



PErfekcyjne Plany Lekcji

Przewodnik do planowania lekcji wychowania fizycznego dla dzieci autystycznych



Co-funded by
the European Union



léargas



NAZWA PROJEKTU

Szkolenie z zakresu pracy z zaburzeniami ze spektrum autyzmu dla nauczycieli Wychowania Fizycznego

Numer Projektu: KA220-SCH-D6D31EDD

ZASTRZEŻENIE

Projekt ten był finansowany przez Unię Europejską w ramach programu ERASMUS+. Wsparcie Komisji Europejskiej dla powstania tej publikacji nie oznacza poparcia treści, które odzwierciedlają wyłącznie poglądy autorów, a Komisja nie ponosi odpowiedzialności za jakiegokolwiek wykorzystanie informacji w niej zawartych.

Strona internetowa: <https://perfectproject.org/>

Kontakt: Info@Insideeu.eu

PARTNERZY

SPIS TREŚCI

ZASTRZEŻENIE	2
PARTNERZY	3
WYZNACZANIE CELÓW W PLANACH LEKCJI	9
MODYFIKACJE DLA RÓŻNYCH UCZNIÓW	11
PLAN LEKCJI B1	13
PLAN LEKCJI B2	18
PLAN LEKCJI B3	23
PLAN LEKCJI B4	26
PLAN LEKCJI B5	32
PLAN LEKCJI B6	36
PLAN LEKCJI B7	44
PLAN LEKCJI B8	48
PLAN LEKCJI B9	53
PLAN LEKCJI B10	58
NOTATKI DO SPISÓW LEKCJI B11-B13	64
PLAN LEKCJI B11	67
PLAN LEKCJI B12	73
PLAN LEKCJI B13	78
PLAN LEKCJI M1	84
PLAN LEKCJI M2	94
PLAN LEKCJI M3	103
PLAN LEKCJI M4	108
PLAN LEKCJI M5	114
PLAN LEKCJI M6	118
UMIEJĘTNOŚCI SENSORYCZNE W KONTEKŚCIE PE	122
PLAN LEKCJI S1	123
PLAN LEKCJI S2	128
PLAN LEKCJI S3	134
PLAN LEKCJI S4	146
PLAN LEKCJI S5	155
PLAN LEKCJI S6	165
PLAN LEKCJI S7	173
PLAN LEKCJI S8	182
PLAN LEKCJI S9	191
ZASTRZEŻENIE	198



Lider

Instytut Studiów nad Włączeniem Społecznym, Różnorodnością i Zaangażowaniem (INSIDE EU) został założony w Tralee w hrabstwie Kerry w Irlandii przez Dirka van der Merwe, sportowca z paraplegią, trenera i mentora, aby zapewnić wzmocnienie pozycji i dostosowaną, poprawiającą zdrowie aktywność fizyczną dla osób niepełnosprawnych, zwłaszcza poruszających się na wózkach inwalidzkich.

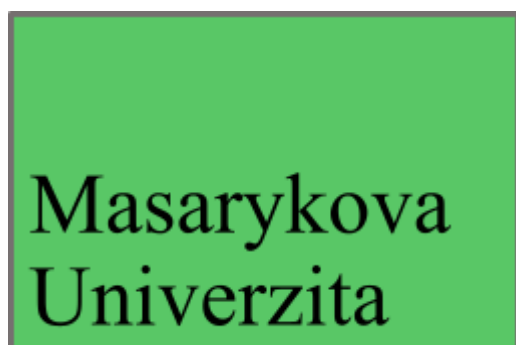
Instytut zapewnia dodatkowo wiedzę specjalistyczną w zakresie wzmocnienia pozycji i włączania w edukację i zatrudnienie osób o mniejszych szansach, zwłaszcza osób niepełnosprawnych. Zapewnia szkolenia dla pracowników młodzieżowych, trenerów sportowych, asystentów nauczycieli i nauczycieli w całej Irlandii i Europie. INSIDE EU ma ogromne doświadczenie w opracowywaniu narzędzi włączających oraz włączającej, dostosowanej i możliwej do przeniesienia grywalizacji, aby rozwijać osoby o mniejszych szansach i angażować osoby z dowolnymi i różnymi zdolnościami lub niepełnosprawnościami, tak aby wszyscy mogli razem uczestniczyć w tym samym działaniu w tym samym czasie.

INSIDE EU ma duże doświadczenie w tworzeniu dostępnych i włączających zasobów, w tym animacji i wideo 2D i 3D.



ACD La Hoya to hiszpańskie stowarzyszenie kulturalne i sportowe oparte na zasadach współpracy, integracji, ochrony środowiska, solidarności, człowieczeństwa i uniwersalnych wartości ludzkich oraz promujące środowisko, w którym społeczność będzie mogła tworzyć, myśleć, realizować swoje pomysły i budować stanowiska i reakcje w ważnych kwestiach. Rozwijać działania społeczności wiejskiej w zakresie sztuki, sportu i kultury, również poświęcone pomyślniej realizacji i uczestnictwu w

projektach europejskich mających na celu aktywizację młodzieży i seniorów w Europie.



M U N I Institute for Research
P E D in Inclusive Education

Wierzymy, że wykształcenie to nie tylko kwestia wieku czy statusu społecznego. Aktywnie wspieramy badania. Jesteśmy otwarci i zaangażowani w wpływanie na życie ludzi wokół nas.

Od 1919 roku tworzymy mądrzejszy świat – obecnie 10 wydziałów i 400 kierunków studiów zapewnia niemal nieograniczoną ofertę zajęć. Jaki jest Uniwersytet Masaryka? Multidyscyplinarny. Zapoznaj się z ofertą studiów. Specjalizuj się, eksperymentuj i odkrywaj nowe wyzwania.

Uniwersytet Masaryka to:

85% – absolwenci zatrudnieni w swojej dziedzinie;

82% – absolwenci, którzy zdecydowaliby się ponownie podjąć studia na UW;

2,5% – absolwenci, którzy nie mogą w ciągu dwóch lat znaleźć wymarzonej pracy;

400 – programów studiów;

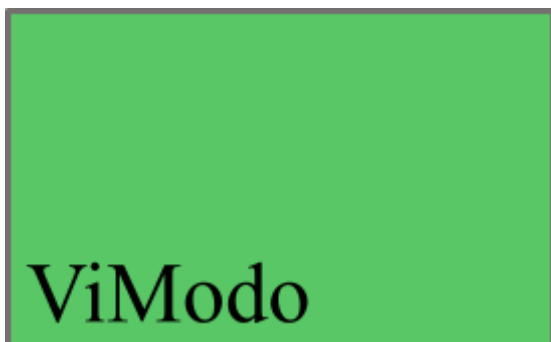
30 500 – studenci;

7 tys. – absolwentów rocznie.



- Stowarzyszenie na rzecz Poprawy Jakości Życia Osób ze Spektrum Autyzmu „Niebieski Świetlik” (Sina Svetulka) powstało 28.02.2017 w Skopje w oparciu o 15-letnie doświadczenie założycieli w dziedzinie autyzmu.
- Misją organizacji jest poprawa jakości życia osób z autyzmem i ich rodzin, podnoszenie świadomości potencjału poprzez edukację i bezpośrednie wsparcie dzieci i dorosłych z autyzmem, ich rodzin, specjalistów i ogółu społeczeństwa.
- Ogólne cele organizacji to:
- Poprawa jakości życia dzieci i osób z autyzmem poprzez odkrywanie i maksymalizację ich potencjału;
- Terapia dzieci z autyzmem.
- Edukacja rodzin i profesjonalistów w zakresie metod pracy.
- Promocja praw i promocja nowych pomysłów na poprawę jakości życia.
- Zachęcanie do pracy naukowej i zawodowej w tej dziedzinie oraz

- Działania na rzecz integracji dzieci i osób z autyzmem.



ViModo to organizacja badawczo-edukacyjna z siedzibą na Cyprze, specjalizująca się w dziedzinie badań, innowacji i włączenia społecznego. Staramy się opracowywać i wdrażać zrównoważone rozwiązania, aby zaspokoić potrzeby osób o mniejszych szansach i ich rodzin.

Organizacja posiada bogate doświadczenie w:

Kursy edukacyjne: Projektowanie i prowadzenie kursów edukacyjnych stacjonarnych i internetowych dla profesjonalistów (szkolenia VET), dorosłych i młodzieży.

Badania i innowacje: Prowadzenie badań i rozwój projektów innowacyjnych i rozwojowych.

- Autyzm i edukacja specjalna: projektowanie i prowadzenie specjalistycznych programów szkoleniowych oraz zapewnianie wsparcia profesjonalistom, rodzinom i osobom z autyzmem i innymi zaburzeniami neurorozwojowymi, Autyzm i stosowana analiza zachowania (ABA): zapewnianie wsparcia i szkoleń dla rodziców i profesjonalistów pracujących z indywidualnymi osobami z ASD oraz strategie zarządzania klasą dla nauczycieli. Szkolenie opiera się na podejściu opartym na dowodach opracowanym przez ABA.

- Włączenie społeczne i integracja: projektowanie i realizacja projektów mających na celu zwiększenie włączenia i integracji społecznej.

- Edukacja i włączenie społeczne: zapewnianie każdemu prawdziwych możliwości uczenia się

- Terapia poznawczo-behawioralna: poprawa funkcjonowania i jakości życia poprzez podejście CBT



BSDA

**Bulgarian Sports
Development Association**

Bułgarskie Stowarzyszenie Rozwoju Sportu /BSDA/ zostało założone w 2010 roku i jest organizacją pożytku publicznego non-profit, której celem jest rozwój bułgarskiego sportu i poprawa kultury sportowej w Bułgarii.

Główne priorytety BSDA:

- Odrodzenie kultury sportowej
- Wolontariat w sporcie
- Edukacja poprzez i w sporcie
- Dobre zarządzanie w sporcie
- Integracja poprzez sport
- Kompetencje przyszłości i przedsiębiorczość.

Ponieważ sport to ambicja, emocje i inspiracja inicjowana przez ludzi dla ludzi, sektor ten powinien opierać się na osobistych przekonaniach decydentów o uczciwości, poświęceniu a także na zasadach „fair play”, pracy zespołowej, dyscyplin, równego startu oraz niedyskryminacji.

Szkoła Podstawowa z Oddziałami Integracyjnymi nr 12



Szkoła Podstawowa z Oddziałami Integracyjnymi nr 12 w Polsce to szkoła w której uczy się 400 uczniów, w tym 73 dzieci z Ukrainy w dwóch rodzajach klas – Klasycznej do 30 uczniów i Integracyjnej do 20 uczniów.

W klasie integracyjnej może przebywać maksymalnie 5 uczniów z orzeczeniem o specjalnych potrzebach edukacyjnych (afazja, zespół Aspergera, spektrum autyzmu, niepełnosprawność intelektualna w stopniu lekkim i umiarkowanym). W klasie integracyjnej pracuje dwóch nauczycieli – wychowawca i nauczyciel wspomagający. Rolą nauczyciela współorganizującego kształcenia jest prowadzenie lekcji z nauczycielem, współorganizowanie nauki, pomoc dziecku w przygotowaniu materiału lekcyjnego i wspieranie go.



Dzieci w klasie uczą się razem; mogą mieć różne ścieżki rozwoju, ale w lekcjach dydaktycznych, zajęciach dodatkowych typu szachy, dodatkowy język angielski itp. oraz zajęciach ruchowych uczestniczą wspólnie na miarę swoich możliwości.

WYZNACZANIE CELÓW W PLANACH LEKCJI

Oceń aktualny poziom umiejętności uczniów:

Przed wyznaczeniem celów obserwuj aktualne umiejętności uczniów w zakresie odbijania i łapania. Pomoże Ci to ustalić punkt odniesienia i określić odpowiednie punkty początkowe.

Wyznaczaj realistyczne i przyrostowe cele:

Zacznij od realistycznych celów, które są możliwe do osiągnięcia dla każdego ucznia na podstawie jego poziomu umiejętności. Unikaj wyznaczania zbyt ambitnych celów, ponieważ może to prowadzić do frustracji.

Stopniowo zwiększaj trudność celów w miarę postępów uczniów. Na przykład, jeśli uczeń konsekwentnie łapie piłkę z małej odległości, stopniowo zwiększaj odległość rzucania lub wprowadzaj zmiany, takie jak wyższe odbicia.

Użyj mierzalnych celów:

Spraw, aby cele były mierzalne i konkretne. Możesz na przykład ustawić cele, takie jak „złap piłkę pięć razy z rzędu” lub „odbij piłkę i złap ją trzy razy, nie upuszczając jej”.

Indywidualizacja celów:

Pamiętaj, że każdy uczeń może rozwijać się we własnym tempie. Ustawiaj indywidualne cele w oparciu o ich unikalne zdolności i tempo rozwoju.

Niektórzy uczniowie mogą potrzebować więcej czasu, aby osiągnąć określone cele, podczas gdy inni mogą robić postępy szybciej.

Częste informacje zwrotne i zachęty:

Regularnie przekazuj uczniom informację zwrotną na temat ich postępów. Świętuj ich sukcesy, niezależnie od tego, jak małe, i udzielaj konstruktywnych informacji zwrotnych na temat obszarów, w których mogą się polepszyć.

Zachęcaj do nastawienia na rozwój, podkreślając, że praktyka i wysiłek prowadzą do poprawy.

Pomoce wizualne i nagrody:

Korzystaj z pomocy wizualnych, takich jak wykresy lub naklejki, aby śledzić postępy w realizacji wyznaczonych celów. Za każdym razem, gdy uczeń osiągnie jakiś cel, zaznacz go na wykresie.

Rozważ zaoferowanie niewielkich nagród lub wyrazów uznania za osiągnięcie określonych kamieni milowych. Może to zmotywować uczniów do pracy nad osiągnięciem swoich celów.

Dostosuj cele według potrzeb:

W razie potrzeby bądź elastyczny w dostosowywaniu celów. Jeśli uczniowie konsekwentnie osiągają swoje cele, rzuć im bardziej zaawansowane cele. I odwrotnie, jeśli uczeń ma trudności, rozważ zmianę celów, aby uczynić je bardziej osiągalnymi.

Regularnie przeglądaj i zastanawiaj się:

Okresowo przeglądaj wyznaczone cele z uczniami i omawiaj ich postępy.

Zachęć uczniów do refleksji nad swoimi wynikami i zidentyfikowania obszarów wymagających poprawy.

Świętuj osiągnięcia:



Świętuj pomyślne osiągnięcie celów jako grupa. Może to stworzyć wśród uczniów poczucie spełnienia i koleżeństwa.

Utrzymuj pozytywne i wspierające środowisko:

Stwórz atmosferę, w której popełnianie błędów będzie postrzegane jako naturalna część procesu uczenia się. Zachęcaj uczniów, aby nie ustawiali w próbach i nie zrażali się niepowodzeniami.

MODYFIKACJE DLA RÓŻNYCH UCZNIÓW

Ramy te stanowią model, który można zastosować do adaptacji i modyfikacji działań, tak aby wszystkie osoby mogły razem uczestniczyć, otrzymać możliwe do osiągnięcia wyzwania i dobrze się bawić.

<p>ZMIENŃ TO:</p> <p>PRZESTRZEŃ – gdzie?</p> <p>Gdzie odbywa się aktywność?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • ZMIENŃ TO: • Poziom (wysokość), np. Zajęcia na podłodze mają inne wymagania niż zajęcia na płaskiej powierzchni, wykonywane w pozycji siedzącej i w ruchu chodzącym • Adaptacja obszaru gry – większa przestrzeń oznacza dłuższy czas reakcji, mniejsza przestrzeń wymaga większej mobilności i poziomu umiejętności • Długość, wysokość • Przebyty dystans • Wykorzystanie strefowego placu zabaw do stworzenia bezpiecznych obszarów zabaw lub obszarów, w których uczniowie mogą być dopasowywani pod względem zdolności • Cele bliższe lub dalsze • Pozwól niektórym dzieciom rozpocząć naukę w różnym czasie lub w różnych miejscach
<p>ZADANIE – jak?</p> <p>Co się dzieje? (działania fizyczne)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Łatwiej – uprość czynność • Trudniej – wprowadź więcej zasad • Zamień role • Zmień zasady, aby pomóc w włączeniu, np. pozwalaj na rozpoczęcie w różnych miejscach, bez reguły kontaktu • Bądź elastyczny • Wypróbuj różne sposoby wzięcia udziału, np. siedzi, stoi, leży • W przypadku niektórych dzieci używaj różnych celów
<p>WYPOSAŻENIE – jakie</p> <p>Co jest używane?</p>	<p>Co jest używane?</p> <p>Piłki, maty, flagi, szaliki, stopy, stożki, płotki, markery plastikowe, liny, worki fasolowe, laski, sprzęt miękki, kije, rakiety</p> <p>Zmieniając:</p> <p>Rozmiar, kształt, kolor, teksturę, wagę, środowisko, powierzchnię do zabawy, wewnątrz/na zewnątrz</p> <p>Jak to zmienia aktywność? (np. piłki)</p> <p>Lżejsze – leci wolniej w powietrzu i zapewnia dłuższy czas reakcji</p> <p>Większy / bardziej miękki / lekko napompowany – łatwiejszy do zauważenia i złapania</p> <p>Hałas (np. jingle trainer) – bodziec zarówno dźwiękowy, jak i wizualny</p>

<p>Ludzie, którzy? Kto jest zaangażowany?</p>	<p>Różne kolory – łatwiej je odróżnić od koloru tła</p> <p>Grupy: Samodzielnie, w grupach, w parach, w zespołach, z wykorzystaniem, z asystentem poszerzania wiedzy</p> <p>Ludzie i: Różne/te same role, inne/te same zdolności, inny/ten sam rozmiar</p> <p>Ludzie i: Własna przestrzeń, duża przestrzeń, mała przestrzeń, ograniczona przestrzeń, otwarta przestrzeń, różne środowiska (np. przy użyciu lub w wodzie)</p>
--	--

PLAN LEKCJI B1

Postępuje zgodnie z wieloetapowymi wskazówkami, gdy są one przekazywane bezpośrednio dziecku

60 Minut

CEL LEKCJI

Aby uczniowie mogli wykonywać wiele instrukcji w ustawieniu 1-2-1

MATERIAŁY

Worki fasoli
Małe piłki

TECHNIKA

Analiza zadań: po rozdzieleniu każdego zadania na proste kroki, aby zrealizować wykonanie zadań. Możliwość łatwiejszego zdobywania umiejętności poprzez uporządkowane segmenty.

Łączenie w łańcuchy: wdrażanie po jednej części elementu poprzez uczenie po każdej części wieloetapowego zadań, co pozwala na kontrolowanie jednego kroku przed następnym. Buduje to samoocenę i zapewnia wyjaśnienie zadania oraz dobre jego wykonanie.

Podpowiadanie i wygaszanie: Używanie podpowiedzi werbalnych, gestów potrzebnych do wspomagania dziecka. W późniejszym czasie ograniczając te podpowiedzi, w stopniu, w jakim dziecko będzie w stanie uzyskać niezależność w wykonywaniu zadań.

Wzmocnienie różnicowe: Stosowanie pozytywnego wzmocnienia selektywnie do zachowań, które ściśle odpowiadają zachowaniom docelowym, co wzmacnia pożądane zachowanie przed innymi.
zachowanie nad innymi.

Modelowanie behawioralne: demonstrowanie zadań przed ich wykonaniem przez dzieci, pokazanie co mają naśladować. Jest to skuteczne w aktywności które będą potem wykonywały.

ZAJĘCIA

Wprowadzenie (5 minut)

Zbierz uczniów, aby usiedli w kolejce i wyjaśnij, w jaki sposób nauczą się wykonywać poszczególne czynności. Wyjaśnij, że jeśli słuchają, oglądają i powtarzają to, co robi nauczyciel, mogą efektywniej wykonać ćwiczenie.

Prezentacja wizualna i werbalna (10 minut)

Pokaż dzieciom piłki i woreczki z fasolą. Wyjaśnij im, czym są i do czego będą używane. Pozwól im dotykać przedmiotów, aby się do nich przyzwyczaić. Wyjaśnij uczniom, jak wykonać Ćwiczenie 1. Zademonstruj to, a następnie pozwól każdemu dziecku wykonać ćwiczenie. Jeśli nie mogą, nauczyciel może ich wesprzeć lub mogą podążać za nauczycielem. Powtórz dla każdego działania. Zapewnij wsparcie w zakresie podpowiedzi i zanikania podczas działań.

Ćwiczenia (20 minut)

Ćwiczenie 1: Przejdź po linii prostej z jednej strony pokoju na drugą.

Ćwiczenie 2: Przejdź po linii prostej z jednej strony pokoju na drugą, wykonując dwa kroki, a następnie wielokrotnie podskakując.

Ćwiczenie 3: Przejdź po linii prostej z jednej strony pokoju na drugą, wykonując dwa kroki, a następnie wielokrotnie podskakując. Wróć na drugą stronę, wykonując dwa kroki, a następnie wielokrotnie jeden skok.

Ćwiczenie 4: Przebiegnij na drugą stronę, podnieś worek z fasolą i biegnij tyłem (odwrotną stroną do kierunku biegu) do punktu startu.

Ćwiczenie 5: Biegnij na drugą stronę, podnieś worek z fasolą i biegnij tyłem do strony pozycji wyjściowej z torbą z fasolą. Odłóż worek z fasolą, a następnie podnieś piłkę, przebiegnij tyłem na drugą stronę, odłóż ją, a następnie z pustymi rękami pobiegnij tyłem do pozycji wyjściowej.

Powtórzenia i wzmocnienia

Pochwal ucznia ustnie za dobrze wykonane ćwiczenie. Jeśli chcą poprawić błąd, powiedz im, jak poprawnie wykonać ćwiczenie. Powtarzaj ćwiczenia, aż dziecko opanuje elementy.

Przypomnienie (10 minut)

Po ćwiczeniu powtórz ustnie wszystkie elementy i zapytaj, co według nich zrobili dobrze i co mogliby zrobić, aby to poprawić.

Praktyka indywidualna (10 minut)

Poproś uczniów, aby wykonali każde ćwiczenie ponownie, wyjaśniając, co robią w danym momencie.

Przejrzyj i zamknij (5 minut)

Zapytaj uczniów, które ćwiczenia najbardziej im się podobały, a następnie pozwól im wykonać je ponownie.

Zadanie domowe (opcjonalnie)

Jeśli czujesz, że jest to konieczne, zadaj uczniom pracę domową, którą będą mogli przećwiczyć w domu z prostymi elementami ćwiczeń, np.: idąc po linii prostej. Alternatywne unoszenie nóg.

EFEKTY KSZTAŁCENIA

Rozumienie kierunkowe: uczniowie będą dokładnie podążać za wieloetapowymi wskazówkami, poprawiając swoją zdolność do przetwarzania kolejnych zadań i odpowiedniego reagowania w ciągu trzech sesji ćwiczeniowych.

Biegłość w utrzymywaniu równowagi: Dzięki zorganizowanym zadaniom uczniowie doskonalą swoje umiejętności poruszania się, wykazując się zdolnością do przechodzenia przez salę z wieloetapowymi instrukcjami i ze zwiększoną pewnością siebie pod koniec lekcji.

Integracja poznawcza i fizyczna: Uczniowie wykażą lepszą integrację instrukcji poznawczych z działaniami fizycznymi, o czym świadczy ich zdolność do zapamiętywania i wykonywania serii ruchów ciała bez podpowiedzi.

Komunikacja refleksyjna: Każdy uczeń określi jeden aspekt działania, który wykonał dobrze, oraz jeden, który mógłby ulepszyć, wspierając refleksyjny proces uczenia się i umiejętności samooceny. Uczniowie nauczą się uważnie słuchać poleceń nauczyciela i obserwować modelowanie jego działań. Uczniowie będą zachęceni do nauki poprzez pozytywne wzmocnienie poprzez pochwały. Ćwiczenia te nauczą dzieci kilku ćwiczeń poprawiających równowagę.

UZASADNIENIE TEORETYCZNE

Teoria obciążenia poznawczego: Ta lekcja jest tak skonstruowana, aby zarządzać obciążeniem poznawczym uczniów poprzez rozbicie złożonych, wieloetapowych wskazówek na mniejsze, łatwiejsze do opanowania jednostki, co pozwala na lepsze przetwarzanie umysłowe i zapamiętywanie instrukcji.

Stosowana analiza zachowania (ABA): Trzon tego planu lekcji opiera się na zasadach ABA, które kładą nacisk na systematyczne nauczanie i wzmacnianie w celu poprawy zachowań funkcjonalnych. Aby skutecznie uczyć umiejętności fizycznych i poznawczych, stosuje się techniki ABA, takie jak analiza zadań, podpowiadanie, wyciszenie i różnicowanie wzmocnień.

Teoria uczenia się motorycznego: podkreśla znaczenie praktyki i informacji zwrotnej w zdobywaniu nowych umiejętności. Ta lekcja wykorzystuje powtarzalne ćwiczenia i natychmiastową informację zwrotną, aby poprawić naukę motoryczną, szczególnie w doskonaleniu koordynacji.

Behawioryzm: Ta lekcja wykorzystuje zasady behawioryzmu poprzez stosowanie pozytywnych wzmocnień i powtórzeń. Podejście to jest skuteczne w systematycznym nauczaniu i wzmacnianiu pożądanych zachowań u uczniów.

Konstruktywistyczna teoria uczenia się: Uczniowie angażują się w aktywny proces uczenia się, podczas którego konstruują wiedzę poprzez doświadczanie aktywności fizycznej i refleksję nad swoimi działaniami. Takie podejście wspiera głębsze zrozumienie i osobisty związek z nauczonymi umiejętnościami.

Teoria społeczno-kulturowa: Rozumie rolę interakcji społecznych w uczeniu się. Lekcja ta obejmuje obserwacje rówieśnicze i dyskusje w grupach, które pomagają uczniom uczyć się od siebie nawzajem i rozumieć różne perspektywy wykonywania tych samych zadań.

UMIEJĘTNOŚCI I KOMPETENCJE

Zgodność behawioralna i podążanie za wskazówkami: Dzięki ustrukturyzowanemu podejściu ABA uczniowie zwiększą swoją zdolność do przestrzegania wskazówek i wykonywania wieloetapowych zadań.

Koordynacja fizyczna i poznawcza: Ulepszone umiejętności koordynacji, ułatwione dzięki technikom łączenia i podpowiedzi ABA, pozwalają uczniom wykonywać zadania fizyczne, które wymagają jednoczesnego zaangażowania poznawczego.

Samoregulacja i umiejętności refleksyjne: Uczniowie rozwiną umiejętności samoregulacji poprzez ocenę swoich wyników i identyfikację ulepszeń, promowanych poprzez nacisk ABA na samoocenę i refleksję.

Interakcja społeczna i rówieśnicze uczenie się: zachęcanie do wzajemnego uczenia się i informacji zwrotnych, które są integralną częścią ABA, rozwija umiejętności społeczne i usprawnia uczenie się oparte na współpracy.

MODYFIKACJE DLA RÓŻNYCH UCZNIÓW

PRZESTRZEŃ

Odległość może być krótsza lub dłuższa, aby dziecko czuło się bardziej komfortowo. Aby dziecko czuło się bardziej pewnie można pomiędzy uczestnikami ustawić ławki. Stacje umiejętności mogą być wykorzystywane do rozwijania umiejętności zgodnie z opisem w Planie Lekcji M3.

ZADANIE

Nauczyciel może podzielić ćwiczenie na mniejsze zadania, np.: Wszystkie zadania można wykonać na linii przyklejone taśmą do podłogi. Dla niektórych uczniów nauczyciel może pominąć część ćwiczeń lub uczynić je mniej lub bardziej skomplikowanymi. Osoby na wózkach inwalidzkich mogą przemieszczać się między dwiema ławkami i wyciągać ręce, aby umieścić na nich piłki lub worki z fasolą, nie tracąc przy tym równowagi.

SPRZĘT

Aby zmniejszyć niepokój, można użyć miękkich woreczków z fasolą lub nawet ulubionej zabawki. W przypadku dzieci VI i autystycznych można stosować płaskie znaczniki lub kulki o różnych rozmiarach, fakturach i kolorach. Linie można ułożyć na podłodze za pomocą kontrastowej taśmy klejącej o szerokości 50 mm, aby pomóc osobom z VI.

OSOBY

Nauczyciel, asystent nauczyciela lub inny kolega może pełnić rolę wsparcia i kierować uczniami z mniejszymi zdolnościami lub wadami wzroku, pomagając im w wykonywaniu każdego ćwiczenia. Uczniowie niewidomi mogą także śledzić ruchy nauczyciela poprzez dotyk.

Uczeń może zostać pochwalony poprzez poproszenie go o pokazanie ćwiczenia innym. Jest to okazja, aby wzmocnić modelowanie poprzez powiedzenie rzeczy w stylu: „Och, świetna koordynacja, Maria. Czy wszyscy widzicie, jak ona skacze na obu nogach? lub „Dobra robota, Piotr! Przyjdź i pokaż ludziom jak skacze się jedną nogą. Czy widzisz, jak Piotr stawia kroki, a potem skacze?”

PLAN LEKCJI B2

Wykonuje instrukcje jednoetapowe w grupie 5 lub więcej dzieci

60 Minut

CEL LEKCJI

Aby uczniowie potrafili wykonywać proste instrukcje grupowe podczas lekcji WF

MATERIAŁY

Kij gimnastyczny
Ławka gimnastyczna
Worki fasoli
Małe piłki
Taśma klejąca w różnych kolorach

TECHNIKI

Łączenie w łańcuchy: wdrażanie po jednej części elementu poprzez uczenie po każdej części wieloetapowego zadań, co pozwala na kontrolowanie jednego kroku przed następnym. Buduje to samoocenę i zapewnia wyjaśnienie zadania oraz dobre jego wykonanie.

Podpowiadanie i wygaszanie: Używanie podpowiedzi werbalnych, gestów potrzebnych do wspomagania dziecka. W późniejszym czasie ograniczając te podpowiedzi, w stopniu, w jakim dziecko będzie w stanie uzyskać niezależność w wykonywaniu zadań.

Zróżnicowane nauczanie: Dostosowywanie zajęć do indywidualnych potrzeb i możliwości uczniów, aby zapewnić każdemu możliwość aktywnego uczestnictwa i efektywnej nauki.

Stopniowe budowanie umiejętności: Stopniowe zwiększanie złożoności nauczanych umiejętności, zapewniając uczniom opanowanie podstawowych umiejętności przed przejściem do bardziej zaawansowanych.

Wzajemne uczenie się i wsparcie

Zachęcanie uczniów do wzajemnej pomocy i uczenia się od siebie, wzmacniając zarówno interakcje społeczne, jak i nabywanie umiejętności.

Gry interaktywne: korzystanie z zabawnych, wciągających gier do nauczania umiejętności fizycznych i strategicznych, przy jednoczesnym aktywnym zaangażowaniu uczniów.

Refleksyjna informacja zwrotna: Zapewnienie uczniom wglądu w ich wyniki i zachęcanie ich do zastanowienia się, w jaki sposób mogą się poprawić.

Ocena ciągła: Regularna ocena postępów uczniów i dostosowywanie metod nauczania, aby lepiej odpowiadały ich potrzebom edukacyjnym.

ZAJĘCIA

Wprowadzenie (5 minut)

Rozpocznij ćwiczenie, zbierając uczniów i wyjaśniając wszystkie ćwiczenia. Daj im znać, że jeśli słuchają i powtarzają to, co robi nauczyciel, mogą wykonać czynności, które mogą wydawać się trudne.

Prezentacja wizualna i werbalna (20 minut)

Nauczyciel pokazuje dzieciom piłki, torby i ławkę oraz wyjaśnia, do czego służą i do czego będą używane. Nauczyciel pozwala uczniom dotykać przedmiotów i oswajać się z nimi oraz pokazuje każde ćwiczenie, które z nimi wykonają.

Ćwiczenie 1: Uczniowie idą wzdłuż linii na podłodze.

Ćwiczenie 2: Uczniowie ustawiają się trójkami. Uczeń w środku idzie wzdłuż ławki, a dwójka pozostałych dzieci go wspiera. Jeżeli dziecko nie lubi być dotykane, można mu pomóc trzymając kij gimnastyczny.

Ćwiczenie 3: Powtórz ćwiczenie, ale przejdź po ławce ze środkowym dzieckiem unoszącym jedną nogę.

Ćwiczenie 4: Powtórz Ćwiczenie 3, ale środkowe dzieci podnoszą jedną nogę, a następnie wykonują przysiad.

Ćwiczenie 5: Powtórz Ćwiczenie 4, ale z woreczkiem z fasolą umieszczoną na głowie środkowego dziecka.

Nauczyciel powinien używać podpowiedzi i dźwięków, aby pomóc dzieciom w wykonaniu ćwiczeń.

Gra Powódź i ogień (10 minut)

Jeśli nauczyciel powie: Powódź, uczniowie muszą znaleźć ławkę i stanąć na niej. Jeśli powiedzą Ogień, uczniowie muszą położyć się na ziemi. Jeżeli powie Straż Pożarna, dzieci powinny ustawić się w wyznaczonym miejscu w sali.

Praktyka indywidualna (10 minut)

Nauczyciel będzie pierwszym przewodnikiem podczas zabawy i powie: Pożar, Powódź lub Straż Pożarna. Dzieci powinny mieć możliwość bycia przewodnikiem. Nauczyciel może podawać podpowiedzi.

Podsumowanie (10 minut)

Nauczyciel wraz z dziećmi udziela informacji zwrotnej i podsumowuje elementy poprzednich zajęć.

Wyciszenie (5 minut)

Dzieci siedzą w kręgu. Nauczyciel jest dyrygentem. Zadaniem prowadzącego jest wykonanie różnych ruchów, a dzieci obserwują i powtarzają czynności. Następnie nauczyciel wyznacza przewodnika, który wykonuje czynności. Reszta dzieci obserwuje i powtarza czynności.

EFEKTY KSZTAŁCENIA

Zgodność kierunkowa: Uczniowie będą dokładnie przestrzegać jednoetapowych ustnych wskazówek nauczyciela podczas ustrukturyzowanych zajęć, osiągając to z co najmniej 80% dokładnością na koniec sesji.

Biegłość w utrzymywaniu równowagi: Uczestnicząc w ćwiczeniach związanych z utrzymaniem równowagi, takich jak chodzenie po naklejonej taśmie linie i balansowanie workiem z fasolą na głowie, uczniowie wykażą się lepszymi umiejętnościami utrzymywania równowagi statycznej i dynamicznej, o czym świadczy 25% wzrost czasu, w którym mogą utrzymać równowagę bez wsparcia .

Wspólne uczestnictwo: Uczniowie będą wspólnie angażować się w zajęcia grupowe, wykazując postępy, pomagając rówieśnikom w co najmniej dwóch ćwiczeniach podczas lekcji. Obejmuje to zapewnienie wsparcia fizycznego lub werbalnego podczas radzenia sobie z wyzwaniami związanymi z równowagą.

Umiejętności komunikacyjne: Zwiększaj zdolność uczniów do skutecznego komunikowania się w grupie poprzez wyrażanie potrzeb lub wyzwań podczas zajęć. Uczniowie będą używać metod werbalnych lub niewerbalnych do komunikowania się z rówieśnikami lub instruktorami co najmniej trzy razy w ciągu sesji.

Regulacja emocjonalna i społeczna: Uczniowie wykażą się lepszą samoregulacją i kontrolą emocjonalną w grupie, uczestnicząc w grze Powódź i ogień bez okazywania trudnych zachowań i płynnie przechodząc między zajęciami.

UZASADNIENIE TEORETYCZNE

Poznawcza teoria uczenia się multimodalnego: Ta lekcja wykorzystuje informacje werbalne i wizualne, aby zmaksymalizować trwałość uczenia się. Lekcja wspiera teorię podwójnego kodowania, demonstrując zadania i umożliwiając uczniom fizyczną interakcję z materiałami (kij gimnastyczny, równoważnia itp.), co zakłada, że informacje przetwarzane w formacie werbalnym i wizualnym prowadzą do lepszego zapamiętywania i zapamiętywania.

Teoria rozwoju społecznego wg. Wygotskiego: Lekcja kładzie nacisk na interakcje społeczne jako kluczowy element uczenia się. Organizując zajęcia wymagające od uczniów pracy w grupach i wzajemnego wspierania się, np. pomoc w równoważeniu zadań, plan lekcji wykorzystuje interakcje społeczne w celu wzmocnienia rozwoju poznawczego. Zastosowano tu koncepcję „Strefy najbliższego rozwoju” Wygotskiego (ZPD), w której uczniowie wykonują zadania nieco przekraczające ich indywidualne możliwości, ale możliwe do osiągnięcia przy wsparciu rówieśników.

Teoria społecznego uczenia się wg. Bandury: Teoria ta podkreśla znaczenie uczenia się przez obserwację, modelowania i naśladowania. Struktura lekcji, podczas której uczniowie obserwują rówieśników, a nauczyciele sami wykonują i powtarzają czynności, nawiązuje do tej teorii. Uczniowie uczą się umiejętności fizycznych niezbędnych do zachowania równowagi oraz zachowań opartych na współpracy i komunikacji wzorowanych na instruktorach i rówieśnikach.

Teoria uczenia się motorycznego: Stopniowy wzrost złożoności zadań – od wykonywania prostych, jednoetapowych wskazówek do wykonywania bardziej złożonych czynności równoważących – jest zgodny z zasadami uczenia się motorycznego, które opowiadają się za stopniowymi wyzwaniem w celu usprawnienia oraz nabywania umiejętności. Informacje zwrotne, kluczowy element uczenia się motorycznego, są uwzględniane podczas całej lekcji poprzez wprowadzanie poprawek w czasie rzeczywistym i zachętę ze strony rówieśników i nauczycieli.

Behawioryzm: Dzięki strategiom wzmocniania, w ramach których po pomyślnym wykonaniu zadania otrzymuje się pozytywną informację zwrotną i wsparcie, plan lekcji uwzględnia behawiorystyczne podejście do uczenia się. To wzmocnienie pomaga ustalić związek między zachowaniem (podążanie za wskazówkami i utrzymywanie równowagi) a wynikiem (pochwała i akceptacja społeczna), co jest kluczowe dla modyfikacji zachowania.

UMIEJĘTNOŚCI I KOMPETENCJE

Precyzja w wykonywaniu poleceń: Dzięki ukierunkowanym wskazówkom behawioralnym i wzmocnieniom uczniowie rozwiną umiejętność wykonywania precyzyjnych instrukcji.

Równowaga dynamiczna i koordynacja ruchowa: Uczniowie doskonalą swoje umiejętności motoryczne i równowagę, kluczowe dla aktywności fizycznej, wzmocnione poprzez powtarzalne ćwiczenia i naśladowictwo motoryczne.

Współpraca i wsparcie rówieśnicze: umiejętności skutecznej pracy z rówieśnikami, dzielenia się zadaniami i wzajemnego wspierania się w scenariuszach uczenia się, wzmocnione strategiami uczenia się opartego na współpracy.

Biegłość w komunikacji: Lepsza zdolność do dokładnego komunikowania potrzeb i odpowiedzi w zorganizowanym, wspierającym środowisku.

Elastyczność behawioralna i adaptacja: Zdolność szybkiego dostosowywania się do nowych poleceń i sytuacji, wykazująca elastyczność zarówno w reakcjach poznawczych, jak i fizycznych.

MODYFIKACJE DLA RÓŻNYCH UCZNIÓW

PRZESTRZEŃ

Ławeczkę można ustawić blisko ściany lub drabinek, aby dziecko czuło się bardziej komfortowo. Dodatkowe ławki można ustawić w większej odległości od siebie, aby dziecko czuło się bardziej komfortowo. Stacje umiejętności można wykorzystać do rozwijania umiejętności zgodnie z opisem w Planie Lekcji M4.

ZADANIA

Nauczyciel może podzielić ćwiczenie na mniejsze zadania, np. wszystkie zadania można wykonać na linii na podłodze. Balansowanie na jednej nodze można wykonać w pozycji statycznej. Równoważenie worka z fasolą na kolanie można nawet wykonać w pozycji siedzącej.

W przypadku niektórych uczniów nauczyciel może pominąć część ćwiczeń.

Osoby na wózkach inwalidzkich mogą przemieszczać się między dwiema ławkami i wyciągać ręce, aby umieścić na nich piłki lub worki z fasolą, nie tracąc przy tym równowagi.

SPRZĘT

Można zastosować kilka ławek gimnastycznych o różnej wysokości i długości. Aby zmniejszyć niepokój, można użyć miękkich torebek z fasolą lub nawet ulubionej zabawki. W przypadku dzieci VI i autystycznych można stosować płaskie znaczniki lub kulki o różnych rozmiarach, fakturach i kolorach. Linie można ułożyć na podłodze za pomocą kolorowej taśmy klejącej o grubości 50 mm, aby pomóc osobom z VI.

OSOBY

Asystent nauczyciela lub inny kolega może stanowić wsparcie w prowadzeniu uczniów z mniejszymi zdolnościami lub wadami wzroku, pomagając im w wykonywaniu każdego ćwiczenia. Uczniowie niewidomi mogą także śledzić ruchy nauczyciela poprzez dotyk.

Ucznia można pochwalić, prosząc go, aby pokazał swoje ćwiczenie innym. Jest to okazja, aby wzmocnić modelowanie poprzez powiedzenie rzeczy w stylu: „Och, to doskonała równowaga Maria. Czy wszyscy widzicie, jak ona przechyliła się lekko w lewo lub w prawo, kiedy podnosi się lub robi krok?” lub „Dobra robota, Piotr! Przyjdź i pokaż ludziom, jak utrzymujesz worek fasoli”.

PLAN LEKCJI B3

Przestrzegaj podstawowych zasad panujących w klasie:

60 minut

CEL LEKCJI

Aby uczniowie potrafili zrozumieć i przestrzegać podstawowych zasad obowiązujących w klasie WF.

MATERIAŁY

Zestaw kart zasad obowiązujących w klasie WF.
Duży plakat lub flipchart.
Markery i dodatkowe czyste karty do wpisywania przez uczniów.
Pole sugestii „Zasady gry”.

TECHNIKI

Demokratyczne podejmowanie decyzji: Angażuj uczniów w tworzenie i uzgadnianie zasad panujących w klasie, dając im poczucie odpowiedzialności za proces.

Dyskusja z przewodnikiem: Umożliwia otwartą rozmowę na temat znaczenia każdej zasady i tego, w jaki sposób pomaga ona w utrzymaniu bezpiecznego i przyjemnego środowiska dla wszystkich.

Odgrywanie ról: Zachęć uczniów do odgrywania scenariuszy przedstawiających zasady w praktyce, podkreślając ich znaczenie.

ZAJĘCIA

Ćwiczenie: „Tworzenie kodu naszej klasy”

Cel: Wspólne ustalenie zestawu zasad obowiązujących w klasie WF, których wszyscy uczniowie zobowiązują się przestrzegać.

Kroki:

Wprowadzenie (5 minut):

Zacznij od utworzenia kręgu z uczniami. Omów cel zasad w klasie na lekcji WF i korzyści płynące z zaangażowania wszystkich osób.

Dyskusja i kompilacja (15 minut):

Zaprezentuj zestaw kart podstawowych zasad. Pozwól uczniom omówić zalety każdego z nich i zaproponować dodatkowe zasady. Zachęć ich, aby zastanowili się, co jest konieczne do stworzenia pełnego szacunku, bezpiecznego i skutecznego środowiska uczenia się.

Głosowanie i ustalanie priorytetów (10 minut):

Poproś uczniów o głosowanie nad sugerowanymi zasadami. Skorzystaj z pola sugestii „Zasady gry”, aby wpisać anonimowe dane. Zdecyduj, które zasady są najważniejsze i których należy zawsze przestrzegać.

Tworzenie plakatu z zasadami wizualnymi (15 minut):

Utwórz duży plakat wizualny przedstawiający uzgodnione zasady. Zapiszcie zasady.

Odgrywanie ról (10 minut):

Scenariusze odgrywania ról, w których niezbędne jest przestrzeganie zasad — na przykład zgody na zmianę, szanowanie przestrzeni osobistej i prawidłowe używanie sprzętu. Omów pozytywne skutki przestrzegania zasad.

Podsumowanie i zakończenie (5 minut):

Na zakończenie poproś każdego ucznia o podpisanie lub oznaczenie plakatu jako symbolu jego zobowiązania do przestrzegania zasad. Podkreśl znaczenie współpracy i wzajemnego szacunku.

Zadanie domowe (opcjonalnie):

Zachęć uczniów, aby stworzyli pracę wizualną lub pisemną wyrażającą, dlaczego przestrzeganie zasad jest niezbędne w sporcie i innych obszarach życia.

EFEKTY KSZTAŁCENIA

Przestrzeganie zasad: Uczniowie wykażą się jasnym zrozumieniem i konsekwentnym przestrzeganiem zasad panujących w klasie z dokładnością co najmniej 90%.

Partycypacja społeczna: Zwiększenie uczestnictwa w procesach ustalania zasad i przestrzegania, wykazując zwiększone zaangażowanie i zachowanie oparte na współpracy.

Zaangażowanie demokratyczne: uczniowie będą skutecznie uczestniczyć w demokratycznym procesie wyboru zasad i ustalania priorytetów, rozumiejąc jego wpływ na dynamikę osobistą i grupową.

Regulacja zachowania: Pod koniec sesji wykażą się lepszą samoregulacją i przestrzeganiem norm w klasie bez podpowiedzi z zewnątrz.

UZASADNIENIE TEORETYCZNE

Edukacja demokratyczna: zaangażowanie uczniów w tworzenie zasad sprzyja zaangażowaniu i odpowiedzialności.

Konstruktywizm społeczny: podkreśla rolę interakcji opartej na współpracy w rozwoju poznawczym.

Oczekiwania behawioralne: Jasne oczekiwania pomagają zarządzać zachowaniem proaktywnie, a nie reaktywnie.

Stosowana analiza zachowania (ABA): Koncentruje się na stosowaniu zasad uczenia się behawioralnego, w celu systematycznej zmiany zachowania, kładąc nacisk na stosowanie wzmocnień, aby zachęcić do przestrzegania zasad i współpracy.

Behawioryzm: wspiera stosowanie wzmocnień i konsekwencji w kształtowaniu zachowania, dostosowując się do praktyk ABA w celu modyfikowania zachowania uczniów w kierunku pożądaných rezultatów.

UMIEJĘTNOŚCI I KOMPETENCJE

Zrozumienie i przestrzeganie zasad: Dzięki ABA uczniowie rozwiną jasne zrozumienie i niezawodne stosowanie zasad panujących w klasie.

Elastyczność poznawcza: poprawia się poprzez zaangażowanie w dyskusje i demokratyczne podejmowanie decyzji, dostosowując się do potrzeb grupy i informacji zwrotnych.

Umiejętności współpracy: rozwijane poprzez aktywne uczestnictwo w dyskusjach grupowych i działaniach związanych z ustalaniem zasad, tworząc wspierające środowisko w klasie.

Umiejętności komunikacyjne i społeczne: zwiększona umiejętność komunikowania potrzeb, opinii oraz słuchania innych, niezbędna do skutecznej interakcji i współpracy w grupie.

MODYFIKACJE DLA RÓŻNYCH UCZNIÓW

PRZESTRZEŃ: Zorganizuj miejsca siedzące, aby wszyscy uczniowie mieli równy dostęp do oglądania dyskusji i uczestniczenia w niej.

ZADANIE: Używaj obrazów i symboli obok tekstu, aby ułatwić zrozumienie wszystkim uczniom, w tym tym mającym trudności z czytaniem.

SPRZĘT: Wykorzystaj materiały dotykowe i wizualne do przedstawienia reguł, aby zaangażować różnorodnych uczniów.

OSOBY: Połącz uczniów w pary, aby wspierali się nawzajem w zrozumieniu i omawianiu zasad. Skorzystaj z mentoringu rówieśniczego, aby wzmocnić zasady.

PLAN LEKCJI B4

Podchodzenie do rówieśnika, aby zadać mu pytania

60 minut

CEL LEKCJI

Aby uczniowie mogli zadać pytanie lub poprosić o przedmiot innego rówieśnika.

MATERIAŁY

Spółeczna książeczka z baśniami ilustrująca interakcje z rówieśnikami podczas WF.
Wizualne karty wskazówek przedstawiające różne pytania i prośby związane z WF.
Rekwizyty do odgrywania ról związane z zajęciami WF.
Wykres śledzenia interakcji rówieśniczych.

TECHNIKI

Modelowanie ról: zademonstruj, jak podejść do rówieśnika i poprosić o przedmiot lub pomoc, podkreślając uprzejmy język i mowę ciała.

Praktyka z przewodnikiem: Zapewnij ustrukturyzowane scenariusze, w których uczniowie mogą ćwiczyć podejście do rówieśników i interakcję z nimi.

Korekta błędów i pozytywne wzmocnienie: Rozpoznawaj i nagradzaj próby interakcji, niezależnie od wyniku, aby zachęcić do dalszych prób.
Skrypty behawioralne: opracuj skrypty, których uczniowie mogą używać w kontaktach z rówieśnikami, które obejmują uprzejmy język i odpowiednią mowę ciała.

Narracje społeczne: Wykorzystuj historie społeczne i karty wizualne, aby uczyć i wzmacniać odpowiednie interakcje społeczne podczas zajęć wychowania fizycznego.

ZAJĘCIA

Działania „Interakcja rówieśnicza w WF”

Utwórz zestaw kart wskazówek wizualnych:

„Czy mogę prosić o piłkę?”

Obrazek: Zdjęcie uśmiechniętego dziecka trzymającego rękę z piłką nad nią.

„Czy możesz podać mi skakankę?”

Obrazek: Dwoje dzieci, jedno podaje drugiemu skakankę.

„Chcesz dołączyć do naszej gry?”

Obrazek: Grupa dzieci bawiących się w grę, przy czym jedno dziecko gestem zaprasza zbliżające się dziecko.

„Czy możesz mi pomóc ustawić stożki?”

Obrazek: Jedno dziecko kładzie stożek na ziemi i spogląda na inne dziecko z pytającą miną.

„Czyja kolej teraz?”

Obrazek: Kolejka dzieci ze znakiem zapytania nad nimi, patrzących na siebie.

„Czy mogę spróbować jeszcze raz?”

Obrazek: Dziecko trzymając piłkę do koszykówki i patrzące na obręcz, z zakrzywioną strzałką wskazującą kolejny skręt.

„Czy potrzebujesz partnera do tego działania?”

Obrazek: Jedno dziecko z podniesioną ręką, patrząc na inne dziecko wykonujące samotnie czynność.

„Gdzie się ustawiamy?”

Obrazek: zdezorientowane dziecko z bańką myślową zawierającą rząd dzieci i nauczyciela wskazującego miejsce na podłodze.

„Ile okrążeń powinniśmy przebiec?”

Obrazek: Dzieci biegające po torze, z bańką pokazującą „3?” nad stoperem w dziecięcej dłoni.

„Jakiego sprzętu potrzebujemy do tej gry?”

Obrazek: Różne urządzenia sportowe ze znakiem zapytania unoszącym się nad nimi.

„Czy ktoś może mi zawiązać sznurowadła?”

Obrazek: Dziecko siedzące na ziemi, wskazujące na swoje rozwiązane buty i patrzące na nauczyciela lub rówieśnika.

„Czuję się zmęczony. Czy mogę zrobić sobie krótką przerwę?”

Obrazek: Dziecko ocierające pot z czoła na tle ławki i zegara wskazującego pięciominutową przerwę.

Wprowadzenie (5 minut)

Zbierz uczniów i wyjaśnij, na czym będą koncentrowali się tego dnia na interakcjach z rówieśnikami. Omów znaczenie proszenia o pomoc lub niezbędne rzeczy podczas zajęć WF.

Opowiadanie historii (10 minut)

Przeczytaj historię społeczną o proszeniu rówieśników o pomoc lub przedmioty na zajęciach WF. Zrób pauzę, aby omówić kluczowe punkty i upewnić się, że zrozumieli.

Gra w dopasowywanie (10 minut)

Rozłóż karty wskazówek wizualnych zakryte. Uczniowie na zmianę odwracają je i identyfikują scenariusze, w których mogą potrzebować poprosić o coś rówieśnika.

Odgrywanie ról (15 minut)

W parach lub małych grupach uczniowie odgrywają scenki z kart ze wskazówkami. Jeden uczeń podchodzi do drugiego, aby zadać pytanie lub poprosić o jakiś przedmiot związany z zajęciami WF.

Powtórzenia i wzmocnienie (10 minut)

Zmieniaj partnerów i powtarzaj scenariusze odgrywania ról. Użyj wykresu śledzenia interakcji z rówieśnikami, aby oznaczyć każdą udaną interakcję.

Utwórz wizualne przypomnienie (5 minut)

Stwórzcie w grupie dużą tabelę lub plakat z przypomnieniem o tym, jak zwracać się do rówieśników i jakiego rodzaju pytania lub prośby można zadawać podczas zajęć WF.

Praktyka indywidualna (10 minut)

Uczniowie ćwiczą to, czego się nauczyli, angażując się w zajęcia WF, które wymagają od nich poproszenia rówieśników o przedmiot lub pomoc.

Przejrzyj i zamknij (5 minut)

Zakończ sesję, poproś uczniów, aby zastanowili się nad swoimi doświadczeniami i podzielili się tym, czego dowiedzieli się na temat interakcji z rówieśnikami.

Zadanie domowe (opcjonalnie)

Można zachęcać uczniów do ćwiczeń w domu, prosząc członków rodziny o przedmioty lub pomoc, używając grzecznego języka, który ćwiczyli na zajęciach.

EFEKTY KSZTAŁCENIA

Skuteczna komunikacja społeczna: Uczniowie inicjują i utrzymają co najmniej jedną interakcję na zajęcia WF z 90% sukcesem, korzystając z nauczanych skryptów i wskazówek.

Zwiększona pewność interakcji: Uczniowie wykażą wymierny wzrost pewności siebie, przejawiający się inicjowaniem interakcji bez podpowiedzi w 80% przypadków.

Rozumienie sygnałów społecznych: Uczniowie wykażą się zrozumieniem i zastosowaniem sygnałów społecznych oraz uprzejmego języka w interakcjach, co można zaobserwować podczas zajęć ustrukturyzowanych i nieustrukturyzowanych.

UZASADNIENIE TEORETYCZNE

Teoria interakcji społecznych: podkreśla znaczenie uczenia się społecznego w rozwijaniu umiejętności komunikacyjnych.

Teoria poznawczo-behawioralna: podkreśla rolę praktyki i wzmocnienia w przyjmowaniu nowych zachowań.

Teoria edukacji włączającej: wspiera integrację różnorodnych uczniów, w tym dzieci autystycznych, w działaniach związanych z nauką społeczną.

Behawioryzm: Ta lekcja wykorzystuje zasady behawioryzmu poprzez zastosowanie pozytywnych wzmocnień i powtórzeń. Podczas gry w dopasowywanie oraz ćwiczeń z listą kontrolną uczniowie otrzymują natychmiastową informację zwrotną, która wzmacnia prawidłowe zachowanie oraz pomaga w zapamiętywaniu i kojarzeniu elementów niezbędnych do WF. klasa. Podejście to jest skuteczne w systematycznym nauczaniu i wzmacnianiu pożądanych zachowań u uczniów.

UMIEJĘTNOŚCI I KOMPETENCJE

Umiejętności interakcji społecznych: Uczniowie poznają konkretne strategie zwracania się do rówieśników, proszenia o pomoc i odpowiadania na prośby, co jest podstawą udanych interakcji między rówieśnikami podczas WF.

Adaptacyjne techniki komunikacji: Dzięki wielokrotnym ćwiczeniom i odgrywaniu ról uczniowie dostosują swoje style komunikacji, aby skutecznie współdziałać z różnymi rówieśnikami, rozpoznawać i reagować na różne sygnały społeczne.

Samorządność i odpowiedzialność: Uczniowie będą uczyć się podejmowania inicjatywy w interakcjach społecznych, odpowiedzialnego zarządzania swoim podejściem i reakcjami, co ma kluczowe znaczenie dla wspierania niezależności i pewności siebie w środowisku społecznym.

Rozwiązywanie problemów w kontekstach społecznych: Zwiększenie umiejętności uczniów w zakresie radzenia sobie z dylematami społecznymi lub nieporozumieniami podczas zajęć wychowania fizycznego, wyposażonych w strategie wyuczone dzięki interwencjom opartym na ABA.

MODYFIKACJE DLA RÓŻNYCH UCZNIÓW

PRZESTRZEŃ:

Wyznacz jasne, wygodne przestrzenie w obszarze WF do interakcji praktycznych.

ZADANIE:

Używaj prostego, jasnego języka na kartach wskazówek wizualnych. Dołącz symbole graficzne dla osób nieczytających lub wrażliwych.

Wdrożyć system, w którym uczniowie zdobywają żetony za udane interakcje z rówieśnikami, które można później wymienić na preferowane zajęcia lub drobne nagrody.

SPRZĘT:

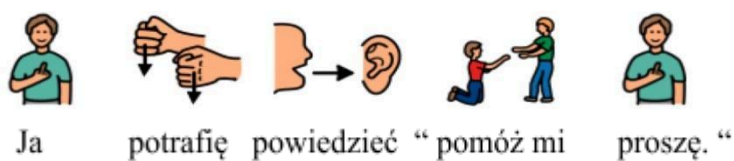
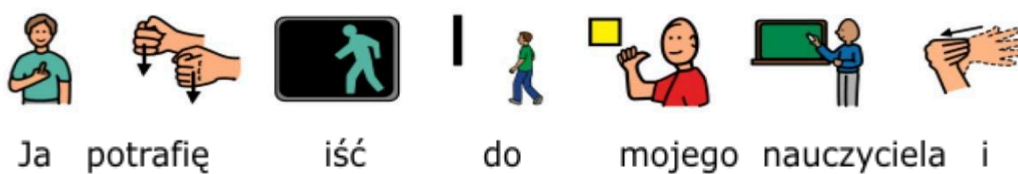
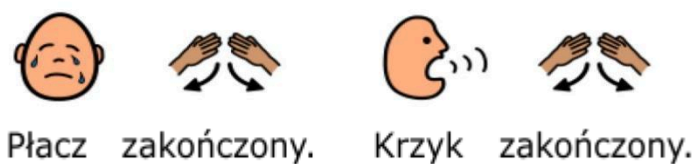
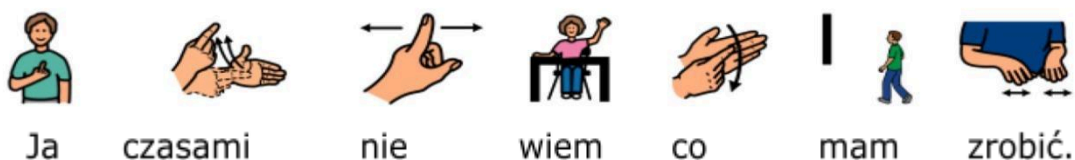
Wykorzystaj znane obiekty z zajęć WF do odgrywania ról, aby zwiększyć realizm scenariuszy ćwiczeń.

**LUDZIE:**

Przydzielaj rówieśników uczniom, którzy mogą potrzebować dodatkowego wsparcia. W razie potrzeby zapewnij dodatkowe wskazówki lub wskazówki.

PLAN LEKCJI B4 HISTORIA SPOŁECZNA

Asking for help



©Sy21

PLAN LEKCJI B5

Odpowiadanie na pytanie/prośbę przedstawioną w grupie

60 minut

CEL LEKCJI

Aby uczniowie mogli odpowiedzieć na pytanie/prośbę w grupie 5 lub więcej dzieci.
Aby udzielić odpowiedzi lub wykonać czynność przynajmniej raz podczas zajęć wychowania fizycznego.

MATERIAŁY

Pytania do uczniów
Elementy toru przeszkód
Ławki gimnastyczne
Drabina do siłowni
Małe płotki lekkoatletyczne
Duża przeszkoda lekkoatletyczna
Pierścionki
Markery
Maty gimnastyczne
Kartoniki z pytaniami do Ćwiczenia 2.

TECHNIKI

Bezpośrednie nauczanie i modelowanie: Stosowanie jasnych, bezpośrednich instrukcji i modelowania zachowań, zanim uczniowie zostaną poproszeni o wykonanie zadań. Pomaga to wyjaśnić oczekiwania i pokazuje prawidłowe reakcje.

Podpowiadanie i wygaszanie: Stosowanie strategii, w której nauczyciele podpowiadają uczniom, aby zainicjowali reakcje, stopniowo ograniczając te podpowiedzi w miarę nabywania przez uczniów biegłości, co zachęca do niezależności.

Dyskretne szkolenie próbne (DTT): wdrożenie ustrukturyzowanych możliwości odpowiadania przez uczniów na pytania w kontrolowanych, powtarzanych próbach, natychmiast wzmacniających prawidłowe odpowiedzi.

Analiza zadań: Dzielenie złożonych zadań, takich jak odpowiadanie na pytania grupowe lub pokonywanie toru przeszkód, na mniejsze, łatwiejsze do wykonania kroki, które uczniowie mogą pomyślnie wykonać.

Pozytywne wzmocnienie: Zapewnienie konkretnej pozytywnej informacji zwrotnej bezpośrednio po pożądanym zachowaniu, takim jak poprawna odpowiedź na pytanie lub efektywne uczestnictwo w zajęciach grupowych, w celu wzmocnienia tych zachowań.

ZAJĘCIA

Ustaw grupę w linii i wyjaśnij plan lekcji (2-5 min.)

Ćwiczenie 1: Zabawa „Szkoła, dom, zabawa” (3-5 min.)

Wyjaśnij zabawę i wyznacz trzy miejsca: SZKOŁA – wspinasz się po jednym szczeblu drabinek gimnastycznych; DOM - stań na ławkach; ZABAWA – naśladowanie dowolnego zwierzęcia znajdującego się na linii środkowej sali gimnastycznej. Nauczyciel wydaje komendę, a uczniowie jak najszybciej przemieszczają się w wyznaczone miejsce.

Przykładowe pytania

Komu się to podobało? Komu jeszcze podobała się ta gra? Poinformuj dziecko, jeśli nie ma odpowiedzi. Ania, podobało Ci się? Komu jeszcze podobała się ta gra? Paweł, co ci się nie podobało w tej grze? Czy chciałbyś w to zagrać jeszcze raz?

Ćwiczenie 2: Gra w naśladowanie (20 min)

Dzieci siedzą w kręgu ze skrzyżowanymi nogami. Na środku okręgu znajduje się stos kart z pytaniami, np.:

Jak skacze żaba?

Jak bocian chodzi?

Jak porusza się wąż?

Jak skacze zając?

Jak chodzi pingwin?

Jak chodzi mała?

Jak chodzi krab?

Wyznaczone przez nauczyciela dziecko wchodzi do kręgu, bierze pierwszą kartkę od góry, głośno czyta pytanie, a następnie pokazuje, jak porusza się dane zwierzę. Wszystkie dzieci naśladowają dziecko, które pokazuje, jak porusza się dane zwierzę.

Ćwiczenie 3: Tor przeszkód (25 min)

Podczas objaśniania Toru przeszkód nauczyciel może zapytać: „Jak nazywa się to ćwiczenie?”, „Czy każdy z Was może wymienić jedną z części toru przeszkód?”, „Czy według Was będzie to łatwe czy trudne?”, „Czy chciałbyś, żeby ktoś Ci pomógł?”, „Czy chciałbyś, żeby ktoś wykonał tę część za Ciebie?”

Obejmuje to tarzanie się, czołganie, chodzenie balansowe na ławce gimnastycznej lub drabince podłogowej, wskakiwanie do ringów obiema lub jedną nogą, pokonywanie małych przeszkód sportowych na różne sposoby, czołganie się pod wysokim płotkiem lekkoatletycznym, bieganie slalomem, ślizganie się do przodu lub do tyłu na gimnastyce ławka.

Przykładowe pytania

Po wykonaniu ćwiczenia nauczyciel może zapytać: „Kto pamięta, jak nazywa się każde ćwiczenie?”, „Czy uważasz, że było to łatwe czy trudne?”, „Czy ci się to podoba?”, „Zanim spróbowałeś, powiedziałeś, że myślisz, że było trudno, ale czy teraz, kiedy już ukończyłeś zadanie, nadal uważasz, że jest to trudne?”, „Czy chciałbyś zagrać w tę grę jeszcze raz?” Podaj podpowiedzi, jeśli nie ma odpowiedzi.

EFEKTY KSZTAŁCENIA

Inicjowanie interakcji: Każdy uczeń pomyślnie zainicjuje co najmniej jedną interakcję z rówieśnikami na sesję, korzystając z wyuczonych skryptów lub pomocy wizualnych.

Skuteczna komunikacja: Uczniowie wykażą się umiejętnością stosowania odpowiednich technik komunikacji społecznej podczas interakcji, w tym dokładnego zadawania pytań i odpowiadania na nie.

Zaangażowanie w działania społeczne: Uczniowie autystyczni będą aktywnie angażować się w interakcje z rówieśnikami i zajęcia grupowe, wykazując lepszą zdolność śledzenia dynamiki grupy i uczestniczenia we wspólnych zadaniach.

UZASADNIENIE TEORETYCZNE

Stosowana analiza zachowania: ABA skupia się na systematycznym nauczaniu i wzmacnianiu, aby uczyć i wzmacniać pożądane zachowania w kontekście społecznym i akademickim.

Psychologia behawioralna: kładzie nacisk na uczenie się poprzez obserwację, naśladowanie i wzmacnianie, co jest szczególnie skuteczne w nauczaniu umiejętności społecznych i komunikacyjnych w środowisku WF.

Psychologia rozwojowa: zachęca do rozwijania umiejętności zgodnie z etapem rozwoju każdego dziecka, kładąc nacisk na umiejętności społeczne w środowisku grupowym.

Psychologia edukacyjna: Stosuje strategie w celu stworzenia środowiska uczenia się, które wspiera różnorodne style i potrzeby uczenia się.

Teoria przetwarzania poznawczego: wspiera proces uczenia się polegający na reagowaniu na bodźce wśród różnorodnych uczniów.

Konstruktywizm społeczny: zachęca do budowania wiedzy poprzez interakcje społeczne i współpracę.

Uniwersalny projekt do nauki (UDL): zapewnia wiele sposobów zaangażowania, reprezentacji i ekspresji, aby wspierać różnorodnych uczniów.

UMIEJĘTNOŚCI I KOMPETENCJE

Zrozumienie i przestrzeganie zasad: Dzięki ABA uczniowie rozwiną jasne zrozumienie i niezawodne stosowanie zasad panujących w klasie.

Elastyczność poznawcza: poprawa poprzez zaangażowanie w dyskusje i demokratyczne podejmowanie decyzji, dostosowywanie się do potrzeb grupy i informacji zwrotnej.

Umiejętności współpracy: rozwijane poprzez aktywne uczestnictwo w dyskusjach grupowych i działaniach związanych z ustalaniem zasad, tworząc wspierające środowisko w klasie.

Umiejętności komunikacyjne i społeczne: zwiększona umiejętność komunikowania potrzeb, opinii i słuchania innych, niezbędna do skutecznej interakcji i współpracy w grupie.

MODYFIKACJE DLA RÓŻNYCH UCZNIÓW

PRZESTRZEŃ

Wyznacz w przestrzeni WF określone obszary do ćwiczeń interakcji, upewniając się, że są one dostępne i wygodne dla wszystkich uczniów, z wyraźnymi granicami zapewniającymi strukturę dzieciom autystycznym.

ZADANIE

Uprość lub podziel zadania interakcji na mniejsze etapy dla uczniów, którzy tego potrzebują, i zapewnij wskazówki pomocne w ukończeniu zadania.

SPRZĘT

Zaoferuj alternatywne urządzenia lub narzędzia komunikacyjne, takie jak urządzenia generujące mowę lub systemy komunikacji polegające na wymianie obrazów, dla uczniów niewerbalnych lub tych, którzy mają trudności z komunikacją werbalną.

OSOBY

Połącz uczniów w pary z przyjaciółmi, którzy mogą kierować procesem interakcji i upewnić się, że wszyscy uczniowie, w tym uczniowie z autyzmem, są włączeni w zajęcia rówieśnicze. Powinni być dostępni nauczyciele i pomocnicy, aby ułatwiać i wspierać interakcje.

PLAN LEKCJI B6

Przychodzi na zajęcia WF dobrze przygotowany

60 minut

CEL LEKCJI

Aby uczniowie mogli przychodzić na zajęcia WF z odpowiednim wyposażeniem (np. odzieżą/obuwem).

MATERIAŁY

Stół lub krzesło
Karty z losowymi przedmiotami
Karty ze zdjęciami ubrań i materiałów potrzebnych na WF na dany tydzień
Tablica lub duży papier i markery

TECHNIKI

Aktywne planowanie: nauczyciele pomogą uczniom skompletować torbę z zestawami na następny dzień, korzystając z kart i plakatu.

Uwaga selektywna: Celem ćwiczenia jest zachęcenie uczniów do wybrania ubrań i materiałów na następny dzień. Zrobienie małego plakatu przedstawiającego swoje obowiązki na następny dzień.

Łańcuchy behawioralne: Podział zadania przygotowania zestawu WF na serię kroków, które uczniowie wykonują po kolei, wzmacniając każdy krok, aby zapewnić zrozumienie i zapamiętanie.

Planowanie wizualne: korzystanie z pomocy wizualnych w celu zapewnienia jasnej sekwencji działań, pomagając uczniom zrozumieć, czego się od nich oczekuje i kiedy.

Wzmocnienie żetonami: Wprowadzenie systemu żetonów umożliwiającego pomyślne wykonanie zadania, w którym żetony można wymieniać na preferowane działania lub drobne nagrody, zachęcając do ciągłego uczestnictwa i wysiłku.

Podpowiadanie i zanikanie: Używanie podpowiedzi w celu prowadzenia uczniów przez wybór i organizowanie sprzętu WF, stopniowo ograniczając podpowiedzi w miarę zdobywania przez nich biegłości, aby wspierać niezależność.

Korekcja błędów: Zapewnienie natychmiastowej, konstruktywnej informacji zwrotnej w przypadku wystąpienia błędów, pomaganie uczniom w uczeniu się na błędach i korygowaniu zachowania w przyszłych próbach.

ZAJĘCIA

Wprowadzenie (5 minut):

Rozpocznij ćwiczenie, zbierając uczniów w krąg i wyjaśnij im, że nauczą się zapamiętywać ubrania i sprzęt, których będą potrzebować na lekcjach wychowania fizycznego. Daj im znać, że będą współpracować, aby zrobić to w zabawny sposób.

Prezentacja wizualna (10 minut):

Pokaż karty ze zdjęciami potrzebnych ubrań i sprzętu. Upewnij się, że na każdej karcie znajduje się wyraźny obraz przedstawiający przedmiot, taki jak buty sportowe, T-shirt, spodenki, ręcznik, butelka wody itp. Wyjaśnij, czym jest każdy przedmiot, gdy go pokazujesz.

Gra w dopasowywanie (10 minut):

Połącz karty zakryte na stole lub podłodze. Poproś uczniów, aby po kolei wybierali kartę i odwracali ją. Powinni powiedzieć na głos, który to przedmiot i czy jest potrzebny na zajęcia WF. Jeśli uczeń poda poprawną odpowiedź, zatrzymuje kartę. Jeżeli się pomyli, ponownie odwraca kartę obrazkiem do dołu.

Powtórzenia i wzmocnienia (10 minut):

Kontynuuj grę w dopasowywanie, aż wszyscy uczniowie będą mieli kilka okazji do wzięcia w niej udziału. W miarę postępu powtarzaj nazwy przedmiotów i informację, czy są potrzebne na zajęciach.

Utwórz wizualne przypomnienie (10 minut):

Gdy wszyscy będą mieli okazję wziąć udział, narysuj na tablicy lub dużej kartce listę kontrolną ze zdjęciami przedmiotów potrzebnych do zajęć WF. Poproś uczniów, aby pomogli Ci w wypełnieniu listy kontrolnej.

Praktyka indywidualna (10 minut):

Daj każdemu uczniowi kopię utworzonej wspólnie listy kontrolnej i poproś, aby pokolorował obrazki przedstawiające potrzebne elementy. Pomoże im to wizualnie wzmocnić informacje.

Przejrzyj i zamknij (5 minut):

Krótko przejrzyj listę kontrolną i poproś uczniów, aby przeczytali ją na głos. Zachęć każdego ucznia, aby podał jeden przedmiot i wyjaśnił, dlaczego przyniesienie go na zajęcia WF jest ważne.

Zadanie domowe (opcjonalnie):

Jeśli uważasz, że jest to konieczne, przydziel uczniom pracę domową, aby przećwiczyli ją w domu, korzystając z listy kontrolnej i upewnij się, że mają wszystkie niezbędne przedmioty w swojej torbie na zajęcia wychowania fizycznego.

EFEKTY KSZTAŁCENIA

Realizacja zadania: Uczniowie samodzielnie zgromadzą i przygotują wszystkie niezbędne przedmioty na zajęcia WF.

Uwaga selektywna: Uczniowie wykażą się lepszą zdolnością skupienia się na wyborze właściwych przedmiotów bez rozpraszania uwagi, prawidłowo identyfikując niezbędny sprzęt.

Odpowiedzialność: Każdy uczeń wykaże zwiększone poczucie odpowiedzialności poprzez konsekwentne przygotowywanie własnego zestawu bez przypominania.

UZASADNIENIE TEORETYCZNE

Stosowana analiza zachowania: Ta lekcja wykorzystuje zasady ABA poprzez zastosowanie systematycznych, pozytywnych technik nauczania, wzmacniania i powtarzania. Podczas gry w dopasowywanie i ćwiczeń z listą kontrolną uczniowie otrzymują natychmiastową informację zwrotną, która wzmacnia prawidłowe zachowanie oraz pomaga w zapamiętywaniu i kojarzeniu elementów niezbędnych podczas WF. klasa. Podejście to jest skuteczne w systematycznym nauczaniu i wzmacnianiu pożądaných zachowań u uczniów.

Teoria obciążenia poznawczego: Ten plan lekcji wykorzystuje teorię obciążenia poznawczego, dzieląc zadanie przygotowania do WF. na mniejsze, łatwe do zarządzania segmenty, co pomaga zmniejszyć obciążenie pamięci roboczej uczniów, co jest szczególnie korzystne dla uczniów autystycznych, którzy mogą mieć problemy z instrukcjami wieloetapowymi.

Uniwersalny projekt do nauki (UDL): Plan lekcji został zaprojektowany zgodnie z zasadami UDL, aby uwzględnić różnorodnych uczniów poprzez zapewnienie wielu środków zaangażowania (pomocy wizualne, aktywność fizyczna), reprezentacji (karty, prawdziwe przedmioty) oraz akcji i ekspresji (tworzenie przypomnienia wizualne, uczestnictwo w grach). Takie podejście gwarantuje, że wszyscy uczniowie, niezależnie od stylu uczenia się i umiejętności, będą mogli uzyskać dostęp do lekcji i czerpać z niej korzyści.

Teoria społecznego uczenia się: Lekcja wykorzystuje interakcje z rówieśnikami i modelowanie poprzez działania takie jak gra w dopasowywanie i wspólne tworzenie wizualnych przypomnień, dzięki czemu lekcja wykorzystuje teorię społecznego uczenia się. Zachęca to uczniów do wzajemnego uczenia się od siebie, tworząc środowisko współpracy, które wspiera zarówno uczniów autystycznych, jak i nie autystycznych.

UMIEJĘTNOŚCI I KOMPETENCJE

Uwaga selektywna i funkcjonowanie wykonawcze: Uczniowie doskonalą swoje umiejętności uwagi selektywnej, koncentrując się na identyfikowaniu i

zapamiętywaniu elementów niezbędnych do WF. klasa. Umiejętność ta jest kluczowa, ponieważ pomaga w filtrowaniu czynników rozpraszających i poprawianiu koncentracji na wykonywanym zadaniu.

Odpowiedzialność i niezależność: Planując i przygotowując sprzęt do WF, uczniowie uczą się brać odpowiedzialność za swoje rzeczy osobiste, wspierając niezależność.

Umiejętności społeczne i praca zespołowa: Poprzez gry kooperacyjne i zajęcia grupowe uczniowie będą ćwiczyć interakcje społeczne i pracę zespołową. Umiejętności te są niezbędne do budowania pozytywnych relacji z rówieśnikami i są szczególnie korzystne dla uczniów z autyzmem, dla których interakcje społeczne mogą być wyzwaniem.

Umiejętności wizualno-przestrzenne: Tworzenie i używanie przypomnień wizualnych, takich jak listy kontrolne i plakaty, pomaga w rozwijaniu umiejętności wizualno-przestrzennych, które są ważne dla organizowania i przetwarzania informacji wizualnych w kontekście przestrzennym.

Umiejętności adaptacyjne: Lekcja zachęca uczniów do dostosowywania się do różnych scenariuszy i korzystania z umiejętności rozwiązywania problemów, zwłaszcza podczas angażowania się w działania polegające na wybieraniu właściwych przedmiotów lub dostosowywaniu się do zmodyfikowanych zasad gry.

MODYFIKACJE DLA RÓŻNYCH UCZNIÓW

PRZESTRZEŃ

Karty można umieścić bliżej, aby dla niektórych uczniów były bardziej dostępne. Do zadania można dodać więcej aktywności fizycznej, umieszczając karty dalej.

ZADANIE

Można wykorzystać plakat przedstawiający dziecko płci męskiej i żeńskiej wraz z całym wymaganym wyposażeniem.

Każde dziecko mogło dodać naklejki kartkowe (np. na rzepie).

Niektóre karty mogą być nieprawidłowe (marchewka, samochód, słoń).

Wprowadź system żetonów umożliwiający pomyślne wykonanie zadań, w którym tokeny można wymieniać na preferowane działania lub drobne nagrody, aby zachęcić do ciągłego uczestnictwa i wysiłku.

SPRZĘT

Zamiast zdjęć można wykorzystać prawdziwe przedmioty, np. poniedziałek – ubrania sportowe, notatnik, markery, torbę itp.

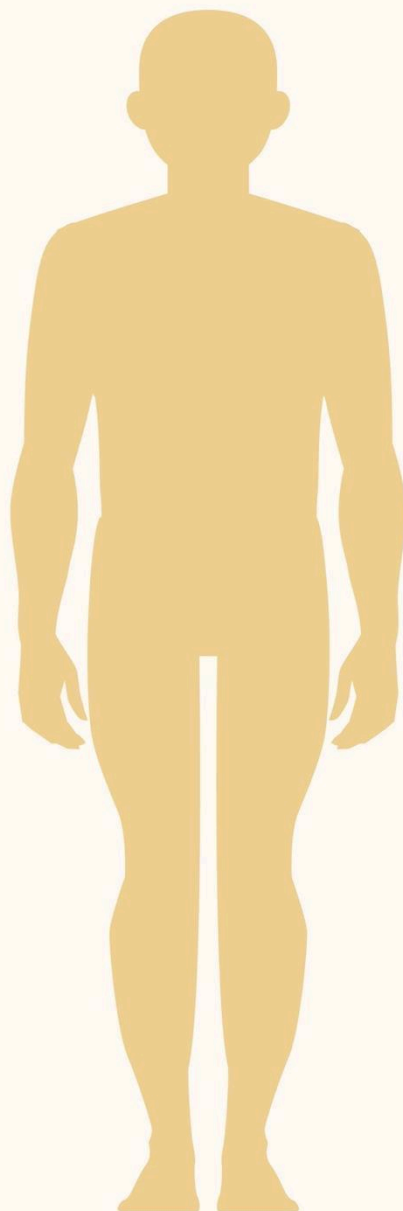
Karty można umieścić na stole lub krześle, aby uwzględnić uczniów mających problemy z poruszaniem się i osoby poruszające się na wózkach inwalidzkich.

OSOBY

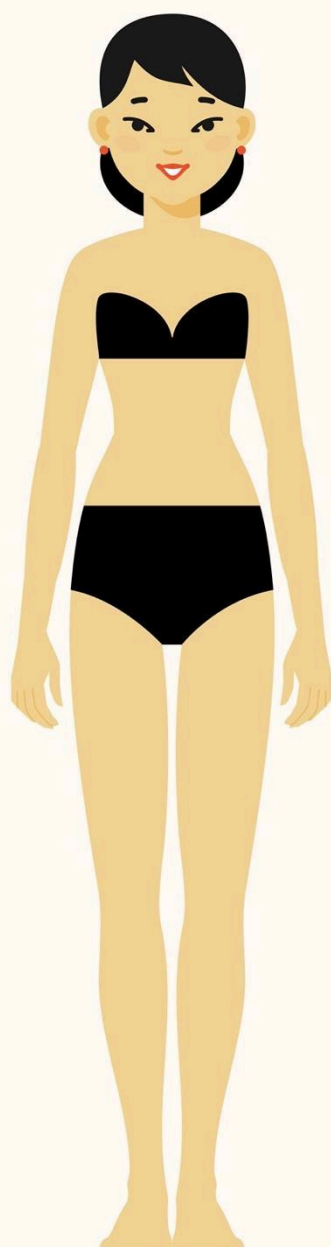
Nauczyciel, asystent nauczyciela lub rówieśnik może wspierać uczniów z mniejszymi zdolnościami lub wadami wzroku, pomagając im wybrać każdą kartę i rozmawiać z nimi na ten temat.

Osoba wspierająca może wypowiadać się w imieniu ucznia i szukać porozumienia. Uczniowie mogą pomóc nauczycielowi, przyklejając karty lub mówiąc, które karty zapomniał dodać nauczyciel.

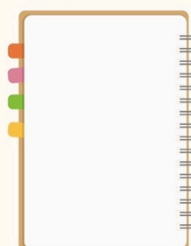
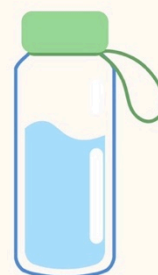
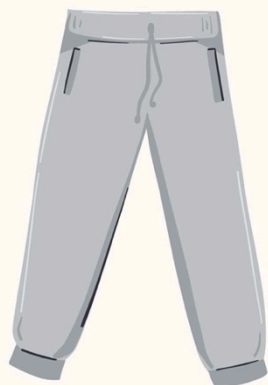
W CO SIĘ DZIŚ UBRAĆ?



W CO SIĘ DZIŚ UBRAĆ?



W CO SIĘ DZIŚ UBRAĆ?



PLAN LEKCJI B7

Przejście z jednej czynności do drugiej

60 minut

CEL LEKCJI

Aby uczniowie mogli przechodzić z jednego ćwiczenia do drugiego (przejścia) w trakcie sesji WF bez trudnych zachowań lub potrzeby pomocy.

MATERIAŁY

Tablica suchościeralna lub flipchart

Papier do flipchart

Markery

Komputer i projektor do opowiadania

[Link do historyjki Elli](#)

Plakaty lub zdjęcia przedstawiające właściwe i niewłaściwe zachowanie

Karty słów kluczowych

TECHNIKI

Wzmocnienie różnicowe: wzmocnienie tylko tych zachowań, które prowadzą do płynnych przejść i wstrzymywanie wzmocniania zachowań, które nie spełniają kryteriów.

Wskazówki wizualne: Korzystanie z harmonogramów i wskazówek wizualnych, aby pomóc uczniom przewidywać zmiany i przygotowywać się do nich. Może to obejmować harmonogramy, zdjęcia nadchodzących zajęć lub symboliczne wskazówki związane z zajęciami.

Odgrywanie ról: Angażowanie uczniów w odgrywanie różnych scenariuszy przejścia, aby ćwiczyć odpowiednie zachowania i wzmocniać naukę poprzez działanie.

ZAJĘCIA

Wprowadzenie (5 minut):

Zbierz uczniów w klasie przed zajęciami WF i wyjaśnij im, że dowiedzą się, jak ważne jest odpowiednie zachowanie podczas zmiany zajęć na WF, aby wszyscy byli zadowoleni z zajęć.

Prezentacja wizualna (10 minut):

Pokaż wizualną historię lub obrazy przedstawiające właściwe i niewłaściwe zachowania podczas zmiany aktywności. Możesz na przykład użyć zdjęcia uczniów czekających

cierpliwie w kolejce obok zdjęcia uczniów biegających i popychających się nawzajem. Omów różnice i zapytaj uczniów, które z tych zachowań jest prawidłowe.

Dyskusja (10 minut):

Zachęć do otwartej dyskusji na temat tego, dlaczego ważne jest odpowiednie zachowanie podczas zmiany zajęć. Zadawaj pytania takie jak: „Jak się czujesz, gdy ktoś zachowuje się niewłaściwie?” „Co możemy zrobić, aby wszyscy byli zadowoleni z zajęć?” Wysłuchaj odpowiedzi uczniów i podkreśl znaczenie szanowania innych.

Ćwiczenie 1: Tworzenie kart słów kluczowych (10 minut):

Zapisz na tablicy lub dużym papierze słowa kluczowe opisujące właściwe i niewłaściwe zachowania podczas zmiany czynności. Przykładowe słowa kluczowe to „czekanie w kolejce”, „bycie grzecznym” i „słuchanie nauczyciela”. Poproś uczniów, aby pomogli Ci w tworzeniu tych kart.

Ćwiczenie 2: Indywidualne zaangażowanie (10 minut):

Poproś każdego ucznia, aby wybrał słowo kluczowe i zobowiązał się do jego zapamiętania podczas zajęć WF. To słowo kluczowe będzie służyć jako osobiste przypomnienie, jak powinni się zachowywać.

Ćwiczenie 3: Odgrywanie ról (10 minut):

Przeprowadź scenkę, w której jeden uczeń pełni rolę nauczyciela, a drugi ucznia, który zachowuje się niewłaściwie podczas zmiany zajęć. Używaj słów kluczowych i plakatów do opisanie właściwych i niewłaściwych zachowań. Następnie zamień się rolami i pozwól innym uczniom ćwiczyć.

Przejrzyj i zamknij (5 minut):

Przedyskutuj ponownie znaczenie odpowiedniego zachowania podczas zmiany zajęć i poproś uczniów, aby opowiedzieli, w jaki sposób planują zapamiętać słowa kluczowe podczas zajęć WF.

EFEKTY KSZTAŁCENIA

Płynne przejścia: Uczniowie będą samodzielnie przechodzić z jednego ćwiczenia WF do drugiego, korzystając z wyuczonych zachowań.

Samokontrola behawioralna: Uczniowie wykażą się umiejętnością zarządzania swoimi zachowaniami podczas zmian bez bezpośredniej interwencji osoby dorosłej.

Reakcja na wskazówki wizualne: Uczniowie prawidłowo reagują na wskazówki wizualne wskazujące, że wkrótce nastąpi przejście.

UZASADNIENIE TEORETYCZNE

Stosowana analiza zachowania (ABA): Koncentruje się na stosowaniu systematycznych wzmocnień i ustrukturyzowanych interwencji w celu modyfikacji zachowań, co jest szczególnie skuteczne w nauczaniu ustrukturyzowanych zadań, takich jak przejścia.

Teoria obciążenia poznawczego: Dzieląc zadanie przygotowania do WF na mniejsze, łatwiejsze do wykonania segmenty (np. korzystanie z pomocy wizualnych i technik interaktywnych), lekcja zmniejsza obciążenie poznawcze, ułatwiając uczniom przetwarzanie i zapamiętywanie informacji.

Konstruktywistyczna teoria uczenia się: W planie lekcji zastosowano strategie aktywnego uczenia się, które wymagają od uczniów konstruowania wiedzy poprzez doświadczenie, takie jak odkrywanie z przewodnikiem i nauczanie rówieśnicze, co jest zgodne z zasadami konstruktywizmu, mówiącymi, że wiedzę buduje się poprzez doświadczenia.

Behawioryzm: Stosowanie nagród (takich jak wypełnianie listy kontrolnej lub pochwały rówieśników podczas zajęć z zakresu wzajemnego nauczania) wzmacnia pozytywne zachowanie. Jest to zgodne z podejściem behawiorystycznym, zgodnie z którym pozytywne wzmocnienie może prowadzić do zmian w zachowaniu.

UMIEJĘTNOŚCI I KOMPETENCJE

Umiejętności adaptacyjne: Uczniowie zwiększą swoją zdolność szybkiego i skutecznego dostosowywania się do nowych działań, skracając czas przejścia i zakłócenia.

Samoregulacja: Lepsza samoregulacja podczas zmian, wykazanie zrozumienia, jak się zachować i skuteczne zarządzanie swoimi działaniami.

Umiejętności społeczne: Poprzez odgrywanie ról i dyskusje w grupach uczniowie będą ćwiczyć i doskonalić swoje umiejętności komunikacji i współpracy, które są niezbędne w okresie przejściowym.

Funkcjonowanie wykonawcze: Wzmocnione zdolności planowania i wykonywania, kluczowe dla szybkiego organizowania się w zmieniających się scenariuszach.

MODYFIKACJE DLA RÓŻNYCH UCZNIÓW

PRZESTRZEŃ

Przestrzeń można podzielić na Stacje Umiejętności, tak aby uczniowie mogli rozwijać te same umiejętności w tym samym czasie w różnych grupach (lub na różne sposoby) dla każdego ćwiczenia:

Ćwiczenie 1: Tworzenie kart słów kluczowych

Ćwiczenie 2: Indywidualne zaangażowanie

Ćwiczenie 3: Odgrywanie ról

ZADANIE

Wszyscy uczniowie mogą otrzymać cyfry 1, 2, 3 lub 4, a następnie udać się do ponumerowanych stanowisk umiejętności rozmieszczonych w całej sali, aby ćwiczyć trzy główne ćwiczenia jednocześnie w różnych grupach w ten sam lub inny sposób.

Każda stacja umiejętności będzie udostępniać prezentacje dotyczące celów wymiany dyskusji w grupie i prezentacji opinii wszystkim uczniom w klasie.

Użyj skryptów, aby nauczyć uczniów kroków związanych z przechodzeniem z jednego ćwiczenia do drugiego. Skrypty te mogą pomóc w standaryzacji reakcji i zmniejszyć niepokój podczas zmian.

Podpowiadanie i wygaszanie poprzez wprowadzanie podpowiedzi na początku przejść i stopniowe ich ograniczanie w miarę nabywania przez uczniów większej biegłości w samodzielnym zarządzaniu przejściami.

SPRZĘT

Każdy z uczniów może otrzymać kolor niebieski, zielony, czerwony lub żółty, a następnie udać się do właściwej stacji umiejętności, która może być oznaczona na podłodze stożkami w odpowiednim kolorze, taśmą klejącą lub kolorową kartką papieru przyklejoną do ściany.

OSOBY

Podczas odgrywania ról uczniowie o większych zdolnościach powinni być dobierani w pary z uczniami o niższych zdolnościach, aby oboje mogli się uczyć.

Wzajemne wsparcie i wzajemne uczenie się obejmą uczniów o wszystkich umiejętnościach.

PLAN LEKCJI B8

Etykietuje własne zachowanie

90 minut

Można go podzielić na dwie lub więcej sesji

CEL LEKCJI

Aby uczniowie potrafili etykietować własne zachowania i wyznaczać sobie cele.

MATERIAŁY

Historia Elli: <https://ellakids.app/s/3a9ecd84-1e96-4a76-91ca-c3bae62fb8b4>

Papier

Markery

Przykładowe plakaty zachowań

Tablica lub flipchart

TECHNIKI

Modelowanie behawioralne: Demonstrowanie pożądanych zachowań poprzez przykłady, podkreślając pozytywne interakcje i prawidłowe reakcje.

Samokontrola: Nauczanie uczniów monitorowania własnych zachowań i postępów w osiąganiu celów, wzmacnianie samoregulacji i niezależności.

ZAJĘCIA

Wprowadzenie (10 minut)

Zbierz uczniów w kręgu i wyjaśnij, że nauczą się etykietować swoje zachowanie i wyznaczać osobiste cele. Zachęć uczniów, aby byli otwarci i szczerzy wobec siebie. Nauczyciel przedstawia ćwiczenie grupie i wyjaśnia poszczególne etapy ćwiczenia. Historia wizualna: Nauczyciel pokaże przykład historii stworzonej przez Ellę. Demonstracja: Pokaż uczniom, co muszą stworzyć i jak kontynuować ćwiczenie.

Prezentacja przykładów zachowań (10 minut)

Pokaż przykładowe plakaty z zachowaniami, zarówno pozytywne, jak i negatywne, takie jak „uważne słuchanie”, „przerywanie innym”, „pomaganie rówieśnikom” itp. Omów każde zachowanie i poproś uczniów, aby skomentowali, kiedy je przejawili.

Ćwiczenie 1: Etykietowanie zachowań (10 minut)

Daj każdemu uczniowi kartkę papieru i marker. Poproś uczniów, aby napisali lub narysowali zachowanie, które ostatnio wykazali, pozytywne lub negatywne. Następnie zachęć je do nazwania tego zachowania etykietą.

Dyskusja grupowa (10 minut)

Uczniowie dzielą się w grupie tym, co oznaczyli na swoich dokumentach. Potrafią wyjaśnić, dlaczego wybrali takie zachowanie i w jakich sytuacjach je okazali. Zachęcaj do otwartej i nie oceniającej dyskusji.

Ćwiczenie 2: Wyznaczanie celów (10 minut)

Poproś uczniów, aby wybrali oznaczone zachowanie, które chcą poprawić. Zachęć ich, aby wyznaczyli osobisty cel związany z tym zachowaniem. Na przykład, jeśli oznaczałoby etykietę „przerywanie innym”, ich celem mogłoby być „czekanie na swoją kolej, aby zabrać głos na zajęciach”.

Ćwiczenie 3: Planowanie działań (10 minut)

Uczniowie opracowują plan działania pozwalający osiągnąć swój cel; zapisz niezbędne kroki lub narysuj rysunki przedstawiające plan.

Dzielenie się celami (10 minut)

Poproś uczniów, aby podzielili się z grupą swoimi celami i planami. Dzięki temu mogą otrzymać wsparcie i konstruktywną informację zwrotną.

Kontynuacja i przegląd (10 minut)

Zachęć uczniów, aby śledzili swoje postępy w realizacji swoich celów. Mogą regularnie aktualizować swoje dokumenty, aby zobaczyć, jak postępują.

Uroczystość i zakończenie (10 minut)

Świętuj osiągnięcia uczniów, nawet jeśli są małe. Zachęć uczniów, aby docenili swój rozwój i motywację do ciągłego doskonalenia.

EFEKTY KSZTAŁCENIA

Dokładność etykietowania zachowań: Uczniowie będą dokładnie etykietować swoje zachowania, zarówno pozytywne, jak i negatywne.

Biegłość w wyznaczaniu celów: Uczniowie samodzielnie ustalają realistyczne cele w zakresie osobistego zachowania i rozpoczynają opracowywanie planów działania, aby je osiągnąć.

Poprawa samoregulacji: Uczniowie wykażą się lepszą samoregulacją poprzez monitorowanie własnego zachowania i wprowadzanie dostosowań w celu osiągnięcia wyznaczonych celów.

UZASADNIENIE TEORETYCZNE

Teoria poznania społecznego: Teoria ta, opracowana przez Alberta Bandurę, podkreśla rolę uczenia się przez obserwację, poczucia własnej skuteczności i samoregulacji. Obserwując i omawiając zarówno pozytywne, jak i negatywne zachowania za pomocą przykładowych plakatów zachowań i interakcji z rówieśnikami, uczniowie uczą się modelować i wzmacniać pożądane zachowania. Fazy wyznaczania celów i planowania działań są kluczowe dla wzmocnienia wiary uczniów w to, że są w stanie zmienić swoje zachowanie, co sprzyja wyższemu poczuciu własnej skuteczności.

Teoria konstruktywizmu: Zgodnie z konstruktywistycznymi zasadami uczenia się, uczniowie konstruują nową wiedzę, opierając się na istniejącej wiedzy. Ten plan lekcji angażuje uczniów w budowanie osobistego zrozumienia ich zachowań poprzez aktywne uczestnictwo – etykietowanie zachowań, wyznaczanie celów i opracowywanie planów działania – dzięki czemu doświadczenie edukacyjne jest głęboko osobiste i istotne kontekstowo.

Stosowana analiza zachowania: kluczowa w nauczaniu samoświadomości i wyznaczania celów poprzez wykorzystanie technik wzmacniania, podpowiedzi i modyfikacji zachowania, aby zaszczerpić zrozumienie i zastosowanie samo oznakowania i osiągania celów.

Podejścia behawiorystyczne: Plan lekcji wykorzystuje zasady behawioryzmu poprzez stosowanie wzmocnień i informacji zwrotnej. Uczniowie, którzy identyfikują zachowania i otrzymują informację zwrotną podczas odgrywania ról i dyskusji, doświadczają wzmocnienia w czasie rzeczywistym, co pomaga modyfikować zachowania. Pozytywne wzmocnienie zachęca do powtarzania dobrych zachowań, podczas gdy korygująca informacja zwrotna pomaga zniechęcić do niepożądanych.

Teoria samostanowienia (SDT): Teoria ta koncentruje się na autonomii, kompetencjach i pokrewieństwach, jako zasadniczych elementach motywacji. Umożliwiając uczniom wyznaczanie własnych celów i tworzenie planów działania, plan lekcji zwiększa ich autonomię i kompetencje. Dyskusje w grupach i wzajemne informacje zwrotne wspierają element pokrewieństwa, tworząc wspierające środowisko uczenia się, w którym uczniowie czują się związani z rówieśnikami.

Praktyka refleksyjna: Zakorzeniona w pracach Donalda Schöna i innych teoretyków edukacji, praktyka refleksyjna jest zachęcana poprzez zajęcia wymagające od uczniów zastanowienia się nad swoim zachowaniem i wpływem tych zachowań na innych. Ten cykl refleksji sprzyja głębszemu uczeniu się i wglądowi, które są kluczowe dla osobistego rozwoju i adaptacji.

Teoria wyznaczania celów: Ta teoria Locke'a i Lathama podkreśla znaczenie jasnych, ambitnych celów i informacji zwrotnej dla skutecznego działania oraz stanowi podstawę ćwiczeń związanych z wyznaczaniem celów podczas lekcji. Ucząc uczniów, jak wyznaczać konkretne, mierzalne, osiągalne, istotne i określone w czasie cele

(SMART), lekcja bezpośrednio stosuje teorię wyznaczania celów w celu doskonalenia umiejętności samodzielnego zarządzania uczniami.

UMIEJĘTNOŚCI I KOMPETENCJE

Samoświadomość: uczniowie pogłębią wiedzę na temat swoich emocji, mocnych i słabych stron oraz popędów. Umiejętność ta ma kluczowe znaczenie dla rozwoju osobistego i inteligencji emocjonalnej.

Myślenie refleksyjne: Ta lekcja zachęca uczniów do krytycznego myślenia o swoich zachowaniach i konsekwencjach tych zachowań, rozwijając nawyk refleksyjnej praktyki, która jest niezbędna w procesie uczenia się przez całe życie.

Wyznaczanie celów: Uczniowie rozwiną umiejętność wyznaczania realistycznych i osiągalnych celów, co jest podstawową umiejętnością pomagającą w osiągnięciach osobistych i akademickich. Obejmuje to naukę definiowania celów, identyfikowania zasobów i opracowywania planów działania.

Samoregulacja: Uczniowie ćwiczą samoregulację poprzez wyznaczanie osobistych celów i monitorowanie swojego zachowania. Obejmuje to zarządzanie myślami i emocjami w celu zwiększenia ich zdolności do osiągania indywidualnych celów.

Komunikacja interpersonalna: Gdy uczniowie omawiają swoje zachowania i cele, doskonalą swoje umiejętności komunikacyjne. Obejmuje to wyrażanie myśli, aktywne słuchanie i nawiązywanie kontaktów z rówieśnikami z szacunkiem.

Empatia i szacunek: Dzięki dyskusjom grupowym i dzieleniu się osobistymi spostrzeżeniami uczniowie nauczą się empatii wobec innych i szanowania różnych punktów widzenia. Pomaga to w budowaniu pozytywnych relacji międzyludzkich.

Rozwiązywanie problemów: Ćwiczenie polegające na planowaniu działań wymaga od uczniów kreatywnego i strategicznego myślenia o osiągnięciu swoich celów, doskonalenia umiejętności rozwiązywania problemów.

Wytrwałość i odporność: Wyznaczanie osobistych celów i praca nad nimi pomaga uczniom rozwijać wytrwałość. Uczą się, że niepowodzenia są częścią procesu uczenia się i że wytrwałość ma kluczowe znaczenie dla osiągnięcia sukcesu.

Przywództwo i inicjatywa: Uczniowie ćwiczą przywództwo i inicjatywę, biorąc odpowiedzialność za zmianę swojego zachowania i wspierając rówieśników w osiąganiu ich celów.

MODYFIKACJE DLA RÓŻNYCH UCZNIÓW

PRZESTRZEŃ

Przestrzeń można podzielić na Stacje Umiejętności, tak aby uczniowie mogli rozwijać te same umiejętności w tym samym czasie w różnych grupach (lub na różne sposoby) w ramach każdego z trzech Aktywności:

1. Etykietowanie zachowań
2. Ustalanie celów
3. Planowanie działań

ZADANIE

Wszyscy uczniowie mogą otrzymać numery 1, 2, 3 lub 4, a następnie udać się do swoich stanowisk umiejętności o numerze 1,2,3 lub 4 rozmieszczonych po całej sali, aby ćwiczyć trzy główne zajęcia jednocześnie w różnych grupach w ten sam lub inny sposób.

Używaj podpowiedzi i zaciemnień, aby kierować zachowaniem podczas zajęć i stopniowo je ograniczaj, w miarę jak uczniowie nabiorą większej biegłości w etykietowaniu swoich zachowań i wyznaczaniu celów.

Dyskretne szkolenie próbne (DTT): Podział nauczania na odrębne, kontrolowane próby, które obejmują podpowiedź, reakcję ucznia i konsekwencję w celu wzmocnienia zrozumienia zachowania.

Ekonomia tokenów: Wdrożenie systemu, w którym uczniowie zdobywają tokeny za dokładne oznaczanie zachowań oraz skuteczne wyznaczanie i realizowanie celów, które można wymienić na preferowane zajęcia lub nagrody.

SPRZĘT

Każdy z uczniów może otrzymać kolor: niebieski, zielony, pomarańczowy, a następnie udać się do odpowiedniego stanowiska umiejętności, które można oznaczyć na podłodze odpowiednimi kolorowymi stożkami, taśmą klejącą lub kolorowymi kartkami papieru przyklejonymi do ściany.

OSOBY

Uczniowie o większych zdolnościach powinni uczestniczyć w zajęciach z uczniami o niższych zdolnościach, aby oboje mogli się uczyć.

Wzajemne wsparcie i wzajemne uczenie się umożliwią włączenie uczniów o wszystkich umiejętnościach.

PLAN LEKCJI B9

Komunikuje potrzeby

60 minut

CEL LEKCJI

Aby uczniowie potrafili odpowiednio komunikować swoje pragnienia i potrzeby nauczycielowi wychowania fizycznego podczas sesji.

MATERIAŁY

Papier do flipcharta

Markery

Karty z obrazkami przedstawiającymi wspólne pragnienia i potrzeby w klasie WF.

Tablica lub duży papier i markery.

Karty słów kluczowych.

Odpowiednie miejsce do prowadzenia działalności.

TECHNIKI

Odgrywanie ról: angażowanie uczniów w ustrukturyzowane zajęcia polegające na odgrywaniu ról, które naśladują rzeczywiste sytuacje, z którymi mogą się spotkać podczas WF, zapewniając natychmiastową informację zwrotną i wzmocnienie.

Korekcja błędów: Przekazywanie konstruktywnej informacji zwrotnej natychmiast po próbach komunikacji, pomagając uczniom uczyć się na błędach i udoskonalać swoje umiejętności.

Otwarty dialog: (nauczyciel zadaje pytania i podaje dwie opcje, aby uczniowie mogli odpowiedzieć, wybierając właściwą). Wybierając właściwe opcje, uczniowie czują, że ich zachowanie jest prawidłowe i poprawią swoją samoocenę.

Uczenie się na rusztowaniach: zapewnienie tymczasowego wsparcia uczniom w miarę rozwijania przez nich nowych umiejętności, stopniowo ograniczając pomoc w miarę nabywania przez nich biegłości.

Interaktywne pomoce wizualne: usprawnianie uczenia się poprzez wizualne i kinestetyczne zaangażowanie uczniów, promowanie lepszego zrozumienia i zatrzymania informacji.

ZAJĘCIA

Wprowadzenie (5 minut):

Zbierz uczniów w kręgu i wyjaśnij, że podczas zajęć wychowania fizycznego nauczą

się komunikować, czego potrzebują lub chcą, aby bardziej cieszyć się zajęciami. Zachęć uczniów do aktywnego i pozbawionego strachu udziału.

Prezentacja wizualna (10 minut):

Pokaż karty z obrazkami przedstawiającymi typowe pragnienia i potrzeby na lekcjach wychowania fizycznego, takie jak odpoczynek, picie wody, pójście do toalety itp. Wyjaśnij, co przedstawia każdy obraz i jak komunikować te potrzeby nauczycielowi. Używaj jasnego i prostego języka.

Dyskusja (10 minut):

Zachęć do otwartej dyskusji na temat komunikowania swoich potrzeb i pragnień podczas zajęć WF. Zadawaj pytania typu: „Dlaczego mówienie o tym, czego potrzebujesz jest ważne? „Co się stanie, jeśli nie powiesz, czego potrzebujesz?” Wysłuchaj odpowiedzi uczniów i zweryfikuj ich opinie.

Ćwiczenie 1: Tworzenie kart słów kluczowych (10 minut):

Zapisz na tablicy lub dużej kartce słowa kluczowe związane z komunikacją. Na przykład słowa takie jak „woda”, „pomoc”, „odpoczynek” i „kąpiel”. Poproś uczniów, aby pomogli Ci w tworzeniu tych kart.

Ćwiczenie 2: Scenariusze odgrywania ról (15 minut):

Wykonaj kilka scenariuszy odgrywania ról, w których uczniowie muszą komunikować nauczycielowi swoje potrzeby i pragnienia. Pomoże im to przećwiczyć rzeczywiste sytuacje. Pamiętaj, aby przekazywać pozytywne opinie i poprawiać konstruktywnie.

Przejrzyj i zamknij (10 minut):

Przedyskutuj ponownie znaczenie właściwej komunikacji podczas zajęć WF i poproś uczniów, aby opowiedzieli, w jaki sposób planują zapamiętać słowa kluczowe dotyczące komunikacji podczas zajęć WF.

EFEKTY KSZTAŁCENIA

Jasna komunikacja: Uczniowie wykażą się umiejętnością jasnego i odpowiedniego wyrażania swoich potrzeb i pragnień podczas lekcji WF.

Ulepszona samo reprezentacja: uczniowie będą niezależnie komunikować swoje potrzeby, korzystając z wyuczonych strategii.

Lepsze zrozumienie wpływu komunikacji: Uczniowie rozpoznają i omówią wpływ skutecznej komunikacji na ich doświadczenia z WF i interakcje z rówieśnikami.

UZASADNIENIE TEORETYCZNE

Stosowana analiza zachowania: Koncentruje się na stosowaniu ustrukturyzowanych metod nauczania, wzmocnień i informacji zwrotnych w celu skutecznego promowania komunikacji potrzeb i pragnień.

Teoria społecznego uczenia się: Podkreśla rolę modelowania i naśladowania w uczeniu się nowych zachowań, wspierając wykorzystanie odgrywania ról i modelowania behawioralnego na lekcji.

Teoria poznawcza: podkreśla znaczenie zrozumienia procesów stojących za zmianą zachowania, podkreślając potrzebę stosowania aktywnych, zaangażowanych technik uczenia się, takich jak odgrywanie ról i rozwiązywanie problemów.

Teoria samostanowienia: podkreśla znaczenie wspierania autonomii i kompetencji, które są kluczowe dla skutecznego promowania własnej strony i komunikacji.

UMIEJĘTNOŚCI I KOMPETENCJE

Skuteczna komunikacja: Uczniowie nauczą się jasno i pewnie komunikować innym swoje potrzeby i pragnienia, szczególnie w kontekście wychowania fizycznego. Obejmuje to werbalizację potrzeb, takich jak potrzeba nawodnienia, odpoczynek lub pomoc podczas wykonywania czynności.

Aktywne słuchanie: Ten plan lekcji podkreśla znaczenie słuchania instrukcji i potrzeb innych, co jest kluczowe dla zrozumienia i odpowiedniego reagowania na interakcje społeczne w ramach zajęć WF.

Rozwój empatii: Uczniowie będą rozwijać empatię poprzez odgrywanie ról i omawianie potrzeb i uczuć innych. Zrozumienie i szanowanie punktów widzenia rówieśników podczas zajęć WF sprzyja bardziej włączającemu i wspierającemu środowisku.

Umiejętności rozwiązywania problemów: Uczniowie będą ćwiczyć identyfikowanie problemów (takich jak nieporozumienia lub konflikty dotyczące potrzeb podczas WF) i krytyczne myślenie w celu opracowania odpowiednich rozwiązań, zwiększając swoje umiejętności rozwiązywania problemów.

Umiejętności autoprezentacji: Plan ten zachęca uczniów do wypowiedziania się na swój temat poprzez jasne określenie swoich potrzeb. Nauczenie się wyrażania siebie z szacunkiem i skutecznie jest kluczową umiejętnością życiową.

Wsparcie rówieśnicze i praca zespołowa: Poprzez zajęcia i dyskusje w grupach uczniowie zwiększą swoją zdolność do współpracy z innymi, zapewniając i otrzymując wsparcie w razie potrzeby podczas lekcji wychowania fizycznego.

Odporność i zdolność adaptacji: Uczniowie nauczą się dostosowywać swoją komunikację w odpowiedzi na różne sytuacje i opinie, co jest niezbędne do rozwijania odporności i elastyczności w środowisku szkolnym i osobistym.

Podejmowanie decyzji: Wybierając odpowiednie strategie komunikacji i reagując na scenariusze, uczniowie doskonalą swoje umiejętności podejmowania decyzji, ucząc się uwzględniać wpływ swoich wyborów na doświadczenia własne i swoich rówieśników.

Zdolności przywódcze: Poprzez prowadzenie dyskusji i odgrywanie ról uczniowie mają możliwość rozwijania umiejętności przywódczych, przewodzenia i pozytywnego wpływania na rówieśników.

Świadomość kulturowa i społeczna: Rozpoznając i szanując różnorodne style i potrzeby komunikacji, uczniowie będą zwiększać swoją świadomość społeczną, promując bardziej harmonijne środowisko w środowiskach wielokulturowych.

MODYFIKACJE DLA RÓŻNYCH UCZNIÓW

PRZESTRZEŃ

Przestrzeń można podzielić na Stacje Umiejętności, tak aby uczniowie mogli rozwijać te same umiejętności w tym samym czasie w różnych grupach (lub na różne sposoby) w ramach każdego z dwóch Aktywności:

Ćwiczenie 1: Tworzenie kart słów kluczowych

Ćwiczenie 2: Scenariusze odgrywania ról

ZADANIE

Wszyscy uczniowie mogą otrzymać liczbę 1,2,3 lub 4, a następnie udać się do stacji umiejętności 1,2,3,4 oznaczonej na ścianie, aby ćwiczyć dwa główne zajęcia jednocześnie w różnych grupach w ten sam sposób lub w inny dostosowany sposób.

Każda stacja umiejętności prowadziła dyskusje grupowe i prezentacje opinii dla wszystkich uczniów w klasie.

Wdrożyć system żetonów, w którym uczniowie zdobywają nagrody za odpowiednie komunikowanie swoich potrzeb, wzmacniając pozytywne zachowanie.

Wykorzystuj podpowiedzi werbalne i wizualne, aby kierować uczniami w próbach komunikacji, stopniowo ograniczając podpowiedzi w miarę nabywania przez uczniów umiejętności.

SPRZĘT

Każdy z uczniów może otrzymać kolor: niebieski, zielony, czerwony lub żółty, a następnie udać się do właściwej stacji umiejętności, która może być oznaczona na podłodze odpowiednimi kolorowymi stożkami, taśmą klejącą lub kolorowymi arkuszami papieru przyklejonymi do ściana.

OSOBY

Uczniowie o większych zdolnościach mogą uczestniczyć w zajęciach z uczniami o niższych zdolnościach, tak aby oboje mogli się uczyć i osiągać sukcesy.

Wzajemne wsparcie i wzajemne uczenie się umożliwią włączenie uczniów o wszystkich umiejętnościach.

PLAN LEKCJI B10

Demonstruje nową umiejętność w grupie

80 minut

Można ją podzielić na dwie sesje

CEL LEKCJI

Aby uczniowie mogli wykazać się nową umiejętnością w formie pracy w grupie składającej się z 5 lub więcej dzieci.

MATERIAŁY

Historia Elli <https://ellakids.app/s/30a60537-e995-4e2c-aa86-54e3f5f0527d>

Ubrania sportowe

Medale wykonane przez nauczycieli

Szyszki

Tenis lub softball

TECHNIKI

Analiza zadania: Rozbicie umiejętności rzucania piłki na małe, łatwe w obsłudze elementy, których uczniowie mogą się uczyć krok po kroku.

Modelowanie behawioralne: Wykazanie pożądanej umiejętności (rzucanie) poprzez jasne, szczegółowe demonstracje prowadzone przez nauczyciela i umożliwienie modelowania rówieśniczego w grupach.

Podpowiadanie i wyciszanie: Początkowo kieruj zachowaniem ucznia za pomocą werbalnych lub fizycznych podpowiedzi, a następnie stopniowo ograniczaj te podpowiedzi w miarę wzrostu kompetencji.

Wzmocnienie różnicowe: zapewnia pozytywne wzmocnienie prawidłowych technik i delikatną korektę błędów, zachęcając do ciągłego doskonalenia.

Ekonomia żetonów: używanie żetonów lub innych nagród w celu zademonstrowania prawidłowych technik rzucania lub efektywnej pracy w grupie, wzmocniającej zarówno nabywanie umiejętności, jak i pracę zespołową.

ZAJĘCIA

Wprowadzenie (10 minut):

Zbierz uczniów w strefie do rzucania i wyjaśnij, że nauczą się nowej umiejętności:

rzucania piłki pomiędzy 5 osobami po opanowaniu jej w grze jeden na jednego. Zachęć ich, aby byli otwarci na wspólną naukę i pracę w zespole.

Przedstaw ćwiczenie grupie i wyjaśnij poszczególne etapy.

Historia wizualna: Nauczyciel pokaże przykład historii stworzonej przez Elę

Demonstracja: Pokaż uczniom, co muszą osiągnąć i jak to łatwo zrobić.

Praca w grupach: Praca w grupach pomoże im pomagać sobie nawzajem i doskonalić swoje umiejętności społeczne.

Wstępna demonstracja (10 minut):

Instruktor lub nauczyciel WF demonstruje, jak prawidłowo rzucić piłkę, koncentrując się na postawie, chwycie i ruchu ramion. Używają prostego języka i powtarzają ważne kroki.

Praktyka indywidualna (5 minut):

Poproś każdego ucznia, aby oddzielnie ćwiczył rzucanie piłką. Przekazuj indywidualną informację zwrotną i dostosowuj instrukcje do potrzeb każdego ucznia.

Tworzenie grupy (5 minut):

Podziel uczniów na grupy składające się z 5 lub więcej osób, upewniając się, że każda grupa ma różne umiejętności i poziomy zdolności. Będzie to zachęcać do współpracy i wzajemnego wsparcia.

Praktyka grupowa (20 minut):

Każda grupa postępuje według instrukcji wspólnego rzucenia piłki. Zachęcaj do komunikacji i współpracy w grupie, upewniając się, że wszyscy uczniowie uczestniczą i wspierają się nawzajem.

Ocena i dostosowanie (10 minut):

Nauczyciel wychowania fizycznego chodzi po grupach i obserwuje postępy, oferując w razie potrzeby indywidualne porady i korekty.

Rywalizacja przyjacielska (15 minut):

Zorganizuj przyjazne zawody pomiędzy grupami, aby zobaczyć, która z nich rzuci piłkę najdalej i najcelniej. Należy tu położyć nacisk na uczestnictwo i przyjemność, a nie na wygraną.

Uroczystość (5 minut):

Doceniaj osiągnięcia uczniów i pracę zespołową. Możesz dać drobne nagrody lub brawa. Rozdawaj medale wykonane przez nauczyciela; mogą je pomalować według własnego uznania lub otrzymać medale wstępnie pomalowane.

EFEKTY KSZTAŁCENIA

Nabywanie umiejętności: Uczniowie zademonstrują umiejętność dokładnego rzucenia jedną ręką piłki wielkości tenisowej. Nauczą się i zastosują techniki

prawidłowej postawy, chwytu i ruchu ramion, wykazując wymierną poprawę celności i odległości rzutu.

Współpraca w zespole: Każdy uczeń będzie aktywnie uczestniczył w ćwiczeniach grupowych, ucząc się współpracy z rówieśnikami w zespole. Rozumieją role różnych członków zespołu i przyczyniają się do osiągnięcia wspólnego celu poprzez skuteczną komunikację i wzajemne wsparcie.

Rozwój umiejętności społecznych: Uczniowie będą wzmacniać swoje interakcje społeczne, angażując się w działania wymagające wzajemnego wspierania i zachęcania. Dowiedzą się, jak ważne jest pozytywne wzmocnienie wśród rówieśników i jak przekazywać konstruktywną informację zwrotną.

Duch rywalizacji i sportowa rywalizacja: Uczniowie rozwiną ducha zdrowej rywalizacji poprzez przyjazną rywalizację. Nauczą się równoważyć rywalizację ze sportową rywalizacją, szanować przeciwników i cenić uczestnictwo ponad zwycięstwo.

Odporność emocjonalna: Uczniowie zyskają odporność, ucząc się radzić sobie z sukcesami i rozczarowaniami w działaniach konkurencyjnych i opartych na współpracy. Będą ćwiczyć utrzymywanie pozytywnego nastawienia i wysiłku niezależnie od wyników, rozumiejąc, że poprawa przychodzi wraz z praktyką i wytrwałością.

Rozwiązywanie problemów: Podczas zajęć uczniowie staną przed scenariuszami wymagającymi szybkiego myślenia i rozwiązywania problemów, takimi jak dostosowanie strategii w oparciu o wyniki. Nauczą się analizować swoje wyniki i podejmować decyzje taktyczne w celu zwiększenia ich efektywności.

Sprawność fizyczna i koordynacja: Uczniowie poprawią swoją koordynację fizyczną i sprawność fizyczną poprzez aktywne uczestnictwo w zajęciach z rzucaniem. Wynik ten wspiera rozwój umiejętności motorycznych i zachęca do zdrowego stylu życia.

Włączenie społeczne i zdolność adaptacji: Uczniowie zrozumieją i zastosują sposoby włączania wszystkich rówieśników, niezależnie od poziomu umiejętności, dostosowując zajęcia tak, aby każdy mógł w znaczący sposób uczestniczyć.

UMIEJĘTNOŚCI I KOMPETENCJE

Zdolności motoryczne i koordynacja fizyczna: Doskonalenie umiejętności motorycznych małych i dużych poprzez powtarzalne ćwiczenie technik rzucania.

Komunikacja i umiejętności interpersonalne: Rozwijanie jasnej komunikacji i umiejętności skutecznej pracy w zespole ma kluczowe znaczenie w przypadku sportów i zajęć grupowych.

Rozwiązywanie problemów i krytyczne myślenie: rozwijanie umiejętności szybkiej oceny i dostosowywania strategii w odpowiedzi na informacje zwrotne dotyczące wyników podczas zajęć grupowych.

Przywództwo i inicjatywa: zachęcanie uczniów do podejmowania ról przywódczych w swoich grupach, promowanie inicjatywy i odpowiedzialności.

UZASADNIENIE TEORETYCZNE

Stosowana analiza zachowania: Koncentruje się na stosowaniu systematycznych podejść do nauczania nowych umiejętności i zachowań, z naciskiem na wzmocnienie w celu utrwalenia nauki.

Teoria konstruktywistyczna sugeruje, że uczniowie konstruują wiedzę poprzez doświadczenia. Uczniowie budują i doskonalą swoją wiedzę w oparciu o doświadczenie fizyczne i interakcje społeczne, angażując się w praktyczne działania, takie jak rzucanie piłką. Forma nauczania w grupie ułatwia wzajemne uczenie się, w ramach którego uczniowie mogą uczyć się od siebie nawzajem na podstawie technik i informacji zwrotnych, co odzwierciedla koncepcję Wygotskiego dotyczącą Strefy Najbliższego Rozwoju (ZPD), gdzie współpraca rówieśnicza prowadzi do uczenia się, które może nie zachodzić niezależnie.

Teoria społecznego uczenia się: Teoria Alberta Bandury podkreśla znaczenie obserwacji, naśladowania i modelowania w procesie uczenia się. Podczas tej lekcji uczniowie obserwują swoich rówieśników i instruktora, aby nauczyć się i powtórzyć prawidłowe techniki rzucania. Format grupowy usprawnia ten proces, ponieważ uczniowie oglądają wiele demonstracji i otrzymują różnorodne informacje zwrotne, co sprzyja doskonaleniu poprzez uczenie się przez obserwację i wzmocnienie społeczne.

Teoria uczenia się motorycznego koncentruje się na zdobywaniu umiejętności motorycznych poprzez praktykę, informację zwrotną i przetwarzanie informacji sensorycznych. Struktura lekcji, od praktyki indywidualnej po praktykę grupową i zabawę polegającą na rywalizacji, jest zgodna z etapami uczenia się motorycznego – poznawczym, skojarzeniowym i autonomicznym. Etapy te opisują postępy uczniów – od zrozumienia nowej umiejętności, udoskonalenia jej i wreszcie wykonania bez wysiłku.

Teoria samostanowienia podkreśla rolę autonomii, kompetencji i powiązań w motywacji i rozwoju psychologicznym. Lekcja wspiera autonomię, umożliwiając uczniom przejęcie kontroli nad nauką poprzez wyznaczanie celów i samoocenę. Kompetencje rozwijają się, gdy uczniowie doskonalą swoje umiejętności rzucania i otrzymują pozytywne opinie, a powiązania są wzmacniane dzięki interakcjom grupowym i wspólnym doświadczeniom.

Teoria obciążenia poznawczego dotyczy ilości informacji, jakie pamięć robocza może pomieścić jednocześnie. Organizuj lekcję tak, aby stopniowo zwiększać jej złożoność – od obserwacji i ćwiczenia prostych ruchów po udział w zawodach – ten

plan lekcji pomaga zarządzać obciążeniem poznawczym, zapewniając, że uczniowie nie będą przytłoczeni i będą mogli skutecznie zintegrować nowe umiejętności.

Teoria uczenia się przez doświadczenie: Model Kolba, który przechodzi przez konkretne doświadczenie, refleksyjną obserwację, abstrakcyjną conceptualizację i aktywne eksperymentowanie, jest tutaj istotny. Uczniowie bezpośrednio angażują się w zadanie (rzucanie piłek), zastanawiają się nad swoją techniką, opracowują conceptualizację ulepszeń lub dostosowań oraz eksperymentują z różnymi podejściami podczas ćwiczeń grupowych i zawodów.

MODYFIKACJE DLA RÓŻNYCH UCZNIÓW

PRZESTRZEŃ

Przestrzeń pomiędzy uczniami może być mniejsza lub większa, aby uczniowie czuli się bardziej komfortowo lub aby zmniejszyć lub zwiększyć wyzwanie dla innych.

ZADANIE

To działanie można skonfigurować w ramach Speed Date (Szybkiej Randki). W Speed Dates znajdują się dwie linie uczniów stojących naprzeciw siebie.

Bardziej wykwalifikowani uczniowie lub asystenci tworzą Linie 1 i na koniec każdego ćwiczenia ostatnia osoba w Linii 1 przesuwa się na początek Linii 1, a każda osoba przesuwa się o jeden rząd w dół. Linia 2 trzyma piłkę.

Podczas Szybkiej Randki pary uczniów mogą stać dalej lub bliżej siebie.

Każdy może uczestniczyć w tym samym działaniu na różne sposoby i z różnymi osobami jednocześnie.

SPRZĘT

Aby lepiej spełniać potrzeby uczniów, można używać piłek w różnych kolorach, fakturach, rozmiarach i kształtach. Piłki mogą mieć wypustki i pochodzić z różnych dyscyplin sportowych. Zamiast kulek można używać worków z fasolą. Każdy uczeń będzie miał spersonalizowane doświadczenie edukacyjne. Różne piłki mogą poprawić zaangażowanie lub zmniejszyć stres.

Jeśli nie masz sprzętu, użyj kulek wykonanych z papieru i taśmy klejącej.

Podczas Szybkiej Randki kolejka mniej zdolnych uczniów powinna trzymać sprzęt, podczas gdy uczniowie bardziej zdolni poruszają się w kolejce, jak opisano wcześniej. Podczas Szybkiej Randki pary uczniów mogą zdecydować się na stanie dalej lub bliżej siebie.

Każdy może uczestniczyć w tej samej aktywności na różne sposoby, przy użyciu innego sprzętu i jednocześnie z różnymi ludźmi.

OSOBY

Trening rówieśniczy może odbywać się w Linii 1, gdy uczniowie z większymi umiejętnościami szkolą uczniów z mniejszymi umiejętnościami.

Uczestnicy dowiedzą się, jak zaspokoić potrzeby uczniów mniej zdolnych i jak je włączyć.

NOTATKI DO SPISÓW LEKCJI B11-B13

UMIEJĘTNOŚCI BEHAWIORALNE W KONTEKŚCIE PE

Poniższe trzy plany lekcji dotyczą umiejętności behawioralnych w Banku Celów PE. Odnoszą się do trudnych zachowań dzieci z ASD w placówkach włączających podczas zajęć WF. Ponieważ każde dziecko z ASD jest wyjątkowe, różne strategie i podejścia stosowane przez nauczycieli wychowania fizycznego mogą działać lepiej. W związku z tym doskonałe plany lekcji zawierają przykładowe sugestie dotyczące ukierunkowania określonych zachowań.

Aby zapewnić wysoką jakość, włączające lekcje wychowania fizycznego, nauczyciele wychowania fizycznego muszą rozumieć swoich uczniów ze specjalnymi potrzebami, w tym wymagające zachowania, warunki fizyczne itp.

LEKCJE

B11: Podczas sesji WF nauczyciel będzie angażował wszystkie dzieci w zachowania, które wspierają naukę wszystkich dzieci.

B12: Przebywa w grupie składającej się z 5 lub więcej dzieci przez cały czas trwania sesji WF

B13: Odpowiada na wszystkie pytania/prośby przedstawione przez rówieśników podczas sesji WF.

SCENARIUSZ:

Ustawienia: Podczas lekcji WF, która trwa 45 minut, w szóstej klasie uczestniczy 20 uczniów. Jednym z tych uczniów jest Jan, 12-letni chłopiec cierpiący na ASD i ADHD. Na niektórych zajęciach WF Jana wspiera asystent; w innych nauczyciel WF może zastosować tutoring rówieśniczy.

Jan jest podekscytowany, kiedy przychodzi do PE. Zajęcia odbywają się w szkolnej sali gimnastycznej. Nie lubi, gdy zajęcia zmieniają się zbyt szybko. Jeśli tak się stanie, może się zdenerwować i zirytować. Z powodu deficytu uwagi, kiedy nauczyciel wyjaśnia zadania, czasami wygląda, jakby nie uważał. Janowi trudno jest się skoncentrować i wykonywać polecenia nauczyciela. Czasami zaczyna się poruszać, skakać i wydawać głośne dźwięki. Może to zakłócać proces uczenia się innych uczniów.

Scenariusz ten sugeruje sytuację behawioralną, z którą mogą spotkać się nauczyciele WF na dowolnych zajęciach WF, niezależnie od celu i ćwiczeń. Modyfikacje planu lekcji sugerują, że w niektórych klasach nauczyciela wychowania fizycznego może wspierać nauczyciel wspomagający. Ułatwi to proces radzenia sobie z niewłaściwym zachowaniem.

Celem nauczyciela może być częstsze występowanie odpowiednich zachowań, zmniejszenie liczby niewłaściwych zachowań lub ich brak.

Nauczyciel może zastosować metodologię zachęcającą do odpowiednich zachowań, takich jak kształtowanie, łączenie w łańcuchy, podpowiadanie i zanikanie. Kształtowanie obejmuje nagradzające kroki, które zbliżają się do pożądanego zachowania. Łańcuch wzmacnia serię połączonych działań prowadzących do pożądanego rezultatu. Podpowiadanie daje wskazówki przed działaniem, aby

przypomnieć, czego się oczekuje. Zanikanie polega na powolnym usuwaniu przypomnień lub nagród, dzięki czemu pożądane zachowania zachodzą naturalnie. Zastosowanie tych metod w scenariuszu z Janem, chłopcem z ASD i ADHD.

MODELACJA

W przypadku Jana nauczyciel może chwalić i nagradzać małe kroki w kierunku lepszej koncentracji i lepszego zachowania. Jeśli Jan zwykle przeszkadza podczas szybkich przejść, nauczyciel może go nagrodzić za dłuższe zachowanie spokoju podczas każdej zmiany. Te dodatkowe podpowiedzi nadzoruje asystent nauczyciela.

ŁĄCZENIE

W przypadku Jana pomocne może być podzielenie zadań na mniejsze kroki. Jeśli klasa wykonuje złożone ćwiczenie fizyczne, nauczyciel może przeprowadzić Jana przez każdy etap i nagrodzić go za wykonanie ich po kolei.

PODPOWIEDŹ

Nauczyciel może udzielić Janowi jasnych i prostych instrukcji przed rozpoczęciem zajęć, aby pomóc mu zrozumieć, czego się od niego oczekuje. Na przykład powiedzenie: „Iwan, pamiętaj, aby zachować spokój i słuchać” przed przejściami. Każdą dodatkową wskazówkę nadzoruje asystent nauczyciela.

ZANIKANIE

W miarę jak Jan lepiej zapozna się z rutynowymi czynnościami i oczekiwaniami, nauczyciel może stopniowo zmniejszać ilość udzielanej mu pomocy i przypomnień, co pozwoli mu z czasem w naturalny sposób wykazać się właściwymi zachowaniami. Asystent nauczyciela uczestniczy w zajęciach WF, ale wspiera go tylko wtedy, gdy jest to konieczne.

NAUCZANIE KOLEŻEŃSKIE

Innym podejściem jest wykorzystanie systemu peer-tutoringu (Modyfikacje: Ludzie), który będzie wspierał zindywidualizowany sposób uczenia się.

Tutoring rówieśniczy polega na tym, że uczniowie pomagają innym uczniom w nauce. Może obejmować różne sposoby nauczania, takie jak pokazywanie, jak coś zrobić, wyjaśnianie rzeczy, zadawanie pytań oraz przekazywanie informacji zwrotnych i pochwał, aby pomóc drugiemu uczniowi lepiej się uczyć. Dla Jana wsparcie rówieśnicze może być bardzo skutecznym sposobem na naukę, zwiększenie pewności siebie i nawiązanie przyjaźni. Dla ucznia poprawia to jego inteligencję emocjonalną poprzez wolontariat.

Jak sprawić, by wsparcie rówieśnicze zadziało w przypadku Jana

Wybór korepetytorów: Wybieraj uczniów, którzy nie tylko są dobrzy w danym przedmiocie, ale także mają cierpliwość i zrozumienie, aby pomóc Janowi. Takich tutorów rówieśniczych należy przeszkolić, aby zapewniali odpowiedni rodzaj wsparcia.

Nauczanie szyte na miarę: Tutor rówieśniczy Jana powinien mieć plan dotyczący tego, czego ma uczyć i czego Ivan musi się nauczyć. Lekcje powinny być dostosowane do możliwości Jana i tempa nauki.

Śledzenie postępów: Obserwuj, jak dobrze Ivan się uczy i porównaj to z jego poprzednimi wynikami. Pomaga to zobaczyć postęp, jaki robi.

Pozytywne wzmocnienie: Kiedy Jan radzi sobie dobrze, ważne jest, aby go w jakiś sposób nagrodzić. Jednocześnie nagradzaj rówieśnika, który mu pomaga. Może to być coś „drobnego”, np. pochwała, ale zmotywuje oboje do utrzymania zainteresowania i zaangażowania.

Korzyści z korepetycji rówieśniczych dla Iwana

Zindywidualizowane wsparcie ze strony rówieśnika, który rozumie jego wyjątkowe potrzeby.

Wygodne i wspierające środowisko nauki.

Większa pewność siebie w nauce i interakcjach społecznych.

Możliwość nawiązania przyjaźni i budowania pozytywnych relacji.

To dostosowane podejście do tutoringu rówieśniczego mocno kładzie nacisk na zindywidualizowane wsparcie, zrozumienie potrzeb Ivana i stworzenie dla niego pozytywnego i włączającego doświadczenia edukacyjnego. Wykorzystuje zalety korepetycji rówieśniczych, aby pomóc mu rozwijać się w klasie.

Korzyści dla tutora rówieśniczego

Korepetytorzy stają się lepsi w danym przedmiocie, gdy uczą go kogoś innego. Muszą to dobrze znać, żeby to wyjaśnić. Stają się lepsi w rozmowie z innymi, ponieważ muszą wyjaśniać różne rzeczy i odpowiadać na pytania. Korepetytorzy uczą się chwalić, być życzliwi i rozumieć, gdy inni potrzebują pomocy w nauce. Rówieśnicy doskonalą swoją inteligencję emocjonalną, kluczową umiejętność życiową. Uczniowie stają się liderami, pomagając innym. Dzięki temu są bardziej pewni siebie. Korepetytorzy czują się dobrze, gdy pomagają innym uczyć się i dobrze sobie radzić. Uczą się cierpliwości, ponieważ każdy uczy się inaczej. Uczący czują się dumni, gdy pomagają innym odnieść sukces. Zdobędą większą pewność siebie w nauce i interakcjach społecznych oraz możliwość nawiązywania przyjaźni i budowania pozytywnych relacji.

PLAN LEKCJI B11

Uczniowie angażują się w zachowania, które wspierają naukę wszystkich dzieci.

45 minut

CEL LEKCJI

Umożliwianie uczniom angażowania się w zabawne i interaktywne zajęcia poprawiające koordynację między nogami i ramionami, w tym dla dzieci z ASD, poprzez angażowanie się w zajęcia dostosowane do różnych potrzeb. Równoważy zajęcia indywidualne i grupowe, aby zaspokoić różne umiejętności, jednocześnie utrzymując uczniów w aktywności i motywacji.

MATERIAŁY

Otwarta przestrzeń (sala gimnastyczna, boisko lub plac zabaw)

Stożki lub znaczniki

Piłki (piłka nożna, koszykówka, zbijak itp.)

Pomoce wizualne

Stopery lub timery

Narzędzia sensoryczne

TECHNIKI

Modelowanie behawioralne: Zademonstruj pożądane umiejętności i zachowania za pomocą jasnych przykładów, zapewniając wszystkim uczniom, w tym uczniom z ASD, możliwość dokładnej obserwacji i naśladowania.

Wzmocnienie zróżnicowane: Zapewnij konkretne pozytywne wzmocnienie zachowań, które wspierają uczenie się i współpracę między uczniami, jednocześnie korygując niepożądane zachowania szybko i konstruktywnie.

Wsparcie wizualne i podpowiedzi: Konsekwentnie korzystaj z pomocy wizualnych, aby kierować działaniami i oczekiwaniami, stopniowo ograniczając podpowiedzi w miarę zdobywania przez uczniów niezależności.

Ustrukturyzowana interakcja z rówieśnikami: Ułatwiał ustrukturyzowane interakcje między uczniami, aby poprawić społeczne uczenie się i współpracę, wykorzystując odgrywanie ról i strategię za pośrednictwem rówieśników, aby wspierać zaangażowanie i odpowiednie zachowanie.

ZAJĘCIA

Wprowadzenie (5 minut):

Uczniowie gromadzą się w kręgu.

Wyjaśnienie celu lekcji i znaczenia wzajemnego szanowania doświadczeń edukacyjnych.

Pokaż pomoce wizualne ilustrujące oczekiwane zachowania.

Uczniowie dzielą się przemyśleniami na temat tego, w jaki sposób mogą pomóc lub utrudnić swoim kolegom naukę.

Rozgrzewka (10 minut):

Niech uczniowie pobiegają lub przespacerują się po wyznaczonym obszarze.

Użyj gwizdka, aby zasygnalizować zmianę kierunku lub tempa.

Zachęć ich, aby zwracali uwagę na otoczenie i unikały kolizji.

Włącz ucznia z ASD w rozgrzewkę, upewniając się, że czuje się komfortowo.

Zachęć asystenta nauczyciela, aby wspierał ucznia z ASD, aby pozostał skupiony i zaangażowany podczas rozgrzewki.

Uczniowie dzielą się na małe grupy lub pary.

Ćwiczenie 1: Drybling piłkarski (10 minut)

Ustaw stożki jako tor do dryblingu.

Każdy uczeń na zmianę kozłuje piłkę nożną po boisku, używając słoni i zachowując kontrolę.

Zachęcaj ucznia z ASD do udziału i stosuj podpowiedzi, jeśli wystąpi niewłaściwe zachowanie. W razie potrzeby pozwól na przerwy.

Ćwiczenie 2: Podanie koszykówki (10 minut)

Przydziel każdej parze piłkę do koszykówki.

Uczniowie ćwiczą podawanie piłki partnerowi, poruszając się i koordynując ruchy ramion.

Podkreśl prawidłową technikę podań.

Przydziel uczniowi z ASD partnera, który rozumie jego potrzeby.

Dostosuj zajęcia do potrzeb ucznia z ASD, umożliwiając mu uczestnictwo w sposób odpowiadający jego możliwościom.

Skoncentruj jego uwagę podczas demonstracji i sygnalizuj wszelkie niewłaściwe zachowania.

Zachęcaj do wspólnej zabawy, podczas której uczeń z partnerem z ASD może go wspierać w razie potrzeby.

Ochłodzenie (5 minut):

Zbierz uczniów w kręgu.

Zastanówcie się i porozmawiajcie o tym, czego, czego się nauczyli i czego doświadczyli, prowadząc proces wyciszenia i chwalcąc indywidualne wysiłki.

Wniosek (5 minut):

Dziękujemy wszystkim uczniom za udział i włożony wysiłek.

Podkreśl znaczenie włączania i pracy zespołowej w klasie.

Wspomnij o nadchodzących lekcjach lub zajęciach.

EFEKTY KSZTAŁCENIA

Koordinacja ruchowa: Uczniowie wykażą się lepszą koordynacją rąk i nóg podczas różnych ćwiczeń fizycznych, mierzoną ich zdolnością do wykonywania ustalonych kursów lub rutyn ze zwiększoną dokładnością.

Samoregulacja behawioralna: Uczniowie będą wykazywać zmniejszoną liczbę zachowań zakłócających i zwiększoną samoregulację podczas sesji WF, co zaobserwowali nauczyciele i zarejestrowali w narzędziach do śledzenia zachowań.

Uczestnictwo włączające: Wszyscy uczniowie, w tym uczniowie z ASD, będą aktywnie uczestniczyć w każdej sesji, wykazując większy komfort i zaangażowanie w działanie grupy.

Umiejętności społeczne i dotyczące współpracy: Uczniowie wykażą się lepszą zdolnością do pracy z rówieśnikami, przestrzegania norm grupowych i wzajemnego wspierania się w uczeniu się poprzez wspólne ćwiczenia fizyczne.

UZASADNIENIE TEORETYCZNE

Stosowana analiza zachowania: koncentruje się na systematycznym stosowaniu interwencji, opartych na zasadach teorii uczenia się, w celu poprawy zachowań społecznych w znaczącym stopniu oraz wykazania, że zastosowane interwencje są odpowiedzialne za poprawę zachowania.

Teoria uczenia się społecznego: kładzie nacisk na uczenie się poprzez obserwację, naśladowanie i modelowanie, co ma kluczowe znaczenie w środowiskach grupowych, w których uczniowie uczą się od siebie nawzajem, a także od nauczyciela.

Teoria uczenia się motorycznego: podkreśla znaczenie praktyki, informacji zwrotnej i sensorycznego przetwarzania ruchów, które są niezbędne w nauczaniu złożonych umiejętności motorycznych w WF.

Teoria obciążenia poznawczego: zapewnia, że zadania są prezentowane w sposób dostosowany do możliwości poznawczych uczniów, ułatwiając lepsze uczenie się i zapamiętywanie umiejętności.

UMIĘJĘTNOŚCI I KOMPETENCJE

Sprawność fizyczna i koordynacja: Poprawa umiejętności motorycznych i dużej motoryki poprzez zorganizowane zajęcia fizyczne.

Umiejętności komunikacyjne: Rozwijanie umiejętności komunikowania potrzeb, wykonywania instrukcji i skutecznego wyrażania się w grupie.

Świadomość emocjonalna i społeczna: Zwiększanie świadomości własnego zachowania wobec innych, rozwijanie empatii i poprawa interakcji z rówieśnikami.

Rozwiązywanie problemów i zdolność adaptacji: rozwijanie umiejętności dostosowywania strategii w oparciu o wymagania dotyczące działań i interakcje z rówieśnikami, zwiększenie elastyczności i możliwości rozwiązywania problemów.

Przywództwo i praca zespołowa: zachęcanie uczniów do podejmowania ról przywódczych w działaniach, promowanie inicjatywy i pracy zespołowej.

MODYFIKACJE DLA RÓŻNYCH UCZNIÓW

PRZESTRZEŃ

Aktywność 1

Zmniejsz lub powiększ przestrzeń między stożkami, aby dostosować się do potrzeb uczniów lub zapewnić dla niektórych większe wyzwanie.

Zapewnij spokojne miejsce, do którego uczeń z ASD może się udać, jeśli potrzebuje przerwy.

Ustaw różne odstępy między stożkami na różnych pasach.

Aktywność 2

Zobacz Modyfikacje w Planie Lekcji M3

ZADANIE

Rozgrzewka i aktywność 1

Użyj koncentrycznych pierścieni stożków, każdy w innym kolorze, aby utworzyć tory, po których możesz kozłować piłkę, biegać lub chodzić. Bardziej wykwalifikowani lub mobilni studenci staną przed większym wyzwaniem, poruszając się po zewnętrznych pasach, które mogą być węższe lub szersze, podczas gdy osoby niepełnosprawne fizycznie będą mogły kozłować po wewnętrznych pasach, które są krótsze. Osoby na wózkach inwalidzkich mogą mieć swój własny pas.

Aktywność 2

Podziel złożone ćwiczenia fizyczne na mniejsze, łatwe do wykonania etapy, które wszyscy uczniowie mogą zrozumieć i wykonać, korzystając ze wskazówek wizualnych i werbalnych.

Podczas szybkiej randki uczniowie mogą zostać podzieleni na dwie linie. W pierwszej linii znajdują się uczniowie o wyższych kwalifikacjach; w linii 2 uczniowie o niższych kwalifikacjach posiadają dostosowany sprzęt. Stoją naprzeciw siebie, aby ćwiczyć te same umiejętności jednocześnie, w inny sposób. Gdy obie linie przećwiczą swoje umiejętności, uczeń z końca linii 1 (wysoko wykwalifikowani uczniowie) przejdzie na drugi koniec, a wszyscy w kolejce przesuną się o jedno pole, aby zmierzyć się z nową osobą. Metodologia ta umożliwi różnym uczniom wspólne ćwiczenia i doskonalenie swoich umiejętności.

Odległość między każdą parą można zmienić, aby stworzyć większe lub mniejsze wyzwania. Rozmiar lub kształt piłki można zmienić, aby stworzyć większe lub mniejsze wyzwania. Dla uczniów z wadą wzroku kolory mogą ulec zmianie. Tekstura może zostać zmieniona dla uczniów z problemami sensorycznymi. Linia z niższymi umiejętnościami zawsze utrzyma sprzęt.

Rówieśnicy mogą wspierać uczniów o niższych umiejętnościach.

Zadania można również podzielić na komponenty zadań w celu doskonalenia umiejętności.

Stanowiska umiejętności (patrz Plan Lekcji M4) można ustawić w każdym rogu sali, np.

Stacja 1: Rzucanie i uważne obserwowanie dużej piłki.

Stacja 2: Trzymaj ręce razem i otwarte, uważnie obserwując i chwytając.

Stacja 3: Łapanie i rzucanie nieco mniejszej lub cięższej piłki.

Stacja 4: Mniejsze piłki, większa odległość pomiędzy złapaniem a rzuceniem. Każda stacja będzie zawierała element łapania. Nauczyciel może przenieść uczniów na inne stanowiska lub zapytać, czy chcą się przenieść.

SPRZĘT

Piłki mogą mieć różne kolory, wagę, kształty, rozmiary lub teksturę. Kulki mogą mieć również dziury i wzory. Umożliwi to włączenie osób z trudnościami w widzeniu określonych kolorów i zapewni atrakcyjne alternatywy dla osób z problemami sensorycznymi.

Dla uczniów z wadą wzroku można wykorzystać piłkę z dzwonkiem.

Zamiast gwizdka nauczyciel może podnieść czerwony (stop), zielony (idź) lub żółty (czekaj), aby zasygnalizować uczniom.

OSOBY

Zaangażuj asystenta nauczyciela, który wie, jak wspierać dzieci z ASD.

Utwórz parę: dziecko z ASD z przyjacielem, który je rozumie i może udzielić mu wsparcia.

Naucz innych uczniów, aby byli życzliwi i cierpliwi, aby wszyscy mogli współpracować.

Rówieśnicy mogą wspierać tych, którzy mają mniejsze umiejętności.

PLAN LEKCJI B12

Przebywa w grupie liczącej 5 lub więcej dzieci

45 minut

CEL LEKCJI

Aby uczniowie angażowali się w gry sztafetowe, które poprawiają pracę zespołową i koordynację, a dodatkowym celem jest zapewnienie dziecku z ASD wygodnego uczestnictwa w grupie liczącej 5 lub więcej dzieci przez całą sesję.

MATERIAŁY

Otwarta przestrzeń (boisko gimnastyczne lub plac zabaw)
Stożki lub markery, pałki sztafetowe i obręcz hula
Stopery lub timery
Narzędzia sensoryczne

TECHNIKA

Modelowanie behawioralne: Wskazanie prawidłowego uczestnictwa w zajęciach grupowych w celu zapewnienia jasnych przykładów wszystkim uczniom, w tym tym z ASD.

Wzmocnienie różnicowe: zapewnianie konkretnej pozytywnej informacji zwrotnej na temat odpowiedniego zachowania i uczestnictwa w grupie, wzmacnianie tych działań, jednocześnie delikatnie korygując niepożądane zachowania.

Wskazówki wizualne i harmonogramy: Wdrażanie pomocy wizualnych przedstawiających etapy ćwiczeń, pomagających uczniom z ASD zrozumieć, czego się spodziewać i zmniejszających niepokój związany z przejściem.

AKTYWNOŚĆ

Wprowadzenie (5 minut)

Wszyscy uczniowie gromadzą się w kręgu.
Wyjaśnienie celu lekcji i znaczenia wzajemnego szanowania doświadczeń edukacyjnych.
Pokaż sygnały i pomoce wizualne ilustrujące odpowiednie pozycje.

Rozgrzewka (10 minut)

Niech uczniowie pobiegają lub przespacerują się po wyznaczonym obszarze.

Użyj gwizdka, aby zasygnalizować zmianę kierunku lub tempa.
Zachęć uczniów, aby zwracali uwagę na otoczenie i unikały kolizji.
Włącz ucznia z ASD w rozgrzewkę, upewniając się, że czuje się komfortowo.
Zachęć nauczyciela asystenta, aby wspierał ucznia z ASD, aby pozostał skupiony i zaangażowany podczas rozgrzewki oraz pozostawał w grupie z innymi.
Podziel uczniów na zespoły pięcioosobowe lub większe, tak aby w jednym z zespołów znajdowało się dziecko z ASD. Użyj hula-hopów ułożonych w linie, aby oznaczyć miejsca, w których uczniowie powinni poczekać na swoją kolej w zadaniu.

Ćwiczenie 1: Sztafeta (10 minut)

Ustaw trasę sztafetową ze znacznikami.
Każda drużyna na zmianę przekazuje pałeczkę sztafetową, kładąc nacisk na pracę zespołową i koordynację.
Zachęć uczniów z ASD, aby pozostali w kolejce w hula-hopie i czekali. Skoncentruj ich uwagę na uczniu, który gra przed nimi. W razie potrzeby pozwól na przerwy.
Powtórz zabawę, zdejmując hula-hop.

Ćwiczenie 2: Wyzwanie zespołowe (10 minut)

Stwórz wyzwanie zespołowe, w którym każdy zespół musi wspólnie rozwiązać zagadkę lub wykonać zadanie. Pięć drużyn ustawia się w rzędzie w hula-hopach.
Każda drużyna musi wspólnie ułożyć puzzle. Każdy element układanki przedstawia inną część słynnego zabytku. Aby odnieść sukces, wszyscy w zespole muszą współpracować, aby ułożyć elementy układanki we właściwej kolejności. Po sygnale startu pierwszy z lewej biegnie do miejsca, w którym należy dokończyć układankę i zostawia swój element układanki. Wracają i dotykają kolejnego ucznia, który powtarza ćwiczenie. Kiedy wszystkie elementy są już na swoim miejscu, cała drużyna udaje się i kończy układankę. Po zakończeniu uciekają i zajmują swoje pozycje. Skoncentruj ich uwagę podczas demonstracji.
Zachęcaj do wspólnej zabawy, podczas której uczeń z partnerem z ASD może go wspierać w razie potrzeby.
Powtórz grę, usuwając hula-hop.

Ochłodzenie (5 minut)

Zbierz uczniów w kręgu.
Zastanów się, czego się nauczyli i czego doświadczyli.
Doceniaj wysiłki wszystkich i chwal.
Wykonuj krótkie ćwiczenia rozciągające, aby schłodzić mięśnie.

Podsumowanie (5 minut)

Dziękujemy wszystkim uczniom za udział i włożony wysiłek.

Podkreśl znaczenie włączania i pracy zespołowej w klasie.
Wspomnij o nadchodzących lekcjach lub zajęciach.

EFEKTY KSZTAŁCENIA

Udział w grupie: Uczniowie z ASD wykażą się umiejętnością aktywnego angażowania się w zajęcia grupowe przez całą sesję WF, poprawiając swoje zaangażowanie społeczne i zmniejszając izolację.

Lepsza praca zespołowa i koordynacja: Wszyscy uczniowie wykażą się lepszymi umiejętnościami pracy zespołowej i koordynacji poprzez pomyślny udział w sztafetach i wyzwaniach zespołowych.

Efektywna komunikacja: Uczniowie doskonalą swoje umiejętności komunikacyjne, ucząc się wyrażania swoich potrzeb i współpracy z rówieśnikami podczas zajęć.

Większy komfort i zaangażowanie: Uczniowie z ASD będą wykazywać większy komfort i zaangażowanie w środowisku grupowym, wykazując postęp w adaptacji i czerpaniu radości z uczestnictwa w życiu społecznym.

UZASADNIENIE TEORETYCZNE

Stosowana analiza zachowania: kładzie nacisk na stosowanie ustrukturyzowanych interwencji opartych na wzmocnieniu w celu modyfikacji zachowań, co jest kluczowe, aby pomóc uczniom z ASD w przystosowaniu się do zajęć grupowych i uczestniczeniu w nich.

Teoria społecznego uczenia się: podkreśla znaczenie uczenia się poprzez obserwację i interakcję z rówieśnikami, wspierając technikę ustrukturyzowanej interakcji z rówieśnikami.

Teoria samostanowienia: koncentruje się na wspieraniu autonomii i kompetencji, co jest szczególnie ważne dla zwiększenia motywacji i uczestnictwa wśród uczniów z ASD.

Poznawcza teoria integracji społecznej: podkreśla korzyści płynące z integracji społecznej dla dzieci z ASD, wspierając ich rozwój poprzez zorganizowane działania społeczne i zespołowe.

UMIEJĘTNOŚCI I KOMPETENCJE

Praca zespołowa: Uczniowie rozwiną umiejętności efektywnej pracy zespołowej poprzez wspólną pracę podczas sztafet i wyzwań zespołowych.

Komunikacja: Lepsze umiejętności komunikacyjne zostaną zaobserwowane, gdy uczniowie będą współpracować z rówieśnikami.

Rozwiązywanie problemów: Uczniowie zdobędą umiejętności rozwiązywania problemów, pracując wspólnie nad pokonywaniem wyzwań.

Empatia: Uczniowie rozwiną empatię, rozumiejąc swoje wyjątkowe potrzeby i reagując na nie.

Autonomia i samoregulacja: Uczniowie z ASD poprawią swoją autonomię i umiejętności samoregulacji, stopniowo czując się bardziej komfortowo w środowisku grupowym.

Integracja i szacunek: Plan lekcji będzie zaszczeniał wartości włączania i szacunku wśród wszystkich uczniów, promując przyjazne i pełne zrozumienia środowisko w klasie.

MODYFIKACJE DLA RÓŻNYCH UCZNIÓW

PRZESTRZEŃ

Upewnij się, że miejsca do zajęć są czyste i niezbyt zatłoczone.

Zmniejsz lub powiększ obszary przeznaczone na zajęcia, aby dostosować je do potrzeb uczniów lub zapewnić niektórym większe wyzwanie.

Stwórz ciche miejsce, do którego uczniowie z ASD mogą się udać, jeśli potrzebują przerwy.

ZADANIE

Ułatw sobie zadania, dzieląc je na mniejsze kroki.

Jeśli zajdzie taka potrzeba, daj dodatkowy czas.

Zapewnij mniejsze układanki zespołom o niższych umiejętnościach.

Użyj ćwiczeń demonstracyjnych i słów, aby wyjaśnić, co robić.

Rozgrzewka może zostać wykorzystana do oceny umiejętności uczniów (patrz modyfikacje B11 KROKU).

SPRZĘT

Wszystko co może służyć jako pałka.

Rysunek można wykonać na kilku arkuszach kolorowego papieru, aby działał jak gigantyczna układanka.

Arkusze papieru mogą zawierać cyfry lub litery, które należy uporządkować zamiast układanki.

Do oznaczania pozycji na podłodze można używać różnych kolorowych znaczników punktowych Poly dla każdej grupy.
Duży zegar ścienny pozwoli uczniom wiedzieć, kiedy rozpocznie się i zakończy każde ćwiczenie, zgodnie z planem lekcji.

OSOBY

Używaj podpowiedzi i wygaszania, aby pomóc uczniom, zwłaszcza tym z ASD, podczas zajęć i stopniowo ograniczaj te podpowiedzi, gdy zyskają większą niezależność.

Miej asystenta nauczyciela, który będzie wspierał dzieci z ASD.

Zwiększ liczbę uczniów w bardziej wykwalifikowanych zespołach, aby zapewnić większe wyzwanie.

Połącz dziecko z ASD z przyjacielem, który je rozumie i może udzielić mu wsparcia. Naucz innych uczniów, aby byli życzliwi i cierpliwi, aby każdy mógł uczestniczyć, osiągać sukcesy i cieszyć się uczuciami, jakie niosą ze sobą osiągnięcia.

Aby zachęcić uczniów do refleksji, można zapytać uczniów: „Co zrobiłeś dobrze?” „Co mógłbyś ulepszyć?” a następnie: „Co byś zmienił, gdybyś wykonał tę czynność jeszcze raz?”

Wykorzystaj ustrukturyzowaną interakcję z rówieśnikami, aby promować uczenie się społeczne, wykorzystując rówieśników jako modele i systemy wsparcia w ramach działań grupowych.

PLAN LEKCJI B13

Odpowiada na wszystkie pytania/prośby przedstawione przez rówieśników.

45 minut

CEL LEKCJI

Aby uczniowie angażowali się w grę sportową, zapewniając jednocześnie aktywne uczestnictwo dziecka z ASD, odpowiadając na pytania i prośby rówieśników podczas sesji WF, korzystając ze wsparcia rówieśnika.

MATERIAŁY

Otwarta przestrzeń (sala gimnastyczna, boisko lub plac zabaw)
Stożki lub markery, pałki sztafetowe i obręcz hula
Stoperki lub timery
Narzędzia sensoryczne

TECHNIKI

Ukierunkowane modelowanie behawioralne: demonstrowanie interakcji społecznych i uczestnictwa w grach, koncentrując się na tym, jak odpowiadać na pytania i prośby rówieśników.

Podpowiadanie i wygaszanie: Używanie podpowiedzi do kierowania właściwymi reakcjami i interakcjami, stopniowo ograniczając liczbę tych podpowiedzi, w miarę jak uczniowie zdobywają pewność siebie i umiejętności.

Systematyczne wzmacnianie: zapewnienie spójnej i konkretnej pozytywnej informacji zwrotnej dotyczącej właściwych reakcji i zaangażowania w działania, wzmacniającej pożądane zachowania.

Nauczanie za pośrednictwem rówieśników: korzystanie z przeszkolonych nauczycieli w celu ułatwienia interakcji społecznych i modelowania odpowiedniego zachowania, zwiększając możliwości uczenia się uczniów z ASD.

Wsparcie wizualne i wskazówki: wdrożenie jasnych i uporządkowanych wskazówek wizualnych pomagających w zrozumieniu zasad gry i oczekiwanych zachowań, wspierających zrozumienie i wykonanie zadań.

AKTYWNOŚĆ

Wprowadzenie (5 minut):

Wszyscy uczniowie gromadzą się w kręgu.

Wyjaśnienie celu lekcji i znaczenia wzajemnego szanowania doświadczeń edukacyjnych.

Przydziel rówieśnika i wyjaśnij jego zadania oraz oczekiwania wobec ucznia z ASD. Koncentrujemy się na tym, jak uczeń z ASD odpowiada na pytania rówieśników i podpowiedzi, takie jak: „Staraj się unikać wpadania na ludzi”.

Rozgrzewka (10 minut)

Niech uczniowie pobiegają lub przespacerują się po wyznaczonym obszarze.

Użyj gwizdka, aby zasygnalizować zmianę kierunku lub tempa.

Zachęć, aby zwracali uwagę na otoczenie i unikały kolizji.

Włącz ucznia z ASD w rozgrzewkę, upewniając się, że czuje się komfortowo.

Zachęć rówieśnika, aby wspierał ucznia z ASD, aby pozostał skupiony i zaangażowany podczas rozgrzewki oraz pozostawał w grupie z innymi.

Ćwiczenie 1: Zdobądź flagę (10 minut)

Podziel uczniów na dwa zespoły

Przygotuj obszar gry z wyraźną granicą pośrodku i obszarem „więzienia” dla każdej drużyny.

Wyjaśnij zasady: Każda drużyna ma ukrytą na swoim terytorium flagę. Celem jest zdobycie flagi drużyny przeciwnej i przywrócenie jej do „bazy” swojej drużyny bez bycia oznaczonym przez drużynę przeciwną. Jeśli zostanie oznaczony, gracz trafia do więzienia drużyny przeciwnej i może zostać uwolniony przez dotknięcie go przez członka drużyny.

Rówieśnik może pomóc uczniowi z ASD w zrozumieniu celów i strategii gry. Tutor rówieśniczy powinien zadawać pytania, aby uzyskać odpowiedzi.

Nauczyciel WF powinien także zachęcać uczniów z ASD do odpowiadania na pytania i prośby rówieśników, w tym do koordynowania planów zdobycia flagi lub pomocy w uwolnieniu członków drużyny z więzienia.

Ćwiczenie 2: Rzucanie workiem z fasolą (10 minut)

Przygotuj grę w rzucanie workiem fasoli z wyznaczonymi obszarami docelowymi, takimi jak hula-hop lub zaznaczone miejsca na ziemi.

Podziel uczniów na pary lub małe grupy.

Rozdaj każdej grupie worki z fasolą do rzucania.

Wyjaśnij zasady: Celem jest wrzucanie worków z fasolą do docelowych obszarów w celu zdobycia punktów. Im bliżej środka worek wyląduje, tym więcej punktów będzie warta.

Tutor rówieśniczy powinien pomóc uczniowi z ASD zrozumieć cele i strategię. Tutor rówieśniczy powinien zadawać pytania, aby uzyskać odpowiedzi.

Nauczyciel wychowania fizycznego powinien także zachęcać ucznia z ASD do odpowiadania na pytania lub prośby, na przykład do omawiania strategii z rówieśnikami i na zmianę rzucania workami z fasolą.

Wyciszenie (5 minut)

Zbierz uczniów w kręgu.

Zastanów się, czego się nauczyli i czego doświadczyli.

Doceniaj wysiłki wszystkich.

Wykonuj krótkie ćwiczenia rozciągające, aby schłodzić mięśnie.

Podsumowanie (5 minut)

Dziękujemy wszystkim uczniom za udział, wysiłek i pracę zespołową.

Podkreśl znaczenie włączania i pracy zespołowej w klasie.

Wspomnij o nadchodzących lekcjach lub zajęciach.

EFEKTY KSZTAŁCENIA

Reagująca komunikacja: Uczniowie z ASD wykażą się umiejętnością odpowiedniego odpowiadania na pytania i prośby rówieśników w ponad 80% przypadków podczas gier.

Wzmocniona interakcja społeczna: Wszyscy uczniowie wykażą się lepszymi umiejętnościami społecznymi, współpracując i skutecznie komunikując się w działaniach zespołowych.

Aktywne zaangażowanie: Uczniowie z ASD będą aktywnie angażować się w zajęcia grupowe, utrzymując uczestnictwo przy minimalnych podpowiedziach do końca sesji.

Empatyczne interakcje z rówieśnikami: Tutorzy rówieśniczy będą wykazywać większą empatię i zrozumienie wobec uczniów z ASD, skutecznie wspierając ich uczestnictwo i interakcję.

UZASADNIENIE TEORETYCZNE

Stosowana analiza zachowania: koncentruje się na praktycznym zastosowaniu interwencji behawioralnych w celu poprawy interakcji społecznych i umiejętności komunikacyjnych u uczniów z ASD.

Teoria społecznego uczenia się podkreśla, że uczniowie uczą się poprzez obserwację innych w kontekście społecznym. Zajęcia omówione w tej lekcji, szczególnie prowadzone przez tutorów rówieśniczych, dają dziecku z ASD możliwość modelowania zachowań, poprawy komunikacji i interakcji społecznych z rówieśnikami.

Behawioryzm: Poprzez konsekwentne stosowanie podpowiedzi behawioralnych i wzmacnianie pozytywnych zachowań, lekcja ta ma na celu przygotowanie uczniów do odpowiedniego reagowania na sygnały i prośby społeczne. Harmonogram wzmocnień z biegiem czasu wzmacnia pożądane zachowania, czyniąc interakcje społeczne częścią repertuaru ucznia.

Teoria konstruktywizmu: angażując się w praktyczne zajęcia, takie jak „Zdobądź flagę” i „Rzut workiem fasoli”, uczniowie budują swoje zrozumienie i wiedzę poprzez doświadczenia. Takie podejście pomaga zintegrować teoretyczne aspekty pracy zespołowej i komunikacji z praktycznym zastosowaniem, poprawiając efekty uczenia się.

Teoria edukacji włączającej: Teoria ta wspiera modyfikacje i dostosowania wprowadzane w trakcie lekcji, aby zapewnić wszystkim uczniom możliwość pełnego i skutecznego uczestnictwa, niezależnie od ich umiejętności. Struktura lekcji opowiada się za inkluzywnym środowiskiem, w którym uczniowie z ASD mogą wchodzić w interakcje z rówieśnikami w mniej restrykcyjnych warunkach.

Teoria samostanowienia: teoria ta zachęca do autonomii i samoobrony. Umożliwienie uczniom z ASD aktywnego uczestnictwa i odpowiadania rówieśnikom w ustrukturyzowanych grach wspiera ich kompetencje, powiązania, autonomię, krytyczne elementy wewnętrznej motywacji i zaangażowania.

Teoria umysłu: Umieszczając uczniów z ASD w scenariuszach, w których muszą interpretować potrzeby i prośby innych oraz reagować na nie, lekcja wspiera rozwój empatii i zrozumienia, które często stanowią wyzwanie dla osób z ASD.

UMIEJĘTNOŚCI I KOMPETENCJE

Zdolności rozwiązywania problemów: Poprawa umiejętności rozwiązywania problemów podczas gry, nauka radzenia sobie z wyzwaniami i tworzenia strategii z rówieśnikami.

Samoregulacja i niezależność: Zwiększona zdolność do samoregulacji i niezależności poprzez aktywne uczestnictwo i reagowanie na wymagania sytuacyjne podczas WF.

Praca zespołowa: Uczniowie rozwiną umiejętności efektywnej pracy zespołowej poprzez wspólną pracę podczas gier i wyzwań zespołowych.

Komunikacja: W miarę interakcji i współpracy uczniów z rówieśnikami można zaobserwować lepsze umiejętności komunikacyjne.

Empatia: empatia ulegnie poprawie, gdy zrozumieją indywidualne potrzeby i zareagują na nie.

Niezależność i samoobrona: Studenci nauczą się komunikować i opowiadać się za indywidualnymi potrzebami, wspierając niezależność i samoregulację.

Integracja i szacunek: Plan lekcji będzie zaszczeniał wśród wszystkich uczniów wartości włączania i szacunku, promując przyjazne i pełne zrozumienia środowisko w klasie.

MODYFIKACJE DLA RÓŻNYCH UCZNIÓW

PRZESTRZEŃ

Ćwiczenie 1: Wyznacz boisko do gry za pomocą stożków lub kolorowej taśmy. Upewnij się, że miejsca do zajęć są czyste i niezbyt zatłoczone. Podczas tej gry może być głośno, dlatego zapewnij ciche miejsce, do którego uczniowie z ASD będą mogli pójść, jeśli będą potrzebowali przerwy.

Ćwiczenie 2: Zwiększ odległość do celu, aby stworzyć osiągalne wyzwanie dla bardziej wykwalifikowanych miotaczy. Użyj demonstracji, ćwiczeń i słów, aby wyjaśnić, co robić.

ZADANIE

Ćwiczenie 1: Ułatw sobie zadania, dzieląc je na mniejsze kroki; na przykład uczeń z ASD może w różnych rundach brać udział tylko jako obrońca lub tylko jako atakujący. Jeśli zajdzie taka potrzeba, daj dodatkowy czas.

Działanie 2: Stacje umiejętności można wykorzystać do zapewnienia bardziej włączającego charakteru działania. (Patrz Plan Lekcji M4)
Rozgrzewka: Można ją wykorzystać do oceny umiejętności uczniów (patrz Modyfikacje B11).

SPRZĘT

Jeśli nie masz sprzętu, użyj kulek wykonanych z papieru i taśmy klejącej. Podczas szybkiej randki kolejka mniej zdolnych uczniów powinna trzymać sprzęt, podczas gdy uczniowie bardziej zdolni poruszają się w kolejce, jak opisano wcześniej. (patrz Plan Lekcji M3)

Podczas szybkiej randki pary uczniów mogą zdecydować się na stanie dalej lub bliżej siebie.

Każdy może uczestniczyć w tej samej aktywności na różne sposoby, przy użyciu innego sprzętu i jednocześnie z różnymi ludźmi.

Ćwiczenie 1: Zamiast flagi można umieścić na krześle stożek lub kulę.

Ćwiczenie 2: Aby stworzyć zróżnicowane wyzwania, można używać piłek w różnych kolorach, teksturach, rozmiarach i kształtach. Piłki mogą mieć dzwonki i pochodzić z różnych dyscyplin sportowych. Każdy uczeń będzie miał spersonalizowane



doświadczenie edukacyjne. Różne piłki mogą zwiększyć wyzwanie, poprawić zaangażowanie lub zmniejszyć stres.

Użyj celów o różnej wielkości dla różnych uczniów, aby stworzyć osiągalne wyzwanie. (Pudełka kartonowe o różnych rozmiarach).

PLAN LEKCJI M1

Naśladuje sekwencję czynności ruchowych modelowaną przez nauczyciela wychowania fizycznego.

45 minut

CEL LEKCJI

Aby uczeń rozwijał zdolności motoryczne i koordynację poprzez naśladowanie różnych czynności motorycznych podczas ćwiczenia umiejętności społecznych.

MATERIAŁY

Materiały stacji imitujące silnik
Karty samooceny ruchu
Wizualne karty podpowiedzi
Naśladowanie działań w historii społecznej PE
Formularz samooceny nauczyciela

TECHNIKA

Historie społeczne: Uczniowie opowiadają historię o poruszaniu się jak inni.

Modelowanie behawioralne: Demonstrowanie działań motorycznych, które uczniowie mają naśladować, zapewniając uczniom wyraźny przykład. Uczniowie obserwując rówieśników angażują się w zachowania i wzmacnianie kontaktu.

Podpowiadanie i wygaszanie: Używanie podpowiedzi werbalnych, fizycznych lub wizualnych do kierowania działaniami uczniów, stopniowo ograniczając liczbę podpowiedzi w miarę zdobywania przez uczniów biegłości.

Wzmocnienie różnicowe: zapewnienie specyficznego pozytywnego wzmocnienia za dokładnie naśladowane działania i odpowiednie interakcje społeczne oraz korygująca informacja zwrotna w przypadku niedokładnych imitacji.

Analiza zadań: Wykorzystanie analizy zadań do uszczegółowienia i nauczenia kroków związanych z każdą czynnością motoryczną, co ułatwi uczniom zrozumienie i odtworzenie ruchów.

Samooocena/wzmocnienie (uczniowie zastanawiają się nad swoimi działaniami)

AKTYWNOŚĆ

Przejrzyj z uczniami czynności naśladujące i historię społeczną. Zadawaj pytania, aby sprawdzić zrozumienie całości.

Przygotuj salę ze stanowiskami do imitacji motorycznej:

Lustro:

Umieść lustra w miejscu, w którym uczniowie będą mogli naśladować śmieszne zachowania rówieśników.

Taniec: Gra spokojna muzyka taneczna, a każdy uczeń po kolei wykonuje ruchy taneczne, aby inni mogli je naśladować.

Zwierzęta: uczniowie wybierają kartę zwierzęcia, wykonują akcję, a pozostali naśladowują.

W razie potrzeby poprowadź uczniów przez stanowiska imitacyjne, korzystając z dodanych podpowiedzi i poproś ich, aby sami ocenili, czy poprawnie wykonali czynność, korzystając z kart samooceny ruchu.

Uczniowie będą ćwiczyć świadomość społeczną poprzez obserwację i modelowanie rówieśników.

EFEKTY KSZTAŁCENIA

Nabywanie umiejętności motorycznych: Uczniowie będą dokładnie naśladować zestaw czynności motorycznych demonstrowanych przez nauczyciela, poprawiając swoją koordynację i zdolności motoryczne, co będzie mierzone na podstawie obserwacji nauczyciela i kart samooceny.

Udoskonalone umiejętności społeczne: Uczniowie wykażą się lepszymi interakcjami społecznymi poprzez nawiązywanie kontaktu z rówieśnikami poprzez modelowanie i naśladowanie, zgodnie z obserwacjami nauczycieli i raportami rówieśników.

Lepsza samoocena: Uczniowie rozwiną umiejętności samooceny, będą w stanie krytykować własne wyniki i identyfikować obszary wymagające poprawy, korzystając z kart samooceny.

Rozwój poznawczy i fizyczny: Uczniowie będą doskonalić swoje zdolności poznawcze i fizyczne, integrując obserwacje wizualne z wykonaniem motorycznym, doskonaląc swoje ruchy w oparciu o opinie rówieśników i nauczyciela.

UZASADNIENIE TEORETYCZNE

Stosowana analiza zachowania: koncentruje się na praktycznym zastosowaniu interwencji behawioralnych w celu poprawy umiejętności motorycznych i zachowań społecznych, poprzez ustrukturyzowane nauczanie i wzmacnianie. Ta perspektywa psychologiczna skupia się na założeniu, że wszystkich zachowań uczymy się poprzez interakcję ze środowiskiem. Lekcja wykorzystuje zasady behawioryzmu, takie jak

wzmacnianie i powtarzanie. Pozytywne wzmocnienia, takie jak karty pochwał i samooceny, zachęcają uczniów do powtarzania pożądaných zachowań, utrwalając w ten sposób naukę odpowiednich działań motorycznych.

Teoria uczenia się motorycznego koncentruje się na tym, jak jednostki nabywają i doskonalą umiejętności poprzez ruch fizyczny, praktykę i informację zwrotną. Lekcja wykorzystuje uczenie się motoryczne poprzez konstruowanie czynności wymagających powtórzeń i dostosowań, które są kluczem do rozwijania umiejętności motorycznych. Naśladowując czynności, uczniowie doskonalą umiejętność przetwarzania informacji wzrokowych, przekształcania ich w polecenia motoryczne oraz doskonalą swoje ruchy w oparciu o informację zwrotną, zgodnie z zasadami uczenia się motorycznego.

Teoria społecznego uczenia się: teoria Alberta Bandury podkreśla, że ludzie uczą się od siebie nawzajem poprzez obserwację, naśladowanie i modelowanie. W tej lekcji, aby ułatwić naukę, wykorzystuje się modelowanie rówieśnicze i historie społeczne, podczas których uczniowie obserwują zademonstrowane działania swoich rówieśników i nauczyciela, a następnie próbują je odtworzyć. Pomaga to w nauce określonych umiejętności motorycznych i zrozumieniu sygnałów społecznych związanych z każdym działaniem.

Konstruktywistyczna teoria uczenia się sugeruje, że uczniowie konstruują wiedzę poprzez doświadczenia. Podczas tej lekcji uczniowie są raczej aktywnymi uczestnikami niż biernymi odbiorcami informacji. Uczniowie budują swoją wiedzę na temat ruchów fizycznych i interakcji społecznych, angażując się w interaktywne stacje, takie jak naśladowanie luster, taniec i działania zwierząt, dzięki czemu nauka staje się bardziej znacząca i dostosowana do ich osobistych doświadczeń.

Teoria rozwoju poznawczego: Teorię Piageta można zastosować do zrozumienia, w jaki sposób dzieci przystosowują się do obserwowanych działań fizycznych i organizują je w spójne schematy. Lekcja wspiera rozwój poznawczy, rzucając wyzwanie uczniom, aby dostosowali zaobserwowane zachowania do swojego repertuaru ruchów, zwiększając ich elastyczność poznawczą i umiejętności rozwiązywania problemów.

Uczenie się przez doświadczenie: Cykl uczenia się przez doświadczenie Kolba sugeruje, że uczenie się najlepiej ułatwia konkretne doświadczenie, refleksyjna obserwacja, abstrakcyjna konceptualizacja i aktywne eksperymentowanie. Ten plan lekcji pozwala uczniom bezpośrednio doświadczyć ćwiczeń fizycznych, zastanowić się nad ich wynikami, zrozumieć podstawowe zasady ruchów i wykorzystać tę wiedzę do doskonalenia i eksperymentowania z nowymi ruchami w wspierającym środowisku.

UMIĘJĘTNOŚCI I KOMPETENCJE

Koordynacja i kontrola motoryczna: Uczniowie wykażą się lepszymi umiejętnościami motorycznymi i świadomością ciała poprzez aktywne uczestnictwo w zadaniach imitacyjnych.

Interakcje społeczne i praca zespołowa: Rozwój umiejętności pracy zespołowej poprzez uczestnictwo w zajęciach grupowych oraz uczenie się współpracy i skutecznej komunikacji z rówieśnikami.

Samoregulacja i zdolność adaptacji: Doskonalenie umiejętności samoregulacji poprzez zarządzanie swoim zachowaniem i dostosowywanie działań w oparciu o ustawienie grupy i wymagania zadań.

Komunikacja i empatia: Poprawa komunikowania potrzeb i zrozumienia innych, tworzenie atmosfery wzajemnego szacunku i wsparcia wśród uczniów.

MODYFIKACJE DLA RÓŻNYCH UCZNIÓW

PRZESTRZEŃ

Odstęp między stanowiskami można zmniejszyć lub zwiększyć, aby uczniowie czuli się bardziej komfortowo lub aby urozmaicić wyzwanie.

Ponumeruj każdą osobę, np. od 1 do 5. Każda grupa zbiera się na jednym stanowisku. Każda grupa może wybrać lidera lub asystenta nauczyciela, który będzie wspierał grupę. (Patrz Plan Lekcji M3).

ZADANIA

Użyj łączenia, aby podzielić złożone działania motoryczne na mniejsze, łatwiejsze do wykonania kroki, których można się nauczyć sekwencyjnie, aby zbudować pełną akcję.

Szybkie randki mają dwie linie uczniów i tabele pomiędzy liniami.

Bardziej wykwalifikowani uczniowie lub asystenci tworzą Linie 1 i na koniec każdego ćwiczenia ostatnia osoba w Linii 1 przesuwa się na początek Linii 1, a każda osoba przesuwa się o jeden rząd w dół.

Każdy może uczestniczyć w różnych zajęciach na różne sposoby i z różnymi osobami jednocześnie.

(Patrz Plan Lekcji M3).

ZAOPATRZENIE

Jeśli nie masz sprzętu, użyj kulek wykonanych z papieru i taśmy klejącej.

OSOBY

Coaching rówieśniczy może mieć miejsce, gdy bardziej wykwalifikowani uczniowie będą kierować uczniami o mniejszych umiejętnościach. Przed dyskusją uczniowie

mogą narysować prezentację, używając słów, symboli lub obrazów, aby wesprzeć dyskusję na temat doświadczeń.

Bottom of Form

PLAN LEKCJI M1 SPOŁECZNA HISTORYJKA



Naśladowanie działań w PE.

Na zajęciach WF nauczyliśmy się naśladować czynności. Naśladowanie oznacza kopiowanie tego, co robią inni ludzie. To jak gra w podążanie za liderem.



Dlaczego naśladowujemy?

Naśladowujemy na WF, aby poznać nowe ćwiczenia i ćwiczenia. Kiedy widzimy, jak inni coś robią, nam również pomaga zrozumieć, jak to zrobić.



Jak naśladować

Aby naśladować działania, musimy zwracać uwagę na to, co robią inni. Możemy obserwować ruchy ich ciała, słuchać poleceń nauczyciela i starać się je naśladować.



Praktyka czyni mistrza.

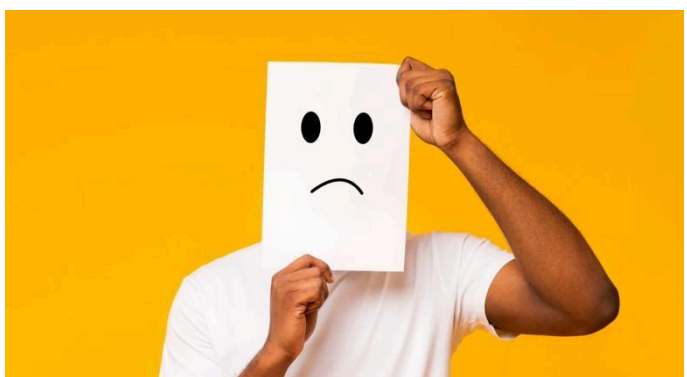
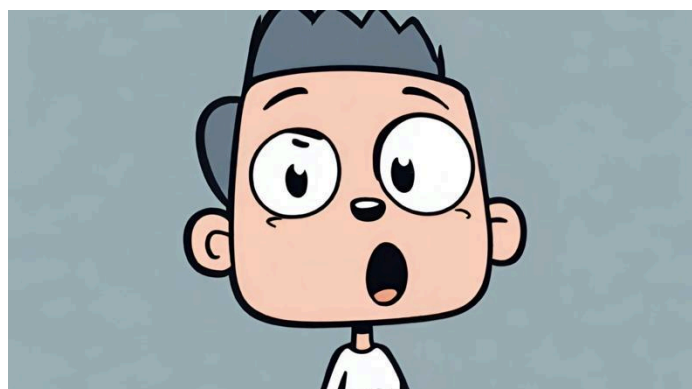
Jeśli pierwsza próba nie przynosi rezultatów spróbuj drugi raz



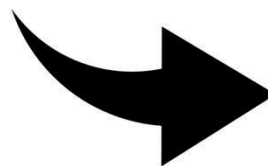
Wspólna zabawa

Naśladowanie akcji to nie tylko nauka. Możesz mieć wspólną zabawę ze swoimi znajomymi

PLAN LEKCJI M1 KARTY OCENY RUCHU



PLAN LEKCJI M1 WIZUALNE KARTY PODPOWIEDZI



SPIS LEKCJI M1 FORMULARZ OCENY NAUCZYCIELA

Scenariusz lekcji M1 Formularz oceny nauczyciela

Wskazówki: Nauczyciel powinien wypełnić tę listę kontrolną podczas kończenia lekcji.

CEL	JA TO ZROBIŁEM!	MOŻE NASTĘPNYM RAZEM.	UWAGI, JAK BYŁO
1) Dostosowano historię społeczną dla uczniów.			
2) Omówiliśmy z uczniami historię społeczną.			
3) <u>Zadano</u> pytania, aby sprawdzić zrozumienie podczas przeglądania historii społecznościowej.			
4) Przygotował i przeprowadził stanowiska imitacji, podczas których uczniowie dzielą się na małe grupy i przemieszczają się do różnych stanowisk, aby wykonać ćwiczenie polegające na naśladowaniu (np.): -Lustro: lustro ustawione w taki sposób, że naśladowają w lustrze głupie działania rówieśników. -Taniec: gra spokojna muzyka taneczna, a każdy uczeń po kolei wykonuje ruchy taneczne, aby inni mogli je naśladować. -Zwierzęta: uczniowie wybierają kartę zwierzęcia, wykonują akcję, a pozostali naśladowują.			
5) Czy uczniowie dokonują samooceny podczas każdego ćwiczenia polegającego na			
naśladowaniu, prosząc ich o podniesienie kart samooceny ruchu, aby sami mogli ocenić, czy sami poprawnie naśladowują dane działanie.			
6) W razie potrzeby stosowano dodatkowe podpowiedzi, aby pomóc uczniom naśladować, przechodzić od stanowiska do stanowiska i/lub dokonywać samooceny. Mogą to być podpowiedzi wizualne/obrazy, wskazówki werbalne, gesty i/lub przedmioty, takie jak lustro.			
7) Zakończono sesję omówieniem z uczniami historii społecznej.			

PLAN LEKCJI M2

Przeskakuje na jednej nodze przez pokój, nie spadając.

45 minut

CEL LEKCJI

Aby uczeń rozwijał umiejętności motoryczne i koordynację, ucząc się skakać po pokoju, ćwicząc jednocześnie kierunek, podążanie i umiejętności społeczne.

MATERIAŁY

Materiały do skakania z przeszkodami
Karty samooceny ruchu (mogą być takie same, jak w M1)
Wizualne karty podpowiedzi
Nauka przeskakiwania - historyjka społeczna
Film o skakaniu na YouTube
Formularz samooceny nauczyciela
Samoocena/wzmocnienie (uczniowie zastanawiają się nad swoimi działaniami)

TECHNIKI

Modelowanie behawioralne: Demonstracja prawidłowej techniki skakania poprzez demonstracje na żywo i modelowanie wideo w celu zapewnienia uczniom jasnych przykładów.

Analiza zadania: Podzielenie umiejętności skakania na mniejsze, łatwe do wykonania kroki, uczenie każdego elementu osobno, aby zapewnić zrozumienie i mistrzostwo.

Historia społeczna: dostosowana, krótka narracja mająca na celu nauczenie określonych zachowań lub koncepcji społecznych poprzez opisanie odpowiednich sygnałów społecznych i odpowiednich reakcji w jasny i uspokajający sposób.

Podpowiadanie i wygaszanie: Stosowanie podpowiedzi werbalnych, fizycznych lub wizualnych, aby kierować postęпами uczniów w początkowych fazach uczenia się, stopniowo ograniczając te podpowiedzi w miarę wzrostu biegłości.

Wzmocnienie różnicowe: Zapewnienie pozytywnego wzmocnienia prawidłowo wykonanych umiejętności i odpowiednich zachowań oraz wykorzystanie korygującej informacji zwrotnej lub łagodnych konsekwencji za błędy w celu promowania uczenia się.

Korekta błędów: Udzielanie natychmiastowej i konkretnej informacji zwrotnej po każdej próbie udoskonalenia techniki ucznia i poprawy wyników.

AKTYWNOŚCI

Przejrzyj z uczniami historię społeczną dotyczącą nauki skakania. Zadawaj pytania, aby sprawdzić zrozumienie całości.

Przygotuj klasę za pomocą toru przeszkód do skakania (więcej szczegółów można znaleźć w formularzu samooceny nauczyciela) oraz ścieżki do gry w klasy, aby wspólnie skakać.

Obejrzyj film o skakaniu razem z uczniami.

Poprowadź uczniów, aby współpracowali na torze przeszkód i samodzielnie oceniali swoje działania za pomocą kart.

W miarę potrzeby zwiększaj wyzwania na trasie (np. wydłużanie dystansu, konieczność noszenia przedmiotów, rywalizacja zespołowa itp.).

W razie potrzeby użyj dodanych podpowiedzi (np. wizualnych kart podpowiedzi).

EFEKTY KSZTAŁCENIA

Opanowanie umiejętności motorycznych: Uczniowie dokładnie zademonstrują umiejętność skakania na jednej nodze na ustalony dystans, wykazując poprawę równowagi i koordynacji.

Podążanie za kierunkiem: Uczniowie będą dokładnie przestrzegać prostych wskazówek podczas skakania i powiązanych czynności.

Umiejętności samooceny: Uczniowie będą korzystać z kart samooceny, aby ocenić swoje wyniki i zidentyfikować obszary wymagające poprawy, wspierając samoregulację i krytyczne myślenie.

Interakcja społeczna: Uczniowie zwiększą swoją zdolność do pracy w grupie, aktywnego uczestnictwa i reagowania na sygnały społeczne swoich rówieśników i instruktorów.

UZASADNIENIE TEORETYCZNE

Stosowana analiza zachowania: kładzie nacisk na systematyczne stosowanie interwencji opartych na zasadach uczenia się w celu poprawy złożonych umiejętności motorycznych i zachowań społecznych poprzez ustrukturyzowane nauczanie i wzmacnianie.

Teoria uczenia się motorycznego kładzie nacisk na nabywanie umiejętności motorycznych poprzez praktykę, informację zwrotną i powtarzanie. Jest to szczególnie istotne, gdy lekcja koncentruje się na skakaniu, ponieważ uczniowie uczą się tej umiejętności poprzez ćwiczenia pod okiem przewodnika i stopniowe zwiększanie poziomu wyzwań. Teoria wspiera konstruowanie działań, które pozwalają na

wielokrotne próby i korekty w oparciu o informację zwrotną, co jest niezbędne do konsolidacji umiejętności motorycznych.

Teoria uczenia się społecznego: Teoria Alberta Bandury zapewnia ramy dla zrozumienia, w jaki sposób uczniowie uczą się w kontekście społecznym, szczególnie poprzez obserwację i naśladowanie. Plan lekcji wykorzystuje modelowanie wideo i demonstracje rówieśnicze, umożliwiając uczniom obserwowanie prawidłowych technik skakania przed ich wypróbowaniem. Ekspozycja ta pomaga uczniom przyswoić sobie koordynację fizyczną i równowagę niezbędną do skakania.

Teoria obciążenia poznawczego: Teoria ta zajmuje się zdolnością mózgu do przetwarzania informacji i sugeruje, że uczenie się jest zoptymalizowane, gdy obciążenie poznawcze jest odpowiednio zarządzane. Dzielenie skakania na łatwe do opanowania części i integrując pomoce wizualne i historie społeczne, plan lekcji pomaga zmniejszyć zewnętrzne obciążenie poznawcze, umożliwiając uczniom skupienie się na doskonaleniu umiejętności.

Konstruktywistyczna teoria uczenia się: Ta teoria edukacji dowodzi, że uczniowie konstruują nową wiedzę w oparciu o swoje doświadczenia. Schemat lekcji, podczas którego uczniowie aktywnie angażują się w skakanie i zastanawiają się nad nimi, pozwala im na budowanie zrozumienia równowagi fizycznej i koordynacji poprzez osobiste doświadczenia i refleksję ułatwioną przez karty samooceny.

Strefa bliższego rozwoju (ZPD): Koncepcja ZPD Wygotskiego zakłada uczenie się z pomocą bardziej doświadczonych innych. Lekcja obejmuje wskazówki nauczyciela i pomoc rówieśników, aby pomóc uczniom w wykonywaniu zadań, których mogliby nie wykonać samodzielnie, takich jak poruszanie się po bardziej złożonym kursie skakania lub wykonywanie dodatkowych zadań, takich jak noszenie przedmiotów.

Behawioryzm: Teorię tę stosuje się poprzez wzmocnienia i modyfikacje zachowania. Pozytywne wzmocnienie, takie jak pochwały i wymierne nagrody, takie jak certyfikaty ukończenia kursu, zachęca uczniów do angażowania się i wytrwania w skakaniu. Projekt kursu obejmuje zadania o coraz większym stopniu trudności, a także wykorzystuje zasady kształtowania zachowań poprzez kolejne przybliżenia.

UMIĘJĘTNOŚCI I KOMPETENCJE

Koordynacja fizyczna i równowaga: Rozwój umiejętności motorycznych i równowagi poprzez wielokrotne ćwiczenia skakania.

Komunikacja i współpraca: Doskonalenie umiejętności komunikacyjnych poprzez interakcję z rówieśnikami i instruktorami podczas zajęć grupowych.

Rozwiązywanie problemów i zdolność adaptacji: Poprawa umiejętności uczniów w dostosowywaniu swoich strategii w oparciu o informacje zwrotne i zmiany w wymaganiach związanych z zadaniami.

Przywództwo i wsparcie rówieśnicze: zachęcanie do pełnienia ról przywódczych w działaniach grupowych, promowanie wzajemnego wsparcia i pracy zespołowej.

MODYFIKACJE DLA RÓŻNYCH UCZNIÓW

PRZESTRZEŃ

Odstęp pomiędzy stanowiskami można zmniejszyć lub zwiększyć, aby uczniowie czuli się bardziej komfortowo.

ZADANIE

Szybkie randki dzielą uczniów na dwie linie.

Bardziej wykwalifikowani uczniowie lub asystenci tworzą Linie 1, a na koniec każdego ćwiczenia ostatnia osoba w linii 1 przesuwa się na początek linii 1, a każda osoba przesuwa się o jeden rząd w dół.

Odstęp między wierszami można zwiększyć lub zmniejszyć. Odstęp pomiędzy poszczególnymi uczniami można zwiększyć, aby zapewnić większe wyzwanie, lub zmniejszyć, aby zapewnić większe wyzwanie.

Każdy może uczestniczyć w różnych zajęciach na różne sposoby i z różnymi osobami jednocześnie.

Zobacz także Modyfikacje planu lekcji M3.

SPRZĘT

Jeśli nie masz sprzętu, użyj kulek wykonanych z papieru i taśmy klejącej.

Jeśli nie masz sprzętu, użyj kulek wykonanych z papieru i taśmy klejącej.

Kolorowa taśma może oznaczać kwadraty na podłodze zamiast hula-hopów lub obręczy.

OSOBY

Coaching rówieśniczy może mieć miejsce, gdy bardziej wykwalifikowani uczniowie będą kierować uczniami o mniejszych umiejętnościach.

Przed dyskusją uczniowie mogą narysować prezentację, używając słów, symboli lub obrazów, aby wesprzeć dyskusję na temat doświadczeń.

PLAN LEKCJI M2 WIZUALNE KARTY PODPOWIEDZI



LESSON PLAN M2 SOCIAL STORY



Nauka skakania

Czasami możemy się pobawić skacząc na jednej nodze. To szczególny sposób poruszania naszymi ciałami. Nauczmy się, jak to zrobić!



Przygotowywanie się

Zanim zaczniemy rozmawiać, ważne jest, aby upewnić się, że mamy wokół siebie wystarczająco dużo miejsca. Potrzebujemy bezpiecznej otwartej przestrzeni.



Balansowanie na jednej nodze

Skakanie na jednej nodze wymaga dobrej równowagi. Najpierw stań prosto, trzymając stopy blisko siebie. Podnieś jedną stopę z ziemi i lekko ugnij kolano.



Praktyka skakania

Teraz czas zacząć skakać. Trzymając jedną stopę nad ziemią, użyj nogi, na której stoisz, aby skoczyć do przodu. Staraj się miękko wylądować na tej samej nodze, na której skaczesz. Ćwicz dalej, aż poczujesz się komfortowo.



Kibicowanie

Nauka skakania wymaga czasu i praktyki. Bądź z siebie dumny, że próbujesz i robisz postępy. Tak trzymaj i świetnej roboty!

PLAN LEKCJI M2 FORMULARZ OCENY NAUCZYCIELA

Scenariusz lekcji M2 Formularz oceny nauczyciela

Wskazówki: Nauczyciel powinien wypełnić tę listę kontrolną podczas kończenia lekcji.

CEL	JA TO ZROBIŁEM!	MOŻE NASTĘPNYM RAZEM.	UWAGI JAK BYŁO
1. Dostosowano historię społeczną dla uczniów.			
2. Omówiliśmy z uczniami historię społeczną.			
3. Zadano pytania, aby sprawdzić zrozumienie podczas przeglądania historii społecznościowej.			
4. Przygotował i przeprowadził tor przeszkód, podczas którego uczniowie dobierali się w pary, aby ukończyć tor gry w klasy, który obejmuje: <ul style="list-style-type: none"> • Wspólne oglądanie filmu przedstawiającego ruch skakania i oglądanie demonstracji rówieśniczej. • Korzystanie ze ścieżki do skakania na podłodze wykonanej ze stożków lub taśmy. • Z partnerem na zmianę skaczącym po ścieżce, trzymając się za ręce/wspierając się nawzajem. 			
5. Czy uczniowie dokonują samooceny podczas każdej rundy skakania, prosząc ich o podniesienie kart samooceny ruchu, aby sami mogli ocenić, czy sami wykonali daną akcję poprawnie.			
6. W razie potrzeby zastosowano dodatkowe podpowiedzi, aby pomóc uczniom wskakiwać. Mogą to być podpowiedzi wizualne/obrazy, wskazówki werbalne, gesty i/lub przedmioty, takie jak lustro.			
7. Zwiększona złożoność czynności na torze przeszkód w trakcie sesji (np. wydłużanie dystansu, konieczność noszenia przedmiotów, rywalizacja zespołowa itp.).			
8. Zakończono sesję omówieniem z uczniami historii społecznej.			

PLAN LEKCJI M3

Rzuty piłką znad głowy do celu.

60 minut

CEL LEKCJI

Rozwijanie zdolności motorycznych, koordynacji ruchowej podczas nauki rzutu piłką do celu.

MATERIAŁY

Średniej wielkości piłka

Cel (obręcz, pudełko) o wymiarach 1 x 2 m

Cel (obręcz, pudełko) 1 x 1 m

Balony

Tarcza do rzutek na kulki z rzepami

Torba z drobnymi nagrodami (naklejki, małe zabawki itp.)

TECHNIKA

Modelowanie behawioralne: pokaz i objaśnienie. Demonstrowanie prawidłowej techniki rzutów znad głowy, wizualne przedstawienie tej umiejętności.

Wsparcie fizyczne uzależnione od potrzeb i możliwości dziecka: początkowo kierowanie działaniami uczniów poprzez ułożenie rąk dziecka i włożenie do nich piłki. Stopniowe zmniejszanie wsparcia fizycznego w miarę wzrostu prawidłowości wykonywania ćwiczeń.

Zróżnicowane wzmocnienie: zapewnia natychmiastową, konkretną, pozytywną informację zwrotną dotyczącą prawidłowych rzutów oraz konstruktywną informację zwrotną dotyczącą ulepszeń, wzmacniającą motywację i doskonalenie umiejętności.

Stopniowanie trudności. W nabywaniu umiejętności uwzględnienie etapów: postawa, chwyt, rzut (prawą lub lewą ręką, z małej a następnie większej odległości, rzut dwoma rękami jednocześnie). Czynności te mają ułatwić naukę i zmniejszyć przeciążenie poznawcze.

Motywuujące wzmocnienia: Używanie różnych wzmocnień, takich jak pochwały słowne, naklejki lub małe zabawki z „torby z gadżetami”, aby nagrodzić sukcesy i motywować do ciągłego wysiłku.

AKTYWNOŚCI

Nadmuchaj balony i poproś uczniów, aby pobawili się nimi w łapanie i rzucanie. Przygotuj zabawne cele o różnych rozmiarach (2 m i 1 m); uczniowie mogą brać udział w przygotowaniach.

Zacznij od modelowania, jak rzucić piłkę do celu znajdującego się w odległości 2m. Uczniowie wykonują próby rzutu w asyście nauczyciela, który stojąc obok nich i trzymając ich przygotowane ręce z piłką, wykonuje rzut do celu.

Gdy ruch dziecka staje się prawidłowy, ograniczamy pomoc nauczyciela. Kiedy uczeń trafi w cel, pozwól mu wybrać nagrodę z „torby z upominkami”.

W przypadku uczniów na niższym poziomie, przed wprowadzeniem piłki, możesz zacząć od woreczków z fasolą. Aby uzyskać więcej pomysłów na cele, możesz użyć hula-hoop, plastikowych kubków układanych w stosy lub tarcz do darta zapinanych na rzepy. Ostatecznie możesz pozwolić uczniom grać w gry grupowe, takie jak Popcorn Roll & Bounce i zbijak.

EFEKTY KSZTAŁCENIA

Nabywanie umiejętności motorycznych: Uczniowie zademonstrują umiejętność dokładnego wykonania rzutu zza głowy, trafiając do celu z odległości 4 metrów.

Zgodność umiejętności: Uczniowie będą konsekwentnie stosować prawidłową postawę, chwyt i ruch rzucania, zgodnie z nauczaniem na lekcji.

Niezależne wykonanie: Uczniowie przejdą od konieczności stosowania podpowiedzi fizycznych do samodzielnego wykonywania rzutu znad głowy.

Interakcje społeczne i rówieśnicze: Uczniowie będą angażować się w działania związane z modelowaniem rówieśniczym, ucząc się, obserwując kolegów z klasy i stosując te obserwacje we własnej praktyce.

UZASADNIENIE TEORETYCZNE

Stosowana analiza zachowania: Koncentruje się na stosowaniu strategii wzmacniania i systematycznych instrukcji w celu nauczania złożonych umiejętności motorycznych i poprawy reakcji behawioralnych w zorganizowanym otoczeniu.

Teoria uczenia się motorycznego: Teoria ta kładzie nacisk na nabywanie i doskonalenie umiejętności motorycznych poprzez praktykę, sensoryczne informacje zwrotne i udane powtórzenia. Podczas tej lekcji uczniowie ćwiczą rzucanie piłką znad głowy – złożoną umiejętność motoryczną, która obejmuje koordynację, wycucie czasu i precyzję. Teoria uczenia się motorycznego wspiera ustrukturyzowaną praktykę

lekcji i elementy informacji zwrotnej, które mają na celu poprawę dokładności i techniki rzucania do celu.

Teoria obciążenia poznawczego: Teoria ta koncentruje się na zdolności ludzkiego mózgu do przetwarzania informacji i sugeruje, że uczenie się jest najskuteczniejsze, gdy obciążenie poznawcze jest odpowiednio zarządzane. Nauczyciel dzieląc zadanie rzucania na łatwiejsze do wykonania etapy (np. chwyt, postawa, technika rzutu) i wykorzystując modelowanie wideo do zademonstrowania tych elementów, pomaga uczniom skupić się na zdobywaniu jednej umiejętności na raz, redukując niepotrzebne obciążenie poznawcze.

Teoria społecznego uczenia się: Teoria Alberta Bandury podkreśla znaczenie zachowań związanych z uczeniem się poprzez obserwację, naśladowanie i modelowanie. Włączając do lekcji modelowanie wideo i demonstracje rówieśnicze, uczniowie mogą obserwować prawidłowe techniki rzucania z nadgarstka, a więc uczą się przez naśladowanie. Interakcje z rówieśnikami, w tym obserwowanie kolegów z klasy i otrzymywanie informacji zwrotnych, również wzmacniają proces uczenia się w kontekście społecznym.

Behawioryzm: Ta perspektywa psychologiczna kładzie nacisk na uczenie się poprzez interakcję z otoczeniem. Behawioryzm zakłada stosowanie pozytywnego wzmocnienia (np. nagrody w postaci torby-niespodzianki za trafienie do celu), co zachęca do powtarzania wysiłków i wzmacnia oczekiwane zachowania.

Teoria konstruktywistyczna: Konstruktywistyczna teoria uczenia się zakłada, że uczniowie konstruują wiedzę na podstawie swoich doświadczeń. Podczas tej lekcji uczniowie aktywnie uczestniczą w tworzeniu doświadczeń związanych z nauką, uczestnicząc w ustalaniu celów i stosując metodę prób i błędów w celu znalezienia najskuteczniejszych technik rzucania. To praktyczne podejście pomaga uczniom budować osobiste zrozumienie i umiejętności praktyczne poprzez bezpośrednią interakcję ze światem fizycznym.

Strefa bliższego rozwoju (ZPD): Teorię ZPD Wygotskiego stosuje się poprzez ustrukturyzowanie zadań, które uczniowie mogą wykonać z pomocą. Praktyczne wskazówki (pomoc bezpośrednia) i coraz bardziej ambitne cele zapewniają, że zajęcia mieszczą się w zakresie ZPD ucznia, promując naukę i rozwój umiejętności przy odpowiednim wsparciu.

UMIEJĘTNOŚCI I KOMPETENCJE

Precyzja i koordynacja: Rozwój precyzyjnej koordynacji ręka-oko potrzebnej do dokładnego rzucania.

Umiejętności poznawcze: Poprawa koncentracji, dbałość o szczegóły i umiejętność wykonywania wieloetapowych wskazówek.

Współpraca społeczna i komunikacja: Poprawa współpracy w grupie i skutecznej komunikacji z rówieśnikami podczas zajęć.

Świadomość i kontrola fizyczna: Zwiększona świadomość pozycji ciała i kontroli ruchu niezbędna do skutecznego wykonywania ćwiczeń motorycznych.

MODYFIKACJE DLA RÓŻNYCH UCZNIÓW

Odstęp między stanowiskami można zmniejszyć lub zwiększyć, aby uczniowie czuli się bardziej komfortowo lub aby zmniejszyć lub zwiększyć wyzwanie dla innych.

PRZESTRZEŃ

Teoria dynamiki ekologicznej opowiada się za tworzeniem środowisk uczenia się, które wzmacniają sprzężenie percepcji i działania. Tworząc różne stanowiska z różnymi zadaniami i wyzwaniami, modyfikacje te zachęcają uczniów do dostosowywania swoich ruchów w odpowiedzi na dynamiczne środowisko, co pomaga rozwijać wszechstronne umiejętności motoryczne, które można zastosować w różnych sytuacjach.

Aktywność można skonfigurować w ramach Speed Date.

W Speed Dates znajdują się dwie linie uczniów stojących naprzeciw siebie.

Bardziej wykwalifikowani uczniowie lub asystenci tworzą Linie 1 i na koniec każdego ćwiczenia ostatnia osoba w kolejce 1 przesuwają się na początek linii 1, a każda osoba przesuwa się o jeden rząd w dół. Odstęp między wierszami można zwiększyć lub zmniejszyć. Odstęp pomiędzy poszczególnymi uczniami można zwiększyć, aby zapewnić większe wyzwanie, lub zmniejszyć, aby zapewnić większe wyzwanie. Każdy może uczestniczyć w tym samym działaniu na różne sposoby i z różnymi osobami jednocześnie.

ZADANIE

Demonstracja prawidłowych technik rzucania z góry za pomocą filmu, aby zapewnić jasne, wizualne przykłady umiejętności.

Aby sprostać potrzebom uczniów, można używać piłek w różnych kolorach, teksturach, rozmiarach i kształtach. Piłki mogą mieć dzwonki i pochodzić z różnych dyscyplin sportowych.

Jeśli nie masz sprzętu, użyj kulek wykonanych z papieru i taśmy klejącej.

Podczas Szybkiej Randki rząd mniej zdolnych uczniów powinien trzymać sprzęt, podczas gdy sprawniejsi uczniowie trzymają cel. W połowie linii linie wymieniają się tarczą i piłką, a następnie przekazują ją ponownie, zanim bardziej wykwalifikowani uczniowie przesuną się wzdłuż linii, jak opisano wcześniej.

Każdy może uczestniczyć w tej samej aktywności na różne sposoby, przy użyciu innego sprzętu i jednocześnie z różnymi ludźmi.

SPRZĘT

Ponumeruj każdą osobę, np. od 1 do 5. Każda grupa zbiera się na jednym stanowisku. Każda grupa może wybrać lidera lub asystenta nauczyciela, który będzie wspierał grupę.

OSOBY

Ponumeruj każdą osobę, np. od 1 do 5 (lub nadaj jej kolor). Każda grupa o numerach od 1 do 5 (lub kolorze) proszona jest o zebranie się przy stanowisku umiejętności oznaczonym na ścianie numerem lub kolorem. Inny element aktywności na każdej stacji będzie częścią całej aktywności na ostatniej stacji umiejętności. Każda Stacja Umiejętności może mieć Peer Coacha lub asystenta nauczyciela, który może wspierać Grupę.

Podczas ćwiczenia nauczyciel powinien odwiedzić każdą stację umiejętności i trenera oraz pochwalić uczniów.

Po ćwiczeniu należy zapytać uczniów, czy chcą przenieść się do innej stacji umiejętności. Nauczyciel może też zasugerować, aby przenieśli się, ponieważ spisali się tak dobrze, lub przećwiczyli inny element.

Uczniowie mogą narysować prezentację, używając słów, symboli lub obrazów, aby wesprzeć dyskusję na temat doświadczeń podczas refleksji i powtórki.

PLAN LEKCJI M4

Odbija i łapie piłeczkę tenisową jedną ręką

60 minut

CEL LEKCJI

Dla uczniów rozwijających zdolności motoryczne i koordynację podczas nauki odbijania i łapania piłki tenisowej jedną ręką.

MATERIAŁY

Skaczące piłeczki różnej wielkości
Hula hop
Plastikowe pierścienie
„Torba upominkowa” z nagrodami

TECHNIKI

Modelowanie behawioralne: zademonstrowanie prawidłowej techniki odbijania i łapania piłki w celu przedstawienia jasnych, wizualnych przykładów.

Segmentacja zadań: Podział zadania odbijania i łapania na mniejsze, łatwe do wykonania kroki, ucząc każdego elementu osobno, aby zapewnić mistrzostwo.

Fizyczne podpowiedzi i zanikanie: początkowo stosowanie wskazówek przekazywanych ręcznie, a następnie stopniowe ograniczanie podpowiedzi fizycznych w miarę zdobywania przez uczniów umiejętności i pewności siebie.

Wzmocnienie różnicowe: zapewnienie pozytywnej informacji zwrotnej w przypadku udanych prób i korygującej informacji zwrotnej w przypadku błędów, podkreślając stopniowe nabywanie umiejętności.

Wzmocnienie: Wdrażanie nagród w celu utrzymania wysokiego poziomu motywacji i zaangażowania przez cały proces uczenia się.

AKTYWNOŚCI

Pozwól dzieciom wybierać spośród różnych piłek i ćwicz upuszczanie jednej z wysokości pasa i próbę złapania odbicia obiema rękami. Niech uczniowie staną w kręgu i zagrają w „[Odbij piłkę](#)” gra za pomocą piłki wielkości siatkówki. Uczniowie

odbijają piłkę do siebie obiema rękami. Modeluj ruch na początku, aby uczniowie mogli Cię naśladować.

Możesz dodać reguły lub użyć [muzyki](#) aby gra była przyjemniejsza. Zobacz odmiany na końcu tego planu lekcji. W miarę postępów poproś uczniów, aby jedną ręką odbijali w siebie piłki tenisowe.

Uczniowie mogą łapać jedną lub dwiema rękami. Połóż hula-hop na podłodze i poproś uczniów, aby stanęli wewnątrz kręgu. Muszą odbijać się i łapać piłkę obiema rękami, upewniając się, że piłka pozostaje wewnątrz hula-hoop.

Używaj plastikowych kółek zamiast hula-hopów i w ramach progresji zastąp siatkówkę piłką tenisową. Uczniowie muszą używać jednej ręki do odbijania i łapania. Ustaw [numeryczne cele](#) do udanego „odbicia i złapania” i pozwól im wybrać nagrodę z „torby z gadżetami”, gdy uczeń osiągnie swój cel.

EFEKTY KSZTAŁCENIA

Biegłość w umiejętnościach: Uczniowie wykażą się umiejętnością dokładnego odbijania i łapania piłki tenisowej jedną ręką, osiągając określoną liczbę kolejnych sukcesów.

Poprawiona koordynacja motoryczna: Uczniowie wykażą się lepszymi umiejętnościami motorycznymi i koordynacją, pomyślnie wykonując coraz bardziej złożone zadania polegające na odbijaniu się i łapaniu.

Integracja poznawcza i fizyczna: Uczniowie będą integrować instrukcje poznawcze z działaniami fizycznymi, aby wykonywać zadania ze zwiększoną precyzją.

Interakcje społeczne i rówieśnicze: Uczniowie będą skutecznie angażować się w zajęcia grupowe, ucząc się na podstawie demonstracji rówieśników i przekazując innym informacje zwrotne.

UZASADNIENIE TEORETYCZNE

Stosowana analiza zachowania: koncentruje się na systematycznym stosowaniu interwencji behawioralnych opartych na zasadach uczenia się w celu poprawy określonych umiejętności motorycznych poprzez ustrukturyzowane nauczanie i wzmacnianie.

Teoria uczenia się motorycznego: Teoria ta podkreśla znaczenie powtarzania, informacji zwrotnej i sekwencyjnego nabywania umiejętności w uczeniu się umiejętności motorycznych. Podczas tej lekcji postęp uczniów od prostszych zadań, takich jak łapanie obiema rękami, do bardziej złożonych zadań, takich jak odbijanie i łapanie jedną ręką. Stopniowy wzrost trudności zadania jest zgodny z etapami uczenia się motorycznego – poznawczym, skojarzeniowym i autonomicznym –

zapewniając uczniom rozwój wymaganych umiejętności motorycznych i poznawczego zrozumienia każdego działania.

Teoria behawioralna: Wykorzystując zasady warunkowania instrumentalnego, ten plan lekcji zawiera pozytywne wzmocnienie poprzez nagrody z „torby z gadżetami”, aby zachęcić do pożądanых zachowań i doskonalenia umiejętności. Harmonogram wzmocnień pomaga stopniowo kształtować zachowanie, zapewniając natychmiastową pozytywną informację zwrotną o pomyślnie zakończonych zadaniach, co ma kluczowe znaczenie dla motywowania i utrzymywania zaangażowania i wysiłku uczniów.

Biomechanika rozwoju: Zrozumienie rozwoju fizycznego i możliwości biomechanicznych uczniów pomaga w projektowaniu zajęć odpowiednich do wieku i wykonalnych fizycznie. To uzasadnienie przemawia za stosowaniem piłek o różnych rozmiarach i ciężarach, aby dostosować je do etapów rozwojowych różnych uczniów, zapewniając, że zajęcia poprawiają koordynację ruchową bez powodowania wysiłku fizycznego.

Teoria obciążenia poznawczego: Projekt lekcji uwzględnia obciążenie poznawcze uczniów, dzieląc złożone działania na prostsze, odrębne zadania, których można się nauczyć bez przytłaczania ucznia. Takie podejście pomaga zarządzać wewnętrznym obciążeniem poznawczym związanym z nauką nowych umiejętności motorycznych, umożliwiając bardziej skupioną uwagę i lepsze zapamiętywanie technik.

Teoria społecznego uczenia się: kładzie nacisk na uczenie się poprzez obserwację i naśladowanie. Lekcja obejmuje modelowanie i modelowanie wideo, aby zademonstrować prawidłowe techniki odbijania i łapania, umożliwiając uczniom wizualne i poznawcze przetwarzanie działań przed ich wykonaniem. Wspierają to możliwości wzajemnego uczenia się, podczas których uczniowie obserwują swoje próby i sukcesy i uczą się na nich nawzajem.

UMIEJĘTNOŚCI I KOMPETENCJE

Precyzja i koordynacja: Uczniowie rozwiną precyzyjną koordynację ręka-oko niezbędną do dokładnego odbijania i łapania.

Umiejętności poznawcze: Poprawa umiejętności przetwarzania poznawczego, w tym umiejętności wykonywania wieloetapowych instrukcji i integrowania ich z działaniami fizycznymi.

Współpraca społeczna i komunikacja: Poprawa współpracy w grupie i skutecznej komunikacji z rówieśnikami podczas zajęć.

Zdolność adaptacji i rozwiązywanie problemów: Rozwijanie zdolności adaptacji i rozwiązywania problemów w miarę dostosowywania przez uczniów technik w odpowiedzi na informacje zwrotne i zmieniające się wymagania dotyczące zadań.

MODYFIKACJE DLA RÓŻNYCH UCZNIÓW

PRZESTRZEŃ

Teoria dynamiki ekologicznej opowiada się za tworzeniem środowisk uczenia się, które wzmacniają sprzężenie percepcji i działania. Tworząc różne stanowiska z różnymi zadaniami i wyzwaniem, modyfikacje te zachęcają uczniów do dostosowywania swoich ruchów w odpowiedzi na dynamiczne środowisko, co pomaga rozwijać wszechstronne umiejętności motoryczne, które można zastosować w różnych sytuacjach.

W pomieszczeniu można utworzyć cztery stanowiska umiejętności, w których aktywność będzie podzielona na podstawowe elementy odbijania i łapania. Celem jest, aby każda stacja dodała element odbijania i łapania, a ostatnia stacja umiejętności stanowiła całe ćwiczenie, aby ulepszyć umiejętności wszystkich. Alternatywnie, do nauki gry w odbijanie i łapanie można wykorzystać randkę z dostosowaną prędkością (patrz plan lekcji M3). Do oceny umiejętności ucznia można wykorzystać otwarte ćwiczenie, w którym może wziąć udział każdy (podnieść piłkę, odbić ją i złapać). Uczniowie są umieszczani na Stanowisku Umiejętności z zadaniami najbardziej odpowiadającymi ich umiejętnościom. Na przykład, stanowisko umiejętności 1: wrzuc dużą odbijającą się piłkę do obręczy. Stacja umiejętności 2: Rzuć piłkę, aby odbiła się wyżej. Stanowisko umiejętności 3: Rzuć sprężystą piłkę do obręczy i złap ją. Stanowisko umiejętności 4: Rzuć piłkę w dół, dwukrotnie wciśnij ją w obręcz, a następnie złap. Każdy może uczestniczyć w różnych zajęciach na różne sposoby i z różnymi ludźmi w tym samym czasie.

ZADANIE

Na różnych stacjach umiejętności można używać piłek o różnych kolorach, teksturach, rozmiarach i kształtach o różnych poziomach odbicia, aby zaspokoić potrzeby uczniów. Piłki mogą mieć dzwonki i pochodzić z różnych dyscyplin sportowych. Balony można wykorzystać do klepania i łapania w połowie sali. Do oznaczenia różnych obszarów sesji umiejętności można użyć kolorowej taśmy na podłodze lub kolorowych stożków. Rozmiary obręczy mogą być większe, aby stworzyć bardziej znaczące wyzwania. Zamiast obręczy można zastosować kwadraty przyklejone na podłodze kolorową taśmą.

Użyj modelowania wideo, aby zademonstrować prawidłową technikę odbijania i łapania piłki, aby zapewnić jasne, wizualne przykłady.

SPRZĘT

Zamiast hula-hoopów lub obręczy można zaznaczyć kwadraty na podłodze kolorową taśmą.

Kulki mogą być dodatkowo zróżnicowane pod względem tekstury, kształtu i koloru.

Zmienne harmonogramy wzmocnień mogą być stosowane do wdrażania różnych rodzajów nagród w celu utrzymania wysokiego poziomu motywacji i zaangażowania przez cały proces uczenia się.

OSOBY

Ponumeruj każdą osobę, np. od 1 do 5 (lub nadaj jej kolor). Każda grupa o numerach od 1 do 5 (lub kolorze) proszona jest o zebranie się przy stanowisku umiejętności oznaczonym na ścianie numerem lub kolorem. Każda Stacja Umiejętności może wybrać lidera lub asystenta nauczyciela, który będzie wspierał Grupę. Nauczyciel powinien odwiedzić każdą stację umiejętności i trenować oraz chwalić uczniów podczas każdego ćwiczenia. Po ćwiczeniu należy zapytać uczniów, czy chcą przenieść się do innej stacji umiejętności, albo nauczyciel może zasugerować, aby się przenieśli, ponieważ spisali się tak dobrze. Uczniowie mogą narysować prezentację, używając słów, symboli lub obrazów, aby wesprzeć dyskusję na temat doświadczeń.

Każda Stacja Umiejętności może wybrać lidera lub asystenta nauczyciela, który będzie wspierał Grupę. Podczas każdego ćwiczenia nauczyciel powinien odwiedzić każdą stację umiejętności i każdego trenera oraz pochwalić ich. Rówieśnik może wspierać słabszego ucznia, początkowo łapiąc lub odbijając dla niego piłkę.

DALEJ ODBIJ WARIANTY GRY PIŁKĄ

Ustal czas gry. Niech uczniowie podskakują i rzucają do siebie piłkę. Kiedy uczeń nie trafi w piłkę, zostaje wyautowany. Kiedy zostanie tylko jeden uczeń lub upłynie czas, uczniowie, którzy nie przegapili piłki, otrzymają niespodziankę w postaci torby z upominkami.

Uczniowie mogą bawić się w parach, z hula-hopem na środku. Spróbuj odbić piłkę wewnątrz koła hula-hoop, zanim drugi uczeń ją złapie. Zobacz przykład wideo tutaj. Umieść kosz/kosz na pranie na środku i umieść w nim dużą piłkę do pilatesu.

Zapewnij uczniom piłki do rzucania (np. piłki tenisowe). Uczniowie rzucają piłką w piłkę do pilatesu i próbują ją złapać, gdy się odbije. Zobacz przykład wideo tutaj. Przypisz wartości punktowe różnym typom chwytów (np. jeden punkt za zwykły chwyt, dwa punkty za złapanie jedną ręką). Niech uczniowie spróbują zgromadzić jak najwięcej punktów w określonym czasie.

Simon Says: Zagraj w grę „Simon Says”, ale zamień zwykłe polecenia na instrukcje łapania i odbijania. Na przykład: „Szymon mówi, odbij piłkę trzy razy” lub „Szymon mówi, że złap piłkę lewą ręką”.

Złap koło: Stwórz krąg z uczniami i poproś ich, aby podawali piłkę dookoła, próbując ją złapać. Zwiększ złożoność, mając wiele piłek w obiegu jednocześnie.

PLAN LEKCJI M5

Kopie nieruchomą piłkę tak, że leci w powietrzu

60 minut

CEL LEKCJI

Dla uczniów rozwijających zdolności motoryczne i koordynację podczas nauki kopania piłki na odległość co najmniej 4 metrów.

MATERIAŁ

Skaczące piłeczki różnej wielkości

Balony

Kołki

Papierowe kubki

„Torba upominkowa” z nagrodami

TECHNIKI

Modelowanie behawioralne: Demonstracja prawidłowych technik kopnięć poprzez demonstracje na żywo w celu zapewnienia jasnych, wizualnych przykładów dla wszystkich uczniów.

Fizyczne podpowiedzi i zanikanie: początkowo kierowanie działaniami uczniów poprzez prowadzenie rąk i nóg, a następnie stopniowo zmniejszanie wsparcia fizycznego w miarę wzrostu biegłości.

Wzmocnienie różnicowe: zapewnienie natychmiastowej, konkretnej pozytywnej informacji zwrotnej na temat prawidłowych technik i zachowań oraz zapewnianie korygującej informacji zwrotnej w przypadku błędów w celu usprawnienia uczenia się.

Segmentacja zadań: Podział zadania kopnięcia piłki na mniejsze, łatwiejsze do wykonania elementy, takie jak pozycja, podejście i uderzenie, aby zapewnić mistrzostwo w każdym elemencie.

Wzmocnienie: Wdrażanie nagród w celu utrzymania wysokiego poziomu motywacji i zaangażowania przez cały proces uczenia się.

ZAJĘCIA

Przygotuj różne kulki o różnych kształtach, rozmiarach i fakturze i poproś dzieci, aby wybrały jedną. Poproś ich, aby znaleźli różne sposoby poruszania piłką i zatrzymywania się poprzez toczenie, rzucanie, kopanie lub odpychanie częścią ciała.

Kopanie balonu – dzieci starają się utrzymać balon w powietrzu, używając wyłącznie stóp, samodzielnie lub w parach.

Stwórz swój cel – zbuduj piramidę, używając papierowych kubków, szpilek lub butelek. Stań obok ucznia w odległości kilku metrów i stopniowo oddalaj się aż do 4 m. Następnie poproś ucznia, aby kopnął piłkę do celu. Chwal ich za trafienie w cel.

Gdy uczeń stanie się w tym lepszy, usuń podpowiedzi i pozwól mu zrobić to samodzielnie.

Ustaw cel wyżej, aby zachęcić ucznia do kopnięcia piłki w powietrze i powtórz powyższy proces.

Ustaw docelową liczbę udanych kopnięć, a gdy uczeń osiągnie swój cel, pozwól mu wybrać nagrodę z torby z gadżetami.

EFEKTY KSZTAŁCENIA

Biegłość w umiejętnościach: Uczniowie dokładnie zademonstrują umiejętność kopnięcia nieruchomej piłki tak, aby przeleciała ona po podłodze i w powietrzu na odległość co najmniej 4 metrów.

Koordinacja ruchowa: Uczniowie wykażą się lepszą koordynacją i równowagą podczas wykonywania prawidłowego ruchu kopnięcia.

Niezależne wykonanie: Uczniowie przejdą od konieczności stosowania podpowiedzi fizycznych do samodzielnego wykonywania kopnięcia.

Poznawcze zrozumienie dynamiki kopnięć: Uczniowie zrozumieją siłę, trajektorię i relacje przestrzenne związane ze skutecznym kopaniem piłki do celu.

UZASADNIENIE TEORETYCZNE

Stosowana analiza zachowania: Koncentruje się na systematycznym stosowaniu interwencji behawioralnych w celu poprawy umiejętności motorycznych poprzez ustrukturyzowane nauczanie i wzmacnianie.

Behawioryzm ma kluczowe znaczenie w podejściu do lekcji, szczególnie w zakresie stosowania pozytywnych wzmocnień w celu kształtowania zachowania uczniów. W planie lekcji przewidziano nagrody (np. „torbę z gadżetami”), które mają na celu wzmocnienie pomyślnego wykonania zadań, takich jak dokładne kopnięcie piłki na określoną odległość. Harmonogram wzmocnień jest dostosowany tak, aby zachęcać do powtarzania udanych zachowań, sprzyjając nabywaniu umiejętności poprzez motywację i nagrodę.

Teoria uczenia się motorycznego podkreśla znaczenie praktyki, informacji zwrotnych i modelowania w zdobywaniu i doskonaleniu umiejętności motorycznych.

Lekcja obejmuje demonstrację technik, zapewnianie podpowiedzi fizycznych i umożliwienie uczniom ćwiczenia kopnięć w coraz bardziej wymagających konfiguracjach. Ta uporządkowana praktyka pomaga uczniom przyswoić sobie ruchy fizyczne niezbędne do skutecznego kopnięcia.

Teoria rozwoju poznawczego: Angażując uczniów w zadania wymagające koordynacji i świadomości przestrzennej, takie jak kopanie piłki w celu trafienia w cel, lekcja wspiera procesy poznawcze związane z planowaniem i wykonywaniem ruchów. Zadania mają na celu podważenie wiedzy uczniów na temat siły, trajektorii i relacji przestrzennych, kluczowych elementów poznawczych w wykonywaniu złożonych zadań motorycznych.

Teoria społecznego uczenia się: Chociaż nie jest to szczegółowo opisane na lekcji, teoria ta stanowi podstawę działań grupowych i interakcji z rówieśnikami podczas sesji praktycznych. Uczniowie obserwują swoich rówieśników i modelują ich działania, co może usprawnić naukę poprzez naśladownictwo. Ten społeczny aspekt uczenia się ma kluczowe znaczenie w wychowaniu fizycznym, gdzie wpływ rówieśników może znacząco wpłynąć na zaangażowanie i wyniki uczniów.

Uniwersalny projekt do nauki (UDL): Modyfikacje i dostosowania przewidziane w planie lekcji, takie jak użycie piłek o różnych rozmiarach i typach, zapewniają uczniom o różnych umiejętnościach udział i osiągnięcie sukcesu. Podejście to jest zgodne z zasadami UDL, oferując różnorodne środki zaangażowania, reprezentacji i ekspresji, aby sprostać różnorodnym potrzebom uczniów.

UMIĘTNOŚCI I KOMPETENCJE

Koordynacja fizyczna i równowaga: Rozwój umiejętności motorycznych i równowagi poprzez wielokrotne ćwiczenia kopnięć.

Umiejętności poznawcze: Poprawa umiejętności przetwarzania poznawczego, w tym umiejętności wykonywania wieloetapowych instrukcji i integrowania ich z działaniami fizycznymi.

Współpraca społeczna i komunikacja: Poprawa współpracy w grupie i skutecznej komunikacji z rówieśnikami podczas zajęć.

Zdolność adaptacji i rozwiązywanie problemów: Rozwijanie zdolności adaptacji i rozwiązywania problemów w miarę dostosowywania przez uczniów technik w oparciu o informacje zwrotne i zmieniające się wymagania dotyczące zadań.

MODYFIKACJE DLA RÓŻNYCH UCZNIÓW

PRZESTRZEŃ

Na przykładzie poniższej gry w kartonowe pudełka (poniżej) można zmniejszyć lub zwiększyć przestrzeń między uczniami a celami, aby uczniowie czuli się bardziej komfortowo lub aby zwiększyć wyzwanie.

ZADANIE

Szybka randka może zostać zorganizowana z dwiema liniami uczniów. Bardziej wykwalifikowani uczniowie lub asystenci nauczycieli tworzą linię 1, a na koniec każdego ćwiczenia ostatnia osoba w linii 1 przesuwa się na początek linii 1, a każda osoba w linii 1 przesuwa się w dół linii 1, aby zmierzyć się z nową osobą.

Podobnie jak w poniższej grze Cardboard Box, każdy może uczestniczyć w różnych zajęciach na różne sposoby i z różnymi ludźmi jednocześnie.

Modelowanie wideo może zostać wykorzystane do zademonstrowania prawidłowych technik kopnięć, aby zapewnić wszystkim uczniom jasne, wizualne przykłady.

SPRZĘT

Gra w kartonowe pudełka: Z pudeł kartonowych o różnych rozmiarach i kształtach można wykonać różne cele, które skleja się taśmą i umieszcza w linii pomiędzy dwoma rzędami uczniów. Bardziej wykwalifikowani uczniowie powinni znajdować się w linii 1, a mniej zdolni uczniowie powinni znajdować się w linii 2. Linia 2 utrzymuje tę samą piłkę. Każda osoba w linii 1 zmierzy się z inną osobą w linii 2, z innym kartonem i użyje innej piłki. Linia 2 będzie miała przed sobą tę samą piłkę i pudełko.

Po krótkiej praktyce osoba na jednym końcu linii 1 przejdzie na drugi koniec linii 1, a wszyscy w linii 1 przesuną się o jedno pole w dół, aby stanąć twarzą w twarz z nową osobą w linii 2.

Zmienne harmonogramy wzmocnień mogą być stosowane do wdrażania różnych rodzajów nagród w celu utrzymania wysokiego poziomu motywacji i zaangażowania przez cały proces uczenia się.

OSOBY

W grze Cardboard Box można zmienić piłkę, cel, odległość lub osobę, aby dostosować ćwiczenie do potrzeb każdej osoby, tak aby każdy mógł wziąć udział i każdy mógł otrzymać wykonalne wyzwanie.

Przed dyskusją uczniowie mogą narysować prezentację, używając słów, symboli lub obrazów, aby wesprzeć dyskusję na temat doświadczeń.

PLAN LEKCJI M6

Podnosi i biegnie trzymając przedmiot

60 minut

CEL LEKCJI

Aby uczniowie rozwijali umiejętności motoryczne i koordynację poprzez podnoszenie przedmiotów i bieganie, trzymając je.

MATERIAŁY

4 woreczki z fasolą (różne kolory)
40 punktów poli
1 wiadro
Torba upominkowa z nagrodami

TECHNIKA

Modelowanie behawioralne: zademonstrowanie prawidłowego sposobu podnoszenia przedmiotu i skutecznego biegania w celu zapewnienia jasnych, wizualnych przykładów dla wszystkich uczniów.

Fizyczne podpowiedzi i zanikanie: Początkowo kieruj działaniami uczniów za pomocą wskazówek przekazywanych ręcznie lub podpowiedzi przestrzennych, a następnie stopniowo zmniejszaj wsparcie fizyczne w miarę wzrostu biegłości.

Wzmocnienie różnicowe: oferowanie konkretnych pozytywnych informacji zwrotnych na temat prawidłowych technik i zachowań oraz zapewnianie korygujących informacji zwrotnych w przypadku błędów w celu usprawnienia uczenia się.

Motywujące wzmocnienia: wdrażanie różnorodnych wzmocnień, takich jak pochwały, żetony lub drobne nagrody z „torby z gadżetami”, aby uczcić sukcesy i zmotywować do ciągłego wysiłku.

ZAJĘCIA

"GRA Podnieś to" Aby przygotować się do tej gry, umieść wiadro na środku pokoju i utwórz cztery linie Poly Spotów prowadzące do wiadra.

Podziel uczniów na cztery zespoły i daj każdej drużynie torebkę z fasolą w innym kolorze.

Zademonstruj działanie.

Zaczynają od stania na początku linii Poly Spot. Gracze muszą pobiec po linii Poly Spot, zatrzymać się w jednym miejscu i wrzucić worek z fasolą do wiadra. Jeśli trafi do środka, muszą wyjąć worek z fasolą z wiadra, podnieść miejsce, w którym stoją i pobiec z powrotem na początek kolejki. Jeśli spudłują, muszą podnieść worek fasoli, pobiec z powrotem i przekazać go następnemu graczowi.

Poproś jeden z zespołów o zademonstrowanie ćwiczenia.

Zwycięska drużyna to ta, która jako pierwsza zbierze wszystkie swoje Poly Spoty. Na koniec zwycięska drużyna otrzyma nagrodę.

EFEKTY KSZTAŁCENIA

Biegłość w umiejętnościach: Uczniowie wykażą się umiejętnością podniesienia przedmiotu i powrotu do punktu początkowego bez upuszczenia przedmiotu.

Koordinacja ruchowa: Uczniowie wykażą się lepszą koordynacją i zwinnością związaną z wykonywaniem ruchów biegania i podnoszenia.

Niezależne wykonanie: Uczniowie wykonają zadanie samodzielnie, wykazując poprawę w planowaniu i wykonywaniu zadań motorycznych.

Praca zespołowa i duch rywalizacji: Uczniowie będą skutecznie angażować się w działania zespołowe, demonstrując pracę zespołową i doświadczając zdrowej rywalizacji.

UZASADNIENIE TEORETYCZNE

Stosowana analiza zachowania: Koncentruje się na stosowaniu strategii wzmacniania i systematycznych instrukcji w celu nauczania złożonych umiejętności motorycznych i poprawy reakcji behawioralnych w zorganizowanym otoczeniu.

Teoria uczenia się motorycznego: wspiera ustrukturyzowaną praktykę i elementy lekcji, które stanowią informację zwrotną, co jest kluczowe dla nabywania i doskonalenia umiejętności motorycznych.

Teoria rozwoju poznawczego: poprawia zrozumienie sposobu planowania i wykonywania ruchów fizycznych, wspierając procesy poznawcze związane z nauką wykonywania zadań wieloetapowych.

Teoria uczenia się społecznego: podkreśla znaczenie uczenia się poprzez obserwację i modelowanie, wspierając wykorzystanie demonstracji rówieśniczych i modelowania wideo w celu ułatwienia zdobywania umiejętności.

UMIEJĘTNOŚCI I KOMPETENCJE

Koordynacja fizyczna i zwinność: Uczniowie doskonalą swoją koordynację i zwinność podczas biegu, podnoszenia przedmiotu i szybkiej zmiany kierunku, aby uciec. Ćwiczenie to poprawia ich ogólne zdolności motoryczne, równowagę i zdolność do skutecznego manewrowania w przestrzeni.

Szybkość i czas reakcji: Zadanie wymaga od uczniów wykonania akcji w ograniczonym czasie, co pomaga rozwijać ich szybkość i czas reakcji. Są to kluczowe aspekty wielu sportów i aktywności fizycznych, sprzyjające szybszym reakcjom na bodźce fizyczne.

Koordynacja wzrokowo-ruchowa: Ponieważ podczas biegu uczniowie muszą podnieść przedmiot z podłogi, poprawiają koordynację wzrokowo-ruchową. Umiejętność ta ma fundamentalne znaczenie w wielu obszarach życia codziennego i innych sportach, gdzie liczy się wyczucie czasu i precyzja.

Świadomość przestrzenna: Bieganie tam i z powrotem oraz interakcja z obiektami i rówieśnikami w określonej przestrzeni pomagają poprawić świadomość przestrzenną uczniów. Uczą się dokładniej oceniać odległość i stają się bardziej świadome położenia swojego ciała w przestrzeni.

Praca zespołowa i interakcje społeczne: Praca w zespołach przy zbieraniu przedmiotów sprzyja pracy zespołowej i interakcjom społecznym. Uczniowie uczą się komunikować pod presją i wspierać swoich kolegów z drużyny, wzmacniając poczucie koleżeństwa i wspólne osiągnięcie celów.

Skupienie i uwaga: Konieczność skoncentrowania się na zadaniu w krótkim odstępie czasu pomaga zwiększyć skupienie i uwagę uczniów. Te umiejętności poznawcze są kluczowe dla nauki akademickiej i innych zajęć pozalekcyjnych.

Wykonywanie instrukcji: Zdolność rozumienia i wykonywania instrukcji podczas gry poprawia przetwarzanie poznawcze i umiejętności słuchania. Kompetencja ta jest niezbędna do skutecznego uczenia się wszystkich przedmiotów akademickich.

Duch rywalizacji: Angażowanie się w konkurencyjne środowisko, w którym zespoły ścigają się ze sobą, aby jako pierwsze ukończyć zadania, sprzyja zdrowemu duchowi rywalizacji. Uczy uczniów, jak z wdziękiem radzić sobie zarówno ze zwycięstwem, jak i porażką.

Rozwiązywanie problemów i strategia: Wybór najlepszego sposobu na podniesienie worka z fasolą i najszybszą drogę powrotną wymaga strategicznego myślenia i rozwiązywania problemów. Umiejętności te są przydatne w przypadku przedmiotów akademickich wymagających krytycznego myślenia.

Samoregulacja i kontrola zachowania: Uczestnictwo w zorganizowanych zajęciach fizycznych pomaga uczniom, szczególnie tym z takimi wyzwaniami, jak ASD, skutecznie regulować swoje zachowanie i kontrolować impulsy. Otoczenie zachęca je

do przestrzegania zasad i zarządzania swoimi działaniami w ramach społecznie akceptowanych.

MODYFIKACJE DLA RÓŻNYCH UCZNIÓW

PRZESTRZEŃ

Przestrzeń pomiędzy punktami można zmniejszyć lub zwiększyć, aby zmniejszyć lub zwiększyć wyzwanie.

ZADANIA

Segmentację zadań można wykorzystać do podzielenia złożonego zadania polegającego na uruchomieniu i zbieraniu przedmiotów na mniejsze, łatwiejsze w zarządzaniu komponenty, aby zapewnić opanowanie każdego elementu.

Modelowanie wideo może zostać wykorzystane do zademonstrowania poprawnych zadań w celu zapewnienia jasnych, wizualnych przykładów dla wszystkich uczniów.

Można zastosować jeden lub więcej łatwiejszych celów, aby uwzględnić osoby, dla których dane działanie jest nieosiągalne.

Zamiast jednego wiadra można zaznaczyć na podłodze kwadratowe obszary o różnych rozmiarach za pomocą kolorowej taśmy.

Celem powinno być zawsze to, aby każdy mógł jednocześnie uczestniczyć w różnych działaniach na różne sposoby i z różnymi ludźmi.

SPRZĘT

Jeśli nie masz sprzętu, zamiast plamek użyj kulek wykonanych z papieru i kolorowych kartek Sellotape oraz kartonowego pudełka zamiast wiaderka.

Worki z fasolą można umieścić na stole, aby pomieścić osoby poruszające się na wózkach inwalidzkich i innych uczniów mających problemy z poruszaniem się.

OSOBY

Rówieśnicy mogą pełnić rolę kumpali i prowadzić uczniów o mniejszych umiejętnościach w niektórych częściach gry. W przypadku osób z poważnymi, poważnymi problemami z poruszaniem się rówieśnicy mogą biegać lub rzucać w ich miejsce.

UMIEJĘTNOŚCI SENSORYCZNE W KONTEKŚCIE PE

Umiejętności sensoryczne w kontekście WF dotyczą umiejętności komunikacyjnych związanych z wyrażaniem siebie i inteligencją emocjonalną w trudnych sytuacjach dla dzieci z ASD w placówkach włączających podczas zajęć WF. Ponieważ każde dziecko z ASD jest wyjątkowe, może komunikować się inaczej, stosując podejście werbalne lub niewerbalne – słowa/gesty/AAC/PECS.

Aby zapewnić wysokiej jakości włączającą lekcję WF, nauczyciel WF musi dogłębnie poznać swoich uczniów ze specjalnymi potrzebami, w tym wymagającymi zachowaniami, kondycją fizyczną itp.

Lekcje S1 i S2 przeznaczone są na zajęcia WF, które trwają 45 minut; w szóstej klasie jest 20 uczniów. Jednym z tych uczniów jest 12-letni chłopiec z ASD i ADHD.

PLAN LEKCJI S1

Komunikuje opinię o oderwaniu się stóp od podłoża

45 minut

CEL LEKCJI

Aby uczniowie mogli wykonywać skok w dal, zapewniając jednocześnie wszystkim aktywny udział.

Aby uczniowie potrafili posługiwać się właściwymi sposobami porozumiewania się i wyrażania swoich uczuć podczas ćwiczeń, zwłaszcza gdy stopy odrywają się od podłoża.

MATERIAŁY

Otwarta przestrzeń (sala gimnastyczna, boisko lub plac zabaw)

Stożki lub znaczniki

Miarka

Miękkie maty do lądowania

Narzędzia komunikacyjne AAC lub PECS (w razie potrzeby)

TECHNIKA

Modelowanie behawioralne: Demonstracja techniki skoku w dal poprzez działania krok po kroku w celu zapewnienia jasnych, wizualnych przykładów dla wszystkich uczniów.

Analiza zadania: Podział skoku w dal na kolejne etapy (podejście, start, lot, lądowanie), aby zapewnić opanowanie każdego elementu.

Podpowiadanie i wygaszanie: Używanie podpowiedzi werbalnych i fizycznych, aby kierować uczniami podczas prób, stopniowo ograniczając pomoc w miarę zdobywania przez nich biegłości.

Wzmocnienie różnicowe: zapewnianie konkretnej pozytywnej informacji zwrotnej w przypadku udanych prób i ulepszeń oraz konstruktywnej informacji zwrotnej w przypadku dostosowań mających na celu wzmocnienie uczenia się i korygowanie zachowań.

Motywuujące wzmocnienia: stosowanie różnych wzmocnień, takich jak pochwały słowne, przybijanie piątek lub dostęp do preferowanych zajęć, aby świętować sukcesy i motywować do ciągłego wysiłku.

ZAJĘCIA

Wprowadzenie (5 minut)

Uczniowie gromadzą się w kręgu.

Wyjaśnienie celu lekcji i znaczenia wzajemnego szanowania doświadczeń edukacyjnych.

Przydziel nauczyciela rówieśniczego, który będzie pomagał uczniowi z ASD w rozgrzewce i ułatwia interakcje społeczne.

Rozgrzewka (10 minut)

Niech uczniowie pobiegają lub przespacerują się po wyznaczonym obszarze.

Użyj gwizdka, aby zasygnalizować zmianę kierunku lub tempa.

Zachęć je, aby zwracały uwagę na otoczenie i unikały kolizji.

Włącz uczniów z ASD do rozgrzewki i upewnij się, że czuli się komfortowo.

Zachęć nauczyciela rówieśniczego, aby wspierał ucznia z ASD, aby pozostał skupiony i zaangażowany podczas rozgrzewki.

Główna działalność - Nauka skoku w dal

Ćwiczenie 1: Demonstracja i wyjaśnienie

Wyjaśnij kluczowe kroki i środki bezpieczeństwa związane ze skokiem w dal.

Zademonstruj całej klasie technikę skoku w dal.

Pokaż uczniom, jak mierzyć podejście i umieszczać znaczniki do startu.

Utwórz pary, upewniając się, że każdy ma swojego rówieśniczego nauczyciela.

Opiekun rówieśniczy ucznia z ASD pomoże mu zrozumieć technikę skoku w dal, pomagając mu wyrazić się za pomocą słów, gestów, AAC lub PECS, w razie potrzeby.

Zachęć nauczyciela rówieśniczego do utrzymywania pozytywnej i cierplivej komunikacji z uczniem z ASD.

Ćwiczenie 2: Ćwicz z markerami

Niech uczniowie przećwiczą skok w dal ze znacznikami ustawionymi do startu.

Nauczyciel wychowania fizycznego i opiekun rówieśniczy poprowadzą, aby upewnić się, że wszyscy stosują właściwą technikę i pozostają bezpieczni.

W trakcie ćwiczenia zadawaj uczniom z ASD pytania dotyczące ich uczuć podczas skoków i zachęć ich, aby przekazali swoje emocje.

Ćwiczenie 3: Miękka mata do lądowania

Stopniowo przechodź od używania markerów do miękkiej maty do lądowania podczas rzeczywistych skoków w dal.

Każdy uczeń będzie miał okazję wykonać skok w dal.

W razie potrzeby nauczyciel wychowania fizycznego i wychowawcy rówieśniczy zapewnią wsparcie, wskazówki i pomoc w komunikacji uczniom z ASD.

Kontynuuj pytanie ucznia z ASD o jego uczucia podczas każdego skoku, pozwalając mu wyrazić siebie.

Ochłodzenie (5 minut)

Zbierz uczniów w kręgu.

Zastanów się, czego się nauczyli i czego doświadczyli.

Doceniaj wysiłki wszystkich.

Wykonuj krótkie ćwiczenia rozciągające, aby schłodzić mięśnie.

Podsumowanie (5 minut)

Dziękujemy wszystkim uczniom za udział i włożony wysiłek.

Podkreśl znaczenie włączania i pracy zespołowej w klasie.

Wspomnij o nadchodzących lekcjach lub zajęciach.

EFEKTY KSZTAŁCENIA

Rozwój umiejętności motorycznych: Uczniowie wykażą się umiejętnością wykonania wszystkich elementów skoku w dal z odpowiednią techniką.

Skuteczna komunikacja: Uczniowie, szczególnie ci z ASD, będą używać odpowiednich metod komunikacji (werbalnej, AAC, PECS), aby wyrazić swoje uczucia i odpowiedzieć na zapytania podczas zajęć.

Ekspresja emocjonalna: Uczniowie będą wyrażać swoje emocje związane z zajęciami, zwiększając swoją samoświadomość i regulację emocjonalną.

Interakcja rówieśnicza i umiejętności społeczne: Uczniowie będą skutecznie współpracować z rówieśnikami i kolegami z klasy, wykazując ulepszone interakcje społeczne i współpracę.

UZASADNIENIE TEORETYCZNE

Stosowana analiza zachowania: koncentruje się na systematycznym stosowaniu interwencji behawioralnych opartych na zasadach teorii uczenia się w celu poprawy komunikacji, interakcji społecznych i umiejętności motorycznych poprzez ustrukturyzowane nauczanie i wzmocnianie.

Teoria uczenia się motorycznego: wspiera elementy praktyczne i informacje zwrotne zawarte w lekcji, które są kluczowe dla nabywania i doskonalenia umiejętności motorycznych, takich jak skoki w dal.

Uniwersalny projekt uczenia się (UDL): zapewnia, że wszyscy uczniowie, niezależnie od umiejętności, mogą uczestniczyć i skutecznie się uczyć, zapewniając różnorodne sposoby zaangażowania, reprezentacji i działania.

Teoria uczenia się społecznego: podkreśla znaczenie uczenia się od rówieśników poprzez obserwację i interakcję, wspierając korzystanie z usług tutorów rówieśniczych w celu ułatwienia zdobywania umiejętności i uczenia się społecznego.

UMIEJĘTNOŚCI I KOMPETENCJE

Koordynacja fizyczna i zwinność: Rozwój umiejętności fizycznych niezbędnych do wykonania skoku w dal, w tym biegania, skakania i lądowania.

Umiejętności komunikacyjne: Poprawa umiejętności skutecznego stosowania metod komunikacji werbalnej i niewerbalnej podczas aktywności fizycznej.

Współpraca społeczna i praca zespołowa: Poprawa współpracy z rówieśnikami i zrozumienie dynamiki pracy zespołowej i wsparcia.

Samoregulacja i kontrola emocjonalna: kultywowanie umiejętności regulowania zachowania i emocji podczas zawodów wymagających wysiłku fizycznego.

MODYFIKACJE DLA RÓŻNYCH UCZNIÓW

PRZESTRZEŃ

Punktem startu może być pozycja statyczna lub z krótszym lub dłuższym rozbiegiem. Zapewnij spokojne miejsce, do którego uczeń z ASD może się udać, jeśli potrzebuje przerwy.

ZADANIE

Podziel skok na mniejsze kroki na stanowiskach umiejętności rozmieszczonych w całym pomieszczeniu (patrz Plan lekcji M4), na przykład:

Stacja 1: Skakanie w miejscu ze złączonymi stopami.

Stacja 2: Zrób krok do przodu i złącz tylną nogę i stopy.

Stacja 3: Dłuższy krok do przodu i złączenie tylnej nogi i stóp.

Stacja 4: Pełny skok w dal na większym dystansie.
Jeśli zajdzie taka potrzeba, daj dodatkowy czas
Użyj zarówno demonstracji, jak i słów, aby wyjaśnić, co robić

SPRZĘT

Korzystając ze stanowisk umiejętności (patrz Plan lekcji M4), można zastosować inny sprzęt:

Stacja 1: Podskocz i wyląduj ze złączonymi obiema stopami.

Stacja 2: Przejdź nad niskim kartonem i zbierz tylną nogę, aby stanąć ze stopami razem.

Stacja 3: Przejdź nad wyższym pudełkiem i zbierz tylną nogę, aby stanąć ze stopami razem.

Stacja 4: Przejdź nad dłuższym i wyższym pudełkiem i zbierz tylną nogę, aby stanąć ze stopami razem.

Stacja 5: Przeskocz nad dłuższą i wyższą skrzynią i zbierz tylną nogę, aby stać ze stopami razem.

Stacja 6: Skok w dal bez skrzyni.

OSOBY

Miej asystenta nauczyciela, który może wspierać dzieci z ASD.

Połącz dziecko z ASD z przyjacielem, który je rozumie i może udzielić mu wsparcia.

Naucz innych uczniów, aby byli życzliwi i cierpliwi, aby wszyscy mogli współpracować.

PLAN LEKCJI S2

Komunikuje swoją opinię na temat upadków/wysokości

45 minut

CEL LEKCJI

Aby uczniowie mogli wspinać się po linie/drabinie
Aby uczniowie potrafili posługiwać się właściwymi sposobami porozumiewania się i wyrażania swoich uczuć podczas ćwiczeń, szczególnie podczas wspinania się na wysokości

MATERIAŁY

Otwarta przestrzeń
Liny i sprzęt gimnastyczny
Drabiny i zjeżdżalnie
Miękkie maty do lądowania.
Narzędzia komunikacyjne AAC lub PECS (w razie potrzeby)

TECHNIKA

Modelowanie behawioralne: Demonstracja bezpiecznych technik wspinania się i zjeżdżania, wykorzystując oba pokazy na żywo w celu przedstawienia jasnych przykładów.

Fizyczne podpowiedzi i zanikanie: Stosowanie wskazówek fizycznych w celu wspierania uczniów podczas pierwszych prób, a następnie stopniowe zmniejszanie tego wsparcia w miarę zdobywania przez nich biegłości.

Wzmocnienie różnicowe: zapewnienie pozytywnej informacji zwrotnej na temat prawidłowych działań i delikatne korygowanie błędów w celu poprawy uczenia się i motywacji.

Wzmocnienia motywujące: Stosowanie różnych wzmocnień, w tym pochwał werbalnych i niewerbalnych, takich jak kciuk w górę i piątka, w celu świętowania sukcesów i motywowania do ciągłego wysiłku.

ZAJĘCIA

Wprowadzenie (5 minut)

Uczniowie gromadzą się w kręgu.
Wyjaśnienie celu lekcji i znaczenia wzajemnego szanowania doświadczeń edukacyjnych.

Przydziel nauczyciela rówieśniczego, który będzie pomagał uczniowi z ASD w rozgrzewce i ułatwia interakcje społeczne.

Rozgrzewka (10 minut)

Przeprowadź rozgrzewkę, aby przygotować uczniów do ćwiczeń gimnastycznych. Włącz ucznia z ASD w rozgrzewkę, upewniając się, że czuje się komfortowo. Zachęć nauczyciela rówieśniczego, aby wspierał ucznia z ASD, aby pozostał skupiony i zaangażowany podczas rozgrzewki.

Główne ćwiczenie – Nauka o wysokościach i upadkach (20 minut)

Ćwiczenie 1: Wspinaczka po linie

Przygotuj miejsce do wspinaczki linowej z miękkimi matami do lądowania. Zapewnij demonstrację i wyjaśnienie technik wspinaczki po linie, kładąc nacisk na środki bezpieczeństwa. Zadaj uczniowi z ASD pytania dotyczące jego uczuć w związku ze wspinaniem się po linie, zachęcając go do komunikowania się za pomocą słów, gestów, AAC lub PECS, jeśli zajdzie taka potrzeba. Przypomnij nauczycielowi rówieśniczemu, aby pomagał i zachęcał ucznia z ASD podczas zajęć. Zachęcaj nauczycieli rówieśniczych, aby utrzymywali pozytywną i cierpliwą komunikację z uczniami z ASD.

Ćwiczenie 2: Przesuwanie się na ławce

Ustaw zjeżdżalnie na ławce z miękkimi matami do lądowania. Wyjaśnij i zademonstruj technikę przesuwania się na ławce oraz środki ostrożności. Przypomnij nauczycielowi rówieśniczemu ucznia z ASD o wsparciu i komunikacji. Kontynuuj zadawanie pytań na temat doświadczeń i uczuć związanych ze ślizganiem się na ławce.

Ćwiczenie 3: Odczulanie na wzrost

Przygotuj prosty tor przeszkód obejmujący ćwiczenia na różnych wysokościach. Może to obejmować chodzenie na równoważni, wchodzenie na niskie platformy i schodzenie z nich oraz poruszanie się po obręczach lub tunelach na różnych wysokościach. Opiekun rówieśniczy poprowadzi ucznia z ASD przez tor przeszkód. Uczeń z ASD będzie zachęcany do przekazywania swoich myśli i emocji związanych z wyzwaniem związanym ze wzrostem, jakie napotyka. W razie potrzeby nauczyciel WF zapewni wsparcie, wskazówki i pomoc w komunikacji uczniowi z ASD oraz opiekunowi rówieśniczemu. Kontynuuj pytanie ucznia z ASD o jego uczucia podczas ćwiczeń, pozwalając mu wyrazić siebie.

Ochłodzenie (5 minut)

Zbierz uczniów w kręgu.

Zastanów się, czego się nauczyli i czego doświadczyli.

Doceniaj wysiłki wszystkich.

Wykonuj krótkie ćwiczenia rozciągające, aby schłodzić mięśnie.

Podsumowanie (5 minut)

Dziękujemy wszystkim uczniom za udział i włożony wysiłek.

Podkreśl znaczenie włączania i pracy zespołowej w klasie.

Wspomnij o nadchodzących lekcjach lub zajęciach.

Uczeń z ASD będzie aktywnie uczestniczył i komunikował swoją opinię na temat upadków i wysokości za pomocą słów, gestów, AAC (komunikacja wspomagająca i alternatywna) lub PECS. Inni uczniowie również nauczą się wyrażać swoje uczucia i emocje w związku z czynnościami związanymi ze wzrostem.

EFEKTY KSZTAŁCENIA

Opanowanie umiejętności motorycznych: Uczniowie zademonstrują umiejętność wspinania się po linie i bezpiecznego zjeżdżania po linie, stosując odpowiednie techniki.

Skuteczna komunikacja: Uczniowie, zwłaszcza ci z ASD, będą używać AAC lub PECS, aby wyrazić swoje uczucia na temat zajęć, zwiększając ich zdolność komunikowania się w różnych warunkach.

Bezpieczeństwo i ocena ryzyka: Uczniowie zrozumieją i zastosują środki bezpieczeństwa związane z wysokością, ucząc się oceniać ryzyko i odpowiednio postępować.

Ekspresja emocjonalna: Uczniowie będą wyrażać swoje emocje związane z czynnościami związanymi ze wzrostem, zwiększając samoświadomość i regulację emocjonalną.

UZASADNIENIE TEORETYCZNE

Universal Design for Learning kładzie nacisk na tworzenie elastycznych i włączających środowisk edukacyjnych. Na tej lekcji stosowane jest różnicowanie i wsparcie komunikacji (za pomocą słów, gestów, AAC lub PECS), aby uwzględnić różnorodne potrzeby edukacyjne.

Stosowana analiza zachowania: koncentruje się na systematycznym stosowaniu interwencji behawioralnych w celu poprawy umiejętności społecznych,

komunikacyjnych i motorycznych poprzez ustrukturyzowane nauczanie i pozytywne wzmocnienie.

Teoria uczenia się motorycznego: wspiera elementy praktyczne i informacje zwrotne zawarte w lekcji, które są kluczowe dla nabywania i doskonalenia złożonych umiejętności motorycznych.

Teoria rozwoju poznawczego: poprawia zrozumienie, w jaki sposób uczniowie przetwarzają i integrują informacje sensoryczne i motoryczne, wspierając poznawcze aspekty nauki poruszania się po wysokościach.

Teoria społecznego uczenia się: podkreśla znaczenie uczenia się poprzez obserwację i Modelowanie, wspierające korzystanie z korepetytorów i modelowanie wideo w celu ułatwienia zdobywania umiejętności.

UMIEJĘTNOŚCI I KOMPETENCJE

Koordynacja fizyczna i zdolności motoryczne: Wspinaczka po linie i zjeżdżanie po drabinie poprawiają zdolności motoryczne, poprawiają siłę mięśni i rozwijają koordynację. Te umiejętności fizyczne mają kluczowe znaczenie dla ogólnego stanu zdrowia dzieci i ich zdolności do pewnego uczestniczenia w różnych zajęciach.

Świadomość przestrzenna i równowaga: Angażowanie się w ćwiczenia polegające na pokonywaniu różnych wysokości i przeszkód pomaga poprawić świadomość przestrzenną i równowagę dzieci. W przypadku dzieci z ASD zajęcia te mogą być szczególnie korzystne, ponieważ często stają przed wyzwaniami w tych obszarach.

Świadomość bezpieczeństwa i ocena ryzyka: Uczestnictwo w zajęciach związanych z wysokością i wyzwaniami fizycznymi pomaga dzieciom zrozumieć i przestrzegać protokołów bezpieczeństwa. Uczy je oceniać ryzyko i podejmować świadome decyzje dotyczące swoich działań, co jest kluczową umiejętnością życiową.

Umiejętności komunikacyjne: Plan lekcji kładzie nacisk na wykorzystanie AAC (komunikacja wspomagająca i alternatywna) lub PECS (system komunikacji wymiany obrazów) w przypadku dzieci z ASD. Promuje to ich zdolność do skutecznego komunikowania potrzeb, uczuć i reakcji, niezbędnych do interakcji społecznych i ekspresji emocjonalnej.

Umiejętności społeczne i praca zespołowa: Pracując w parach lub grupach oraz z rówieśnikami, wszystkie dzieci, w tym te z ASD, doskonalą swoje umiejętności społeczne. Uczą się współpracować, na zmianę i wspierać siebie nawzajem, wzmacniając poczucie pracy zespołowej i wspólnoty. Refleksja i artykułowanie osobistych doświadczeń i spostrzeżeń

Regulacja i ekspresja emocji: Lekcja stwarza dzieciom, zwłaszcza tym z ASD, okazję do wyrażenia swoich uczuć związanych z wysokością i upadkiem. Wyrażenie to pomaga w regulacji emocji i rozwija zdolność wyrażania uczuć i lęków, przyczyniając się do odporności emocjonalnej.

Pewność siebie i poczucie własnej wartości: Pomyślne radzenie sobie z wyzwaniami fizycznymi może zwiększyć pewność siebie i poczucie własnej wartości u dzieci. W przypadku dzieci z ASD osiągnięcie tych kamieni milowych może być szczególnie wzmacniające i zwiększać ich poczucie własnej skuteczności.

Przestrzeganie instrukcji i dostosowywanie się do zorganizowanego środowiska: Ustrukturyzowany charakter lekcji pomaga dzieciom, szczególnie tym z ASD, postępować zgodnie z instrukcjami i dostosowywać się do regulowanych środowisk, poprawiając ich zdolność do skutecznego funkcjonowania w różnych warunkach.

MODYFIKACJE DLA RÓŻNYCH UCZNIÓW

PRZESTRZEŃ

Upewnij się, że obszary do zajęć są czyste i niezbyt zatłoczone. Zapewnij spokojne miejsce, do którego uczeń z ASD może się udać, jeśli potrzebuje przerwy.

ZADANIE

Segmentacja zadań oznacza podzielenie każdej czynności (wspinanie się, zjeżdżanie, utrzymywanie równowagi) na mniejsze, łatwe do wykonania etapy, aby zapewnić mistrzostwo i zwiększyć pewność siebie.

Wszystkie zajęcia można również zorganizować w formie toru przeszkód, aby zespoły uczniów mogły je wspólnie wykonać, nie pozostawiając nikogo w tyle.

Wszyscy muszą się wspierać, aby wykonać zadania.

Jeśli zajdzie taka potrzeba, daj dodatkowy czas.

Stacje ćwiczeń można ustawić w rzędach dookoła lub w poprzek sali (patrz Plan Lekcji M4).

Użyj zarówno demonstracji, jak i słów, aby wyjaśnić, co robić.

SPRZĘT

Upewnij się, że cały sprzęt jest bezpieczny i dostępny dla wszystkich. Można zastosować narzędzia komunikacyjne, aby wszyscy czuli się komfortowo i zaangażowani.

Oprócz werbalnych i niewerbalnych pochwał, takich jak naklejki lub małe zabawki, można zastosować różnorodne wzmocnienia motywujące, aby uczcić sukcesy i zmotywować do ciągłego wysiłku.

LUDZIE

Miej asystenta nauczyciela, który może wspierać dzieci z ASD.

Partneruj dziecko z ASD z przyjacielem, który je rozumie i może udzielić mu wsparcia.

Naucz innych uczniów, aby byli życzliwi i cierpliwi, aby wszyscy mogli współpracować.

PLAN LEKCJI S3

Komunikuje opinię na temat odwróconej głowy

60 minut

Można podzielić na wiele sesji

CEL LEKCJI

Aby uczniowie mogli wyrazić swoją opinię na temat odwrócenia głowy do góry nogami podczas zajęć WF

MATERIAŁ

Książka Komunikacja
Społeczna opowieść o odwróceniu głowy do góry nogami

TECHNIKA

Historia społeczna: wykorzystanie dostosowanej historii, aby przygotować uczniów na doświadczenie odwrócenia głowy, wyjaśniając, czego się spodziewać i jak radzić sobie z pojawiającymi się uczuciami.

Modelowanie behawioralne: demonstracja ćwiczeń i wyraźne pokazanie, jak wyrażać uczucia za pomocą książki do komunikacji.

Podpowiadanie werbalne i wizualne: Dostarczanie wskazówek pomagających uczniom w skutecznym korzystaniu z narzędzi komunikacji w trakcie zajęć i po ich zakończeniu.

Pozytywne wzmocnienie: oferowanie pochwał, zachęty lub namacalnych nagród za właściwe wyrażanie uczuć i uczestnictwo w zajęciach pomimo dyskomfortu.

Stopniowa ekspozycja: Stopniowe wprowadzanie czynności obejmujących noszenie głowy do góry nogami, zwiększanie złożoności lub czasu trwania w miarę, jak uczeń czuje się bardziej komfortowo.

ZAJĘCIA

Przejrzyj historię społeczną dotyczącą odwrócenia głowy do góry nogami podczas zajęć wychowania fizycznego z uczniem.

Przygotuj ćwiczenia z głową do góry, aby uczeń mógł je wypróbować.

Przygotuj książeczkę komunikacyjną, w której dziecko będzie mogło wyrazić swoją opinię na temat wykonywania tych czynności.

Modeluj działania uczniowi. Niech spróbują tych zajęć.

Pokaż uczniowi zeszyt do komunikacji, aby wyraził swoją opinię (potrzeba przerwy, strach, zawroty głowy itp.) na temat zajęć. Wizualnie i werbalnie zachęcaj dziecko do korzystania z kart wizualnych i ćwiczenia komunikacji. Daj pozytywne wzmocnienie po użyciu kart do wyrażenia swojej opinii.

Poćwicz wyrażanie opinii na temat wykonywanych czynności, korzystając z książki komunikacyjnej.

Więcej informacji na temat książek komunikacyjnych można znaleźć w filmie.

EFEKTY KSZTAŁCENIA

Skuteczna komunikacja: Uczniowie będą prawidłowo korzystać z podręcznika do komunikacji, aby wyrazić swoje uczucia w związku z czynnościami wymagającymi odwrócenia głowy do góry nogami.

Uczestnictwo i zaangażowanie: Uczniowie będą brać udział w zajęciach obejmujących bycie do góry nogami, co z biegiem czasu wykaże rosnący komfort.

Umiejętności samoregulacji: Uczniowie wykażą poprawę w zakresie samoregulacji swoich emocji i zachowań podczas wymagających aktywności fizycznych.

Umiejętności adaptacyjne i radzenia sobie: Uczniowie opracują strategię radzenia sobie z dyskomfortem podczas aktywności fizycznej, korzystając z dostarczonych narzędzi i technik.

UZASADNIENIE TEORETYCZNE

Stosowana analiza zachowania: Koncentruje się na zastosowaniu interwencji behawioralnych, aby nauczyć uczniów, jak skutecznie komunikować się i zarządzać emocjami podczas trudnych ćwiczeń fizycznych.

Behawioryzm: podkreśla rolę interakcji środowiskowych w uczeniu się, wykorzystując pozytywne i negatywne wzmocnienia do kształtowania zachowania i zachęcania do komunikacji.

Teoria poznawczo-behawioralna: kładzie nacisk na zrozumienie i zmianę wzorców myślowych, które wpływają na emocje i zachowania, szczególnie istotne w radzeniu sobie z uczuciem dyskomfortu i strachu.

Psychologia rozwojowa: uwzględnia etap rozwoju uczniów, aby dostosować działania i metody komunikacji odpowiednie do wieku i skuteczne.

UMIEJĘTNOŚCI I KOMPETENCJE

Koordynacja fizyczna i zdolności motoryczne: Rozwój koordynacji, równowagi i zwinności poprzez zajęcia WF.

Komunikacja i ekspresja: Poprawa umiejętności dokładnego komunikowania osobistych doświadczeń i uczuć przy użyciu narzędzi AAC.

Odporność emocjonalna i radzenie sobie: kultywowanie mechanizmów odporności i radzenia sobie, aby sprostać wyzwaniom fizycznym i emocjonalnym.

Interakcje społeczne i empatia: poprawa interakcji z rówieśnikami i dorosłymi we wspierającym środowisku, sprzyjającym empatii i zachowaniom opartym na współpracy.

MODYFIKACJE DLA RÓŻNYCH UCZNIÓW

PRZESTRZEŃ

Przestrzeń między ludźmi może być mniejsza lub większa, aby uczniowie czuli się bardziej komfortowo lub aby zwiększyć lub zmniejszyć wyzwanie.

Niektóre dzieci autystyczne są szczególnie wrażliwe na światło i jasne kolory, w tym jasną biel. Beże, szarości, kremy lub cieplejsze odcienie, aby stworzyć lekko zabarwione ściany, mogą zmniejszyć rozproszenie i mogą działać uspokajająco. Oświetlenie fluorescencyjne wydaje się być gorsze dla dziecka autystycznego.

ZADANIE

Zadania można podzielić na elementy składowe polegające na odwróceniu głowy do góry nogami, korzystając z Metodologii Stacji Umiejętności (patrz Plan Lekcji M4)

Mosty i pochylanie się do przodu, aby dotknąć palców u nóg

Stacja 1: Na obu kolanach, trzymając obie ręce na podłodze z przodu, utwórz most.

Stacja 2: Leżenie twarzą w dół na podłodze z rękami wyciągniętymi do przodu lub rękami po bokach głowy, a następnie zbliżenie rąk do ciała, trzymając głowę w dół w kierunku podłogi.

Stacja 3: Stanie i przesuwanie rąk w dół ciała, aby dotknąć kolan.

Stacja 4: Stanie i przesuwanie rąk w dół ciała, aby je dotknąć.

Rolka do przodu

Stacja 1: Na obu kolanach, trzymając obie ręce na podłodze z przodu, utwórz most.

Stacja 2: Na kolanach, obie ręce na podłodze, ale bliżej ciała, i kieruj się w stronę podłogi.

Stacja 3: Na prawym kolanie, lewa stopa na podłodze, lewa ręka na podłodze obok lewej stopy i prawa ręka między nogami z dłońmi skierowanymi do góry i palcami skierowanymi do tyłu.

Stacja 4: Pełny przewrót do przodu. Pozycja jak w stacji 3, ale głowa opada między nogami, tak że tył szyi dotyka podłogi, gdy prawą stopą napieramy w celu wykonania przewrotu do przodu.

SPRZĘT

Można używać miękkich mat gimnastycznych i wyściółek ściennych.
Kolorowe opaski na nadgarstki są czerwone dla prawej i niebieskie dla lewej, aby zapewnić prawidłowe użycie dłoni i stóp podczas ćwiczeń przechyleń do przodu.

OSOBY

Przed dyskusją uczniowie mogą narysować prezentację, używając słów, symboli lub obrazów, aby wesprzeć dyskusję na temat doświadczeń.
Rówieśnicy mogą pomagać na każdej stacji i przy każdym zadaniu.

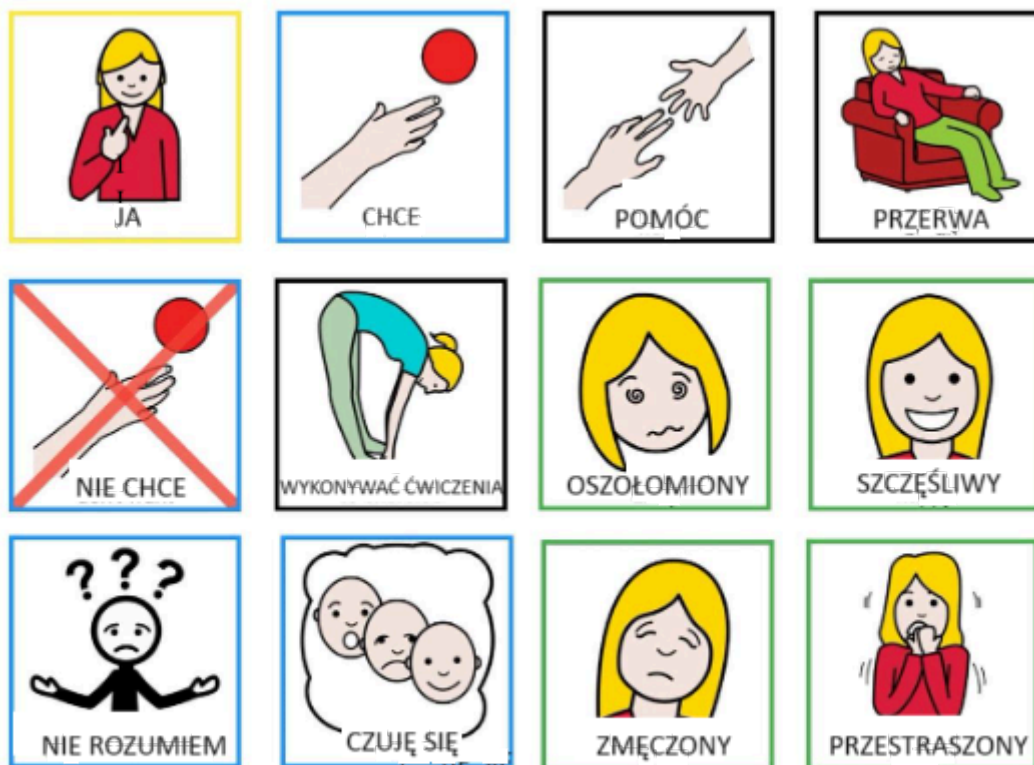
PLAN LEKCJI S3 TABLICA KOMUNIKACYJNA



Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)

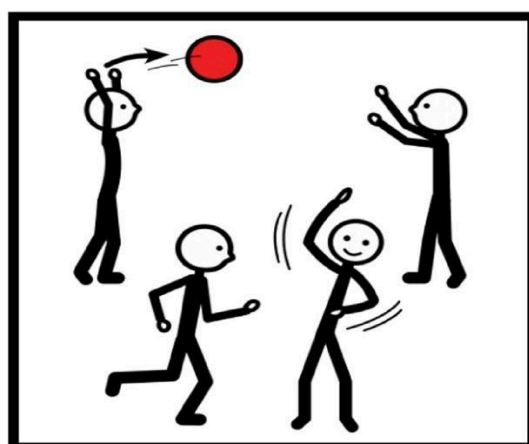


Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



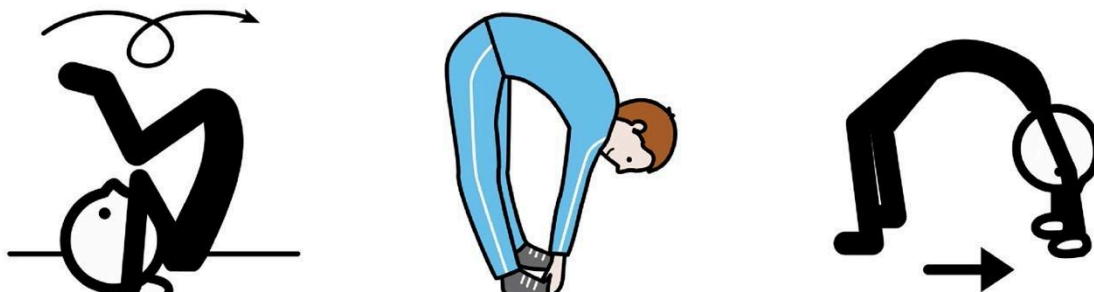
Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)

PLAN LEKCJI S3 HISTORYJKA



Na zajęciach WF wykonuję różne ćwiczenia

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Mogę zrobić sobie przerwę od ćwiczeń i odpocząć. Potrafię powiedzieć nauczycielowi, że muszę zrobić sobie przerwę, używając słów lub obrazów.

Niedobrze jest nie wykonywać ćwiczeń. Zachowam spokój i będę wykonywać różne czynności.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Wykonywanie tych ćwiczeń może sprawić że poczuję się przestraszony, zmęczony lub oszołomiony. Przez to mogę poczuć się oszołomiony. Ja mogę mieć przerwę i to jest w porządku

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



**Ja mogę spróbować być odważnym i
wykonać ćwiczenia**

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



**Mogę nie zrozumieć ćwiczenia. Zawsze mogę
poprosić nauczyciela o pomoc**

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)

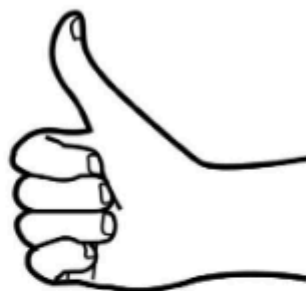


break

Ja mogę wziąć przerwę od ćwiczeń i odpocząć.

Ja mogę powiedzieć nauczycielowi, że ja potrzebuję przerwy, używając słów lub obrazków

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



TO w porządku nie wykonywać ćwiczeń. Pozostaną spokojny i zaczną wykonywać inne aktywności.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)

PLAN LEKCJI S4

Komunikuje opinię na temat bycia dotykanym/dotykania innych

60 minut

Można podzielić na wiele sesji

CEL LEKCJI

Aby uczniowie potrafili przekazywać opinie na temat bycia dotykanymi lub dotykania innych osób podczas zajęć WF

MATERIAŁY

Spółeczna opowieść o byciu dotykanym/dotykaniami innych

Karty wizualne

Tablica komunikacyjna

TECHNIKA

Historie społeczne: Wykorzystywanie historii społecznych w celu przygotowania uczniów do zajęć WF obejmujących kontakt fizyczny, wyjaśniających, co się stanie i dlaczego jest to ważne.

Podpowiadanie werbalne i wizualne: Dostarczanie wskazówek i podpowiedzi za pomocą kart wizualnych i instrukcji werbalnych, które prowadzą uczniów przez czynności i korzystanie z narzędzi komunikacji.

Pozytywne wzmocnienie: oferowanie pochwał i namacalnych nagród za wyrażanie poziomu komfortu i uczestnictwo w odpowiednich działaniach.

Modelowanie: zademonstrowanie wykorzystania tablic komunikacyjnych do wyrażania uczuć związanych z dotykiem oraz aktywne uczestnictwo w działaniach mających na celu pokazanie akceptowalnych sposobów interakcji.

ZAJĘCIA

Przejrzyj z uczniem historię społeczną dotyczącą bycia dotykanym/dotykania innych podczas zajęć WF. Przygotuj karty wizualne przedstawiające różne czynności, które uczeń będzie wykonywał z rówieśnikiem, wymagają bliskiego kontaktu (przybicie piątki, uderzenie pięścią, uderzenie łokciem itp.)

Przeprowadź uczniów przez ćwiczenia i poproś ich, aby spróbowali swoich sił.

Poproś ucznia, aby za pomocą tablicy komunikacyjnej wyraził swoją opinię na temat bliskiego kontaktu z rówieśnikami (nie czuje się dobrze, potrzebuje przerwy).

Model wykorzystujący kartę komunikacyjną.

Użyj tablicy, aby ćwiczyć komunikację. Więcej informacji na temat tablic komunikacyjnych można zobaczyć w tym filmie.

EFEKTY KSZTAŁCENIA

Komunikowanie granic: Uczniowie będą skutecznie korzystać z tablic komunikacyjnych, aby wyrazić swój komfort lub dyskomfort w związku z dotykiem podczas zajęć WF.

Udział w zajęciach fizycznych: Uczniowie będą uczestniczyć w wybranych zajęciach obejmujących dotyk w zakresie, w jakim czują się komfortowo, wykazując się zrozumieniem, w jaki sposób zarządzać osobistymi granicami.

Umiejętności samzarządzania: Uczniowie zademonstrują pojawiające się umiejętności samzarządzania, identyfikując, kiedy czują się niekomfortowo i komunikując swoje potrzeby.

Zdolność do adaptacji: Uczniowie wykażą większą zdolność przystosowywania się, angażując się w różnorodne zajęcia z różnymi poziomami kontaktu fizycznego, w miarę jak poczują się bardziej komfortowo.

UZASADNIENIE TEORETYCZNE

Stosowana analiza zachowania: Koncentruje się na systematycznym nauczaniu uczniów komunikowania swoich potrzeb i zarządzania wrażliwością sensoryczną poprzez pozytywne wzmocnienie i ustrukturyzowaną interakcję.

Teoria integracji sensorycznej: pomaga zrozumieć, w jaki sposób uczniowie przetwarzają informacje zmysłowe, zwłaszcza dotyk, oraz znaczenie uwzględniania potrzeb sensorycznych w placówkach edukacyjnych.

Behawioryzm: kładzie nacisk na uczenie się od otoczenia poprzez interakcję i wzmocnienie, co ma kluczowe znaczenie w nauczaniu uczniów, jak reagować na dotyk i komunikować się o nim.

Teoria uczenia się społecznego: podkreśla znaczenie modelowania i uczenia się przez rówieśników w zdobywaniu umiejętności społecznych i rozumieniu norm dotyczących przestrzeni osobistej i dotyku.

UMIEJĘTNOŚCI I KOMPETENCJE

Communication Skills: Development of robust communication skills using AAC or PECS to express feelings and boundaries.

Sensory Processing Skills: Enhanced ability to process sensory information related to touch and develop coping strategies.

Social Interaction Skills: Improved social interaction skills, including understanding how to express and respect personal and others' boundaries.

Empathy and Support: Cultivation of empathy by understanding diverse comfort levels among peers and learning supportive Behaviours.

MODYFIKACJE DLA RÓŻNYCH UCZNIÓW

PRZESTRZEŃ

Odstęp między uczniami można zmniejszyć lub zwiększyć, aby uczniowie czuli się bardziej komfortowo.

ZADANIA

Ustaw szybką randkę z dwoma rzędami uczniów naprzeciw siebie. Bardziej wykwalifikowani uczniowie lub asystenci tworzą Linię 1 i na koniec każdego ćwiczenia ostatnia osoba w Lini 1 przesuwa się na początek Lini 1, a każda osoba przesuwa się o jeden rząd w dół. Linia 2 przechowuje dowolny sprzęt. Każdy może jednocześnie uczestniczyć w działaniach dotykowych na różne sposoby i z różnymi osobami. (Patrz Plan Lekcji M3).

Stopniowana ekspozycja wprowadza dotyk stopniowo, wraz z mniej inwazyjnymi czynnościami (np. przybicie piątki), a następnie przechodzi do bardziej zaangażowanego kontaktu w miarę wzrostu poziomu komfortu.

SPRZĘT

Nauczyciel WF lub rówieśnik może używać do dotykania przedmiotów, które dziecko lubi, takich jak samochodzik, szczotka do włosów, a nawet pacynka.

OSOBY

Przed dyskusją uczniowie mogą narysować prezentację, używając słów, symboli lub obrazów, aby wesprzeć dyskusję na temat doświadczeń.

PLAN LEKCJI S4 TABLICA KOMUNIKACYJNA

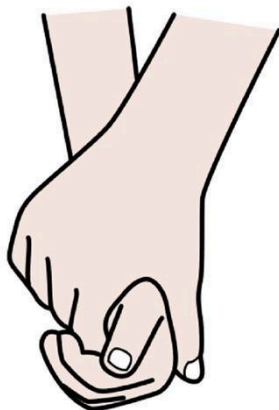


Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



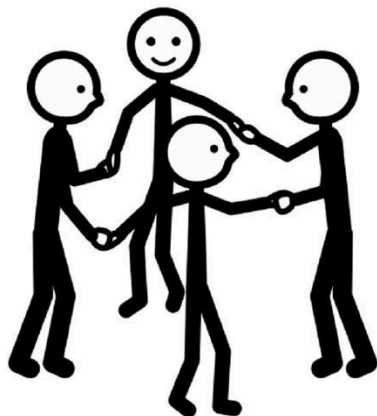
Czasami podczas zajęć WF prowadzę zajęcia wspólnie z uczniami

PLAN LEKCJI S4 HISTORYJKA



Czasami będę musiał potrzymać ich za ręce.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Jak wtedy, gdy tworzymy razem krąg.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Kiedy wykonuję te czynności, mogę odczuwać niepokój.
To może być przytłaczające i być może będę potrzebować przerwy. W porządku.



Mogę spróbować odważyć się i wykonać ćwiczenie z innymi uczniami.

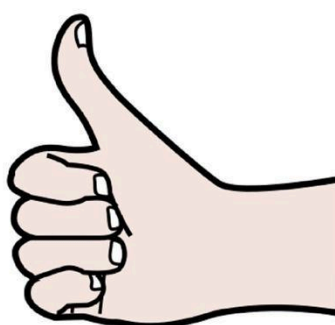
Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Nie mam nic przeciwko, jeśli nie chcę trzymać się za ręce lub przebywać blisko innych uczniów.



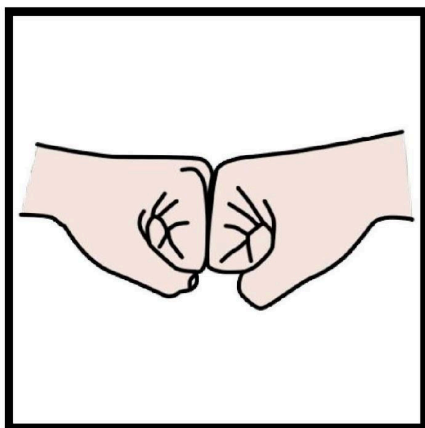
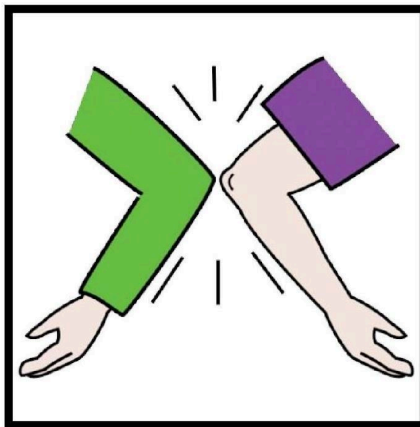
Mówię nauczycielowi, że muszę zrobić sobie przerwę, używając słów, gestów lub obrazków.



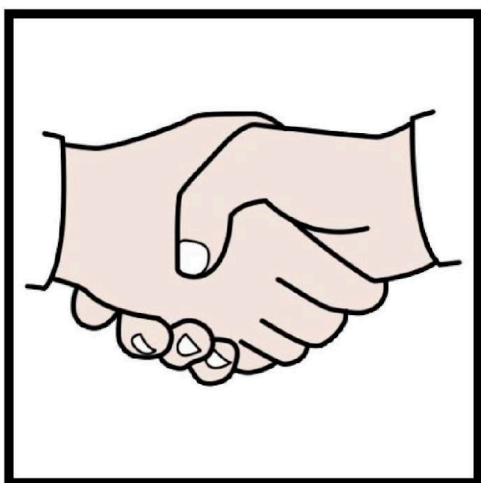
Nie ma nic złego w nierobieniu zajęć grupowych. Zachowam spokój i będę wykonywać różne czynności.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)

PLAN LEKCJI S4 KARTY DZIAŁAŃ WIZUALNYCH



Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)

PLAN LEKCJI S5

Komunikuje opinię na temat stania w kolejce/blisko innych

60 minut

CEL LEKCJI

Aby uczniowie potrafili przekazywać opinie na temat stania w kolejce/blisko innych.

MATERIAŁY

Przedmioty uspokajające (piłka stresowa/ściśnięta, butelka sensoryczna itp.)
Obręcze
Historia społeczna
Karty wizualne

TECHNIKA

Historia społeczna: Wykorzystanie historii społecznej, aby przygotować uczniów na doświadczenie stania w kolejce lub bycia blisko innych, szczegółowo opisując, jakich zachowań się oczekuje i dlaczego.

Modelowanie behawioralne: demonstrowanie odpowiednich zachowań podczas stania w kolejce lub w sytuacjach bliskiego kontaktu w celu przedstawienia jasnych, wizualnych przykładów.

Podpowiadanie werbalne, wizualne i fizyczne: zapewnianie wskazówek i podpowiedzi, aby wskazać uczniom, gdzie mają stać i jak wchodzić w interakcję, używając kart wizualnych do komunikowania potrzeb i preferencji.

Pozytywne wzmocnienie: oferowanie pochwał i namacalnych nagród za utrzymanie odpowiedniego zachowania i skuteczne używanie narzędzi komunikacji w celu wyrażenia komfortu lub dyskomfortu.

Ustrukturyzowane wskazówki środowiskowe: używanie fizycznych znaczników, takich jak obręcze lub kolorowe plamy, do wizualnego wskazywania odpowiednich miejsc do stania, pomagając w zarządzaniu świadomością przestrzenną i komfortem.

ZAJĘCIA

Razem z uczniami przejrzyj historię społeczną dotyczącą stania w kolejce blisko innych uczniów.

Przygotuj stanowisko aktywności z przedmiotami uspokajającymi (piłką stresową/wyciskaną, szlamem, butelkami sensorycznymi itp.).
Przejdź z uczniem przez stanowisko ćwiczeń i poproś o użycie obiektów.
Przygotuj kręgi, w których uczniowie będą mogli stać, czekając w kolejce (możesz użyć obręczy). Pokaż uczniowi, gdzie ma stać, czekając w kolejce, aby uniknąć bliskiego kontaktu z innymi uczniami.

Przedstaw uczniowi karty wizualne. Zachęcaj do używania kart wizualnych do wyrażania potrzeb (potrzeba obiektu odprężającego i przerwy w aktywności).
Przećwicz wyrażanie opinii na temat czynności, korzystając z kart wizualnych przerw.

EFEKTY KSZTAŁCENIA

Komunikowanie potrzeb w zakresie przestrzeni osobistej: Uczniowie będą skutecznie korzystać z narzędzi komunikacyjnych, aby wyrazić swój poziom komfortu w związku z bliskością innych.

Przestrzeganie wytycznych przestrzennych: Uczniowie wykażą się umiejętnością podążania za wskazówkami wizualnymi i utrzymywania odpowiednich odległości od rówieśników podczas ustawiania się w szeregach i ćwiczeń wymagających bliskiego kontaktu.

Umiejętności zarządzania sobą: Uczniowie wykażą się lepszą umiejętnością zarządzania swoimi emocjami i zachowaniami w sytuacjach, w których przestrzeń osobista jest ograniczona.

Stosowanie strategii uspokajających: Uczniowie będą samodzielnie wykorzystywać przedmioty lub techniki uspokajające, gdy poczują się przytłoczeni bliskością.

UZASADNIENIE TEORETYCZNE

Stosowana analiza zachowania: Koncentruje się na zastosowaniu interwencji behawioralnych, aby nauczyć uczniów, jak komunikować potrzeby i skutecznie zarządzać zachowaniami w środowiskach społecznych.

Behawioryzm: kładzie nacisk na uczenie się poprzez interakcję z otoczeniem, wykorzystując pozytywne wzmocnienie do kształtowania zachowań związanych z przestrzenią osobistą i komunikacją.

Teoria poznawczo-behawioralna: poprawia zrozumienie, w jaki sposób myśli i uczucia mogą wpływać na zachowanie, szczególnie w zarządzaniu reakcjami na bliskość fizyczną.

Uniwersalny projekt uczenia się (UDL): zapewnia dostępność i odpowiednią komunikację dla wszystkich uczniów, niezależnie od ich wrażliwości sensorycznej i zdolności komunikacyjnych.

UMIEJĘTNOŚCI I KOMPETENCJE

Umiejętności komunikacyjne: Rozwój solidnych umiejętności komunikacyjnych przy użyciu kart wizualnych i innych narzędzi AAC do wyrażania uczuć i granic.

Umiejętności przetwarzania sensorycznego: Zwiększona zdolność przetwarzania informacji sensorycznych związanych z dotykiem i przestrzenią osobistą, rozwijanie strategii radzenia sobie.

Umiejętności interakcji społecznych: ulepszone umiejętności interakcji społecznych, w tym zrozumienie, jak wyrażać i szanować granice osobiste i innych.

Regulacja emocji: rozwijanie umiejętności regulacji emocji poprzez rozpoznawanie i komunikowanie osobistego dyskomfortu lub potrzeb w otoczeniu społecznym.

MODYFIKACJE DLA RÓŻNYCH UCZNIÓW

PRZESTRZEŃ

Stojąc w kolejce, uczniowie mogą stopniowo zbliżać się do siebie.

ZADANIE

Można ustawić stacje umiejętności z różnymi lub progresywnymi programami dotykowymi lub uspokajającymi i coraz bliższymi kręgami w kolejkach. (Patrz Plan Lekcji M4)

Można również zastosować szybką randkę (patrz plan lekcji M3)

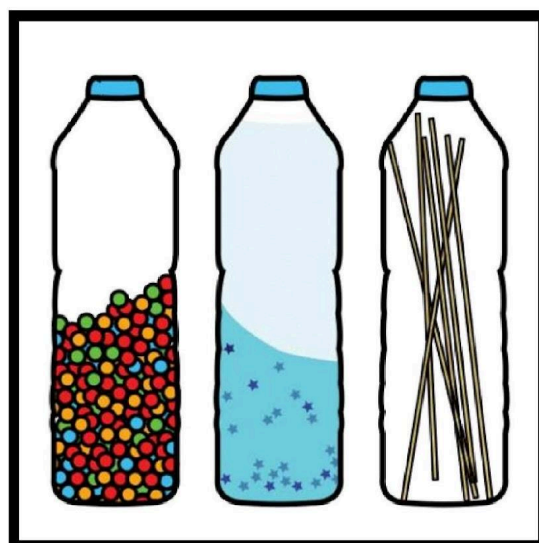
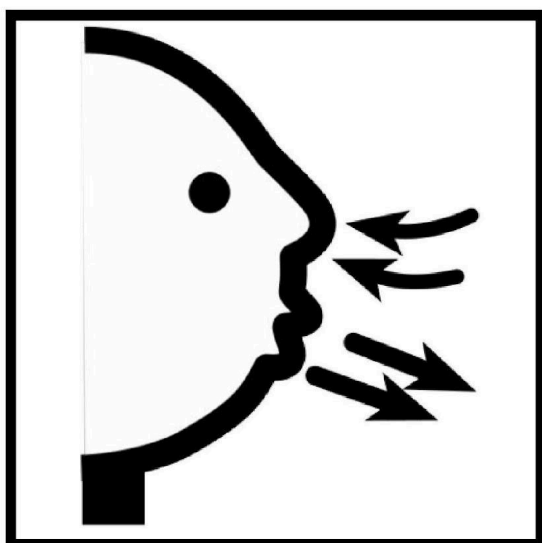
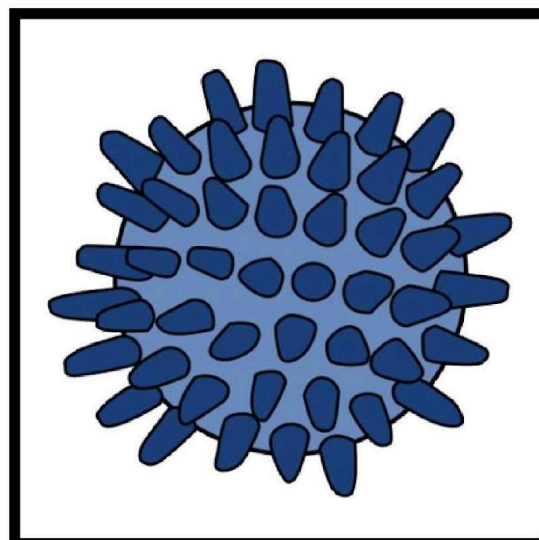
SPRZĘT

Nauczyciel WF lub rówieśnik może używać do dotykania przedmiotów, które dziecko lubi, takich jak samochodzik, szczotka do włosów, a nawet pacynka.

OSOBY

Przed sesją lub po niej uczniowie mogą narysować prezentację, używając słów, symboli lub obrazów, aby wesprzeć dyskusję na temat doświadczeń.

PLAN LEKCJI S5 KARTY WIZUALNE



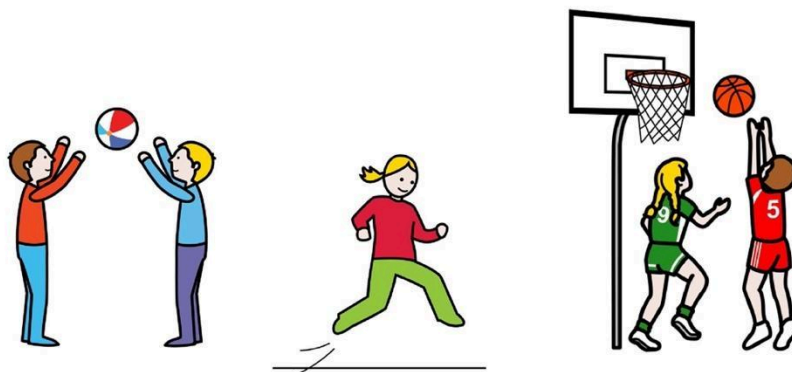
Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Twórz karty z różnymi obiektami stresu, które masz w klasie WF.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)

PLAN LEKCJI S5 HISTORIA WIZUALNA



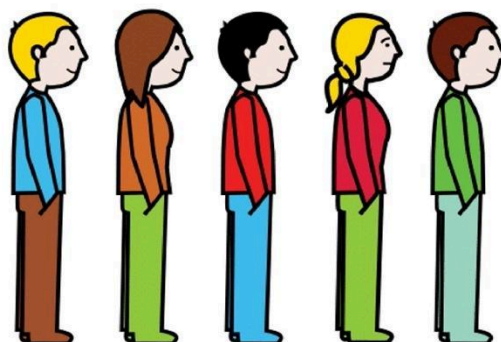
W klasie WF jest dużo uczniów.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



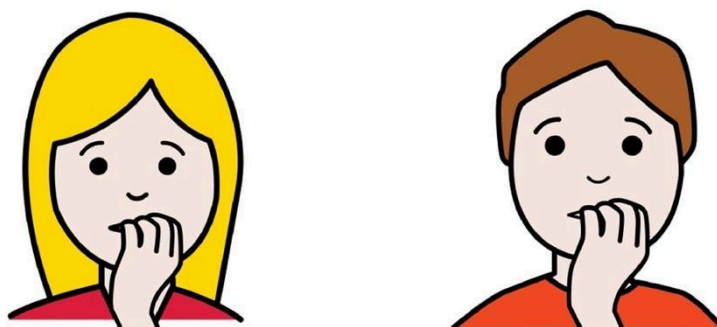
Czasami będziemy wykonywać czynności w kręgu, a oni będą siedzieć obok mnie.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Czasami będę musiał poczekać w kolejce, aby wykonać jakieś czynności.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Bycie zbyt blisko innych dzieci może powodować stres i niepokój. Ale mogę spróbować czegoś, co pomoże mi się uspokoić.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



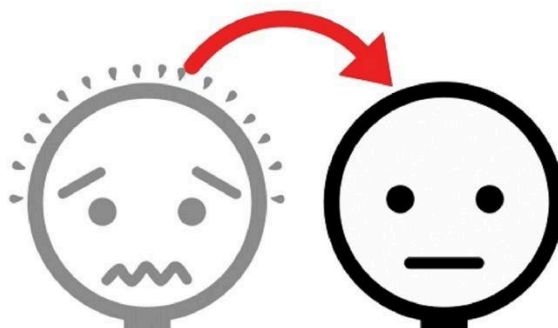
Po pierwsze, mogę spróbować wziąć głębokie oddechy i zachować spokój.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



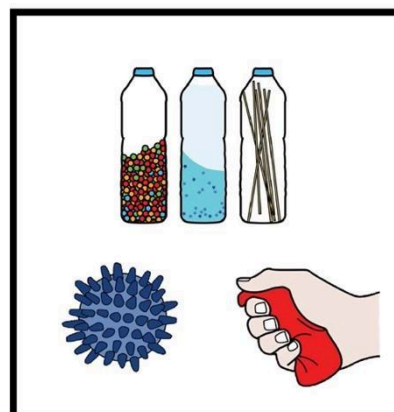
Jeśli nadal jestem zestresowany, mogę użyć przedmiotu, który mnie uspokoi. Może to być kulka antystresowa, butelka sensoryczna, szlam lub cokolwiek innego, co mi się podoba.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



To może mi pomóc się uspokoić.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Poproszę nauczyciela, aby wziął przedmiot, który może mnie uspokoić za pomocą słów, kart lub gestów.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Jeśli jestem zestresowany. Zrobię sobie przerwę od zajęć i usiądę sam

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Poproszę nauczyciela, aby zrobił sobie przerwę, używając słów, kart lub gestów

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)

PLAN LEKCJI S6

Komunikuje opinię na temat nadmiernego ruchu

60 minut

Można podzielić na wiele sesji

CEL LEKCJI

Aby uczniowie potrafili przekazywać opinie na temat nadmiernego ruchu podczas zajęć WF.

MATERIAŁY

Historia społeczna
Piłka terapeutyczna
Tablica komunikacyjna.

TECHNIKA

Historia społeczna: Wykorzystanie historii społecznej w celu przygotowania uczniów do zajęć obejmujących nadmierne ruchy, wyjaśnienie, jakich zachowań się oczekuje i jak radzić sobie z dyskomfortem.

Modelowanie behawioralne: zademonstrowanie każdego ćwiczenia, w szczególności sposobu korzystania z tablicy komunikacyjnej do wyrażania uczuć i potrzeb podczas ćwiczeń.

Podpowiadanie werbalne i wizualne: Dostarczanie wskazówek i podpowiedzi, które pomogą uczniom w prawidłowym wyrażaniu swoich uczuć za pomocą tablicy komunikacyjnej.

Pozytywne wzmocnienie: oferowanie pochwał i namacalnych nagród za odpowiednie wyrażanie uczuć i uczestnictwo w zajęciach pomimo dyskomfortu.

Stopniowe narażenie: Stopniowe wprowadzanie czynności wymagających nadmiernych ruchów, zaczynając od mniej intensywnej do bardziej intensywnej, w miarę wzrostu poziomu komfortu.

ZAJĘCIA

Przejrzyj z uczniami historię społeczną dotyczącą nadmiernych ruchów podczas zajęć WF.

Przygotuj zajęcia dla uczniów, obejmujące różne ruchy (odbijanie się na piłce terapeutycznej, ćwiczenia w skokach, kręcenie się, szybki taniec itp.)

Przygotuj tablicę komunikacyjną, na której uczniowie będą mogli wyrazić swoje opinie na temat wykonywania tych zajęć.

Modeluj działania uczniowi. Niech spróbuje tych zajęć.

Pokaż uczniom tablicę komunikacyjną, aby mogli wyrazić swoje opinie (potrzeba przerwy, strach, zawroty głowy itp.) na temat zajęć. Wizualnie i werbalnie zachęcaj dziecko do korzystania z tablicy komunikacyjnej i ćwiczenia komunikacji.

Przećwicz wyrażanie opinii na temat wykonywanych czynności za pomocą tablicy komunikacyjnej.

EFEKTY KSZTAŁCENIA

Skuteczna komunikacja: Uczniowie będą korzystał z tablicy komunikacyjnej, aby dokładnie wyrazić swoje uczucia na temat czynności wymagających nadmiernych ruchów.

Przystosowanie do aktywności fizycznej: Uczniowie będą uczestniczyć w zajęciach, wykazując rosnący komfort i zdolność kontrolowania swoich reakcji w miarę upływu czasu.

Umiejętności zarządzania sobą: Uczniowie wykażą poprawę w zakresie samoregulacji swoich emocji i zachowań w odpowiedzi na wyzwania związane z aktywnością fizyczną.

Strategie radzenia sobie: Uczniowie opracują i wykorzystają strategie radzenia sobie z uczuciem nadmiernego ruchu podczas aktywności fizycznej.

UZASADNIENIE TEORETYCZNE

Zastosowana analiza zachowania: systematyczne wystąpienie behawioralnych w celu zapobiegania rozprzestrzenianiu się, samoregulacji i zadziałanie poprzez ustrukturyzowane nauczanie i zagrożenie.

Behawioryzm: wystąpienie skutków, które powoduje, że skutkiem są skutki wynikające z reakcji na bodźce.

Teoria integracji sensorycznej: pomaga zrozumieć, w jaki sposób uczniowie przetwarzają informacje sensoryczne, takie jak wykorzystanie ruchu, oraz znaczenie pogłębiania efektu stosowania sobie.

Teoria poznawczo-behawioralna: zasada nacisku na zrozumienie i zmiany wzorców myślenia, które wpływają na reakcje i zachowanie, szczególnie ważne w zarządzaniu działaniami na intensywną aktywność.

UMIEJĘTNOŚCI I KOMPETENCJE

Umiejętności komunikacyjne: Rozwój solidnych umiejętności korzystania z narzędzi komunikacji wizualnej i werbalnej w celu wyrażania osobistych doświadczeń i potrzeb.

Umiejętności przetwarzania sensorycznego: zwiększona zdolność przetwarzania i reagowania na bodźce zmysłowe, rozwój technik radzenia sobie z dyskomfortem.

Regulacja emocji: rozwijanie umiejętności regulacji emocji poprzez rozpoznawanie i komunikowanie uczuć w zorganizowanym i wspierającym środowisku.

Interakcja społeczna i współpraca: Poprawa interakcji z rówieśnikami i nauczycielami podczas zajęć, tworzenie atmosfery zrozumienia i wsparcia.

MODYFIKACJE DLA RÓŻNYCH UCZNIÓW

PRZESTRZEŃ

Stacje umiejętności można ustawić w całym pomieszczeniu. Stacje umiejętności mają tę samą aktywność z progresywnym rozwojem umiejętności. (Patrz Plan Lekcji M4). Stanowiska ćwiczeń można rozmieścić w sekcjach po całej sali, w każdym rogu lub jako tor przeszkód dla zespołów, w którym każdy uczeń wspiera się nawzajem w wykonywaniu ćwiczeń. Każda stacja aktywności powinna mieć różne aktywności.

ZADANIE

Szybka randka może zostać zorganizowana w dwóch rzędach uczniów naprzeciw siebie.

Bardziej wykwalifikowani uczniowie lub asystenci tworzą Linię 1 i na koniec każdego ćwiczenia ostatnia osoba w Lini 1 przesuwa się na początek Lini 1, a każda osoba przesuwa się o jeden rząd w dół. Linia 2 posiada sprzęt dostosowany do ich potrzeb. (Patrz Plan Lekcji M3)

Każdy może uczestniczyć w różnych zajęciach na różne sposoby i z różnymi osobami jednocześnie.

SPRZĘT

Piłkę terapeutyczną można zastąpić poduszką lub matą uderzeniową.

OSOBY

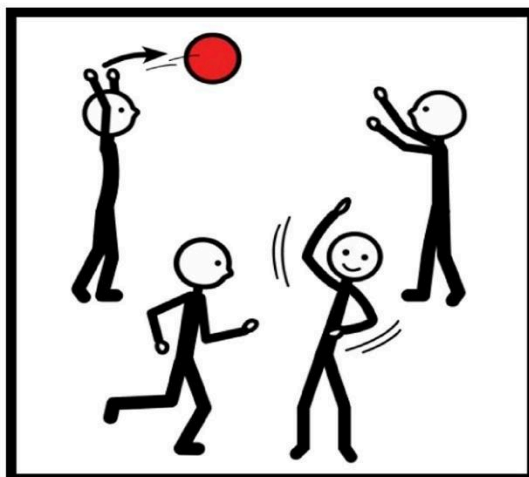
Ponumeruj każdą osobę, np. od 1 do 5. Każda grupa spotyka się na stanowisku aktywności lub na stanowisku rozwijania umiejętności, ponumerowanych od 1 do 5. Każda grupa może mieć lidera lub asystenta nauczyciela, który może wspierać grupę. (Patrz Plan Lekcji M4)

PLAN LEKCJI S6 TABLICA KOMUNIKACYJNA

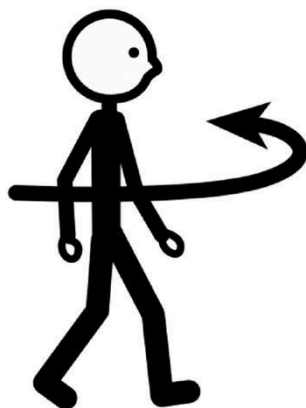


Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)

PLAN LEKCJI S6 HISTORIA SPOŁECZNA



Na zajęciach WF wykonuję różne ćwiczenia



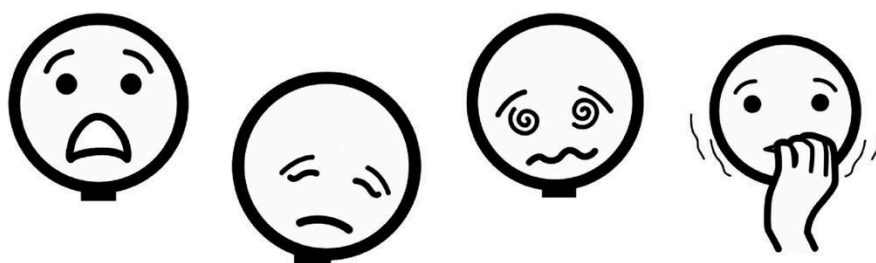
Czasami na zajęciach WF mogę wykonywać ćwiczenia typu spinning

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Czasami wykonuję ćwiczenia takie jak skakanie lub skakanie

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Wykonywanie tych ćwiczeń może powodować u mnie strach, niepokój, zmęczenie, a nawet zawroty głowy. To może być przytłaczające i być może będę potrzebować przerwy. I to jest w porządku.



Mogę spróbować wykazać się odwagą i spróbować wykonać dane czynności.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Przerwa

Mogę zrobić sobie przerwę od ćwiczeń i odpocząć. Potrafię powiedzieć nauczycielowi, że muszę zrobić sobie przerwę, używając słów, gestów lub obrazów.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Niedobrze jest nie wykonywać ćwiczeń. Zrobię sobie przerwę i zachowam spokój.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)

PLAN LEKCJI S7

Komunikuje opinię na temat pozostawania w bezruchu

60 minut

CEL LEKCJI

Aby uczniowie mogli wyrazić swoją opinię na temat konieczności pozostawania nieruchomo podczas zajęć WF.

MATERIAŁY

Historia społeczna

Piłka antystresowa lub inna cicha zabawka do ściskania.

Wizualne karty przerw

Wizualne karty przypomnień

TECHNIKI

Historie społeczne: Wykorzystywanie historii społecznych do ustalania oczekiwań i wyjaśniania powodów konieczności pozostania nieruchomym podczas pewnych czynności.

Modelowanie behawioralne: zademonstrowanie użycia kart wizualnych przerw i piłek stresowych jako mechanizmów radzenia sobie podczas czynności wymagających bezruchu.

Podpowiadanie werbalne i wizualne: zapewnienie spójnych wskazówek za pomocą wizualnych kart przypomnień, aby wzmocnić zachowanie spokoju i korzystanie z kart przerw, gdy zajdzie taka potrzeba.

Pozytywne wzmocnienie: oferowanie pochwał i namacalnych nagród za skuteczne pozostawanie w bezruchu i skuteczne komunikowanie potrzeb za pomocą kart przerw.

Ustrukturyzowana praktyka: organizowanie zajęć, które wielokrotnie wymagają bezruchu, aby ćwiczyć samoregulację i komunikację w kontrolowanym otoczeniu.

ZAJĘCIA

Przejrzyj z uczniami historię społeczną dotyczącą pozostawania w bezruchu podczas zajęć wychowania fizycznego.

Przygotuj karty wizualnych przerw, które uczeń będzie mógł wykorzystać, gdy będzie musiał się poruszyć i wykonać inne ćwiczenie.

Przygotuj wizualne karty przypomnień, które będą służyć jako zachęta wizualna. Zapewnij piłeczkę antystresową lub inną cichą zabawkę do ściskania, którą uczeń może trzymać w dłoni. Pokaż uczniowi wyciskane piłki.

Podczas wykonywania czynności, gdy uczniowie muszą pozostać nieruchomi (taniec zamrażający, zabawa w czerwone światło, zielone światło, zabawa w błoto, czekanie w kolejce itp.), używaj wizualnych kart przypomnień, aby zachęcić dziecko, aby nie angażowało się w ciągły ruch.

Pokaż uczniowi karty wizualnej przerwy, jeśli potrzebuje przerwy od zajęć lub dostępu do innej aktywności wymagającej ruchu. Ćwicz komunikację

EFEKTY KSZTAŁCENIA

Skuteczna komunikacja: Uczniowie będą komunikować się i/lub prawidłowo używać wizualnych kart przerw, aby wyrazić swój dyskomfort lub potrzebę ruchu podczas zajęć statycznych.

Samoregulacja: Uczniowie wykażą się umiejętnością pozostania nieruchomym podczas wyznaczonych zajęć, korzystając z piłek antystresowych lub innych narzędzi radzenia sobie zgodnie z nauczaniem.

Zachowanie adaptacyjne: Uczniowie dostosowują się do zorganizowanego środowiska WF, postępując zgodnie ze wskazówkami wizualnymi i instrukcjami, aby zarządzać swoim zachowaniem podczas czynności wymagających ciszy.

Mechanizmy radzenia sobie: Uczniowie rozpoznają i zastosują odpowiednie strategie radzenia sobie z fizycznym dyskomfortem związanym z pozostawaniem w bezruchu.

UZASADNIENIE TEORETYCZNE

Stosowana analiza zachowania: Koncentruje się na stosowaniu systematycznych interwencji behawioralnych w celu nauczania samoregulacji i komunikacji poprzez ustrukturyzowane zajęcia i pozytywne wzmocnienie.

Behawioryzm: podkreśla rolę środowiska w kształtowaniu zachowania poprzez interakcję, w tym ustrukturyzowane użycie wzmocnień w celu zachęcenia do pożądanych zachowań.

Teoria poznawczo-behawioralna: wspiera zrozumienie związku między myślami, emocjami i zachowaniami oraz wykorzystuje tę wiedzę do zarządzania reakcjami na ograniczenia fizyczne, takie jak pozostawanie w bezruchu.

Teoria integracji sensorycznej: pomaga wyjaśnić potrzebę ruchu fizycznego i zapewnia strategie uwzględniające potrzeby sensoryczne w środowisku edukacyjnym.

UMIEJĘTNOŚCI I KOMPETENCJE

Umiejętności komunikacyjne: Rozwój skutecznej komunikacji przy użyciu narzędzi AAC, takich jak wizualne karty przerw, w celu wyrażenia osobistych potrzeb.

Samozarządzanie: Zwiększona zdolność radzenia sobie z impulsami i pozostawania nieruchomym, gdy jest to wymagane, przy użyciu wyuczonych technik.

Fizyczne umiejętności radzenia sobie: Lepsze wykorzystanie obiektów fizycznych, takich jak piłki antystresowe, do zaspokajania potrzeb sensorycznych w bezruchu.

Zdolność do adaptacji społecznej i emocjonalnej: Zwiększona zdolność dostosowywania się do norm społecznych w środowisku lekcyjnym, zarządzania komfortem osobistym i oczekiwaniami grupy.

MODYFIKACJE DLA RÓŻNYCH UCZNIÓW

PRZESTRZEŃ

Stacje umiejętności można skonfigurować z coraz dłuższymi lub krótszymi czasami przestoju.

(Patrz Plan Lekcji M4).

ZADANIE

Stanowisko umiejętności 1 może leżeć nieruchomo, stanowisko 2 – nieruchomo, stanowisko 3 – klęcząc nieruchomo, a stanowisko 4 – stojąc nieruchomo.

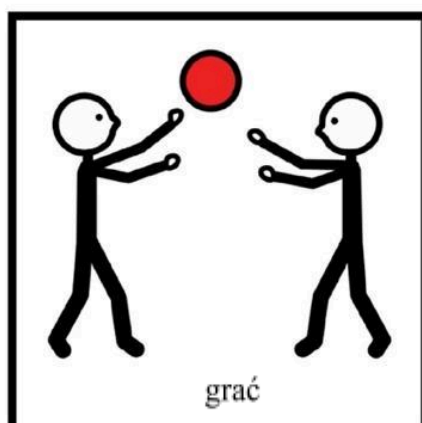
SPRZĘT

Small rings might be used to stand in. Or paper placed on the floor.

OSOBY

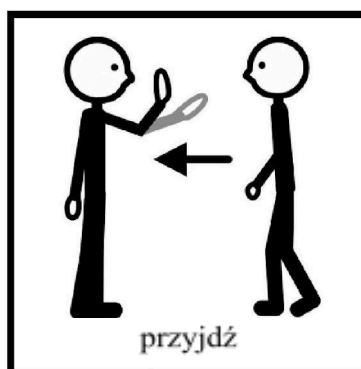
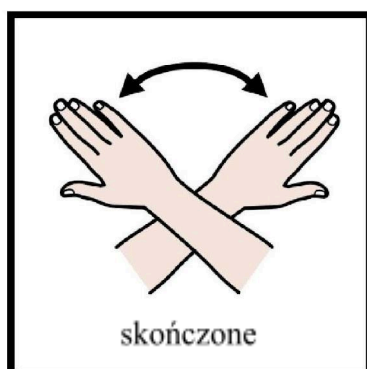
Uczniów o niższych umiejętnościach może wspierać kolega lub asystent nauczyciela.

LESSON PLAN S7 VISUAL BREAK CARDS



Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)

PLAN LEKCJI S7 WIZUALNE KARTY PRZYPOMINAJĄCE



Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)

PLAN LEKCJI S7 WIZUALNA HISTORIA



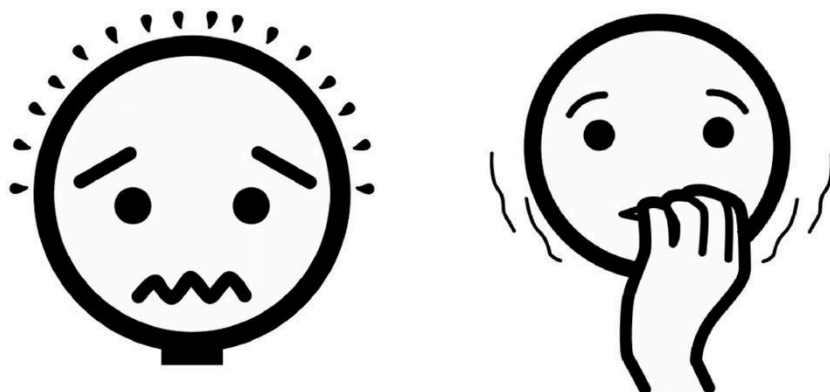
Czasami podczas zajęć wychowania fizycznego muszę pozostać nieruchomy.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



To oznacza, że muszę przestać się ruszać.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Może to powodować u mnie stres i zdenerwowanie.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



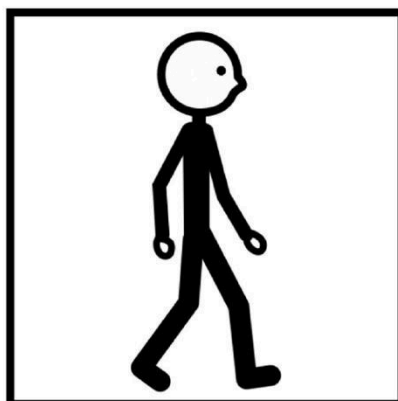
Ale mogę spróbować zrobić coś, co pomoże mi pozostać nieruchomym. Mogę spróbować wziąć głębokie oddechy.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



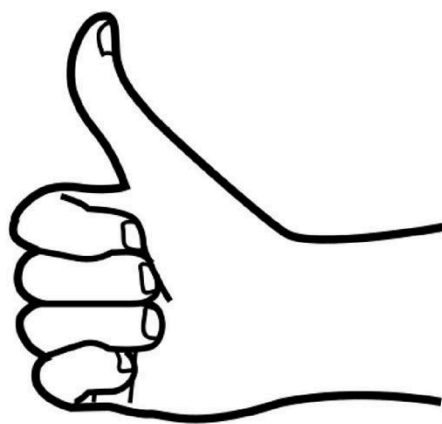
Jeśli nadal czuję się zdenerwowany lub niespokojny, mogę wziąć do ręki piłeczkę antystresową i spróbować pozostać nieruchomym podczas ćwiczenia.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Może będę potrzebować przerwy od zajęć i wybrać się na spacer. W porządku. Potrafię powiedzieć nauczycielowi, że potrzebuję przerwy, używając słów, gestów lub obrazów

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Muszę pamiętać, że można zrobić sobie przerwę od aktywności.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)

PLAN LEKCJI S8

Komunikuje swoją opinię na temat przebywania w hałaśliwym otoczeniu

60 minut

Można podzielić na wiele sesji.

CEL LEKCJI

Aby uczniowie potrafili samodzielnie ocenić swoje potrzeby sensoryczne w hałaśliwym otoczeniu i podjąć działania zmierzające do ich zaspokojenia.

MATERIAŁY

Materiały stacji dźwiękowej (patrz poniżej)

Rzetelny wykaz samooceny

Wizualne karty podpowiedzi.

Hałaśliwe otoczenie

Historia społeczna

Model wideo komunikacji

Słuchawki redukujące hałas

Formularz oceny

TECHNIKI

Historia społeczna i modelowanie wideo: Wykorzystanie historii społecznej i demonstracji wideo w celu ustalenia oczekiwań i modelowania zachowań w zakresie zarządzania hałasem w sali gimnastycznej.

Stanowiska oceny sensorycznej: Przygotowanie stanowisk z różnymi doświadczeniami słuchowymi, aby umożliwić uczniom zbadanie swoich reakcji sensorycznych na różne poziomy głośności i rodzaje hałasu.

Podpowiedzi wizualne: Używanie wizualnych kart podpowiedzi w celu ułatwienia komunikacji na temat doświadczeń i potrzeb zmysłowych, np. zrobienia sobie przerwy lub poproszenia o słuchawki redukujące hałas.

Pozytywne wzmocnienie: Zapewnianie pochwał i nagród uczniom, którzy skutecznie korzystają z narzędzi samooceny i strategii komunikacyjnych, aby zaspokoić swoje potrzeby sensoryczne.

Stopniowe narażenie: Stopniowe zwiększanie złożoności środowiska hałaśliwego, w miarę jak uczniowie będą lepiej radzić sobie ze swoimi strategiami radzenia sobie.

ZAJĘCIA

Przejrzyj z uczniami hałaśliwe otoczenie i historię społeczną. Zadawaj pytania, aby sprawdzić zrozumienie całości.

Przygotuj klasę za pomocą stacji do wykrywania dźwięku ze słuchawkami i multimediami z różnymi popularnymi dźwiękami WF o różnej głośności (np. grupa dzieci biegających w pomieszczeniu).

Poprowadź uczniów przez stację dźwiękową, prosząc, aby samodzielnie ocenili poziom swojej wrażliwości na każdy dźwięk, korzystając z dostarczonego zestawu do samooceny dźwięku.

Pokaż uczniom wizualne karty podpowiedzi informujące, że potrzebują przerwy od hałasu lub dostępu do słuchawek redukujących hałas.

Niech uczeń obejrzy model wideo komunikowania potrzeb i przećwicz komunikację.

EFEKTY KSZTAŁCENIA

Samoocena sensoryczna: Uczniowie będą dokładnie korzystać z inwentarza samooceny dźwięku, aby określić swój poziom wrażliwości na różne dźwięki.

Skuteczna komunikacja: Uczniowie wykażą się umiejętnością korzystania z wizualnych kart podpowiedzi i innych narzędzi komunikacji w celu wyrażenia swoich potrzeb i preferencji sensorycznych.

Adaptacja do hałaśliwego środowiska: Uczniowie wykażą się lepszą zdolnością do funkcjonowania w hałaśliwym środowisku WF, stosując strategie radzenia sobie poznane podczas lekcji.

Samodzielne radzenie sobie z przeciążeniem sensorycznym: Uczniowie wykażą się pojawiającymi się umiejętnościami radzenia sobie z reakcjami na przeciążenie sensoryczne poprzez używanie słuchawek redukujących hałas i robienie przerw w razie potrzeby.

UZASADNIENIE TEORETYCZNE

Stosowana analiza zachowania: koncentruje się na systematycznych interwencjach mających na celu nauczenie umiejętności samodzielnego radzenia sobie i komunikacji w odpowiedzi na bodźce środowiskowe.

Behawioryzm: kładzie nacisk na uczenie się od otoczenia poprzez wzmocnienie, używając strukturalnych ustawień do kształtowania zachowań związanych z radzeniem sobie z przeciążeniem sensorycznym.

Teoria integracji sensorycznej: pomaga zrozumieć, w jaki sposób problemy z przetwarzaniem sensorycznym wpływają na zachowanie i uczenie się, kierując projektowaniem zajęć, które pozwalają uczniom skutecznie zarządzać bodźcami sensorycznymi.

Teoria poznawczo-behawioralna: wspiera rozwój strategii pozwalających uczniom zrozumieć i modyfikować swoje reakcje na doświadczenia zmysłowe.

UMIEJĘTNOŚCI I KOMPETENCJE

Umiejętności komunikacyjne: Rozwój zaawansowanych umiejętności komunikacyjnych w celu wyrażania osobistych potrzeb i zarządzania interakcjami w hałaśliwym otoczeniu.

Umiejętności regulacji sensorycznej: Zwiększona zdolność regulowania przyjmowania zmysłów przy użyciu narzędzi i strategii minimalizujących dyskomfort.

Umiejętności interakcji społecznych: Poprawa umiejętności interakcji z rówieśnikami i nauczycielami, szczególnie w zakresie komunikowania potrzeb związanych z problemami sensorycznymi.

Odporność emocjonalna: rozwijanie odporności poprzez dostosowywanie się do trudnych warunków i utrzymywanie spokoju w obliczu stresu.

MODYFIKACJE DLA RÓŻNYCH UCZNIÓW

PRZESTRZEŃ

Odstęp między stanowiskami można zmniejszyć lub zwiększyć, aby uczniowie czuli się bardziej komfortowo.

ZADANIE

Szybkie randki mają dwie linie uczniów i tabele pomiędzy liniami. (Patrz Plan Lekcji M3)

Bardziej wykwalifikowani uczniowie lub asystenci tworzą Linie 1 i na koniec każdego ćwiczenia ostatnia osoba w Linii 1 przesuwa się na początek Linii 1, a każda osoba przesuwa się o jeden rząd w dół.

Każdy może uczestniczyć w różnych zajęciach na różne sposoby i z różnymi osobami jednocześnie.

OSOBY

Przed dyskusją uczniowie mogą narysować prezentację, używając słów, symboli lub obrazów, aby wesprzeć dyskusję na temat doświadczeń. Rówieśnicy mogą wspierać uczniów.

PLAN LEKCJI S8 WIDEO PRZERWA

https://youtu.be/taC_hE6CyGA



SPIS LEKCJI KARTY KOMUNIKACYJNE S8





PRZERWA

PLAN LEKCJI S8 HISTORIA SPOŁECZNA

Czasami chodzimy do bardzo hałaśliwych miejsc. W tych hałaśliwych miejscach słychać wiele dźwięków, takich jak śmiech, muzyka, rozmowy, tupanie nogami, a nawet głośne echo. Czasami na zajęciach wychowania fizycznego może występować wiele głośnych dźwięków. To może być trochę przytłaczające. Poczucie, że hałas jest za duży, jest w porządku. Możesz jednak zastosować specjalne strategie, które pomogą Ci poczuć się lepiej.

Po pierwsze, ważne jest, aby wysłuchać swoich uczuć. Możesz wziąć głęboki oddech i powiedzieć sobie, że jesteś odważny i silny.

Jeśli hałas w PE jest nadal zbyt duży, możesz użyć specjalnych słuchawek redukujących hałas. Te słuchawki mogą sprawić, że głośne dźwięki będą cichsze i łatwiejsze do opanowania. Musisz upewnić się, że wiesz, jak zdobyć te słuchawki lub powiedzieć nauczycielowi, że ich potrzebujesz.

Możesz także odpocząć od hałasu w klasie WF. Możesz użyć rąk, słów lub obrazków, aby poprosić nauczyciela o przerwę. Gesty, słowa lub obrazy mogą pomóc Ci wyrazić swoje uczucia i potrzeby.

Pamiętaj tylko, że jest w porządku, jeśli nie lubisz głośnych dźwięków w klasie WF. Możesz spróbować zachować spokój i zrobić coś, aby sobie pomóc.

SPIS LEKCJI S8 STACJA DŹWIĘKU INWENTARYZACJA

Lesson Plan S8 Teacher Assessment Form

Directions: The teacher should complete this checklist while completing the lesson.

CEL	JAK TO ZROBIŁEM!	MOŻE NASTĘPNYM RAZEM	UWAGI JAK BYŁO
• Zaadaptowano historię społeczną z uczniami.			
• Omówiliśmy z uczniami historię społeczną.			
• Zadano pytania, aby sprawdzić zrozumienie podczas przeglądania historii społecznościowej.			
• Przygotowałem i uruchomiłem stację dźwięków sensorycznych.			
• Jeśli uczniowie dokonali inwentaryzacji samooceny, to podczas wykonywania stacji sensorycznej.			
• Wybrane odpowiednie karty komunikacji wizualnej dla uczniów.			
• Pokazałem karty uczniom, model wideo i mój model korzystania z kart.			
• Niech uczniowie przećwiczą korzystanie z kart komunikacyjnych, podpowiadając im, jeśli zajdzie taka potrzeba.			
• Zakończono sesję omówieniem z uczniami historii społecznej.			

SPIS LEKCJI S8 STACJA DŹWIĘKU INWENTARYZACJA

Wskazówki: Posłuchaj każdego nagrania na stacji dźwiękowej i uzupełnij poniższą tabelę.

Słuchałem:	Było za głośno! . 👎	To było fajne. 👍	Chciałbym:

PLAN LEKCJI S9

Komunikuje opinię na temat przebywania w jasno oświetlonym otoczeniu

60 minut

Można podzielić na wiele sesji.

CEL LEKCJI

Aby uczniowie w jasno oświetlonym otoczeniu potrafili samodzielnie ocenić swoje potrzeby sensoryczne i podjąć działania zmierzające do ich zaspokojenia.

MATERIAŁY

Materiały stacji wykrywania światła
Lekki spis samooceny
Wizualne karty podpowiedzi
Historia społeczna w jasnym otoczeniu
Model wideo komunikacji
Okulary przeciwsłoneczne i daszek/kapelusz
Formularz oceny.

TECHNIKI

Historie społeczne: wykorzystanie historii społecznej do ustalenia oczekiwań i wyjaśnienia wyzwań sensorycznych oraz mechanizmów radzenia sobie w jasnym otoczeniu.

Modelowanie wideo: demonstrowanie zachowań adaptacyjnych w jasno oświetlonym otoczeniu za pomocą przykładów wideo, pokazujących rówieśnikom noszących okulary przeciwsłoneczne, kapelusze lub szukających zacienionych miejsc.

Stanowiska oceny sensorycznej: konfigurowanie stanowisk z różnymi scenariuszami oświetlenia, aby umożliwić uczniom zbadanie ich reakcji i określenie preferencji lub poziomów dyskomfortu.

Podpowiedzi wizualne i komunikacja: Używanie wizualnych kart podpowiedzi w celu ułatwienia komunikacji na temat doświadczeń i potrzeb zmysłowych, na przykład robienie przerw lub używanie sprzętu adaptacyjnego, takiego jak okulary przeciwsłoneczne.

Pozytywne wzmocnienie: zapewnianie pochwał i wymiernych nagród za skuteczne wykorzystanie narzędzi samooceny i strategii komunikacji w celu zarządzania potrzebami sensorycznymi.

ZAJĘCIA

Przejrzyj z uczniami historię społeczną dotyczącą jasnego środowiska. Zadawaj pytania, aby sprawdzić zrozumienie całości.

Przygotuj klasę za pomocą stanowiska do wykrywania światła, okularów przeciwsłonecznych/czapki i mediów z różnymi rodzajami światła (np. jasność, miganie, migotanie, kolorowe itp.).

Poprowadź uczniów przez stację świetlną, prosząc, aby samodzielnie ocenili swoją wrażliwość na każdy pokaz światła, korzystając z dostarczonego zestawu do samooceny światła.

Pokaż uczniom wizualne karty podpowiedzi informujące, że potrzebują przerwy od światła lub dostępu do okularów przeciwsłonecznych.

Niech uczeń obejrzy model wideo komunikowania potrzeb i przećwicz komunikację.

EFEKTY KSZTAŁCENIA

Samoocena sensoryczna: Uczniowie będą dokładnie korzystać z inwentarza samooceny światła, aby określić swój poziom komfortu w różnych warunkach oświetleniowych.

Komunikacja adaptacyjna: Uczniowie wykażą się umiejętnością korzystania z wizualnych kart podpowiedzi i innych narzędzi komunikacji w celu wyrażenia swoich potrzeb i preferencji sensorycznych.

Radzenie sobie w jasnym otoczeniu: Uczniowie wykażą się lepszą umiejętnością radzenia sobie w jasnym otoczeniu, stosując strategie takie jak okulary przeciwsłoneczne, kapelusze lub szukając zacienionych miejsc.

Samokontrola wrażliwości sensorycznej: Uczniowie zaprezentują pojawiające się umiejętności radzenia sobie z reakcjami na przeciążenie sensoryczne za pomocą wyuczonych technik i strategii samoregulacji.

UZASADNIENIE TEORETYCZNE

Behawioryzm zajmuje centralne miejsce w tym planie lekcji, kładąc nacisk na uczenie się poprzez interakcje z otoczeniem. Behawioryzm przejawia się we wdrażaniu technik pozytywnego wzmocnienia i w zorganizowanym środowisku mającym na celu kształtowanie zachowań uczniów.

UMIEJĘTNOŚCI I KOMPETENCJE

Stosowana analiza zachowania: koncentruje się na systematycznych interwencjach mających na celu nauczenie umiejętności samokontroli i komunikacji w odpowiedzi na bodźce środowiskowe, w szczególności jasne światło.

Behawioryzm: podkreśla rolę środowiska w kształtowaniu zachowania poprzez interakcję i wzmacnianie, co ma kluczowe znaczenie w nauczaniu uczniów adaptacyjnego reagowania na bodźce zmysłowe.

Teoria integracji sensorycznej: pomaga zrozumieć, w jaki sposób problemy z przetwarzaniem sensorycznym mogą wpływać na zachowanie i uczenie się, kierując projektowaniem interwencji, które pozwalają uczniom skutecznie zarządzać bodźcami sensorycznymi.

Teoria poznawczo-behawioralna: wspiera rozwój strategii radzenia sobie dla uczniów, aby kontrolować swoje reakcje na doświadczenia zmysłowe.

MODYFIKACJE DLA RÓŻNYCH POTRZEB

PRZESTRZEŃ

Można utworzyć wiele stacji umiejętności. Zobacz Plan Lekcji M4. Odstęp pomiędzy stanowiskami może być mniejszy lub większy, aby uczniowie czuli się bardziej komfortowo.

ZADANIE

Zobacz Plan Lekcji M4.

OSOBY

Przed dyskusją uczniowie mogą narysować prezentację, używając słów, symboli lub obrazów, aby wesprzeć dyskusję na temat doświadczeń.

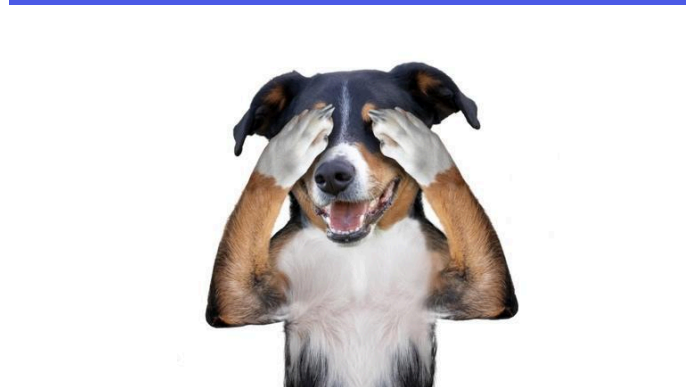
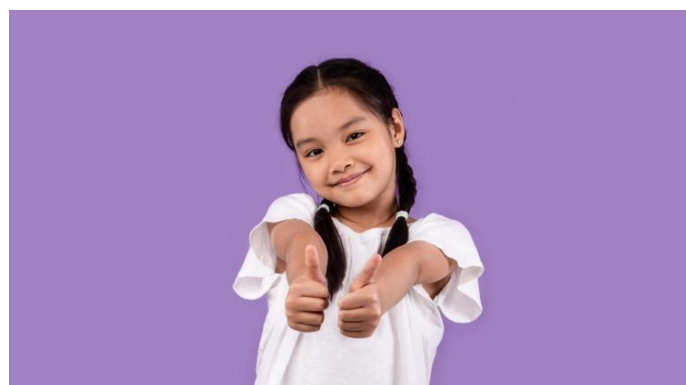
Uczniowie mogą wypowiadać się w imieniu osób niewidomych i niedowidzących.

SPIS LEKCJI WIDEO O OKULARACH PRZECIWSŁONECZNYCH S9

<https://youtu.be/4Vujwx21I7o>



SPIS LEKCJI KARTY KOMUNIKACYJNE S9



PLAN LEKCJI S9 INWENTARYZACJA STACJI ŚWIETLNEJ

Wskazówki: Zajmij się różnymi zabawkami wytwarzającymi światło, obejrzyj różne filmy z pokazami świetlnymi na stacji sensorycznej i uzupełnij poniższą tabelę.

Spojrzałem na:	Było za jasno! 🙅	było mi dobrze. 👍	Chciałbym:

PLAN LEKCJI S9 HISTORYJKA

Historia społeczna w hałaśliwym otoczeniu

Czasami udajemy się do bardzo jasnych miejsc. W tych jasnych miejscach istnieje wiele intensywnych wiązek światła, takich jak oślepiające żarówki, jaskrawe ekrany, migające obrazy, świecące znaki, a nawet oślepiające odbicia. Czasami klasa PE może mieć dużo tych jasnych światła. Światła mogą powodować ból oczu lub głowy.

Uczucie, że jasność jest zbyt duża, jest w porządku. Możesz jednak zastosować specjalne strategie, które pomogą Ci poczuć się lepiej.

Po pierwsze, ważne jest, aby słuchać własnego ciała. Możesz wziąć głęboki oddech i powiedzieć sobie, że masz kontrolę.

Jeśli jasność w sali wychowania fizycznego jest nadal zbyt duża, możesz użyć specjalnych okularów przeciwsłonecznych lub wizjera. Te okulary ochronne mogą sprawić, że intensywne światło stanie się bardziej miękkie i łatwiejsze do opanowania. Musisz upewnić się, że wiesz, jak zdobyć te okulary lub powiedzieć nauczycielowi, że ich potrzebujesz.

Możesz także odpocząć od jasnego światła w klasie WF. Możesz użyć rąk, słów lub obrazków, aby poprosić nauczyciela o przerwę. Gesty, słowa lub obrazy mogą pomóc Ci wyrazić swoje uczucia i potrzeby.

Pamiętaj tylko, że nie podoba ci się jasne światło w klasie WF. Możesz spróbować zachować spokój i zrobić coś, aby sobie pomóc.

PLAN LEKCJI S9 FORMULARZ OCENY NAUCZYCIELA

Wskazówki: Nauczyciel powinien wypełnić tę listę kontrolną podczas kończenia lekcji.

CEL	JA TO ZROBIŁEM!	MOŻE NASTĘPNY M RAZEM.	UWAGI JAK BYŁO
1. Dostosowano historię społeczną dla uczniów.			
2. Omówiliśmy z uczniami historię społeczną.			
3. Zadano pytania, aby sprawdzić zrozumienie podczas przeglądania historii społecznościowej.			
4. Przygotowałem i uruchomiłem świetlną stację sensoryczną.			
5. Czy uczniowie uzupełnili inwentarze samooceny podczas wykonywania stacji sensorycznej.			
6. Wybrane odpowiednie karty komunikacji wizualnej dla uczniów.			
7. Pokazałem karty uczniom, model wideo i mój model korzystania z kart.			
8. Niech uczniowie przećwiczą korzystanie z kart komunikacyjnych, podpowiadając im, jeśli zajdzie taka potrzeba.			
9. Zakończono sesję omówieniem z uczniami historii społecznej.			

PERfect

Szkolenie z zakresu pracy z zaburzeniami ze spektrum autyzmu dla nauczycieli Wychowania Fizycznego

Numer projektu: KA220-SCH-D6D31EDD

ZASTRZEŻENIE

Projekt ten był finansowany przez Unię Europejską w ramach programu ERASMUS+. Wsparcie Komisji Europejskiej dla powstania tej publikacji nie oznacza poparcia treści, które odzwierciedlają wyłącznie poglądy autorów, a Komisja nie ponosi odpowiedzialności za jakiegokolwiek wykorzystanie informacji w niej zawartych.

Strona internetowa: <https://perfectproject.org/>

Kontakt: Info@Insideeu.eu

PRODUKCJA TEGO DOKUMENTU PROWADZONA BYŁA PRZEZ



Co-funded by
the European Union

