



Co-funded by  
the European Union

# Збирка на цели: прирачник за определување на цели за наставата по физичко и здравствено образование





Финансирано од Европската Унија. Сите искажани ставови и мислења се сепак само оние на авторот(ите) и не мора да ги одразуваат оние на Европската унија или Европската извршна агенција за образование и култура (ЕАСЕА). Ниту Европската унија, ниту ЕАСЕА не можат да бидат одговорни за нив.



Co-funded by  
the European Union



## Содржина

Р.Е.гfect збирка на цели	3
Вовед	3
Збирка на цели	7
Вештини за однесување во рамките на наставата по физичко и здравствено образование	7
Сензорните вештини во контекст наставата по ФЗО	12
Моторните вештини во контекст наставата по ФЗО	16
Речник	20





## P.E.rfect збирка на цели

### Вовед

Збирката на цели содржи насоки за наставниците по физичко образование (ФО) кои ќе им помогнат при креирање на целите и задачите за своите ученици, преку користење на принципите на применетата анализа на однесувањето (АВА). Целта на овој водич е да се овозможи прецизно планирање и осигурување дека целите и задачите се забележливи, мерливи и ги следат добрите практики за обликување и последователно приближување.

**Алатка за проценка:** Првиот чекор во создавањето на цели и задачи за учениците е примена на алатка за проценка за да се идентификуваат областите каде што на ученикот му треба подобрување. Алатката за проценка треба да го измери моменталното ниво на вештина на ученикот во секоја област на фокусирање. - погледнете: [PERfect-Алатка за проценка на однесувањето на децата со аутизам од основното образование \(возраст од 5 до 11 години\) за време на наставата по физичко и здравствено образование](#)

**Поделба на вештините:** Откако ќе бидат идентификувани областите каде е потребно подобрување, следниот чекор е да се поделат вештините на помали, мерливи и соодветни однесувања за набљудување. Ова може да се постигне преку анализа на задачите, која вклучува поделба на комплексните вештини на помали секвенци кои се полесни за раководење.

**Анализа на задачите** е критична компонента на применетата анализа на однесувањето (АВА) што вклучува разградување на сложените вештини или однесувања на помали, поуправливи компоненти. Како што е забележано од Баер, Волф и Рисли (1968), „анализата на задачи обезбедува начин на гледање на однесувањето што овозможува негово ефективно манипулирање“.

Анализата на задачите е важна бидејќи им овозможува на наставниците да подучуваат широк опсег на вештини, вклучувајќи академски, социјални и бихејвиорални вештини, на структуриран и ефективен начин. Со разложување на сложените вештини на помали, податливи чекори, учениците можат подобро да разберат што се очекува од нив и имаат поголема веројатност да бидат успешни во стекнувањето нови вештини. Како што е забележано од ЛеБланк, Рикиарди и Луисели (2005), „анализата на задачите е суштински елемент во развојот на ефективни образовни и терапевтски програми“.

Креирање на процедурата за анализа на задачите вклучува идентификување на целта на однесувањето и разложување на помали чекори. Откако ќе се идентификува секој чекор, наставникот може да креира табела или табела за анализа на задачи, користејќи јасен и концизен јазик што учениците ќе го разберат. Како што е забележано од Купер, Херон и Хевард (2007), „анализата на задачи обезбедува план за предавање на сложени вештини и овозможува сигурност дека секоја компонента од вештината се учи систематски и темелно“.





Откако ќе се создаде анализата на задачата, наставникот може потоа да го моделира однесувањето или вештината, а исто така да го посочи секој чекор во анализата на задачата. Со тоа, ученикот може подобро да го разбере процесот и да визуелизира што треба да направи. Во зависност од нивото на вештина на ученикот, наставникот можеби ќе треба да обезбеди различни типови на инструкции како што се вербални, визуелни или физички поттикнувања, за да му помогне на ученикот успешно да го заврши секој чекор.

Обезбедувањето на позитивно засилување кога ученикот успешно го завршува секој чекор од анализата на задачата е исто така важно. Како што забележа Каздин (2010), „позитивното засилување е едно од најмоќните алатки во обликувањето на однесувањето“. Со обезбедување на позитивно засилување, учениците се чувствуваат мотивирани и охрабрени да продолжат да ја учат вештината.

### Примери

На пример, ако вештината што треба да се подобри е прецизно фрлање топка, може да се идентификуваат следниве однесувања:

- Фати ја топката со двете раце
- Направи чекор напред со доминантното стапало
- Сврти го телото кон целта
- Испружи ги рацете и фрли ја топката
- Продолжи со движењето за фрлање

**Поединечни цели и последна (крајна) цел:** По разградувањето на вештините, следниот чекор е да се креираат поединечни цели и последна цел (крајна цел) кои ќе му помогнат на ученикот да ја постигне саканата вештина. Поединечните цели претставуваат разложување на целната вештина (последната цел) на помали, остварливи чекори кои се надоврзуваат еден на друг. Целите треба да бидат набљудувани и мерливи за да може да се следи напредокот. На пример, ако последната целната вештина е прецизно фрлање топка, може да се утврдат следните дополнителни цели и задачи:

- Последна цел 1: Ученикот ќе може да ја фати топката со двете раце и да ја држи 3 секунди.
  - Цел 1: Ученикот ќе ја фати топката со двете раце 1 секунда.
  - Цел 2: Ученикот ќе ја фати топката со двете раце 2 секунди.
  - Цел 3: Ученикот ќе ја фати топката со двете раце 3 секунди.
- Последна цел 2: Ученикот ќе може да чекори напред со доминантната нога додека ја држи топката.
  - Цел 1: Ученикот ќе зачекори напред со доминантната нога без да ја држи топката.
  - Цел 2: Ученикот ќе чекори напред со доминантната нога додека ја држи топката со едната рака.
  - Цел 3: Ученикот ќе чекори напред со доминантната нога додека ја држи топката со двете раце.
- 

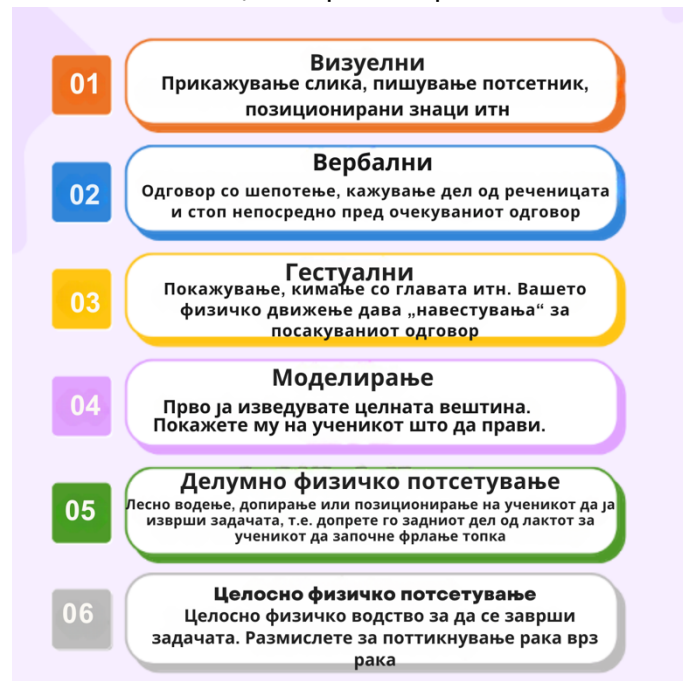


## Насоки за креирање на поединечни цели и последни (крајни) цели:

- Започнете со идентификување на вештината што треба да се подобри и критериумите за успех. На пример, **кога ќе се даде насока во повеќе чекори** (на пр., соблечете ги чевлите и одете седнете на подот) без да се наведе името на детето, детето ќе ги **следи сите чекори од насоката без помош, во 4 од 5 (80%) можни ситуации.**
- Разложете ја вештината на помали, забележливи и мерливи однесувања користејќи анализа на задачите. Создадете поединечни и крајни цели кои се надградуваат едни врз други за да ја постигнете саканата вештина.
- Користете позитивен јазик, фокусирајќи се на она што ученикот може да го направи наместо на она што тој не може да го направи.
- Вклучете временска рамка за постигнување на поединечните цели и на крајната цел.
- Редовно оценувајте го напредокот на ученикот и соодветно приспособете ги поединечните цели и крајната цел.

## Потсетници (Prompts):

Терминот „потсетници“ се однесува на знаци или помош која им се дава на поединци за да им се помогне да научат и да го изведат саканото однесување. Потсетниците се користат како стратегија во наставата за да ги насочат децата кон правилен одговор кога за прв пат учат некоја нова вештина или кога им треба дополнителна поддршка. Најчесто употребуваните потсетници се презентирани во слика 1.

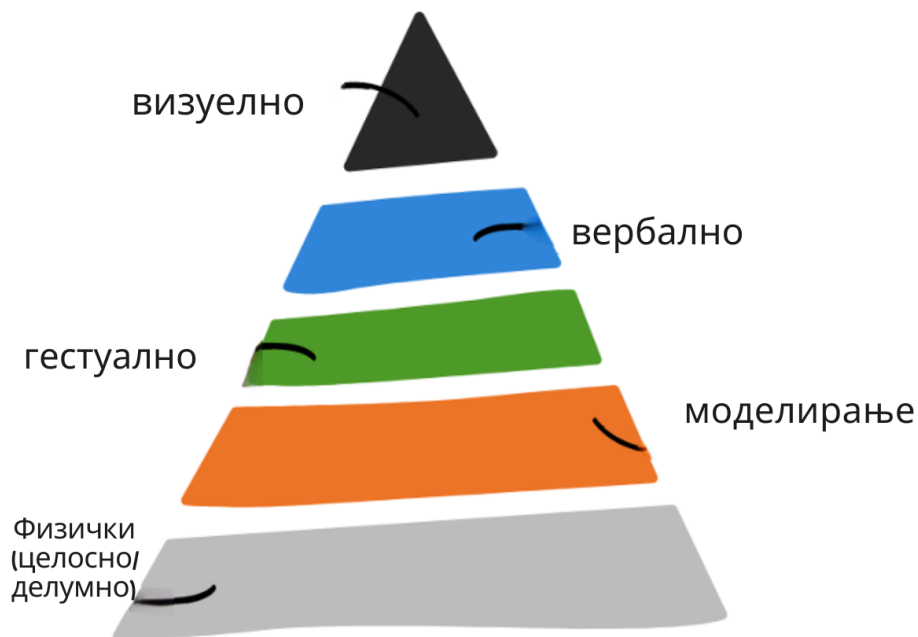


Слика 1. Потсетници (prompts)

### Хиерархија на потсетување:

Хиерархијата на потсетување е систематски пристап кој го опишува редоследот по кој се презентираат потсетниците, почнувајќи од интензивни до помалку наметливи потсетници. Хиерархијата од интензивно до мало потсетување започнува со многу наметливи инструкции, како што се целосни физички инструкции или директно моделирање, каде што поединецот е физички воден или точно му се покажува како да го изврши однесувањето. Како што поединецот станува поумешен, наметливоста на инструкциите постепено се намалува, напредувајќи во вербални, потоа визуелни потсетници и на крајот целосно се намалува до избледување, овозможувајќи му на поединецот да реагира самостојно и независно. Целта на хиерархијата на потсетување е стекнување на нови вештини и независност во нивното практикување преку постепено намалување на нивото на давање на помош.

### Наметливо потсетување со мал интензитет



### Наметливо потсетување со голем интензитет

Слика 2. Хиерархија на потсетување

### Подготвување (Priming):

Подготвување е техника која се користи за подготовка и запознавање на поединците со претстојните активности, транзиции или очекувања. Тоа вклучува обезбедување на информации однапред или изложување на релевантни материјали или знаци што ќе се сретнат во одредена ситуација.

Оваа техника може да им помогне на учениците со аутизам во намалување на анксиозноста, зголемување на предвидливоста и полесно прифаќање и поминување низ транзициите. Може да има практикува во различни форми, како што се визуелни распореди, социјални приказни или вербални потсетници.



## Збирка на цели

### Вештини за однесување во рамките на наставата по физичко и здравствено образование

Легенда на симболи:

О = однесување

Ц = цел

ФЗО = физичко и здравствено образование

**О1: Следи насоки во повеќе чекори кога тие се упатени директно кон него (кон детето).**

**Ц 1:** Кога на детето ќе му се даде насока во еден чекор (на пр., соблечи ги чевлите) без да му се каже името, тоа ќе ги следи сите делови од насоката без помош, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 2:** Кога на детето ќе му се даде насока во повеќе чекори (на пр., соблечи ги чевлите и оди седни на подот) со кажување на неговото име, тоа ќе ги следи сите делови од насоката без помош, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 3/крајна цел:** Кога на детето ќе му се даде насока во повеќе чекори (на пр., соблечи ги чевлите и оди седни на подот) без да му се каже името, тоа ќе ги следи сите делови од насоката без помош, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**О2: Следи упатства од еден чекор во група од 5 или повеќе деца.**

**Ц 1:** Кога ќе му се даде насока од еден чекор во група од 2-3 деца, детето ќе ја следи насоката, со кажување на неговото име, без никаква физичка помош или вербални поттикнувања, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 2:** Кога ќе му се даде насока од еден чекор во група од 3-4 деца, детето ќе ја следи насоката без да му се каже неговото име; или било каква друга физичка помош или вербални поттикнувања, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 3/крајна цел:** Кога ќе му се даде насока од еден чекор во група од 5 или повеќе деца, детето ќе ја следи насоката без никаква физичка помош или вербални поттикнувања, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**О3: Ги следи основните правила во училницата за ФЗО кои се закачени во училницата или се кажани и важат во текот на целиот час по ФЗО.**





**Ц 1:** Кога ќе биде поставено правило во училницата со визуелен знак (на пр., мала копија од правилата залепени на подот во близина на местото каде што седи детето) за време на часот по ФЗО, детето вербално ќе го каже правилото и ќе го следи без никаква физичка помош или вербални поттикнувања, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 2:** За време на часот по ФЗО, детето ќе ги следи правилата во училницата кои се кажани и објавени на почетокот на часот и објавени во училницата без никаква физичка помош или вербални поттикнувања, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 3/Крајна цел:** За време на часот по ФЗО, детето самостојно ќе ги следи сите правила во училницата што биле кажани и објавени во училницата без никаква физичка помош или вербални напомени, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**O4: Приоѓа до врсникот барем еднаш за време на часот по ФЗО за да постави прашање или да побара предмет**

**Ц 1:** За време на часот по ФЗО, кога на детето му треба некој предмет или има прашање, тоа ќе му пријде на врсникот и ќе го побара предметот или ќе го постави прашањето без никакви вербални поттикнувања, но со физички поттик (на пр., наставникот нежно го води детето кон врсникот за да иницира) или моделирање од наставникот, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 2:** За време на часот по ФЗО, кога на детето му треба некој предмет или има прашање, тоа ќе му пријде на врсникот и ќе го побара предметот или ќе го постави прашањето со помош на вербално предупредување од наставникот (на пр., потсетник од наставникот да оди да праша врсник), во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 3/Крајна цел:** За време на часот по ФЗО, кога на детето му треба некој предмет или има прашање, тоа самостојно ќе му пристапи на врсникот и ќе го побара предметот или ќе го постави прашањето без никакви поттикнувања или поддршка од наставникот, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**O5: Одговара на прашање/барање претставено во група од 5 или повеќе деца или за да даде одговор или да заврши некоја акција барем еднаш за време на часот по ФЗО.**

**Ц 1:** За време на сесијата часот по ФЗО, кога на детето ќе му биде поставено прашање или ќе биде побарано да заврши активност во група од 3-4 деца, тоа ќе одговори или ќе заврши активност со помош на наставникот преку моделирање или гестикација, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 2:** За време на часот по ФЗО, кога на детето ќе му биде поставено прашање или ќе биде побарано да заврши активност во група од 5 или повеќе деца, тоа ќе даде одговор или ќе ја заврши активноста со помош на наставникот преку вербално потсетување од страна на наставникот, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 3/Крајна цел:** За време на сесијата за ФЗО, кога на детето ќе му биде поставено прашање или ќе биде побарано да заврши активност во група од 5 или повеќе деца, тоа





самостојно ќе даде одговор или ќе ја заврши активноста без никакви поттикнувања или поддршка од страна на наставникот, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Об: Пристигнува на часот по ФЗО со соодветни предмети (на пр., облека/обувки).**

**Ц 1:** Во деновите кога според распоред детето има час по ФЗО, откако ќе го потсети наставникот, детето ќе пристигне на часот со соодветна облека/обувки за ФЗО, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 2:** Во деновите кога според распоред детето има час по ФЗО, без никакво потсетување, детето ќе пристигне на час со повеќето од потребната облека/обувки за ФЗО (80%), во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 3/Крајна цел:** Во закажаните денови за ФЗО, детето самостојно ќе пристигне на час со сета соодветна облека/обувки за ФЗО во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**О7: Преминува од една активност на друга (транзиции) во текот на часот по ФЗО без предизвикувачко однесување и без потреба од помош.**

**Ц 1:** Откако ќе се подготви, кога наставникот му покаже да детето да премине на следната активност, детето ќе премине на следната активност без предизвикувачко однесување, со физички и визуелни поттикнувања (како што е визуелен распоред), во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 2:** Без подготовка, кога наставникот му сигнализира да премине на следната активност, детето ќе премине на следната активност без да манифестира предизвикувачко однесување, со вербално потсетување, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 3/ Крајна цел:** Кога наставникот му сигнализира да премине на следната активност, детето ќе премине на следната активност без да манифестира предизвикувачко однесување, или без потреба од помош, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**О8: Показува способност за именување на сопственото однесување и поставување на сопствени цели.**

**Ц 1:** Кога ќе му се даде избор помеѓу две опции (на пр. „Седам мирно или правам врева“), детето ќе ја избере вистинската ознака за неговото однесување, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 2:** Кога ќе биде прашано (вербално поттикнато) од страна на наставникот (на пример, што правиш во моментот?), детето ќе го именува сопственото однесување (на пр. „Седам мирно “), во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 3/Крајна цел:** Детето самостојно ќе го именува сопственото однесување и ќе си постави своја цел (на пр. „Треба да се потрудам да седам мирно и да споделувам со другите“) без потсетување или поддршка, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**О 9: Соодветно ги соопштува желбите и потребите на наставникот по физичко и здравствено образование за време на часовите по ФЗО.**

**Ц 1:** За време на часот по физичко и здравствено образование, кога детето сака или има потреба од нешто, тоа соодветно ќе ги соопшти своите желби и потреби на наставникот по ФЗО, откако наставникот ќе го моделира правилното однесување, во 4





од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 2:** За време на часот по ФЗО, кога детето сака или има потреба од нешто, тие соодветно ќе ги соопштат своите желби и потреби на наставникот за физичко образование, само со гест или делумен вербален поттик од наставникот, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 3/Крајна цел:** За време на часот по ФЗО, кога детето сака или има потреба од нешто, тоа самостојно и соодветно ќе му ги соопшти своите желби и потреби на наставникот по физичко и здравствено образование без никакви поттикнувања или поддршка, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**О 10: Показува нова вештина во рамките на групната настава во група од 5 или повеќе деца.**

**Ц1:** Кога ќе се презентира нова вештина во текот на групната настава во група од 2-3 деца, детето ќе ја демонстрира вештината со помош/инструкции од наставникот (со целосно или со делумно физичко потсетување), во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 2:** Кога ќе се презентира нова вештина во текот на групната настава во група од 2-3 деца, детето ќе ја покаже вештината со помош/инструкции од наставникот (моделирање, гестикулација, вербално потсетување) во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 3:** Кога ќе се презентира нова вештина во текот на групната настава во група од 5 или повеќе деца, детето ќе ја демонстрира вештината со помош/инструкции од наставникот (со целосно или со делумно физичко потсетување), во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 4:** Кога ќе се презентира нова вештина во текот на групната настава во група од 5 или повеќе деца, детето ќе ја покаже вештината со помош/инструкции од наставникот (моделирање, гестикулација, вербално потсетување) во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 5/Крајна цел:** Кога ќе се презентира нова вештина во текот на групната настава во група од 5 или повеќе деца, детето самостојно ќе ја покаже вештината без поддршка и потсетување од страна на наставникот, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**О11: Во текот на целото времетраење на часот по ФЗО, детето пројавува однесувања кои што го поддржуваат учењето на сите деца.**

**Ц 1:** За време на часот по ФЗО, детето ќе се воздржува од предизвикувачки однесувања кои можат да го попречат учењето на другите деца со помош (целосно или делумно физичко потсетување) од наставникот, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%). На пример, кога детето ќе пројави однесување кое што може да го одвлече вниманието на другите ученици (на пр. викање), наставникот ќе го пренасочи детето кон активноста.

**Ц 2:** За време на часот по ФЗО, детето ќе се манифестира однесувања кои што го поддржуваат учењето на сите деца, со помош (вербална, визуелна или гестикулации) од наставникот со цел да се воздржи од однесувања што можат негативно да влијаат на другите деца, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 3/Крајна цел:** За време на часот по ФЗО, детето самостојно ќе манифестира однесувања кои го поддржуваат учењето на сите деца, без никакви поттикнувања или поддршка од страна на наставникот, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).





### **O12: Останува во групата од 5 или повеќе деца во текот на часот по ФЗО**

**Ц 1:** За време на часот по ФЗО, детето ќе остане во групата од 5 или повеќе деца со помош на делумно или физичко потсетување од страна на наставникот, за да остане во одредената област, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 2:** За време на часот по ФЗО, детето ќе остане во групата од 5 или повеќе деца, со вербално, визуелно или гестовно потсетување од страна на наставникот, да остане во одредената област, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 3/Крајна цел:** За време на часот по ФЗО, детето самостојно ќе остане во групата од 5 или повеќе деца без никакво потсетување или поддршка од страна на наставникот, останувајќи во одредената област, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

### **O 13: Одговара на сите прашања/барања од страна на врсниците за време на часот по ФЗО.**

**Ц 1:** За време на часот по ФЗО, кога врсниците ќе постават прашања или ќе побараат нешто, детето ќе одговори на сите нив со помош на инструкции во вид на модел од страна на наставникот, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 2:** За време на часот по ФЗО, кога врсниците ќе постават прашања или ќе побараат нешто, детето ќе одговори на сите нив со помош на делумни вербални или визуелни потсетници од наставникот, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 3/Крајна цел:** За време на часот по ФЗО, кога врсниците ќе постават прашања или ќе побараат нешто, детето ќе одговори на сите нив without any prompts or support from the teacher, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).





## Сензорните вештини во контекст наставата по ФЗО

### Легенда на симболи:

С=сетилно искуство

Ц=цел

ФЗО= физичко и здравствено образование

ААК= аугментативна и алтернативна комуникација

PECS= Метод на комуникација по пар на размена на слики

### С 1: Одвојување на стапалата од подот.

**Ц 1:** Кога од детето ќе побара да учествува во активност на часот по ФЗО, во која што неговите стапала ќе се одвојат од подот (на пр., скокање), тоа ќе го каже своето мислење користејќи зборови/гест/ААК/PECS со помош на инструкции (на пр., модел за тоа како треба да се одговори, презентирани од страна на наставникот) при што наставникот го поттикнува да се воздржи од предизвикувачко однесување (т.е. наставникот покажува визуелен потсетник/картичка на ученикот), во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 2:** Кога од детето ќе побара да учествува во активност на часот по ФЗО, во која што неговите стапала ќе се одвојат од подот (на пр., скокање), тоа ќе го каже своето мислење користејќи зборови/гест/ААК/PECS со помош на инструкции (на пр., модел за тоа како треба да се одговори, презентирани од страна на наставникот) без да пројави предизвикувачко однесување, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 3/Крајна цел:** Кога од детето ќе побара да учествува во активност на часот по ФЗО, во која што неговите стапала ќе се одвојат од подот (на пр., скокање), тоа самостојно ќе го каже своето мислење користејќи зборови / гестови / ААК/ PECS без да пројави предизвикувачко однесување, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

### С2: Кажува свое мислење за паѓање/висина за време на активностите на часот по ФЗО, како што е качување по јаже или по скала до висока лизгалка, без да пројави предизвикувачко однесување.

**Ц 1:** За време на активностите на часот по ФЗО кои вклучуваат качување (на пр. јаже или скала до висока лизгалка), кога ќе биде поттикнуто од наставникот (на пример, вербално потсетување), детето ќе го каже своето мислење за паѓање/висина користејќи зборови, гестови, ААК, или PECS на наставникот, кој што го поттикнува за да се воздржи од предизвикувачко однесување, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 2:** За време на активностите на часот по ФЗО кои вклучуваат качување (на пр. јаже или скала до висока лизгалка), кога ќе биде поттикнуто од наставникот (на пример, вербално потсетување), детето ќе го каже своето мислење за паѓање/висина користејќи зборови, гестови, ААК, или PECS на наставникот, без да пројави предизвикувачко однесување, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 3/Крајна цел:** За време на активностите на часот по ФЗО кои вклучуваат качување (на пр. јаже или скала до висока лизгалка), детето самостојно и соодветно ќе го каже своето мислење за паѓање/висина користејќи зборови, гестови, ААК или PECS без да пројави предизвикувачко однесување, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).





**С3: Кажува свое мислење во однос на тоа дека главата му е наопаку, за време на активностите на часот по ФЗО, како што се салто или употреба на опрема за гимнастика, без да пројави предизвикувачко однесување.**

**Ц 1:** За време на активностите кои вклучуваат свртување наопаку, како што се салто или употреба на опрема за гимнастика, кои вклучуваат ставање на главата наопаку, на часот по ФЗО, кога ќе биде поттикнато од наставникот, (на пр., вербално предупредување) детето ќе го каже своето мислење за главата наопаку користејќи зборови, гестови, ААК или PECS на наставникот кој го поттикнува да се воздржи од предизвикувачко однесување, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 2:** За време на активностите кои вклучуваат свртување наопаку, како што се салто или употреба на опрема за гимнастика, кои вклучуваат ставање на главата наопаку, на часот по ФЗО, кога ќе биде поттикнато од наставникот, (на пр., вербално предупредување) детето ќе го каже своето мислење за главата наопаку користејќи зборови, гестови, ААК или PECS, без пројавување на предизвикувачко однесување, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 3/Крајна цел:** За време на активностите кои вклучуваат свртување наопаку, како што се салто или употреба на опрема за гимнастика, кои вклучуваат ставање на главата наопаку, на часот по ФЗО, детето самостојно и соодветно ќе го каже своето мислење за главата наопаку, користејќи зборови, гестови, ААК или PECS, без да пројави предизвикувачко однесување, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**С 4: Кажува свое мислење за да допре некој/да биде допрено од страна другите за време на активностите на часот по ФЗО, како што се држење за рака при формирање круг или правење јога пози во пар, без да пројави предизвикувачко однесување.**

**Ц 1:** За време на активностите, на часот по ФЗО, кои вклучуваат близок контакт како што е држење за раце или правење на јога пози во пар, кога ќе биде поттикнато од наставникот (вербално) детето ќе го каже своето мислење за да допре или да биде допрено, користејќи каква било форма на комуникација (PECS, вербално, знаковен јазик) со наставникот, кој што го поттикнува да се воздржи од предизвикувачко однесување, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 2:** За време на активностите, на часот по ФЗО, кои вклучуваат близок контакт како што е држење за раце или правење на јога пози во пар, кога малку ќе биде поттикнато од наставникот (т.е. визуелен потсетник), детето ќе го каже своето мислење за да допре или да биде допрено, користејќи каква било форма на комуникација (PECS, вербално, знаковен јазик), без да пројави некое предизвикувачко однесување, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 3/Крајна цел:** Детето активно ќе учествува во активностите на часот по ФЗО кои вклучуваат допир, како што се држење за раце додека формираат круг или изведување на јога пози во пар, без да покаже предизвикувачко однесување, ако постои ситуација во која детето се чувствува непријатно, детето самостојно ќе го изрази своето мислење користејќи каква било форма на комуникација, без да пројави предизвикувачко однесување, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).





**С 5: Кажува свое мислење за стоење во ред/блиску до другите за време на активностите на часот по ФЗО, како што се чекање во ред за да се напије вода или чување на неког за време на часот по ФЗО без да пројави предизвикувачко однесување.**

**Ц 1:** За време на активностите на часот по ФЗО кои вклучуваат стоење во непосредна близина, како што се чекање во ред или чување на неког, кога ќе биде поттикнато од наставникот (т.е. вербално) детето ќе го каже своето мислење за стоењето блиску до другите, користејќи каква било форма на комуникација (PECS, вербална, знаковен јазик) со тоа што наставникот го поттикнува физички (целосно или делумно) за да се воздржи од предизвикувачко однесување, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 2:** За време на активностите на часот по ФЗО кои вклучуваат стоење во непосредна близина, како што се чекање во ред или чување на неког, кога ќе биде поттикнато од наставникот (т.е. визуелно) детето ќе го каже своето мислење за стоењето блиску до другите, користејќи каква било форма на комуникација (PECS, вербална, знаковен јазик) без пројавување на предизвикувачко однесување, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 3/Крајна цел:** За време на активностите на часот по ФЗО кои вклучуваат стоење во непосредна близина, како што се чекање во ред или чување на неког, без никаков поттик од наставникот, детето ќе го каже своето мислење за застанувањето блиску до другите, преку користење на каква било форма на комуникација (PECS, вербален, знаковен јазик) без да пројави предизвикувачко однесување, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**С 6: Кажува свое мислење за прекумерно движење за време на активностите на часот по ФЗО, како што се вртење или брзо танцување, без да пројави предизвикувачко однесување.**

**Ц1:** За време на активностите на часот по ФЗО, како што се вртење или брзо танцување, детето, кога ќе биде поттикнато од наставникот (т.е. вербално или физички), ќе користи систем за комуникација (на пример, вербална комуникација, систем за размена на слики (PECS), апликација за комуникација) за да го каже своето мислење за прекумерното движење, со тоа што наставникот го поттикнува физички (целосно или делумно) да се воздржи од предизвикувачко однесување, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 2:** За време на активностите на часот по ФЗО, како што се вртење или брзо танцување, детето, кога ќе биде поттикнато од наставникот т.е. визуелно), ќе користи систем за комуникација (на пример, вербална комуникација, систем за размена на слики (PECS), апликација за комуникација) за да го каже своето мислење за прекумерното движење,, без да пројави предизвикувачко однесување, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 3/Главна цел:** За време на активностите на часот по ФЗО, како што се вртење или брзо танцување, детето самостојно ќе побара алтернативна активност или ќе го измени нивото на движење за време на активностите кога се почувствува непријатно со користење на однапред одреден комуникациски систем, без да пројави предизвикувачко





однесување., во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**С7: Кажува свое мислење за тоа дека мора да остане мирно за време на активностите на часот по ФЗО, како што е играта „здрвен дедо“ при „замрзнување“ без пројави предизвикувачко однесување/константно движење.**

**Ц 1:** За време на активностите на часот по ФЗО, откако ќе биде поттикнато од наставникот (т.е. вербално), детето ќе го изрази своето мислење дека мора да остане мирно, при што наставникот ќе го поттикне физички (целосно или делумно) да се воздржи од предизвикувачко однесување., во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 2:** За време на активностите на часот по ФЗО, откако ќе биде лесно поттикнато од наставникот (т.е. визуелен потсетник), детето ќе го каже своето мислење дека мора да остане мирно, без да пројави предизвикувачко однесување, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц3/Крајна цел:** За време на активностите на часот по ФЗО, детето самостојно ќе бара паузи за движење или модификации на активноста кога ќе се почувствува непријатно за да остане мирно, без пројави предизвикувачко однесување, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**С 8: Кажува свое мислење за тоа дека се наоѓа во бучна средина за време на активностите на часот по ФЗО, предизвикана од децата и персоналот кои зборуваат во исто време во училиштето и се создава ехо, без да пројави предизвикувачко однесување.**

**Ц 1:** За време на активностите на часот по ФЗО, откако ќе биде поттикнато од наставникот (т.е. вербално), детето ќе го каже своето мислење дека е во бучна средина, при што наставникот ќе го поттикне физички (целосно или делумно) за да се воздржи од предизвикувачко однесување, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 2:** За време на активностите на часот по ФЗО, само со мали инструкции од наставникот (т.е. визуелен потсетник), детето ќе го каже своето мислење дека е во бучна средина, без да пројави во предизвикувачко однесување, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 3/Крајна цел:** За време на активностите на часот по ФЗО, детето самостојно ќе го изрази своето мислење за тоа дека е во бучна средина, без да пројави предизвикувачко однесување, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**С 9: Пренесува мислење за престој во многу осветлени средини за време на активностите на часот по ФЗО без да пројави во предизвикувачко однесување.**

**Ц 1:** За време на активностите на часот по ФЗО во многу осветлена средина, откако ќе биде поттикнато од наставникот (т.е. вербално, физички поттик), детето ќе го каже своето мислење за неговото присуство таму, при што наставникот ќе го поттикне физички (целосно или делумно) да се воздржи од предизвикувачко однесување, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).





**Ц 2:** За време на активностите на часот по ФЗО во многу осветлена средина, откако наставникот малку ќе го поттикне (со користење на помалку наметливо потсетување) (т.е. визуелен потсетник), детето ќе го каже своето мислење за неговото присуство таму, без да пројави предизвикувачко однесување, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 3/Крајна цел:** За време на активностите на часот по ФЗО во многу осветлена средина, детето самостојно ќе го каже своето мислење за неговото присуство таму, без да пројави предизвикувачко однесување, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

## Моторните вештини во контекст наставата по ФЗО

### Легенда на симболи:

M=моторни вештини

Ц=цел

ФЗО= физичко и здравствено образование

### **M1: Имитира секвенца на моторни дејства моделирана од страна на наставникот по ФЗО.**

**Ц 1:** Кога наставникот по ФЗО ќе покаже едно моторно дејство (т.е. крева раце), детето ќе ја имитира низата со помош на целосни или делумни физички поттикнувања од страна на наставникот, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 2:** Кога наставникот по ФЗО ќе покаже едно моторно дејство (т.е. крева раце), детето ќе ја имитира низата со помош, како што се вербални, покажување на модел или гестикуларни поттикнувања од страна на наставникот, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 3:** Кога наставникот по ФЗО ќе покаже едно моторно дејство (т.е. крева раце), детето самостојно ќе ја имитира низата без никакви поттикнувања или поддршка од наставникот, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 4:** Кога наставникот по ФЗО ќе покаже низа на моторни дејства, детето ќе ја имитира низата со помош на целосни или делумни физички поттикнувања од наставникот, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 5:** Кога наставникот по ФЗО ќе покаже низа на моторни дејства, детето ќе ја имитира низата со помош, како што се вербални, покажување на модел или гестовни поттикнувања од наставникот, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 6/Крајна цел:** Кога наставникот по физичко образование ќе покаже низа на моторни дејства, детето самостојно ќе ја имитира низата без никакви поттикнувања или поддршка од наставникот, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

### **M 2: Прескокнува со една нога низ просторијата на растојание од најмалку 7 метри без да падне.**

**Ц 1:** Со помош на целосни или делумно физички поттикнувања од наставникот (т.е. наставникот ја држи едната нога горе, наставникот го поддржува детето да се балансира), детето ќе скока со една нога низ просторијата на растојание од најмалку 1 метар без да падне, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).





**Ц 2:** Со мала помош, како што е поддршка преку моделирање, од страна на наставникот, детето ќе скока со една нога низ просторијата на растојание од најмалку 1 метар, без да падне, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 3:** Детето самостојно ќе скока на една нога низ просторијата на растојание од најмалку 1 метар без да падне, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 4:** Со помош на целосно или делумно физичко потсетување од страна на наставникот (т.е. наставникот ја држи едната нога горе, наставникот го поддржува детето да балансира), детето ќе скокне со една нога низ просторијата на растојание од најмалку 3 метри без да падне, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 5:** Со помош, како што е поддршка преку моделирање од страна на наставникот, детето ќе скока со една нога низ просторијата на растојание од најмалку 3 метри без да падне, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 6:** Детето самостојно ќе скока на една нога низ просторијата на растојание од најмалку 3 метри без да падне, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 7:** Со помош на целосни или делумно физички поттикнувања од наставникот (т.е. наставникот ја држи едната нога горе, наставникот го поддржува детето да се балансира), детето ќе скока со една нога низ просторијата на растојание од најмалку 7 метри без да падне, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 8:** Со помош, како што е поддршка преку моделирање од страна наставникот, детето ќе скока со една нога низ просторијата на растојание од најмалку 7 метри без да падне, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 9/Главна цел:** Детето самостојно ќе скока на една нога низ просторијата на растојание од најмалку 7 метри без да падне, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**М3: Фрла топка од 4 метри за да погоди цел со на растојание од околу 1 метар.**

**Ц1:** Со помош на целосни или делумни физички потсетување од наставникот, детето ќе фрли топка во далечина од 1 метар за да погоди цел со големина од околу 2 метри, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 2:** Со помош, како што е моделирање од страна на наставникот, детето ќе фрли топка преку рацете, во далечина од 1 метар за да погоди цел со големина од околу 2 метри, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 3:** Детето самостојно ќе фрли топка преку рацете, во далечина од 1 метар за да погоди цел со големина од 2 метри, без никакви потсетувања или поддршка од страна на наставникот, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 4:** Со помош на целосни или делумно физички поттикнувања од страна на наставникот, детето ќе фрли топка преку рацете во далечина од над 2 метри за да погоди цел со големина од околу 1,5 метар, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 5:** Со помош, како што е моделирање од страна на наставникот, детето ќе фрли топка преку рацете во далечина над 2 метри за да погоди цел со големина од околу 1,5 метар, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).





**Ц 6:** Детето ќе фрли топка преку рацете во далечина над 2 метри за да погоди цел со големина од околу 1,5 метар, без никакви потсетувања од страна на наставникот, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 7:** Со помош на целосни или делумни физички поттикнувања од страна на наставникот, детето ќе фрли топка преку рацете во растојание од над 4 метри за да погоди цел со големина од околу 1 метар во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 8:** Со помош, како што е моделирање од страна на наставникот, детето ќе фрли топка низ рацете во растојание од над 4 метри за да погоди цел со големина од околу 1 метар., во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 9/Крајна цел:** Детето самостојно ќе фрли топка преку рацете на растојание од 4 метри за да погоди цел со големина од околу 1 метар, без никакви поттикнувања или поддршка од страна на наставникот, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

#### **М4: Отскокнува и фаќа тениско топче со едната рака.**

**Ц 1:** Со помош на целосни или делумно физички поттикнувања од страна на наставникот, детето ќе отскокне и ќе фати тениско топче со две раце, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 2:** Со помош, како што е моделирање од страна на наставникот, детето ќе отскокне и ќе фати тениско топче со две раце, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 3/Главна цел:** Детето самостојно ќе отскокне и ќе фати тениско топче со двете раце, без никакви поттикнувања или поддршка од страна на наставникот, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 4:** Со помош на целосни или делумно физички поттикнувања од страна на наставникот, детето ќе отскокне и ќе фати тениско топче со едната рака, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 5:** Со помош, како што е моделирање од страна на наставникот, детето ќе отскокне и ќе фати тениско топче со едната рака, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 6/Главна:** Детето самостојно ќе отскокне и ќе фати тениско топче со едната рака, без никакви поттикнувања или поддршка од наставникот, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

#### **М5: Удират топка која е во мирување, така што таа патува во воздухот најмалку 4 метри.**

**Ц 1:** Со помош на целосни или делумни физички поттикнувања од страна на наставникот, детето ќе шутне топка во мирување така што таа ќе помине во воздухот најмалку 1 метар, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%)

**Ц 2:** Со помош, како што е моделирање од страна на наставникот, детето ќе шутне топка во мирување, така што таа ќе патува во воздухот најмалку 1 метар, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 3:** Детето самостојно ќе шутне топка во мирување така што таа ќе патува во воздухот најмалку 1 метар, без никакви поттикнувања или поддршка од наставникот, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).





**Ц 4:** Со помош на целосни или делумни физички поттикнувања од страна на наставникот, детето ќе шутне топка во мирување така што таа ќе помине во воздухот најмалку 2 метри, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 5:** Со помош, како што е моделирање од страна на наставникот, детето ќе шутне топка во мирување така што таа ќе патува во воздухот најмалку 2 метри, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 6:** Детето самостојно ќе шутне топка во мирување така што таа ќе патува во воздухот најмалку 2 метри, без никакви поттикнувања или поддршка од страна на наставникот, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 7:** Со помош на целосни или делумни физички поттикнувања од страна на наставникот, детето ќе шутне топка во мирување, така што таа ќе помине во воздухот најмалку 4 метри, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 8:** Со помош, како што е моделирање од страна на наставникот, детето ќе шутне топка во мирување така што таа ќе патува во воздухот најмалку 4 метри, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 9/Крајна цел:** Детето самостојно ќе шутне топка во мирување, така што таа ќе патува во воздухот најмалку 4 метри, без никакви поттикнувања или поддршка од страна на наставникот, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**M6: Во рок од 5 секунди детето трча 3 метри, зима предмет, а потоа трча 3 метри назад со предметот (без да го испушти).**

**Ц 1:** Со помош на целосни или делумно физички поттикнувања од страна на наставникот, детето ќе ја заврши задачата во рок од 10 секунди, ќе оди 2 метри, ќе земе предмет и ќе оди 2 метри назад со предметот без да го испушти, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 2:** Со помош, како што е моделирање или гестикулации од страна на наставникот, детето ќе ја заврши задачата во рок од 10 секунди, ќе оди 2 метри, ќе земе предмет и ќе оди 2 метри назад со предметот без да го испушти, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 3:** Детето самостојно ќе ја заврши задачата во рок од 10 секунди, ќе оди 2 метри, ќе земе предмет и ќе оди 2 метри назад со предметот без да го испушти, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 4:** Со помош на целосни или делумни физички поттикнувања од страна на наставникот, детето ќе ја заврши задачата во рок од 5 секунди, трчајќи 3 метри, земајќи предмет и трчајќи 3 метри назад со предметот без да го испушти, во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 5:** Со помош, како што е моделирање или гестикулации од страна на наставникот, детето ќе ја заврши задачата во рок од 5 секунди, трчајќи 3 метри, земајќи некој предмет и трчајќи 3 метри назад со предметот без да го испушти во 4 од 5 опсервирани ситуации (80%).

**Ц 6/Крајна цел:** Детето самостојно ќе ја заврши задачата во рок од 5 секунди, трчајќи 3 метри, земајќи предмет и трчајќи 3 метри назад со предметот без да го испушти, без никакви поттикнувања или поддршка од наставникот, во 4 од 5 опсервирани ситуации





(80%).

## Речник

**Подготвување (Priming)** се однесува на техника која се користи за подготовка и запознавање на поединците со претстојните активности, транзиции или очекувања. Тоа вклучува обезбедување на информации однапред или изложување на релевантни материјали или знаци кои што ќе се сретнат во одредена ситуација.

Оваа техника може да им помогне на учениците со аутизам во намалување на анксиозноста, зголемување на предвидливоста и олеснување на транзициите (премин од едно кон друго). Оваа техника може да се користи во различни форми, како што се визуелни распореди, социјални приказни или вербални потсетници.

**Потсетници (Prompts)** се однесуваат на знаците или помошта што им се дава на поединците за да им се помогне да научат и да го изведат саканото однесување. Потсетниците се користат како наставна стратегија за да ги водат поединците кон правилен одговор кога првично учат нова вештина или кога им треба дополнителна поддршка.

**Обликување (Shaping)** е термин за именување на однесување со кое што се постепено се обликува или се обучува поединецот да изврши специфично однесување преку зајакнување на какви било какви однесувања кои што се приближуваат до посакуваното.

**Последователни приближувања (Successive approximations):** поединечни чекори кои водат кон крајното посакувано однесување.

