не сте сигурни во нивното разбирање 2. Предложете користење на „мирен простор“ ако забележите дека некој член е преплавен 3. Понудете помош ако е потребно 4. Охрабрете ги да поставуваат прашања ако не разбираат нешто 5. Поддршка, бидете трпеливи во обезбедувањето на повратни информации
Диференцијација	
На учесниците кои имаат тешкотии во разбирањето на вербалните инструкции им се нудат визуелни инструкции (слики, текст на лесен јазик ако учесникот чита). Асистентот (ако е потребно) помага да се извршат активностите (фаќање на топката, именување на играчот, прашување на учесникот за бројот на чекори итн.) Ако учесниците во активноста имаат тешкотии во меморирањето на зборовите, можете да користите обоени кошули, тогаш соодветно, бојата на новото име ќе биде.	
Активност 3 (20 минути): „Предизвик за фрлање на целта!“	
Вовед	
Вовед / поставување: Активноста се одвива на отворено. Потребна е мета, како и предмети погодни за фаќање (меки топки, вреќи исполнети со меки материјали, итн.). Целта е означена според висината на учесниците. Одредено место е обележано од местото каде што ќе се вршат фрлањата.	
Акција	1. Учесниците се подредуваат еден зад друг и се менуваат да го фрлаат дадениот предмет. 2. Победник е оној кој ја погоди целта најмногу пати.
Materials	1. Цели: Користете лесно достапни предмети како хулахоп обрачи, кофе или креда за да создадете мети. Повторна употреба на материјали од други активности за да се минимизира отпадот и трошоците. Прилагодете ја големината и висината на целта за да се грижат за различни нивоа на вештини и возрасти. 2. Фрлање предмети: Користете меки, безбедни предмети како вреќи за грав, топки од пена или завиткани чорапи. Ако имате ограничен буџет, направете сам фрлање предмети со помош на стар материјал или чорапи исполнети со ориз или пена. 3. Маркери за поле: Обележете ја линијата за фрлање и целната област со конуси, јажиња или креда. Повторно наменете материјали како стапчиња или ленти за обележување ако конусите не се достапни.

Наставна стратегија	1. Користете вербални и визуелни објаснувања, со повторување за да се обезбеди разбирање. Визуелните помагала како пиктограми можат да помогнат да се зајакне секвенцата. 2. Лидерот ја моделира активноста, покажувајќи соодветна техника, проследена со колегијални демонстрации. 3. Визуелните поддршка, како што е табелата чекор-по-чекор, се користат за да се исцрта редоследот на активноста. 4. Охрабрување на учесниците да ги повторуваат инструкциите, да демонстрираат активности и да даваат повратни информации еден на друг. 5. Прилагодете ја тешкотијата (на пример, растојанието на фрлање, големината на предметот) врз основа на индивидуалните потреби за да се осигура дека секој може да учествува. 6. Понудите пофалби и охрабрување за да ја задржите мотивацијата.
Наставни совети	
1. Користете вербални и визуелни објаснувања, со повторување за да се обезбеди разбирање. Визуелните помагала како пиктограми можат да помогнат да се зајакне секвенцата. 2. Лидерот ја моделира активноста, покажувајќи соодветна техника, проследена со колегијални демонстрации. 3. Визуелните поддршка, како што е табелата чекор-по-чекор, се користат за да се исцртава редоследот на активноста. 4. Охрабрување на учесниците да ги повторуваат инструкциите, да демонстрираат активности и да даваат повратни информации еден на друг. 5. Прилагодете ја тешкотијата (на пример, растојанието на фрлање, големината на предметот) врз основа на индивидуалните потреби за да се осигура дека секој може да учествува. 6. Понудете пофалби и охрабрување за да ја задржите мотивацијата. Технички обврски: 1. Охрабрете ги сите да се менуваат и да навиваат за другите за да ја задржат енергијата висока. 2. Создавање мали тимови или парови за да се поттикне чувство на тимска работа и забавна конкуренција. 3. Понудите многу пофалби и охрабрување, славејќи го напорот колку и успехот. 4. Прилагодете го растојанието или големината на целта во текот на играта за да го задржите интересот.	5. Предизвикајте учесниците да го победат својот претходен резултат или да погодат одредена цел. 6. Да се вклучат учесниците во покажување на соодветната техника на фрлање. 7. Пуштајте весела музика за да ја енергизирате групата и да создадете жива атмосфера. Совети за адаптација: 1. За помлади или пониски учесници, намалете ја целта за да ја направите достапна. 2. Користете поголеми или помекти предмети за помлади или помалку искусни учесници за полесно фаќање и фрлање. 3. Намалување на растојанието за почетници или учесници со физички ограничувања. 4. За учесниците со разлики во учењето, користете визуелни помагала или демонстрации за да ги разјасните инструкциите. 5. Спарување на учесниците за да им помогне со нишање или враќање на предмети, особено за оние со физички попречености. 6. За учесниците чувствителни на сетила, намалете бучавата и одвлекувањето на вниманието или користете светло обоени мети за подобра видливост. 7. Фокусирајте се на напор и подобрување, а не само на точност за да ги вклучите сите нивоа на вештини.

Диференцијација

1. Разликување по ниво на вештина

Почетници (помлади деца или помалку искусни играчи): Користете поголеми мети (на пример, хулахоп обрачи или големи кофи) за да го направите удирањето полесно. Обезбедите поголеми, помеки или полесни предмети како меки топки или пенести вреќи кои се полесни за фаќање и фрлање. Скратете го растојанието помеѓу линијата за фрлање и метата за да ја направите подостапна. Дајте им на почетниците повеќе време за нишање и фрлање (на пример, 1-2 минути по рунда).

Средно (просечно ниво на вештина): Користете средни мети за да обезбедите малку повеќе предизвик. Дозволете на учесниците да користат предмети со стандардна големина како меки топки или вреќи со грав. Користете стандардна дистанца за активноста за да промовирате повеќе развој на вештини. Поставете разумен временски рок (на пример, 1 минута) за секоја рунда.

Напредни (вешти играчи): Користете помали, попредизвикувачки мети за да ја зголемите тежината. Воведете помали или помалку конвенционални предмети, како што се мали вреќи со грав или вреќи со тежина, за да го зголемите предизвикот. Зголемете растојание од целта за да го направите удирањето попредизвикувачко. Намалете го времето за секоја рунда (на пример, 30-45 секунди) за да се поттикне брзо размислување и акција.

2. Разликување по способност

За деца со физички попречености: Користете поголеми, помеки предмети кои можат да се фрлат со помала сила или обезбедете помошни алатки како лесен стап за фрлање за деца со оштетена подвижност. Прилагодете висината или аголот на целта за да се приспособат на учесниците кои седат или оние со ограничена подвижност. Скратете го растојанието за фрлање или им дозволете на играчите да фрлаат од седечка позиција, во зависност од нивните потреби. За деца со сетилни потреби: користете светли мети, фрлајте предмети и ознаки за да ја направите играта полесна за следење. Намалување на позадинската бучава или одвлекување на вниманието за да им помогнете на децата со сензорна чувствителност да се фокусираат на активноста. Користете јасни, концизни инструкции и визуелни демонстрации за да се обезбеди разбирање.

Стратегија за проценка

Пристап на повратни информации:

1. Почнете со она што учесникот го направил добро (на пример, „Голем фокус на твојата цел!“ или „Ми се допаѓа како го охрабруваше својот соиграч!“). Признајте напор, а не само успех, за да поттикнете начин на размислување за раст и да ги мотивирате учесниците да продолжат да се обидуваат.

2. Понудите специфични, практични предлози за подобрување (на пример, „Пробајте да нишате малку повисоко следниот пат“ или „Држете ја раката стабилна за поголема прецизност“). Одржувајте го тонот охрабрувачки и без осудување, фокусирајќи се на подобрување, а не на грешки.

3. Прашајте учесници што мислат дека поминало добро и што можат да направат поинаку следниот пат (на пример, „Како се чувствувавте за вашите фрлања? Што би можел да се обидеш да се подобри?“). Ова ги охрабрува да преземат одговорност за нивното учење и да го признаат нивниот раст.

4. Охрабнете учесниците да си даваат повратни информации на позитивен, поддржувачки начин (на пример, „Забележав дека навистина си ја подобрил целта!“). Повратните информации од колегите можат да изградат другарство и да помогнат во развивањето на комуникациски вештини.

5. Славете ги сите нивоа на напредок, особено за учесниците кои можеби не ја постигнуваат целта, но се трудат сè од себе (на пример, „Одлична работа да останеш фокусиран!“). Нагласете истрајност, тимска работа и забава од активноста, а не само бројот на успешни фрлања.

6. Да се обезбеди повратна информација веднаш по секоја рунда или во клучните моменти, додека искуството е сè уште свежо во умовите на учесниците. Понудите пофалби и предлози веднаш за да ја задржите енергијата и процесот на учење.

7. Прилагодување на повратните информации за индивидуалните потреби, признавајќи специфичен напредок или предизвици. На пример, за почетник: „Одлично ти оди! Продолжи да ја вежбаш својата цел.“ За понапреден учесник: „Одлична прецизност! Сега, пробајте да го зголемите растојанието за фрлање.“

Активност 4 (10 минути): „Натпревар со моќни ракавици!“

Вовед

Учесниците ќе работат во парови за да соберат што е можно повеќе мали предмети, поттикнувајќи ја тимската работа, фините моторни вештини и координацијата. Расејување на мали предмети по случаен избор во рамките на дефинирана зона на собирање. Осигурете се дека областа е безбедна и без пречки.

Акција

1. Распределете учесниците во парови. Секој пар ќе има едно дете кое ќе ги носи ракавици, а друго ќе дејствува како колекционер кој ги става предметите во садот.
2. На учесниците им се даваат големи ракавици (на пример, кујнски ракавици, големи ракавици).
3. Олеснувачот ги објаснува правилата и го сигнализира почетокот на играта со гласно „Почеток!“ или свирка.
4. Учесниците ставаат ракавици и се обидуваат да соберат што е можно повеќе мали топчиња (желати, костени или други цврсти природни материјали).
5. Победничкиот пар е оној кој собира најмногу топки.
6. На средина на играта (по 5 минути), олеснувачот може да објави промена на улогата, давајќи им на двајцата учесници шанса да ја искушат секоја задача.

Материјали

1. **Материјали: големи ракавици:** Користете големи кујнски ракавици или големи ракавици за секој учесник. Тие создаваат предизвик и забавен елемент. Мали предмети во вид на топка (желати, костени или меки предмети): користат предмети кои лесно можат да се земат со ракавици. Чинии или контејнери: на секој пар ќе му треба чинија или контејнер за да ги собере топките. Уверете се дека тие се лесно достапни и доволно издржливи за да ги држат топките.
Простор: Голем отворен простор како игралиште, гимназија или пространа училница ќе им овозможи на децата да се движат слободно додека ги собираат и додаваат топките. Просторот треба да биде чист од пречки за безбедност.
2. **Материјали за поддршка: Визуелни помагала:** Користете пиктограми или едноставни табели за да ги покажете чекорите на активноста (носете ракавици, собирајте топки, додавајте на партнерот, ставајте во чинија). Ова ќе им помогне на децата да ја разберат секвенцата. Простор за демонстрации: Уверете се дека има област каде лидерот може да покаже како да носи ракавици и да собира топки, обезбедувајќи јасен визуелен модел за децата.

Наставни совети

1. Инструкциите да бидат кратки и јасни, користејќи вербални и визуелни знаци.
2. Покажете како да ги носите ракавиците и да ги соберете топките за да изградите доверба.
3. Понудите охрабрување и пофалете за тимската работа за време на натпреварот.
4. Дозволете време на децата да се адаптираат,

3. Поставете забавни предизвици: „Можеш ли да ги собереш топките без да паднеш?“ Следете го напредокот визуелно (на пример, шарени табели).
4. Прославете го трудот на секое дете со налепници или пофалби, не само за победа.
5. Пуштајте весела музика за да ја енергизирате групата и да одржувате забавна атмосфера.

поддржувајќи ги ако е потребно, но охрабрувајте независност.

5. Обезбедете паузи или прилагодувања, како помали ракавици или спарување со помошник, за да се осигура дека сите учесници уживаат и успеваат во активноста.

6. Фокусирајте се на забава и поттикнување на соработка!

Технички обврски:

1. Дозволете им на децата да изберат партнери или да носат ракавици за да бидат ангажирани. Додадете возбуда со поставување временски предизвици: „Колку топки можете да соберете за една минута?“

2. Дајте на секој пар име на тимот за да поттикнете пријателска конкуренција.

Совети за адаптација:

1. За деца со моторни предизвици: користете помали ракавици или им дозволете да користат голи раце.

2. За сензорна чувствителност: понудите помеки топки или дозволете паузи ако е потребно.

3. За различни нивоа на вештина: спарување на деца со различни способности за да се поддржуваат меѓусебно.

4. За пократок опсег на внимание: скратете рунди и обезбедете почесто охрабрување.

Диференцијација

1. Прилагодување на ракавици: За помлади или помалку спретни деца: Користете помали ракавици за полесно собирање на топките. За децата на кои им треба поголем предизвик, обезбедете поголеми или пообемни ракавици за да ја зголемат тешкотијата на задачата.

2. Модификација на задачата: За деца со предизвици во моторните вештини: дозволете им да ги користат своите голи раце или да носат само една ракавица за почеток, а потоа постепено го зголемувајте предизвикот како што градат доверба. За напредните учесници: воведете временски рок за секоја рунда, охрабрувајќи ги да соберат што е можно повеќе топки во одредено време.

3. Спарување: За парови со мешани способности: Спарување на деца со различни способности за да можат да се поддржуваат меѓусебно. Дете со поголема вештост може да му помогне на дете со помала моторна контрола. За деца на кои им треба повеќе насоки: поврзајте ги со возрасен или **поискусно** дете за дополнителна поддршка.

4. Сетилни потреби: За деца со сензорна чувствителност: користите помеки или полесни материјали (како топки од пена) за да ја направат активноста поудобна. За децата на кои им требаат сензорни паузи: обезбедете одредено место каде децата можат да прават кратки паузи ако се чувствуваат пренатрупани од ракавиците или самата активност.

5. Визуелни или вербални знаци: За деца со јазични или когнитивни предизвици: користите јасни визуелни знаци, инструкции чекор-по-чекор или игра на улоги за да покажете како функционира активноста. За деца со предизвици за внимание: понудите пократки задачи или често охрабрување за да ги задржите ангажирани и на задачата.

Стратегија за проценка

Пристап на повратни информации:

1. Фокусирајте се на охрабрување: „Одлична работа да работите заедно!“ или „Направивте одлична работа со собирањето на топките!“ Ова ја зголемува самодовербата и ги одржува децата мотивирани.

2. Дајте повратна информација за специфични активности: „Ми се допаѓа како брзо ја додадеш топката!“ или „Ти направи одлична работа користејќи ги ракавиците за да ги собереш топките!“

3. Понудете нежни предлози за подобрување, како на пример „Пробајте да ја држите топката со двете ракавици за да добиете подобро фаќање“.

4. Охрабнете децата да ги препознаат и пофалат меѓусебните напори: „Погледнете колку добро е вашиот партнер! Навистина си помагате еден на друг!“

5. Поставувајте едноставни прашања по натпреварот како „Што направи добро?“ или „Што можеме да пробаме следниот пат за да бидеме уште подобри?“ за да промовирате саморефлексија.

Активност 5 (5-7 минути): „Сунѓер фрлање на конфронтацијата!"	
Вовед	
Вовед / поставување: 1. Игралиштето мора да биде поделено на половина (на пример, со користење на конуси, јаже или означување со креда, итн.). 2. Подгответе еднаков број на кујнски сунѓери за секој тим. Големината на сунѓерите може да варира, а бројот исто така може да се прилагоди.	
Акција	1. Учесниците се поделени во два тима. 2. Секој тим стои на својата страна на теренот и се обидува да фрли што е можно повеќе сунѓери на противничката страна. 3. Победничкиот тим е оној кој ќе фрли најмногу сунѓери во противничкото поле во рамките на даденото време.
Наставна стратегија	1. Вербално објасните правилата: „Ние ќе го поделиме теренот на половина, и секој тим ќе фрли сунѓери на другата страна. Тимот кој има најмногу сунѓери на другата страна победува!" 2. Користете визуелни помагала (како дијаграми или означување на полето) за да покажете како е поделена областа. Покажете како да фрлате сунѓер, обезбедувајќи соодветна техника. 3. Играјте улога во играта со возрасен или дете за да покажете како да ги фрлате сунѓерите и како да се справите со правилата. Направете го забавно и игрово да ги ангажирате децата. 4. Нагласете тимска работа со тоа што децата работат заедно за да ги одлучат најдобрите стратегии за брзо и ефикасно фрлање на сунѓерите. Потсетете ги да се охрабруваат меѓусебно. 5. Исцртајте ги правилата за безбедност однапред, како на пример „Уверете се дека ги фрлате сунѓерите нежно и се стремете кон другата страна на теренот". 6. Прославете го секое успешно фрлање со поздрави, велејќи работи како, „Одлично фрлање! Продолжи така!" за да се одржи ентузијазмот и ангажманот во текот на играта. 7. Поставете јасна временска граница за играта и ги информирајте децата кога времето е речиси истекло, за да се создаде возбуда и итност.
Материјали	1. Разделувачи на игралиштето: конуси, јажиња или креда за да се подели игралиштето на две половини, осигурувајќи се дека секој тим има дефинирана страна. 2. Сунѓерни материјали: кујнски сунѓери (уверете се дека се меки и безбедни за ракување). Прилагодете го бројот и големината врз основа на бројот на учесници за да се одржи фер игра. 3. Тајмери или часовници: користите тајмер или штоперица за да го следите временскиот рок за секоја рунда од играта. Ова помага да се управува со темпото на активност. 4. Идентификатори на екипата: тимски бендови или обоени маркери (на пример, конуси, елечи или ленти за раце) за да се направи разлика помеѓу двата тима. 5. Безбедносни мерки: меки простирки или рамни површини во случај деца да паднат за време на играта. 6. Просторни размислувања: осигурете дека има доволно отворен простор за децата да се движат безбедно, особено за фрлање и трчање за време на активност.
Наставни совети	
1. Објаснете ги правилата пред да започнете играта за да се осигурате дека сите разбираат како да играат.	3. Дозволете им на децата да преземат различни улоги, како капетани на тимот или набљудувачи, за да ги задржат

2. Потсетете ги децата да играат безбедно, да избегнуваат да налетуваат на други и нежно фрлајте ги сунѓерите. 3. Внимавајте на сите деца за да се осигурате дека сите учествуваат и ги следат правилата. Пренасочување на однесувањето надвор од задачата ако е потребно. 4. Пофалете го доброто однесување и тимската работа, како што е „Одлична работа да работиме заедно!“ за да се охрабри соработката и да се одржи позитивната енергија. 5. Користете свирка или сигнал со рака за да го сигнализирате почетокот, стопот или крајот на играта за да ја задржите контролата на активноста и да ја задржите структурата. 6. Одржување на тимовите во рамнотежа и осигурување на децата да се во безбедни групи за подобро учество и помалку одвлекување на вниманието. 7. Држете се до одредено време за секоја рунда и обезбедете визуелни знаци (како одбројување) за да ги задржите децата ангажирани и свесни за напредокот на играта. Технички обврски: 1. Охрабрете тимовите да дојдат со свое навивање или скандирање пред играта да почне да гради возбуда и тимски дух. 2. Додадете забавен пресврт како играчите да скокаат или да скокнат додека фрлаат, или да побараат од нив да трчаат до одредено место пред да фрлат сунѓер.	сите вклучени и да им дадат чувство на одговорност. 4. Креирајте временски рунди каде тимовите мора да фрлат што е можно повеќе сунѓери за 30 секунди, додавајќи итност и возбуда. 5. Користете визуелна табла за да покажете колку сунѓери успешно фрлила секоја екипа, давајќи им на децата јасна цел кон која треба да работат. 6. Пуштајте весела музика за да ги енергизирате децата и да ја направите играта пожива. Стопирајте ја музиката за секоја рунда за да го задржат фокусот. Совети за адаптација: 1. За деца со ограничена подвижност: Дозволете им на децата да го виткаат сунѓерот наместо да го фрлаат. Нека учествуваат од поблиску растојание до целната област. 2. За деца со сензорна чувствителност: Користете меки, меки сунѓери или топчиња кои се нежни за ракување. Одржувајте ја активноста во мирно место со минимално одвлекување на вниманието ако е потребно. 3. За помали деца: Намалете го растојанието за да се осигура дека сунѓерите полесно се фрлаат на спротивната страна. Користете поголеми сунѓери за полесно фаќање и ракување. 4. За напредни деца: Додадете временски предизвик каде што тимовите мора да фрлат што е можно повеќе сунѓери во ограничено време, зголемувајќи ја тешкотијата. 5. За деца на кои им е потребна дополнителна поддршка: Поврзете ги со посигурен партнер кој може да им помогне да ги води.
Диференцијација	
1. За помлади или помалку координирани деца: Поголеми сунѓери или меки топчиња за полесно фаќање. Дозволете им да фрлаат поблиску до централната линија за да се осигураат дека можат да учествуваат успешно. 2. За деца со ограничено движење: Понудите опција за тркалање на сунѓерот наместо да го фрлате, што им олеснува на оние со предизвици за мобилност. 3. За напредни деца: Зголемете го растојанието од кое треба да го фрлат сунѓерот за да ја направат играта попредиизвикувачка. Воведете временски предизвик за да ги охрабрите побрзите фрлања. 4. За сензорна чувствителност: Користете меки материјали за сунѓерите, осигурувајќи се дека не се премногу груби. Дозволете сетилни паузи ако децата се чувствуваат пренатрупани за време на активноста. 5. Стратегии за спарување: Спарување на деца со различни нивоа на вештини заедно за да се охрабри поддршката и соработката од врсниците.	
Стратегија за проценка	
Пристап на повратни информации: 1. Користете висока петица како едноставен, но моќен начин да се даде позитивен фидбек. Можете дури и да го	

поврзете со забавна фраза како, „Одлична работа, ти си суперсвезда која фрла сунѓер!"

2. Давајте налепници или мали награди за специфични достигнувања како „Најдобра тимска работа" или „Најпрецизно фрлање", создавајќи забавен, опиплив начин за зајакнување на учењето.

3. По играта, соберете ги децата во круг и им дозволете да дадат повратни информации еден на друг. Ова може да биде едноставно како да кажете, „Навистина ми се допадна како го фрли сунѓерот толку далеку!" Ова им дава шанса на децата да размислуваат и да ги ценат напорите на другите.

4. Креирајте тегла за пофалби каде што секое дете може да стави комплимент или белешка на благодарност за своите соиграчи. На пример: „Ти беше толку брз во добивањето на сунѓерот!" Ова може да се прочита гласно по натпреварот.

Резултати од учењето

„Тук Тук Дрво Ознака"

По завршувањето на активноста, учесниците ќе знаат како да се ориентираат во животната средина, ќе развијат способност да следат инструкции, ќе научат методи за саморегулација (длабоко дишење, користење на место на „осаменост" или „тишина"), вештини за соработка.

„Фатете го водачот!"

На крајот од активноста, учесниците ќе се запознаат подобро и ќе го запаметат името. Учесниците ќе научат да ги разбираат и да ги следат инструкциите дадени на различни начини.

Ќе ја подобри вештината на чекање, броење, фрлање/фаќање на топката.

Ќе се развијат вештини за соработка и ориентација.

„Мета Фрлање Предизвик!"

Подобрување на вештините: Учесниците покажуваат подобрена координација на рацете и очите, нишанење и моторна контрола додека вежбаат фрлање.

Зголемен ангажман: Натпреварувачката и забавна природа на играта ги одржува учесниците мотивирани, со високо ниво на вклученост во текот на активноста.

Тимска работа и соработка: Кога се игра во тимови или парови, активноста ја поттикнува соработката, бидејќи учесниците навиваат еден за друг и помагаат во враќањето на предмети.

Позитивно однесување: Јасните очекувања и позитивното засилување водат кон почитувана и фокусирана атмосфера, со помалку проблеми во однесувањето за време на играта.

„Моќни ракавици!"

Развој на моторните вештини: Ја подобрува координацијата на рацете и очите и фините моторни вештини.

Тимска работа: Ја поттикнува соработката и комуникацијата помеѓу учесниците.

Фокус и трпение: Ја зголемува концентрацијата и трпението преку предизвикот.

Зголемување на самодовербата: Гради самодоверба како што децата успеваат во задачата.

Ангажман и забава: Ги одржува децата активни, ангажирани и мотивирани.

„Сунѓер фрлање конфронтација!"

Вештини за тимска работа: Децата работат заедно, комуницираат и соработуваат за постигнување на заедничка цел. Развој на моторните вештини: ја подобрува координацијата на рацете и очите, силата на држење и прецизноста на фрлањето. Социјални вештини: ги поттикнува позитивните интеракции и спортскиот дух.

Ангажман и фокус: Одржува внимание и учество преку возбудлив, конкурентен гејмплеј. Решавање на проблеми: го поттикнува стратешкото размислување за тоа како најдобро да се фрлат сунѓерите за да се надмине другиот тим.

Сценарио за учење и план за имплементација-2

„Надворешна забава!"

Целни групи

Основно образование: Деца на возраст од 5 до 7 години од спектарот на аутизам
Средно: Наставници, олеснувачи и заедница – невротипични деца на иста возраст.

Цели на учењето

До крајот на настанот, учесниците ќе имаат:
1. подобрени моторни и животни вештини: координација, тимска работа и

	практични способности како преврзување и преживување на отворено; 2. Зајакнати социјални вештини: соработка, комуникација и емоционална отпорност преку групни предизвици; 3. засилено критичко размислување: решавање на проблеми и адаптирање на стратегии за време на временски базирани активности; 4. Изградена доверба: самодоверба преку извршување на задачи и креативно надминување на пречките.
Надлежности	
Учесниците ќе развијат основни компетенции, вклучувајќи физичка координација преку качување и преврзување, тимска работа и комуникација преку работа во парови или групи, и решавање на проблеми. Тие ќе ја подберат емоционалната отпорност и социјалната интелигенција, градејќи трпение, доверба и вештини за соработка. Дополнително, практичните животни вештини како прва помош и надворешни техники, заедно со креативноста и прилагодливоста, ќе бидат зајакнати, придонесувајќи за добро заокружен личен и социјален развој.	
Активност 1 (макс. 30 мин): „Од запад кон север преку југ и исток“	
Вовед	Ова е спортска активност на отворено за двојки или тимови. Олеснувачот треба да подготви 4-5 активности во апликацијата Goosechase (https://goosechase.com/). Во активната, треба да има задачи да се најде најблискиот предмет, најкарактеристичниот историски или природен објект.
Материјали	Компас, флеш картички и телефон со апликација Gooschase (може да се симне од Google Play).
Акција	1. Учесниците се поделени во парови или групи. 2. Секој тим добива 8 предизвици во апликацијата Gooschase. (На пример, поминете 48 чекори југозападно, најдете и фотографирајте 5 различни работи кои ќе ги понесете со себе на ненаселен остров. Оди на север 105 чекори, побарај траги за растојанието на најблиските градови, сликај го градот кој е најдалеку од Скопје.) 3. Победник е оној кој ги завршил сите задачи правилно во најбрзо време.
Наставни совети	
1. Подгответе јасни инструкции: користете едноставни, визуелни помагала за да ги објасните задачите. Покажи како да го користиш компасот и Gooschase апликацијата чекор по чекор. 2. Демонстрирање на задача: играње на улоги еден предизвик за моделирање на процесот. 3. Проверете за разбирање: помолете учесниците да ги повторат инструкциите или да покажат еден чекор. 4. Поддршка ако е потребно: спарување на учесниците со асистент ако е потребно за навигација или разбирање. Технички обврски: 1. Персонализирање на предизвиците: прилагодување на задачите според интересите на децата (на пример, забележување на специфични животни, бои или текстури). Дозволете им на учесниците да одлучат како ќе ја интерпретираат задачата, поттикнувајќи ја креативноста. 2. Охрабрување на тимско поврзување: дозволете им на децата да ги изберат своите соиграчи или да ги групираат врз основа на комплементарни предности. Креирајте име на тимот и им дозволете да дизајнираат едноставна значка или симбол за нивната група. 3. Користете забавна тема или приказна за да ја направите активната поимпресивна (на пример, истражувачи во потрага по богатство). Совети за адаптација: 1. Користете визуелни поддршка: Обезбедете јасни, визуелни инструкции со користење на картички или пиктограми за да ги разјасните чекорите и редоследот на играта. Ова ќе им помогне на децата со аутизам полесно да ги разберат правилата и задачите.	

- 2. Прилагодување на временските ограничувања:** Дозволете продолжено време ако е потребно. На децата со аутизам им треба повеќе време за да ги обработат инструкциите, да одлучат за нивната следна акција или да одговорат на задачите.
- 3. Сензорно сместување:** Обезбедете сензорни опции како слушалки за поништување на бучава или мирен простор каде децата можат да прават паузи ако се пренатрупани. Сензорните проблеми се чести и мирниот простор може да им помогне да се рефокусираат.
- 4. Флексибилно групирање:** Размислете за спарување на децата врз основа на нивните предности и потреби. Некои може да имаат корист од тоа да имаат пријател кој може да понуди помош, додека други преферираат да работат сами или со возрасен олеснувач.

Диференцијација	1. Понудите слушалки со поништување на бучава за деца чувствителни на звук. 2. Дозволете паузи на одредено мирно место ако околината стане преовладувачка. 3. Дефинирање на областа за пребарување со конуси или знамиња за да се спречи учесниците да се чувствуваат изгубени или пренатрупани. 4. Одредете специфични зони за секоја група за да се намали конкуренцијата и да се зголеми фокусот.
------------------------	--

Стратегија за проценка

1. Ангажман: Проценете колку активно учесниците учествуваат во активноста, без разлика дали ги следат инструкциите и покажуваат љубопитност или имаат потреба од охрабрување за да останат вклучени. 2. Тимска работа: Проценете колку добро учесниците соработуваат со врсниците, споделуваат задачи и комуницираат за време на активноста. Забележете ја нивната способност да поддржуваат и работат хармонично во групи. 3. Завршување на задачата: Мерење на точноста и ефикасноста на извршување на доделените задачи, како што се навигација со компасот или ефикасно користење на апликацијата. 4. Разбирање: Набљудување на разбирањето на учесниците за инструкциите и способноста да решаваат проблеми или да се прилагодат на предизвиците за време на активноста. 5. Саморегулација: Следете како учесниците управуваат со емоциите, ги следете правилата и барајте поддршка кога е потребно, одржувајќи фокус и смиреност. 6. Комуникација: Прегледајте вербална или невербална интеракција со соиграчите и олеснувачите, фокусирајќи се на јасност и релевантност во изразувањето на идеи.	7. Физички вештини: Следете координација и спретност додека користите алатки или се движите за време на задачите, осигурувајќи им на учесниците удобно да се справат со физичките барања. 8. Рефлексивност: Оценете ја способноста на учесниците да го артикулираат она што го научиле или уживале, покажувајќи разбирање на нивниот раст или достигнувања. Пристап на повратни информации: 1. Правете фотографии за време на активноста и ги прегледајте заедно, дискутирајќи што поминало добро. 2. Користете краток видео клип за да ги истакнете позитивните моменти, како успешна тимска работа или решавање на проблеми. 3. Обезбедете едноставни, визуелни картички за рефлексивност со сугестии како: „Во што најмногу уживав?“ „Што направив добро денес?“ „Што би пробал поинаку следниот пат?“ 4. Креирање станици каде учесниците можат да остават повратни информации со користење на емоции картички, цртежи кои покажуваат колку им се допаднала активноста.
--	---

Активност 2 (15 минути): „Фати и помини предизвик“

Вовед

Вовед	Спортска активност со две екипи. Се одржува на отворено и во затворен простор.
Акција	1. Етап 1 - олеснувачот го означува растојанието кое екипите ќе го поминат - најмалку

	дваесет метри од точката А до точката Б. 2. Етап 2 - учесниците се поделени во парови. Секој пар добива по една марама. Двајцата учесници ја држат марамата за аглите. Паровите треба да стојат еден метар еден од друг. Топката се става во шалот на првиот пар. 3. Етап 3 – по свирката на олеснувачот, парот со топката ја замавнува марамата и ја фрла топката на следниот пар. Задачата на следниот пар е да ја фатат топката во марамата и да ја предадат на следната. Се додека последниот пар од тимот не ја фати топката.
Материјали	За секој пар, еден голем шал или парче ткаенина (најмалку 50см x 50см), две топки.
Наставни совети	
1. Почнете со јасно објаснување на задачата на учесниците на едноставен јазик, разложувајќи ја секоја фаза од играта. Користете визуелни помагала како дијаграми или демонстрации за да се разбере. 2. Покажи ја активноста со асистент или волонтер, така што учениците можат да ја видат секвенцата на активности. Покажете им како правилно да го држат шалот, да го замавнуваат и да ја фатат топката. Ова им помага на учениците кои имаат корист од визуелните примери. 3. Обезбедете итна пофалба и охрабрување за тимска работа, напор и успешни акции. Користете едноставни, позитивни повратни информации како „Одлична тимска работа!“ или „Добар улов“ за да го задржите нивото на енергија високо и да ја поттикнете мотивацијата.	
Стратегија за проценка	
Технички обврски: 1. Користете одбројување: додадете возбуда со воведување на тајмер за одбројување (на пример, 2 минути за да се заврши задачата) или поставете временски предизвици (на пример, „Да видиме дали можете да ја подадете топката за помалку од 30 секунди!“). Ова го зголемува фокусот и додава конкурентна предност. 2. Гејмифицирање на предизвикот: претворете штафетата во игра со доделување на поени или значки за брзи додавања, креативност или тимска работа. Следете поени на таблата за да создадете чувство на достигнување и да го охрабрите пријателскиот натпревар. Совети за адаптација: 1. Ако активноста стане преовладувачка, дозволете им на децата да прават кратки паузи во мирно место каде што можат да се опуштат и да се вратат кога ќе бидат спремни. Ова гарантира дека тие остануваат ангажирани без да се чувствуваат премногу стимулирани.	2. Уверете се дека областа е јасно означена со визуелни граници (на пример, шарени конуси или лента за под) за да им помогнете на децата да разберат каде да се движат и каде започнува и завршува задачата. 3. Поврзете ги децата со поискусни врсници или возрасен кој ги поддржува кој може да ги води низ задачата, осигурувајќи се дека ги разбираат потребните акции и да имаат некој да помогне со марамата и топката. 4. Некои деца може да бидат чувствителни на текстурата на марамата или гласната бучава од свирката. Користете меки шалови и понудите слушалки со поништување на бучава или потивок сигнал како свонче или гест со раката за да ја започнете играта.
Диференцијација	Задачата може да се изврши во двете насоки, така што топката се враќа назад во марамата на првиот пар.
Стратегија за проценка	
1. Завршување на задачата: Дали детето точно ја завршило задачата за додавање на топката со шалот? (Да/Не) 2. Тимска работа: Дали детето комуницира и соработува со својот партнер? (Резултат 1-5) 3.	

Емоционална регулација: Дали детето останало смирено кога се случиле грешки? (Резултат 1-5) 4.

Моторни вештини: Дали детето покажало добра координација на рацете и очите и рамнотежа кога го користело шалот? (Резултат 1-5)

Бодување:

- 5-7: одлично учество
- 3-4: добар напор, потребен е подобрување
- 1-2: потребна е поддршка и понатамошен развој

Пристап на повратни информации:

1. Обезбедете мали награди како налепници, жетони или визуелни повратни информации (на пример, насмеани лица на табелите) за да ги прославите достигнувањата.
2. Користете краток, јасен јазик. Фокусирајте се на тоа што детето го направило добро и нежно ги водете како може да се подобри следниот пат. На пример, „Ти направи одлична работа со додавање на топката. Следниот пат, пробај да ја занишиш марамата малку повисоко!“
3. За децата кои може да бидат фрустрирани, понудите смирувачки пристап, како на пример: „Дадотве сè од себе денес. Следниот пат ќе пробаме повторно. Во ред е да се прават грешки!“ Обезбедите мирен простор за да се смират ако е потребно.

Активност 3 (40 минути): „Предизвик за вештини за преживување!“

Вовед	Поставување: Тимски спортски активности. Надворешни активности.
Акција	Задачата на тимовите е да запалат оган и да постават пончо шатор по свирката на наставникот. Победник е екипата која правилно ја извршила задачата со најбрзо време.
Материјали	Огништа, дрвен материјал, дождовни мантили и дрвени колци.

Наставни совети

1. Почнете со јасно објаснување на секоја задача (палење на оган и поставување на пончо шатор) користејќи едноставен, директен јазик. Разложете ги чекорите и обезбедите визуелни знаци или демонстрации ако е потребно за да се осигура дека сите учесници го разбираат процесот.
2. Покажете како безбедно да запалите оган и да поставите пончо шатор пред да започне активност.
3. Приоритет на безбедноста со објаснување на правилата за справување со оган и користење на алатки (како дрвени колци и материјали за огништа).
4. Истакнете ја важноста на тимската работа. Охрабрете ги учениците да ги поделат задачите, како што е едно лице да собира дрва, а друго да го постави шаторот. Осигурете се дека секое дете активно учествува во процесот.

Технички обврски:

1. Дозволете на тимовите да смислат свои креативни имиња и да доделат специфични улоги (на пример, „Потпалувач“, „Градител на засолништа“, „Собирач на дрва“). Ова ќе им даде на децата чувство на сопственост и цел за време на

3. Врмување на активност во рамките на авантуристичка приказна (на пример, „Заглавени сте на ненаселен остров и треба да изградите засолниште и да запалите оган за да преживеете“). Ова им помага на децата да се чувствуваат како да се дел од возбудлива приказна, додавајќи забава и контекст на задачите.

4. Пуштајте весела музика или звучни ефекти (како звуци од природата или пукнатина на логорскиот оган) за да создадете жива и имерзивна средина. Ова ја одржува атмосферата забавна и ги охрабрува децата да останат ангажирани.

Совети за адаптација:

1. За деца чувствителни на бучава, обезбедете слушалки со поништување на бучава или понудите потивка средина за извршување на задачите.
2. Обезбедете визуелни знаци за секоја задача (на пример, чекор-по-чекор графикони или сликовни водичи). Обележете одредени области каде што задачите треба да се извршуваат, како што е обележан огниште или зона за засолниште, за да се намали

активноста. 2. Креирајте мини предизвици на патот, како што е да се најдат одредени видови на дрво или материјали за засолништето. На пример: „Најдете парче дрво во облик на триаголник за шаторот!" Ова ги одржува децата активно ангажирани и решавање на проблемите.	конфузијата. 3. За деца на кои им е потребна дополнителна помош, поврзете ги со пријател или возрасен. 4. Создавање на мирен простор за децата кои можат да бидат преплавени од активноста или сензорниот влез. Дозволете им да направат кратки паузи за да се смират пред повторно да се приклучат на групата.
Диференцијација	1. Наставниците можат да направат демонстрација пред да ги извршат задачите или да дадат инструкции за членовите на тимот да ги следат упатствата. 2. На учениците од постарите класови исто така може да им се понуди да најдат информации за тоа како да запалат оган и како да изградат пончо шатор.
Стратегија за проценка	
1. Како што ги завршуваат задачите или ги исполнуваат целите, додаваат налепници или симболи во нивниот личен дел од табелата. Оваа визуелна повратна информација им помага на децата да видат како се подобриле и ги одржува мотивирани. 2. По предизвикот, соберете ја групата за сесија за размислување „Приказна за логорскиот оган", каде децата го споделуваат она што го научиле и во што уживаа. Ова може да вклучува елементи на раскажување приказни како „Кој ти беше омилен дел од градењето на засолништето?" или „Кажи ни како реши предизвик со твојот соиграч!" Овој неформален и рефлексивен пристап го поттикнува позитивното размислување. 3. Користете повратни информации базирани на емоции, каде децата ги оценуваат своите перформанси со користење на насмеани лица или други емоции (на пример, за одлични, за добро, за потреба од подобрување). Ова може да биде визуелно привлечно и едноставно за децата, особено за помладите деца или оние кои се борат со вербалната комуникација.	
Активност 4 (20 минути): „Шепот предизвик"	
Вовед	Поставување: Тимски спортски активности. Се одржува на отворено или во затворен простор. Членовите на екипата се поставени на растојание 5-10 метри еден од друг.
Акција	1. На првиот учесник му се дава текст - не повеќе од три кратки реченици. 2. Користејќи гестови, информациите мора да бидат пренесени на вториот учесник во тимот. 3. Потоа вториот учесник ја пренесува пораката на следниот, и така натаму додека пораката не стигне до последниот учесник. 4. Последниот учесник ја запишува пораката и ја предава на судијата за евалуација. 5. Победува тимот чија порака на последниот член е најслична на оригиналната верзија и чија задача е завршена во најкраток временски период.
Диференцијација	Картичка со гестови
Наставни совети	
1. Јасни инструкции: Покажете како да пренесете порака со помош на гестови. Нека правилата се едноставни и ако е потребно, користете визуелни знаци.	2. Охрабрување на децата да создадат свои уникатни гестови за играта. Ова им дава забава и креативност, овозможувајќи им да се чувствуваат повеќе вклучени и возбудени. На пример, наместо стандардни гестови,

2. Охрабрување на тимската работа: Нагласете соработка и активно слушање. Потсетете ги децата дека улогата на секој е важна за успехот на играта. 3. Користете креативност: Дозволете им на децата да создадат свои гестови за да ја направат играта позабавна и поинтересна. 4. Промовирање на трпение: Потсетете ги учесниците да бидат трпеливи, да слушаат внимателно и да ја пренесат пораката точно. 5. Позитивно засилување: Пофалете ја добрата тимска работа и креативност, дури и ако пораката не е совршена. 6. Прилагодете се ако е потребно: Прилагодете ја тешкотијата на пораките врз основа на способностите на децата, осигурувајќи се дека е погодна за сите учесници. Техники на ангажман: 1. Пуштање весела музика за време на играта или помеѓу рундите. Ритамот и енергијата од музиката можат да ги задржат децата со енергија и ангажирани во текот на играта. Правејќи го позабавно.	учесниците можеле да создадат движења како животни или да го користат целото тело. Совети за адаптација: 1. Разложете ги инструкциите на помали, јасни чекори. Користете визуелни помагала (на пример, слики или дијаграми) за да го зајакнете процесот за деца на кои може да им треба дополнителна поддршка за разбирање на вербалните инструкции. На пример, да се обезбедат визуелни знаци за тоа како да се пренесе пораката со помош на гестови. 2. Прилагодување на сложеноста на пораката врз основа на способностите на секое дете. За помлади или помалку вербални деца, користете поедноставни фрази или познат речник. За постарите деца или оние кои можат да се справат со посложеност, користете апстрактни концепти или подолги реченици. 3. Дозволете дополнително време за децата на кои им е потребно за да ја обработат пораката или да ја извршат задачата.
---	---

Активност 5 (30 минути): „Планинар“

Вовед	Поставување: Активноста може да се изведува во парови или тимови. Се одржува на отворено и во затворен простор.
	1. Има два дела од оваа спортска активност – искачување на планина и преврзување на повредена рака. 2. Во првиот дел, парот формира синџир со помош на куки за карабинер (должина на синџирот 1 м). 3. Во вториот дел, се избира кој ќе ја преврзе повредената рака со постоечките материјали. 4. Победник е парот кој ја заврши задачата во најкраток временски период и врзувањето на рацете е изведено најправилно.
Ресурси	Куки за карабинер, шал, парче даска 30-40 см долга и ~10 см широка.

Наставни совети

- Почнете со јасни, едноставни инструкции за двете задачи. Покажете како правилно да ги користите куките за карабинер за да формирате синџир и да ја објасните важноста на екипната координација во делот за искачување.
- Слично на тоа, покажете ја правилната техника за преврзување на повредената рака, нагласувајќи ја безбедноста и точноста во процесот. Ако е потребно, користите визуелни помагала или дијаграми чекор-по-чекор.
- Активноста бара ефективна комуникација и соработка меѓу партнерите. Охрабрете тимовите да разговараат за стратегии за качување и преврзување пред да започнат. Ова ја поттикнува соработката и гарантира дека двајцата учесници ги разбираат своите улоги.

4. За деца со физички ограничувања или сензорна чувствителност, прилагодете ја тешкотијата на задачата за качување (на пример, намалување на должината на синџирот или поедноставување на процесот на преврзување).

Технички обврски:

1. Доделете улоги во секој пар (на пример, „Качувач“ за делот од синџирот и „Лекар“ за задачата за преврзување). Ова им дава на децата јасна одговорност и ги држи ангажирани во двата дела на активноста. Можете да ги менувате улогите по секоја рунда за да им дадете шанса на сите да ги пробат двете задачи.

2. Врамнување на активноста во приказната за да ја направите поинтересна. На пример, „Вие сте спасувачки тим во пустината и морате да работите заедно за да стигнете до врвот (синџир) и да му помогнете на повредениот соиграч (преврзувајќи ја раката) да преживее“.

Совети за адаптација:

1. За деца со физички ограничувања: прилагодете должината на ланецот на карабинерот или обезбедете полесни за управување алатки (на пример, пластични карабини или полесни материјали) за да ја направите задачата помалку предизвикувачка. Исто така, можете да го скратите растојанието за задачата за искачување, овозможувајќи подостапна верзија.

2. За задачата за преврзување: поедноставување на чекорите на процесот на превезување за деца кои се борат со фините моторни вештини. Користете поголеми завои или помеки материјали кои се полесни за ракување.

Диференцијација

1. Визуелните помагала можат да им помогнат на децата кои се борат со обработката на вербалните инструкции. На пример, користете едноставни пиктограми или водич чекор-по-чекор за качувањето и преврзувањето на активноста.

2. Кратки, јасни вербални инструкции им помагаат на децата кои може да се борат со подолги или посложени насоки. Разложете го секој чекор и осигурете разбирање пред да преминете на следната задача.

3. Спарување на деца врз основа на комплементарни предности. На пример, спарување на деца со посилна координација со оние на кои може да им треба повеќе поддршка или помош во извршувањето на задачите.

4. Алтернативни улоги помеѓу членовите на тимот за да им се даде можност на сите учесници да ги практикуваат двете вештини (качување и преврзување). Ова им овозможува на децата кои се борат со една задача да учествуваат во друга и да ги балансираат своите способности.

Стратегија за проценка

Пристап на повратни информации:

1. По активноста, претставете сертификат или налепница „Мисијата е завршена“ на секој учесник.

2. Одржувајте круг за размислување по активноста каде децата можат да споделат што мислат дека поминало добро и што би можеле да го подобрат следниот пат. Прашајте им прашања како: „Кој беше најкомплицираниот дел од задачата?“ или „Како се чувствувавте работејќи со вашиот партнер?“ Ова ја поттикнува саморефлексијата и им помага на децата да ги усвојат повратните информации.

Активност 5 (мин. 10 минути): „Домино спринт“

Вовед

Една активност може да се изведува во парови или тимови. Се одржува на отворено и во затворен простор. Сите домина се поставени со лицето нагоре на спротивната страна од салата или спортското игралиште. Почетната линија е означена.

Акција	1. Одреден е тимот кој ќе ја започне активноста. 2. Учесниците се подредуваат еден по друг (во колона). Ова е редоследот по кој учесниците ќе се упатат кон другата страна на просторот (терен, сала) и правилно ќе постават едно домино. 3. По свирката на олеснувачот, играта започнува. Еден тим игра против друг. 4. Учесникот може да го постави доминото само откако членот на противничкиот тим ќе се врати. 5. По 10 минути, олеснувачот повторно свири. Тимот чиј член е во домино делот загуби.
Материјали	Големи домина, свирка (за олеснувачот), панделка или маркер за означување на стартната линија.
Наставни совети	
1. Подгответе чекор-по-чекор визуелен распоред или дијаграм кој ги објаснува правилата и редоследот на играта за да се обезбеди јасност. 2. Покажете како точно функционира активноста со кратка и забавна демонстрација. Користете врсници или ко-олеснувачи за да ја моделирате активноста. 3. Користете едноставни, директни прашања за да го потврдите разбирањето (на пример, „Што правиме по свирката?“). Технички обврски: 1. Повремено свирете за бонус рунда каде играчите мора да стават две домина наместо едно. 2. Скријте забавни предизвици под домино (на пример, „Направи смешен танц пред трчање“). 3. Додавајте меки простирки, ленти од шмиргла или меурчиња долж патеката за допирна стимулација. Направете го како сетилна патека. 4. Пуштајте весела или тематска музика за време на активноста за да ги енергизирате учесниците. 5. Дајте на секоја екипа мало знаме за да мавта додека навиваат за нивниот тркач. Совети за адаптација: 1. Наместо да трчате, дозволете им на учесниците да одат, скокаат или да користат помагала за движење (на пример, инвалидски колички или скутери) ако е потребно. 2. Скратете го патот помеѓу почетната линија и домино делот за учесниците кои лесно може да се уморат. 3. Ограничете го бројот на домина кои секој тим треба да ги постави за да ја задржи играта интересна. 4. Дозволете на учесниците да одат во парови за поставување на доминото.	
Диференцијација	1. Обезбеди визуелна табела или секвенца од чекорите на играта (на пример, „Чекај → трчи → „Стави домино → Врати““). 2. Покажете јасна демонстрација на играта пред да започнете. 3. Ако звукот на свирката е премногу преовладувачки, користете визуелен знак (на пример, подигање на знаме) или помек звук (на пример, плескање со рака или свонче). 4. Доминото може да биде традиционално – со точки, но исто така и со слики, на пример, животни, растенија итн.

Стратегија за проценка

Пристап на повратни информации:

1. Обезбедите инстант повратни информации како „Одлична работа за поставување на доминото!“ или „Ми се допаѓа како трпеливо го чекаше својот ред!“ за да го зајакнете посакуваното однесување.
2. Давајте налепници или печати за учество, тимска работа или креативност (на пример, „Супер тркач“ или „Тимски дух“).

Резултати од учењето

Активностите имаат за цел да поттикнат суштински физички, социјални и когнитивни вештини кај учесниците, со фокус на тимска работа, решавање проблеми и личен раст. Децата ја подобруваат физичката координација преку задачи како што се качување, фаќање и фрлање, додека истовремено развиваат комуникациски вештини во групни предизвици како што се Шепотна штафета или Gooschase задачите. Емоционалната отпорност и самовербата се зајакнуваат преку завршување на временски ограничени и практични предизвици, како што се поставување засолништа или преврзување на повредена рака. Дополнително, учесниците стекнуваат критичко размислување и способности за донесување одлуки преку креативно решавање на проблеми под временски притисок. Активности како што е Огнен предизвик ја нагласуваат еколошката свесност и снаодливоста, додека други ја подобруваат дигиталната писменост преку користење апликации како Gooschase. Генерално, овие задачи поттикнуваат инклузија, приспособливост и лични достигнувања, обезбедувајќи целосен развој.