



Perfect - планирања за час

Водич за планирање на часови по физичко и здравствено образование за деца со нарушувања од спектарот на аутизам



Co-funded by
the European Union



léargas

ИМЕ НА ПРОЕКТОТ

Обука за управување со однесувањето кај децата со аутизам, наменета за наставниците по физичко и здравствено образование

Број на проектот: KA220-SCH-D6D31EDD

Одрекување од одговорност

Овој проект беше финансиран од Европската Унија преку програмата ЕРАЗМУС +. Поддршката на Европската комисија за изработката на оваа публикација не претставува одобрување на содржината, туку ги одразува само гледиштата на авторите и Комисијата не може да биде одговорна за каква било употреба на информациите содржани во неа.

Web страна: <https://perfectproject.org/>

Контакт: Info@Insideeu.eu

Содржина

Одрекување од одговорност	2
ПАРТНЕРСТВО	5
ПОСТАВУВАЊЕ ЦЕЛИ ВО ПЛАНОВИТЕ ЗА ЧАС	9
МОДИФИКАЦИИ ЗА РАЗЛИЧНИ УЧЕНИЦИ	11
ВЕШТИНИ НА ОДНЕСУВАЊЕ	12
O1: Следи насоки во повеќе чекори кога тие се упатени директно кон него (кон детето)	12
O2: Следи упатства од еден чекор во група од 5 или повеќе деца	17
O3: Следење на основните правила во училищата	23
O4: Му приоѓа на врсникот за да поставува прашања	27
O5: Одговара на прашање/барање претставено во група	33
O6: Доаѓа на часот по ФЗО добро подготвен/подготвена	37
O7: Преминува од една активност на друга (транзиција)	45
O8: Го именува сопственото однесување	49
O9: Комуницира за да ги соопшти потребите	55
O 10: Демонстрира нова вештина во група	60
ЗАБЕЛЕШКИ ЗА ПЛАН ЗА ЧАС O11-O13	66
O 11:Учениците манифестираат однесувања кои што го поддржуваат учењето на сите деца	69
O 12: Останува во рамките на група од 5 или повеќе деца	74
O 13: Одговара на сите прашања/барања поставени од страна на врсниците	79
МОТОРНИ ВЕШТИНИ	84
M 1: Имитира секвенца на моторни акции моделирана од страна на наставникот по Физичко и здравствено образование	84
M 2: Прескокнува на една нога низ собата без да падне.	94
M3: Фрла топка од доле нагоре за да погоди цел	103
M4: Отскокнува и фаќа тениско топче со едната рака	108
M5: Удира во мирна топка така што таа патува во воздух	113
M6: Зема и трча држејќи предмет	117
СЕТИЛНИ ВЕШТИНИ	122
C1:Го искажува своето мислење за одвојување на нозете од земјата (при потскокнување со двете нозе)	122
C2: Соопштува мислење за паѓање/висина	128
C3: Соопштува мислење за тоа дека главата му е наопаку	134

C4: Соопштува мислење за допир од другите или допирање на другите ..	147
C6: Соопштува мислење за прекумерно движење	166
C7: Кажува свое мислење за ситуации кога треба да стои смирено	174
C8: Соопштува мислење за престој во бучна средина	183
C9 : Соопштува мислење за престој во интензивно осветлени средини....	193
Одрекување од одговорност	201

INSIDE EU



ПАРТНЕРСТВО

КООРДИНАТОР НА ПРОЕКТОТ

Институтот за студии за социјална инклузија, диверитет и вмрежување (INSIDE EU) е основан во Трале, Ко. Кери Ајрланд, од страна на Дирк ван дер Мерве, параплегичен спортист, тренер и ментор, со цел поддршка и приспособување на физичката активност за подобрување на здравјето за лицата со посебни потреби, особено за корисниците на инвалидска количка.

Институтот дополнително обезбедува експертиза за поддршка и вклучување во образованието и вработувањето за лицата од ранливите категории, особено за лицата со попреченост. Обезбедува обука за младински работници, спортски тренери, асистенти и наставници во Ирска и Европа. INSIDE EU има огромно искуство во развивање алатки за инклузија и инклузивна адаптирана и пренослива гејмификација за развој кај лицата со ограничени можности и поддршка на лица со различни способности или попреченост, при што секој може да учествува заедно во иста активност и во исто време.

INSIDE EU имаат големо искуство во создавање достапни и инклузивни ресурси, вклучувајќи 2D и 3D видеа и анимации.

ACD La
Hoya



ACD La Hoya е шпанска културна и спортска асоцијација заснована на принципите на соработка, интеграција, заштита на животната средина, солидарност, хуманост и универзални човечки вредности. Оваа организација промовира средина во која заедницата ќе може да создава, размислува, да ги реализира своите идеи и да застапува свои ставови за важни прашања. Нивната цел е развивање на активности во руралната заедница како што се уметност, спорт и култура. Тие исто така се посветени на успешно спроведување и учество на европски проекти за поврзување на различните генерации во Европа.

Masarykova Univerzita

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

Сметаме дека образованието не е само прашање на возраст или социјален статус. Ние активно го поддржуваме истражувањето, слободоумни сме и посветени сме на влијание врз животите на луѓето околу нас. Создаваме попаметен свет од 1919 година – во моментов, 10 факултети и 400 студиски програми обезбедуваат речиси неограничена понуда на курсеви. Каков е Универзитетот Масарик? Мултидисциплинарен. Истражете ја понудата за студирање. Специјализирајте се, експериментирајте и откријте нови предизвици. Универзитетот Масарик во бројки: 85 % – дипломирани студенти вработени во својата област; 82 % – дипломирани студенти кои би одбрале повторно да студираат на МУ; 2,5 % – дипломирани студенти кои не можат да ја најдат својата работа од соништата во рок од две години; 400 – студиски програми; 30.500 – студенти; 7.000 – дипломирани студенти годишно.



Сина Светулка

Здружението за подобрување на квалитетот на животот на лицата со нарушувања од спектарот на аутизам „Сина светулка“ (Сина Светулка) е основано на 28.02.2017 година во Скопје врз основа на 15 годишно искуство во областа на аутизмот на основачите. Мисијата на организацијата е да го подобри квалитетот на животот на лицата со аутизам и нивните семејства, подигање на свеста за потенцијалот преку едукација и директна поддршка на децата и возрасните со аутизам, нивните семејства, професионалците и пошироката јавност.

Општите цели на организацијата се:

- Подобрување на квалитетот на животот на децата и лицата со аутизам преку откривање и максимизирање на нивниот потенцијал;
- Третман на деца со аутизам.
- Едукација на семејствата и стручните лица за методите на работа.
- Промоција на правата и промоција на нови идеи за подобрување на квалитетот на животот.
- Поттикнување на научна и стручна работа во оваа област и
- Активности за инклузија на деца и лица со аутизам.

ViModo



ВиМодо е истражувачка и образовна организација со седиште во Кипар, специјализирана во областите на истражување, иновации и социјална инклузија. Тие се стремат да развијат и имплементираат одржливи решенија за да ги задоволат потребите на луѓето со помалку можности и нивните семејства. Организацијата има долгогодишно искуство во:

Едукативни курсеви: Дизајнирање и реализација на лице-в-лице и онлајн едукативни курсеви за професионалци (обука за работно оспособување), возрасни и млади.

- Истражување и иновации: Спроведување на истражување и развој на проекти за иновации и развој.
- Аутизам и специјално образование: Дизајнирање и реализација на специјализирани програми за обука и обезбедување на поддршка за професионалци, семејства и лица со аутизам и други невро-развојни нарушувања; Аутизам и применета анализа на однесување (АБА): Обезбедување поддршка и обука за родители и професионалци кои работат со лица со ASD како и стратегии за управување со училницата, паменета за наставниците. Обуката се заснова на пристапи базирани на докази, како што е АБА методот.
- Социјална инклузија и интеграција: Дизајнирање и реализација на проекти за подобрување на социјалната инклузија и интеграција.
- Образование и инклузија: обезбедување вистински можности за учење за секого.
- Когнитивна бихејвиорална терапија: подобрување на функционирањето и квалитетот на животот преку пристапи за КБТ.

BSDA



BSDA

**Bulgarian Sports
Development Association**

Бугарската асоцијација за развој на спортови (БСДА) е основана во 2010 година и е непрофитна организација од јавен интерес, посветена на развојот на бугарскиот спорт и подобрување на спортската култура во Бугарија.

Главните приоритети на BSDA:

- Заживување на спортската култура
- Волонтирање во спортот
- Образование преку и во спортот
- Добро владеење во спортот
- Интеграција преку спорт
- Вештини на иднината и претприемништво.

Бидејќи спортот е за амбиција, емоции и инспирација иницирани од луѓето за луѓето, секторот треба да се заснова на личните убедувања на носителите на одлуки за интегритет, посветеност и правичност, како и на принципите на „фер игра“, тимска работа, дисциплина, еднаков почеток и недискриминација.

**Szkola Podstawowa z
Oddziałami
Integracyjnymi nr 12**



Основното интегративно училиште број 12 во Краков брои 400 ученици, меѓу кои 73 деца од Украина во два типа на паралелки – Класични - до 30 ученици и Интегративни - до 20.

Во интегративното одделение, може да има најмногу 5 ученици со посебни образовни потреби (афазија, Аспергеров синдром, аутизам, лесна и умерена интелектуална попреченост). Интегративната настава има двајца наставници - воспитувач и помошен наставник.

Улогата на воспитувачот е да води часови со наставникот, да го координира образованието, да му помага и да го поддржува детето во процесот на учење.

Децата во одделението учат заедно; можат да имаат различни развојни насоки на задолжителните часови, но на дополнителни активности, како што е шах, дополнителен англиски јазик или физички активности, учествуваат заедно според нивните способности.

ПОСТАВУВАЊЕ ЦЕЛИ ВО ПЛАНОВИТЕ ЗА ЧАС

Проценете го нивото на вештини на учениците:

Пред да поставите цели, набљудувајте ги способностите на учениците за потскокнување и фаќање. Ова ќе ви помогне да добиете основни знаења и да одредите соодветни појдовни точки.

Поставете реални цели кои се постигнуваат чекор-по чекор:

Започнете со реални цели кои се остварливи за секој ученик врз основа на нивното ниво на вештини. Избегнувајте да поставувате премногу високи цели со големи предизвици, бидејќи тоа може да доведе до фрустрација.

Постепено зголемувајте ја тежината на целите како што напредуваат учениците. На пример, ако ученикот постојано ја фаќа топката од кратко растојание, постепено зголемувајте го растојанието за фрлање или воведете варијации како на пример повисоки отскокнувања.

Користете мерливи цели:

Направете ги целите мерливи и специфични. На пример, можете да поставите цели како „фати ја топката пет пати по ред“ или „отскокнувај ја топката и фати ја три пати без да ја испуштиш“.

Индивидуализирајте ги целите:

Забележете дека секој ученик може да напредува со свое темпо. Поставете поединечни цели врз основа на нивните уникатни способности и стапката на развој.

На некои ученици може да им треба повеќе време за да постигнат одредени цели, додека други може да напредуваат побрзо.

Чести повратни информации и охрабрување:

Често давајте повратни информации за учениците за нивниот напредок. Истакнете ги нивните успеси, без разлика колку се мали, и понудете конструктивна повратна информација за областите каде што тие можат да се подобрат.

Поттикнете го начинот на размислување за напредок, нагласувајќи дека практиката и напорот водат кон подобрување.

Визуелни помагала и награди:

Користете визуелни помагала како графикони или налепници за да го следите напредокот кон поставените цели. Секој пат кога ученикот ќе постигне цел, означете ја на табелата.

Размислете да понудите мали награди или признанија за постигнување одредени пресвртници. Ова може да ги мотивира учениците да работат кон нивните цели.

Прилагодете ги целите по потреба:

Бидете флексибилни во прилагодувањето на целите кога е потребно. Ако учениците постојано ги постигнуваат своите цели, предизвикувајте ги со понапредни цели. Спротивно на тоа, ако ученикот се мачи, размислете за ревидирање на целите за да ги направите поостварливи.

Редовно преиспитувајте се и правете рефлексija:

Периодично прегледувајте ги поставените цели со учениците и разговарајте за нивниот напредок.

Охрабрете ги учениците да размислуваат за нивните перформанси и да ги идентификуваат областите за подобрување.



Истакнете ги достигнувањата:

Истакнете го успешното постигнување на целите како група. Ова може да создаде чувство на напредок и другарство кај учениците.

Одржувајте позитивна и поддржувачка средина:

Направете атмосфера каде што правењето грешки ќе се смета за природен дел од процесот на учење. Охрабрете ги учениците да продолжат да се обидуваат и да не се обесхрабруваат од неуспесите.

МОДИФИКАЦИИ ЗА РАЗЛИЧНИ УЧЕНИЦИ

Оваа рамка е модел кој може да се примени за приспособување и менување на активностите, така што сите деца можат да учествуваат заедно, да добијат остварлив предизвик и да се забавуваат.

<p>ПРОМЕНИ ГО:</p> <p>МЕСТОТО – каде? <i>Каде се случува активностата?</i></p>	<p>ПРОМЕНИ ГО:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Нивото (висината), на пр. активностите на подот имаат различни барања од оние кои се играат на рамна површина, од седечките и движечките активности • Адаптација на просторот за играње – повеќе простор дава повеќе време за реакција, помалку простор бара поголема мобилност и ниво на вештини • Должина, висина • Поминато растојание • Употреба на зона за играње за да се создадат безбедни места за играње или области каде што учениците може да се усогласат според способноста • Поблиски или подалечни цели • Дозволете им на некои деца да започнат во различно време или од различни места
<p>ЗАДАЧА – како? <i>Како се случува? (физички активности)</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Полесно – поедноставете ја активностата • Потешко – воведете повеќе правила • Ротирајте ги улогите • Променете ги правилата за да помогнете во инклузијата, на пр. дозволете почеток од различни места, без правила за контакт • Бидете флексибилни • Пробајте различни начини на учество, на пр. седнат, стои, лежи • Користете различни цели за некои деца
<p>ОПРЕМА – што? <i>Што се користи?</i></p>	<p>Што се користи?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Топки, душеци, знамиња, шалови, стапала, шишарки, пречки, пластични маркери, јажиња, вреќи со грав, бастуни, мека опрема, палки, рекети. <p>Со менување на:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Големина, форма, боја, текстура, тежина, околина, површина за играње, внатрешен/надворешен простор <p>Како ова ја менува активностата? (на пр. топки)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Полесна – патува бавно во воздухот и дава повеќе време за реакција • Поголема / помекка / малку издувана – подостапни за гледање и фаќање • Шум (на пр. тренер за џингл) – аудио, како и визуелен стимул • Различни бои – полесно се разликуваат од бојата на позадината

<p>ЛУЃЕ – кој?</p> <p>Кој е вклучен?</p>	<p>Според видот:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Самостојно, во групи, во парови, во тимови, со пријатели, со помошник за поддршка во учењето <p>Лица со:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Различни / исти улоги, различни / иста способност, различна / иста големина <p>Луѓе во:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Сопствен простор, голем простор, мали простори, ограничен простор, отворен простор, различни медиуми (на пр. покрај базен или во вода).
---	--

ВЕШТИНИ НА ОДНЕСУВАЊЕ

ПЛАН ЗА ЧАС 01

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

60 Минути

ЦЕЛ НА ЧАСОТ

Развој на способност кај учениците за следење на повеќе инструкции во поставка 1 на 1 (наставник-ученик)

МАТЕРИЈАЛИ

Торбички со грав
Мали топчиња

ТЕХНИКИ

Анализа на задачата: Поделете ја секоја активност на помали, остварливи чекори, и бидете сигурни дека секое дете може ефективно да ја следи. Ова овозможува полесно стекнување на вештини преку управувани сегменти.

Нижење: Нижење нанапред преку инструкции на секој дел од задачата со повеќе чекори во низа, овозможувајќи му на детето да совлада еден чекор пред да го воведете следниот. Ова ја гради довербата и обезбедува разбирање и извршување на сложени секвенци.

Поттикнување и избледување: Употреба на вербални, гестикуларни или физички поттикнувања за водење на перформансите на детето, постепено намалувајќи ги овие поттикнувања додека детето стекнува независност во задачата.

Диференцијално зајакнување (Reinforcement): Примена на позитивно зајакнување селективно на однесувања што тесно се совпаѓаат со целните однесувања, што го зајакнува посакуваното однесување во однос на другите.

Моделирање на однесувањето: Покажување задачи пред децата да се обидат со нив, обезбедувајќи јасен модел за имитирање, што е особено ефикасно да им помогне на децата да ги разберат и имитираат саканите однесувања.

АКТИВНОСТИ

Вовед (5 минути)

Соберете ги учениците да седнат во ред и објаснете како ќе тече процесот на учење за секоја активност. Објаснете им дека ако слушаат, гледаат и повторуваат што прави наставникот, ќе можат поефикасно да ја изведат вежбата.

Визуелна и вербална презентација (10 минути)

Покажете им ги на децата топчињата и вреќичките со грав. Објаснете им што се и за што ќе се користат. Дозволете им да ги допираат предметите за да се навикнат на нив. Објаснете им на учениците како да ја изведат Активноста 1. Покажете ја, а потоа дозволете секое дете да ја направи активноста. Ако не можат, наставникот може да ги поддржи или тие можат да го следат наставникот. Повторете за секоја активност. Обезбедете поддршка за поттикнување и избледување за време на Активностите.

Активности за вежбање (20 минути)

Активност 1: Оди по права линија од едната до другата страна на собата.

Активност 2: Оди по права линија од едната до другата страна на собата, во ритам повеќепати прави два чекори, а потоа еден скок.

Активност 3: Оди во права линија, од едната до другата страна на собата, во ритам прави два чекори, а потоа еден скок, повеќепати. Врати се на другата страна, прави два чекори и потоа еден скок, повеќепати.

Активност 4: Трчај на другата страна, земи вреќа со грав и трчај наназад (сврти се на спротивната страна на насоката на трчање) до почетната точка.

Активност 5: Трчај на другата страна, земи вреќичка со грав и трчај наназад до почетната позиција со вреќичката со грав. Спушти ја вреќичката со грав и потоа земи топка, трчај наназад на другата страна, спушти ја и потоа трчај наназад до почетната позиција со празни раце.

Повторувања и зајакнување (Reinforcement)

Усно пофалете го ученикот за добро изведена вежба. Кажете му како правилно да ја изведат вежбата доколку треба да исправат грешка. Повторувајте ги вежбите се додека детето не ги совлада елементите.

Направете вербален потсетник (10 минути)

По вежбата, вербално повторете ги сите елементи и прашајте ги што мислат дека направиле добро и што би можеле да направат за да го подобрат.

Индивидуална пракса (10 минути)

Побарајте од учениците повторно да ја направат секоја вежба додека објаснуваат што прават во секој момент.

Прегледајте и затворете (5 минути)

Прашајте ги учениците кои вежби им се допаднале најмногу и потоа оставете ги повторно да ги прават.

Домашна задача (опционално)

Доколку е потребно, доделете им на учениците домашна задача да вежбаат дома со едноставни елементи за вежбање, како што е одење по права линија или наизменично подигнување на нозете.

ИСХОДИ ОД УЧЕЊЕТО

Разбирање на насока: Во рамките на три сесии за вежбање, учениците точно ќе ги следат насоките од повеќе чекори, подобрувајќи ја нивната способност да обработуваат последователни задачи и соодветно да одговорат.

Умешност во рамнотежата: Преку структурирани активности, учениците ќе ги подобрат своите вештини за мобилност. До крајот на часот, тие ќе покажат способност да ја минуваат просторијата со инструкции во повеќе чекори и со зголемена самодоверба.

Когнитивна и физичка интеграција: Учениците ќе покажат подобрена интеграција на когнитивните инструкции со физичките дејства, потврдено со нивната способност да запомнат и да извршуваат телесни движења без инструкции.

Рефлексивна комуникација: Секој ученик ќе артикулира еден аспект од активноста што ја извршила добро и еден аспект што би можел да го подобри, поттикнувајќи рефлексивен процес на учење и вештини за самооценување.

Учениците ќе научат внимателно да ги слушаат упатствата на наставникот и да го набљудуваат моделирањето на активностите на наставникот.

Учениците ќе бидат охрабрени да учат преку позитивно засилување преку пофалби.

Овие вежби ќе ги научат децата на некои вежби за да ја подобрат нивната рамнотежа.

ТЕОРЕТСКИ ОСНОВИ

Теорија на когнитивно оптоварување: Оваа лекција е структурирана да управува со когнитивното оптоварување на учениците, преку разложување на сложените насоки од повеќе чекори, во помали делови со помалку податоци. Ова овозможува подобра ментална обработка и запомнување на инструкциите.

Применета анализа на однесувањето (АВА): Јадрото на овој план за лекција е изградено врз принципите на АБА, кои нагласуваат систематско поучување и засилување за подобрување на функционалните однесувања. АБА техниките како што се анализа на задачата, поттикнување, избледување и диференцијално засилување се користат за ефективно да се подучуваат физичките и когнитивните вештини.

Теорија на моторно учење: Оваа лекција ја нагласува важноста на вежбањето и повратните информации при стекнувањето нови вештини. Таа користи повторлива пракса и непосредна повратна информација за да го подобри моторното учење, особено во совладувањето на координацијата.

Бихејвиоризам: Оваа лекција ги користи принципите на бихејвиоризмот преку позитивно засилување и повторување. Овој пристап е ефикасен за систематско предавање и зајакнување на посакуваното однесување кај учениците.

Теорија на конструктивистичко учење: Учениците се вклучени во активен процес на учење каде што конструираат знаење преку доживување физички активности и размислување за нивните постапки. Овој пристап поддржува подлабоко разбирање и лична поврзаност со вештините што се учат.

Социо-културна теорија: Ја препознава улогата на социјалните интеракции во учењето. Оваа лекција вклучува набљудувања од врсници и групни дискусии, кои им помагаат на учениците да учат едни од други и да разберат различни перспективи за извршување на истите задачи.

ВЕШТИНИ И КОМПЕТЕНЦИИ

Усогласеност со однесувањето и следење на насоки: Преку структуриран пристап на АБА, учениците ќе ја подобрат нивната способност да се усогласат со насоките и да извршуваат задачи од повеќе чекори.

Физичка и когнитивна координација: Подобрените вештини за координација, олеснети со поврзувањето и поттикнувањето на техниките на АБА, им овозможуваат на учениците да извршуваат физички задачи кои бараат истовремен когнитивен ангажман.

Саморегулирање и рефлексивни вештини: Учениците ќе развијат вештини за саморегулација со проценка на нивните перформанси и идентификување на подобрувања, промовирани преку влијанието на АБА на самооценување и размислување.

Социјална интеракција и учење од врсници: Поттикнувањето на учењето и повратните информации со помош од врсници, составен дел на АБА, ги поттикнува социјалните вештини и го подобрува кооперативното учење.

МОДИФИКАЦИИ ЗА УЧЕНИЦИ СО РАЗЛИЧНИ СПОСОБНОСТИ

ПРОСТОР

Растојанието може да биде помало или подолго за детето да се чувствува поудобно.

Помеѓу учесниците може да се распоредат клупи за детето да се чувствува поудобно.

Станиците за вештини може да се користат за развој на вештини како што е опишано во Планот за час МЗ.

ЗАДАЧИ

Наставникот може да ја разложи вежбата на помали задачи, на пр., сите задачи може да се завршат на линија залепена на подот. Наставникот може да прескокне некои од вежбите за некои ученици или да ги направи повеќе или помалку сложени. Корисниците на инвалидска количка може да се тркалаат помеѓу две клупи и да посегнат да постават топки или вреќи со грав на нив без да изгубат рамнотежа.

ОПРЕМА

За да се намали анксиозноста може да се користат помеки вреќи со грав или дури и омилена играчка.

За децата со оштетен вид и аутизам, разновидноста на маркерите на рамно место или топчиња со различни големини, текстури и бои може да биде моќна алатка во нивното учење и сензорни искуства.

За водење на луѓето со визуелни оштетувања, линиите може да се постават на подот со контрастна леплива лента од 50 mm.

ЛУЃЕ

Наставник, помошник настава или врсник може да ги поддржи учениците со ограничени способности или оштетен вид помагајќи им да ја изведат секоја вежба. Учениците со оштетен вид исто така може да ја следат активноста за моделирање на наставникот преку допир.

Барањето од ученикот да им ја покаже активноста на другите може да биде начин да ги пофалите. Ова е можност да се зајакне моделирањето велејќи работи како: „Ох, тоа е одлично балансирање, Марија. Дали сите гледате како таа скока со двете нозе? или „Браво, Петар! Дојди и покажи им на другите како скокаш со едната нога. Гледате ли како Петар ги прави чекорите и потоа скока?

ПЛАН ЗА ЧАС 02

02: Следи упатства од еден чекор во група од 5 или повеќе деца

60 Минути

ЦЕЛ НА ЧАСОТ

Развој на способности за учениците да можат да следат едноставни групни инструкции за време на часот по физичко и здравствено образование.

МАТЕРИЈАЛИ

Стап за гимнастика
Клупа за гимнастика
Вреќички со грав
Мали топчиња
Селотејп со различна боја

ТЕХНИКИ

Нижење: Примена на нижење на активностите нанапред преку предавање на секој дел од задачата во повеќе чекори во низа, дозволувајќи му на детето да совлада еден чекор пред да го воведо следниот. Ова ја гради довербата и обезбедува разбирање и извршување на сложени секвенци.

Поттикнување и избледување: Употреба на вербални, гестикуларни или физички поттикнувања за водење на перформансите на детето, постепено намалувајќи ги овие поттикнувања додека детето стекнува независност во задачата.

Диференцирана инструкција: Приспособувањето на активностите за да одговараат на индивидуалните потреби и способности на учениците гарантира дека секој може да учествува и да учи ефективно.

Прогресивно градење вештини: Постепено зголемувајте ја сложеноста на изучените вештини, овозможувајќи им на учениците да ги совладаат основните вештини пред да се префрлат на понапредните.

Учење и поддршка од соучениците

Поттикнување на учениците да помагаат и да учат едни од други, подобрувајќи ги и социјалните интеракции и стекнувањето вештини.

Интерактивни игри: Користење на забавни и групни игри кои ги одржуваат учениците активно вклучени, а истовремено имаат улога на развој на физички и стратешки вештини.

Рефлексивна повратна информација: Обезбедување на учениците со увид во нивните перформанси и охрабрување да размислуваат за тоа како можат да се подобрат.

Континуирано оценување: Редовно оценување на напредокот на учениците и прилагодување на наставните методи за подобро задоволување на нивните потреби за учење.

АКТИВНОСТИ

Вовед (5 минути)

Започнете ја активноста со собирање на учениците и објаснување на сите активности. Дајте им до знаење дека ако слушаат и повторуваат што прави наставникот, можат да ги изведат активностите што можеби изгледаат тешки.

Визуелна и вербална презентација(20 минути)

Наставникот им ги покажува на децата топчињата, вреќичките и клупата и им објаснува за што ќе се користат. Наставникот им дозволува на учениците да ги допрат предметите и да се навикнат на нив и ја покажува секоја вежба што ќе ја направат со нив.

Активност 1: Учениците одат по линија (или линии) на подот.

Активност 2: Учениците се редат по тројца. Ученикот во средината оди по клупата, а другите две деца го поддржуваат. Ако детето не сака да го допираат, може да му се помогне со држење на гимнастички стап.

Активност 3: Повторете ја вежбата, но одете преку клупата додека средното дете ја крева едната нога.

Активност 4: Повторете ја активноста 3, но средните деца ја креваат едната нога, а потоа прават чучњеви.

Активност 5: Повторете ја активноста 4, но со вреќа со грав за балансирање на главата на средното дете.

Наставникот треба да користи поттикнувања и постепено намалување на поттикнувањата за да ги поддржи децата да ги завршат активностите.

Игра поплава и оган (10 минути)

Ако наставникот рече, *поплава*, учениците мора да најдат и да застанат на клупа. Ако каже *оган*, учениците мора да легнат на земја. Ако каже *противпожарна бригада*, децата треба да се редат на одредена позиција во просторијата.

Индивидуално вежбање (10 минути)

Наставникот ќе биде првиот водич во текот на играта и ќе каже: Пожар, поплава или противпожарна бригада. Децата треба да имаат можност да бидат водич. Наставникот може да даде инструкции.

Преглед (10 минути)

Наставникот и децата даваат повратна информација и преглед за елементите од претходните активности.

Завршување на активноста (Cool Down) (5 минути)

Децата седат во круг. Наставникот е диригент. Задачата на диригентот е да изведува различни движења, а децата ги набљудуваат и повторуваат дејствата. Потоа наставникот назначува диригент кој ги извршува дејствијата. Останатите деца ги набљудуваат и повторуваат дејствата.

ИСХОДИ ОД УЧЕЊЕТО

Усогласеност во следење на насоката: Учениците точно ќе ги следат вербалните насоки во 1 чекор од наставникот за време на структурирани активности, постигнувајќи го тоа со најмалку 80% точност до крајот на сесијата.

Подобрување на рамнотежата: Со учество во активности за рамнотежа, како што се одење по лента и балансирање на вреќа со грав на главите, учениците ќе покажат подобри вештини за статичка и динамичка рамнотежа, при што ќе се евидентира зголемување од 25% во времетраењето што можат ја одржат рамнотежата без поддршка.

Кооперативно учество: Учениците ќе се вклучат кооперативно во групните активности, ќе станат подобри во давањето на помош на врсниците во најмалку две вежби за време на часот. Ова вклучува обезбедување физичка или вербална поддршка при навигацијата во вежата со предизвици за рамнотежа.

Вештини за комуникација: Подобрете ја способноста на учениците ефективно да комуницираат во рамките на групната средина преку изразување на потребите или предизвиците за време на активностите. Учениците ќе користат вербални или невербални методи за да комуницираат со врсниците или инструкторите најмалку три пати во текот на сесијата.

Емоционална и социјална регулација: Учениците ќе покажат подобрена саморегулација и емоционална контрола во групна средина со учество во играта „потоп и пожар“ без прикажување предизвикувачки однесувања и непречено следење на транзициите помеѓу активностите.

ТЕОРЕТСКИ ОСНОВИ

Когнитивна теорија на мултимодалното учење: Оваа лекција користи вербални и визуелни дразби за максимизирање на помнењето. Лекцијата ја поддржува теоријата за двојно кодирање преку демонстрирање задачи и овозможување на учениците физички да користат МАТЕРИЈАЛИ (гимнастичко

стапче, клупа за рамнотежа, итн.), што претпоставува дека информациите обработени во вербални и визуелни формати доведуваат до подобро запомнување и потсетување.

Теоријата за социјален развој на Виготски: Лекцијата ја нагласува социјалната интеракција како суштинска компонента за учење. Со организирање на активности кои бараат од учениците да работат во групи и меѓусебно да се поддржуваат, како што е помагање во задачите при балансирање, планот за лекција ги користи социјалните интеракции за да го подобри когнитивниот развој. Овде се применува концептот „Зона на нареден развој“ (ZPD) на Виготски, каде што учениците извршуваат задачи малку над нивните индивидуални можности, но остварливи со поддршка од соучениците.

Теорија на социјално учење на Бандура: Оваа теорија ја нагласува важноста на набљудувачкото учење, моделирање и имитирање. Оваа теорија ја користи структурата на лекцијата, во која учениците ги набљудуваат врсниците и наставниците како ги изведуваат, а потоа самите ги повторуваат активностите. Учениците ги учат физичките вештини потребни за рамнотежа, кооперативно и комуникативното однесување моделирано од нивните инструктори и врсници.

Теорија на моторно учење: Постепеното зголемување на сложеноста на задачите - од следење едноставни насоки во еден чекор до извршување на посложени акции за балансирање - се усогласува со принципите на моторното учење кои се залагаат за прогресивни предизвици за подобрување на стекнувањето вештини. Повратната информација, критична компонента на моторното учење, е интегрирана во текот на целата лекција преку корекции во реално време и охрабрување од страна на врсниците и наставниците.

Бихејвиоризам: Преку стратегии за зајакнување, каде што се даваат позитивни повратни информации и поддршка по успешното завршување на задачата, планот за лекција вклучува бихејвиористички пристапи за учење. Ова засилување помага да се воспостави врска помеѓу однесувањето (следење насоки и балансирање) и исходот (пофалба и општествено прифаќање), што е од клучно значење за модификација на однесувањето.

ВЕШТИНИ И КОМПЕТЕНЦИИ

Прецизност во следењето на насоките: Преку насочени знаци на однесување и засилување, учениците ќе развијат добра способност да следат прецизни упатства.

Динамичка рамнотежа и моторна координација: Учениците ќе ги усовршат своите моторни вештини и рамнотежа, клучни за физичките активности, зајакнати преку практично повторување и моторна имитација.

Врсничка соработка и поддршка: Вештини за ефикасно работење со врсниците, споделување задачи и меѓусебна поддршка во сценаријата за учење, зајакнати со стратегии за кооперативно учење.

Умешност во комуникацијата: Подобрена способност за прецизно комуницирање на потребите и одговорите во структурирана средина која поддржува.

Флексибилност на однесувањето и адаптација: Способност за брзо прилагодување на новите команди и ситуации, покажувајќи флексибилност и во когнитивните и во физичките одговори.

МОДИФИКАЦИИ ЗА УЧЕНИЦИ СО РАЗЛИЧНИ СПОСОБНОСТИ

ПРОСТОР

Клупата може да биде поставена блиску до ѕидот или скалите за детето да се чувствува поудобно.

Дополнителни клупи може да бидат подалеку оддалечени за детето да се чувствува поудобно.

Станиците за вештини може да се користат за развој на вештини како што е опишано во Планот за лекции М4.

ЗАДАЧИ

Наставникот може да ја разложи вежбата на помали задачи, на пример, сите задачи може да се завршат на подот. Балансирањето на едната нога може да се врши додека детето е статично. Балансирањето на вреќата со грав на коленото може да се заврши дури и додека седи.

Наставникот може да прескокне некои од вежбите за некои ученици.

Корисниците на инвалидска количка може да се тркалаат помеѓу две клупи и да посегнат да постават топки или вреќи со грав врз нив без да изгубат рамнотежа.

ОПРЕМА

Може да се користат неколку гимнастички клупи со различни висини и должини. За да се намали анксиозноста може да се користат помеките вреќи со грав или дури и омилена играчка.

Маркери за рамно место или топчиња со различни големини, текстури и бои може да се користат за децата со визуелно оштетување и аутизам. Линиите може да се постават на подот со леплива лента во боја од 50 mm за да ги водат децата со визуелно оштетување.

ЛУЃЕ

Асистентот на наставникот или врсникот може да дејствува како поддршка за да ги води учениците со помали способности или оштетен вид, помагајќи им да ја изведат секоја вежба. Учениците со оштетен вид исто така може да ја следат активноста за моделирање на наставникот преку допир.

Ученикот може да биде пофален со барање да им ја покаже активноста на другите. Ова е можност да се зајакне моделирањето преку кажување на работи како: „Ох, тоа е одлично балансирање на Марија. Дали сите гледате како таа благо се наведнува налево или надесно кога крева или прави чекор?“ или „Браво, Петар! Дојди и покажете им на другите како ја балансираш вреќата со грав“.

ПЛАН ЗА ЧАС ОЗ

ОЗ: Следење на основните правила во училницата

60 минути

ЦЕЛ НА ЧАСОТ

Развој на способности за учениците да можат да ги разберат и да ги следат основните правила во училницата (салата) по физичко и здравствено образование.

МАТЕРИЈАЛИ

Комплет на картички со правила за во спортската сала (училница по физичко образование).

Голем постер или флипчарт со просирни џебови во кои можат да се ставаат картички.

Маркери и дополнителни празни картички на кои, по потреба може да се пишува. Кутија за предлози „Правила на играта“.

ТЕХНИКИ

Демократско одлучување: Вклучете ги учениците во креирањето и усогласувањето на правилата во училницата давајќи им чувство на сопственост над процесот.

Водена дискусија: Водете отворен разговор за важноста на секое правило и како тоа помага во одржувањето безбедна и пријатна средина за секого.

Играње улоги: Поттикнете ги учениците да предложат сценарија со кои ќе се демонстрираат правилата во пракса, истакнувајќи ја нивната релевантност.

АКТИВНОСТИ

Активност: " Создавање на нашиот код во училницата "

Цел: Заеднички да се воспостави збир на правила за училницата по ФО (спортската сала) при што сите ученици ќе се согласуваат да ги следат.

Чекори:

Вовед (5 минути): Започнете така што ќе формирате круг со учениците.

Дискутирајте за целта на правилата во спортската сала за физичко образование и придобивките од учеството и придонесот на секој кој е присутен на часот.

Дискусија и составување (15 минути): Презентирајте збир на картички за основни правила. Дозволете им на учениците да разговараат за основаноста на секој од нив и да предложат какви било дополнителни правила. Поттикнете ги да размислат што е неопходно за да се создаде почит, безбедна и ефективна средина за учење.

Гласање и одредување приоритети (10 минути): Учениците нека гласаат за предложените правила. Користете го полето за предлози „Правила на играта“ за анонимни предлози. Одлучете кои правила се најважни и треба секогаш да се почитуваат.

Создавање на визуелен постер за правила (15 минути): Направете голем визуелен постер со договорените правила. Дозволете им на учениците да помогнат да ги стават картичките со правила во џебовите на плакатот или да ги напишат.

Играње на улоги (10 минути): Сценарија за играње улоги каде што е од суштинско значење следењето на правилата - на пример, наизменичното менување, почитување на личниот простор и правилно користење на опремата. Дискутирајте за позитивните резултати од придржувањето кон правилата.

Посветеност и завршни зборови (5 минути): Завршете така што секој ученик ќе го потпише или означи постерот како симбол на нивната посветеност да ги следат правилата. Повторете ја важноста на соработката и меѓусебното почитување.

Домашна задача (опционално): Охрабрете ги учениците да создадат визуелен или писмен дел во кој ќе напишат зошто следењето правила е од суштинско значење во спортот и другите области од животот.

ИСХОДИ ОД УЧЕЊЕТО

Почитување на правилата: Учениците ќе покажат јасно разбирање и доследно придржување кон правилата во училницата со најмалку 90% точност.

Социјално учество: Подобрете го активното учество во процесите на поставување правила и следење, покажувајќи зголемен ангажман и кооперативно однесување.

Демократска ангажираност: Учениците ефективно ќе учествуваат во демократскиот процес на избор и приоритизација на правилата, разбирајќи го нивното влијание врз личната и групната динамика.

Регулирање на однесувањето: Прикажи подобрена саморегулација и придржување кон нормите во училницата без надворешни предупредувања до крајот на сесијата.

ТЕОРЕТСКИ ОСНОВИ

Демократско образование: Вклучувањето на учениците во креирањето правила поттикнува поврзување и одговорност.

Социјален конструктивизам: Ја нагласува улогата на колаборативната интеракција во когнитивниот развој.

Очекувања од однесувањето: Јасните очекувања помагаат да се управува со однесувањето проактивно наместо реактивно.

Применета анализа на однесување (АВА): Се фокусира на примена на принципите на учење во однесувањето за систематско менување на однесувањето, нагласувајќи ја употребата на засилувања за да се поттикне следење правила и соработка.

Бихејвиоризам: Поддржува употреба на засилување и последици за обликување на однесувањето, усогласувајќи се со практиките на АВА за да се измени однесувањето на ученикот кон посакуваните резултати.

ВЕШТИНИ И КОМПЕТЕНЦИИ

Разбирање и следење на правилата: Преку АВА, учениците ќе развијат јасно разбирање и сигурна примена на правилата во училницата.

Когнитивна флексибилност: Се подобрува преку вклучување во дискусии и демократско одлучување, прилагодувајќи се на потребите на групата и повратните информации.

Кооперативни вештини: Развиено со активно учество во групни дискусии и активности за поставување правила, поттикнувајќи поддржувачка средина во училницата.

Комуникациски и социјални вештини: Зголемена способност за комуникација со потребите, мислењата и слушањето на другите, од витално значење за ефективна интеракција и соработка во групните поставки.

МОДИФИКАЦИИ ЗА РАЗЛИЧНИ УЧЕНИЦИ

ПРОСТОР: Организирајте седење за сите ученици да имаат еднаков пристап за гледање и учество во дискусијата.

ЗАДАЧА: Користете слики и симболи покрај текстот за да го поддржите разбирањето за сите ученици, вклучително и оние со потешкотии во читањето.

ОПРЕМА: Вклучете тактилни и визуелни материјали за претставување на правилата за да вклучите различни ученици.

ЛИЦА: Поврзете ги учениците меѓусебно да се поддржуваат во разбирањето и дискусијата за правилата. Користете менторство од врсници за да ги зајакнете правилата.

ПЛАН ЗА ЧАС 04

04: Му приоѓа на врсникот за да поставува прашања

60 минути

ЦЕЛ НА ЧАСОТ

Развој на способности кај учениците да поставуваат прашање или да побараат предмет од врсниците/другарчињата.

МАТЕРИЈАЛИ

Книга со социјални приказни кои ја илустрираат интеракцијата со врсниците за време на часот по ФЗО.

Картички со визуелни знаци кои прикажуваат различни прашања и барања поврзани со часот по ФЗО.

Реквизити за играње улоги релевантни за активностите на часот по ФЗО.

Табела за следење на интеракција со врсниците.

ТЕХНИКИ

Моделирање на улоги: Покажете како да му пријдете на врсникот и да побарате некој предмет или помош, истакнувајќи ги учтивиот јазик и јазикот на телото.

Водена практична активност: Обезбедете структурирани сценарија каде што учениците ќе можат да вежбаат приближување и интеракција со нивните врсници.

Корекција на грешка и позитивно засилување: Препознајте и наградувајте ги обидите за интеракција, без оглед на исходот, за да поттикнете понатамошни обиди.

Бихејвиорално сценарио: Развијте скрипти што учениците можат да ги користат кога им приоѓаат на врсниците, кои вклучуваат љубезен јазик и соодветен говор на телото.

Социјални наративи: Користете социјални приказни и визуелни картички за да ги научите и зајакнете соодветните социјални интеракции за време на активностите на часот по ФЗО.

АКТИВНОСТИ

Активности „Врсничка интеракција на часот по ФЗО“

Направете сет на визуелни картички:

„Дали може да ми ја дадеш топката, те молам?“

Визуелна поддршка: Слика на насмеано дете кое ја подава раката со топка над неа.

" Можеш ли да ми го дадеш јажето за скокање?"

Визуелна поддршка: Две деца, едното му подава јаже за скокање на другото.

„Дали сакаш приклучиш на нашата игра? “

Визуелна поддршка: Група деца играат игра, при што едно дете гестикулира покана за дете што се приближува

„Дали можеш да ми помогнеш да ги поставам конусите?“

Визуелна поддршка: Едно дете става конус на земја, гледајќи назад во друго дете со прашален израз.

„Кој е следен по ред?“

Визуелна поддршка: Редица од деца со прашалник над нив, кои се гледаат едни со други.

„Може ли да се обидам повторно?“

Визуелна поддршка: Дете кое држи кошаркарска топка и гледа во обрачот, со заоблена стрелка што покажува уште едно вртење.

„Дали ти треба партнер за оваа активност?“

Визуелна поддршка: Едно дете со крената рака гледа кон друго дете кое само прави некоја активност.

" Каде да се редиме?"

Визуелна поддршка: Збунето дете со меур од мисли во кој има редица деца и наставник што покажува на место на земја.

" Колку кругови треба да трчаме?"

Визуелна поддршка: Деца трчаат на патека, со балон што покажува „3?“ над стоперката во раката на детето.

" Каква опрема ни е потребна за оваа игра?"

Визуелна поддршка: Разни спортски реквизити со прашалник што лебди над нив.

" Може ли некој да ми ги врзе врвките од чевлите?"

Визуелна поддршка: Дете кое седи на земја, покажува кон одврзаните чевли и гледа во учител или врсник.

" Се чувствувам уморно. Може ли да направам брза пауза?"

Визуелна поддршка: Дете што ја брише потта од веѓата со клупа во позадина и часовник што покажува петминутна пауза.

Вовед (5 минути)

Соберете ги учениците и објаснете го фокусот на денот на интеракцијата со врсниците. Дискутирајте за важноста да се побара помош или неопходни предмети за време на часот по физичко образование.

Раскажување приказни (10 минути)

Прочитајте социјална приказна за барање помош од врсниците или ставки на часот по физичко образование. Паузирајте за да разговарате за клучните точки и да обезбедите разбирање.

Игра на совпаѓање (10 минути)

Наредете ги визуелните картички со свртени надолу. Учениците наизменично ги отвараат и идентификуваат сценарија во кои можеби ќе треба да побараат нешто од другарчето.

Играње на улоги (15 минути)

Во парови или мали групи, учениците ги играат улогите на сценаријата од картичките со знаци. Еден ученик му приоѓа на друг за да постави прашање или да побара предмет поврзан со активностите на часот по физичко образование.

Повторувања и зајакнување (reinforcement) (10 минути)

Ротирајте ги партнерите и повторете ги сценаријата за играње улоги. Користете ја табела за следење на интеракција со врсници за да ја означите секоја успешна интеракција.

Креирај визуелен потсетник (5 минути)

Како група, креирајте голема табела или постер со потсетници за тоа како да им пристапите на врсниците и какви прашања или барања може да се направат за време на часовите по физичко и здравствено образование.

Индивидуална вежба (10 минути)

Учениците го вежбаат она што го научиле на часот по физичко образование, при што имаат задача да побараат предмет од другарчињата.

Преглед и завршување (5 минути)

Завршете ја сесијата така што учениците ќе размислат за нивните искуства и ќе споделат што научиле за интеракцијата со врсниците.

Домашна задача (опционално) Учениците може да се охрабрат да вежбаат дома така што ќе побараат од членовите на семејството предмети или помош, користејќи го љубезниот јазик што го практикувале на часовите.

ИСХОДИ ОД УЧЕЊЕТО

Ефективна социјална комуникација: Учениците ќе иницираат и одржат најмалку една интеракција на часот по ФО со 90% успех, користејќи ги научените скрипти и знаци.

Зголемена самодоверба за интеракција: Учениците ќе покажат мерливо зголемување на самодовербата, што ќе се демонстрира со иницирање интеракции без инструкции во 80% од можностите.

Разбирање на социјалните знаци: Учениците ќе покажат разбирање и примена на социјални знаци и љубезен јазик во интеракциите, во структурирани и неструктурирани активности.

ТЕОРЕТСКИ ОСНОВИ

Теорија на социјална интеракција: Ја нагласува важноста на социјалното учење во развојот на комуникациските вештини.

Когнитивно-бихејвиорална теорија: Ја истакнува улогата на вежбањето и зајакнувањето (reinforcement) во усвојувањето на нови однесувања.

Теорија на инклузивно образование: Ја поддржува интеграцијата на различни ученици, вклучително и децата со аутизам, во активностите за социјално учење.

Бихејвиоризам: Оваа лекција ги користи принципите на однесувањето преку употреба на позитивно засилување (reinforcement) и повторување. Учениците добиваат непосредна повратна информација за време на активностите во игратана совпаѓање и списокот за проверка, кои го зајакнуваат правилното однесување и помагаат во меморирање и поврзување на потребните предмети за часот по ФЗО. Овој пристап е ефикасен за систематско подучување и зајакнување на посакуваното однесување кај учениците.

ВЕШТИНИ И КОМПЕТЕНЦИИ

Вештини за социјална интеракција: Учениците ќе научат специфични стратегии за да им се приближат на врсниците при барање на помош и одговарање на барања, кои се од фундаментално значење за успешни интеракции меѓу другарчињата на часот по ФЗО.

Техника за адаптивна комуникација: Преку повторено вежбање и играње улоги, учениците ќе ги прилагодат своите стилови на комуникација за ефективно да комуницираат со различни врсници, препознавајќи и одговарајќи на различни социјални знаци.

Самоуправување и одговорност: Учениците ќе бидат научени да преземаат иницијатива во социјалните интеракции, одговорно да управуваат со нивниот пристап и одговори, што е од клучно значење за поттикнување независност и доверба во социјалните поставки.

Решавање проблеми во општествени контексти: Подобрување на способноста на учениците да се справат со социјалните дилеми или недоразбирања за време на активностите на часот по ФЗО, опремени со стратегии научени преку интервенции базирани на АБА.

МОДИФИКАЦИИ ЗА РАЗЛИЧНИ УЧЕНИЦИ

ПРОСТОР:

Означете јасни, удобни простори во салата по ФЗО за практикување интеракции.

ЗАДАЧА:

Користете едноставен, јасен јазик на картичките за визуелни знаци. Вклучете симболи за слики за ученици кои не читаат или визуелни ученици.

Имплементирајте систем каде што учениците заработуваат токени за успешни интеракции со врсниците, кои подоцна може да се заменат за претпочитани активности или мали награди.

ОПРЕМА:

Искористете ги познатите предмети на часот по ФЗО за играње на улоги за да ја подобрите реалноста на сценаријата за вежбање

ЛУЃЕ:

Определете другарче врсник на учениците на кои може да им треба дополнителна поддршка. Обезбедете дополнителни насоки или знаци доколку е потребно.

НАСТАВЕН ПЛАН 04 СОЦИЈАЛНА ПРИКАЗНА

БАРАЊЕ НА ПОМОШ



Јас понекогаш не знам што да правам.



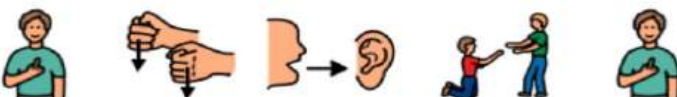
Јас можам да побарам помош.



Плачењето заврши. Викањето заврши.



Јас можам да одам кај мојот наставник и



Јас можам да кажам те молам помогни ми.

©Sy21

ПЛАН ЗА ЧАС 05

05: Одговара на прашање/барање претставено во група

60 минути

ЦЕЛ НА ЧАСОТ

За учениците да можат да одговорат на прашање/барање во група од 5 или повеќе деца да дадат одговор или да изведат активност барем еднаш во текот на сесијата по физичко образование.

МАТЕРИЈАЛИ

Прашања за учениците
Елементи на патеката со пречки
Гимнастички клупи
Скала за теретана
Мали атлетски пречки
Голема атлетска пречка
Прстени
Маркери
Гимнастички душеци.
Картички со прашања за Активност 2

ТЕХНИКИ

Директно упатство и моделирање: Употреба на јасни, директни инструкции и моделирање на однесувања пред да се побара од учениците да извршуваат задачи. Ова помага да се разјаснат очекувањата и да се демонстрираат точни одговори.

Поттикнување и избледување: Употреба на стратегија каде што наставниците обезбедуваат поттикнувања за иницирање на одговорите на учениците, постепено намалувајќи ги овие барања како што учениците стануваат повешти, поттикнувајќи ја независноста.

Дискретна пробна обука - Discrete Trial Training (DTT): Спроведување на структурирани можности за учениците да одговорат на прашања во контролирани, повторени испитувања, зајакнувајќи ги точните одговори веднаш.

Анализа на задачата: Разложување на сложените задачи, како што се одговарање на групни прашања или завршување на курс со пречки, на помали, податливи чекори кои учениците можат успешно да ги постигнат.

Позитивно зајакнување (Positive Reinforcement): Обезбедување специфични позитивни повратни информации веднаш по саканите однесувања, како што е правилно одговарање на прашање или ефективно учество во групна активност, за да се зајакнат овие однесувања.

АКТИВНОСТИ

Наредете ја групата во линија и објаснете го планот за часот (2-5 мин.)

Активност 1: “Училиште, дом, игра” игра (3-5 мин.)

Објасни ја играта и определи три места: УЧИЛИШТЕ - искачи едно скалило од гимнастичките скали; ДОМ - застанете на клупите; ИГРАЈ- имитирајте кое било животно на централната линија на салата. Наставникот дава команда, а учениците се префрлаат на дадено место што е можно побрзо.

Прашања за пример

На кого му се допадна ова? На кој друг му се допадна оваа игра? Дајте му на детето поттикнување ако нема одговор. Ања, дали ти се допадна ова? На кој друг му се допадна оваа игра? Пол, што не ти се допадна во оваа игра? Дали сакате да ја играте повторно?

Активност 2: Игра со имитација (20 мин)

Децата седат со скрстени нозе во круг. Во центарот на кругот има куп со картички со прашања, на пр.

Како скока жабата?

Како оди штркот?

Како се движи змијата?

Како скока зајакот?

Како оди пингвинот?

Како оди мајмунот?

Како оди ракот?

Детето, одредено од наставникот, влегува во кругот, го зема првото парче хартија одозгора, го чита прашањето на глас и потоа покажува како се движи даденото животно. Сите деца го имитираат детето кое покажува како се движи дадено животно.

Активност 3: Полигон со препреки (25min)

За време на објаснувањето на курсот со пречки, наставникот може да праша: „како се вика оваа активност?“, „Може ли секој од вас да именува еден од деловите на патеката со пречки?“, „Дали мислите дека ова ќе биде лесно или тешко?“, „Дали би сакал некој да ти помогне?“, „Дали би сакал некој да го направи овој дел, наместо тебе?“

Вклучете тркалање, ползење, рамнотежа одење на гимнастичка клупа или подни скали, скокање во прстени со двете нозе или една нога, мали атлетски пречки кои се надминуваат на различни начини, ползење под висока атлетска пречка, слалом трчање, лизгање напред или назад на гимнастиката клупа.

Прашања кои може да се поставуваат:

По активноста, наставникот може да праша „Кој може да се сети како се нарекува секоја активност?“, „Дали мислите дека ова беше лесно или тешко?“, „Дали ви се допаѓа ова?“, „Пред да го пробате, кажавте дека мислевте беше тешко, но сега кога го завршивте курсот, сè уште мислите дека е тешко?“, „Дали би сакале повторно да ја играте оваа игра? Обезбедете предупредувања ако нема одговор.

ИСХОДИ ОД УЧЕЊЕТО

Започнете интеракции: Секој ученик успешно ќе иницира барем една интеракција со врстници по сесија, користејќи научени скрипти или визуелни помагала.

Ефективна комуникација: Учениците ќе покажат способност да користат техники за соодветна социјална комуникација за време на интеракциите, вклучително поставување и точно одговарање на прашања.

Ангажирање во социјални активности: Учениците со аутизам активно ќе се вклучат во интеракции со врстници и групни активности, покажувајќи подобрена способност да ја следат групната динамика и да учествуваат во заеднички задачи.

ТЕОРЕТСКИ ОСНОВИ

Применета анализа на однесување: Централно место во овој план за час, АБА се фокусира на систематско поучување и засилување за предавање и зајакнување на пожелните однесувања и во социјален и во академски контекст.

Бихејвиорална психологија: Го нагласува учењето преку набљудување, имитација и засилување, особено ефективно во наставата за социјални и комуникациски вештини во услови за ФЗО.

Развојна психологија: Го поттикнува градењето вештини во согласност со развојната фаза на секое дете, нагласувајќи ги социјалните вештини во групна средина.

Педагошка психологија: Применува стратегии за создавање средина за учење која поддржува различни стилови и потреби на учење.

Теорија за когнитивно процесирање: Го поддржува процесот на учење на одговор на стимули кај различни ученици.

Социјален конструктивизам: Поттикнува изградба на знаење преку социјална интеракција и соработка.

Универзален дизајн за учење (UDL): Обезбедува повеќе начини на ангажирање, претставување и изразување за поддршка на различни ученици.

ВЕШТИНИ И КОМПЕТЕНЦИИ

Разбирање и следење на правилата: Преку АБА, студентите ќе развијат јасно разбирање и сигурна примена на правилата во училиницата.

Когнитивна флексибилност: Подобрување преку вклучување во дискусии и демократско одлучување, прилагодување на потребите на групата и повратни информации.

Кооперативни вештини: Развој преку активно учество во групни дискусии и активности за поставување правила, поттикнување на поддржувачка атмосфера во училиницата.

Комуникациски и социјални вештини: Зголемена способност за комуникација на потребите, мислењата и слушањето на другите, од витално значење за ефективна интеракција и соработка во групни поставки.

МОДИФИКАЦИИ ЗА РАЗЛИЧНИ УЧЕНИЦИ

ПРОСТОР

Означете специфични области во просторот за ФЗО за вежби за интеракција, осигурувајќи се дека тие се достапни и удобни за сите ученици, со јасни граници за да се обезбеди структура за аутистичните деца.

ЗАДАЧА

Поедноставете ги или разделете ги задачите за интеракција во помали чекори за учениците на кои им е потребно и дајте визуелни распореди или знаци за да помогнат во завршувањето на задачата.

ОПРЕМА

Понудете алтернативни комуникациски уреди или алатки, како што се уреди за генерирање говор или комуникациски системи за размена на слики, за невербални ученици или оние со тешкотии во вербалната комуникација.

ЛУЃЕ

Спарете ги учениците со пријателите кои можат да го водат процесот на интеракција и да се осигурате дека сите ученици, вклучително и оние со аутизам, се вклучени во активностите на врсниците. Воспитувачите и помошниците треба да бидат достапни за да ги олеснат и поддржат интеракциите.

ПЛАН ЗА ЧАС 06

Об: Доаѓа на часот по ФЗО добро подготвен/подготвена

60 минути

ЦЕЛ НА ЧАСОТ

Развој на способност за пристигнување на часот по ФЗО со соодветна опрема (облека, патики).

МАТЕРИЈАЛИ

Маса или стол

Картички со различни предмети

Потребни се картички со слики од облека и материјали за часот по ФЗО за цела недела

Табла или голема хартија и маркери

ТЕХНИКИ

Активно планирање: Наставниците ќе им помогнат на учениците да ја комплетираат торбата со комплет за следниот ден користејќи ги картичките и постерот.

Selective attention: Целта на активноста е да ги поттикне учениците да ја одберат својата облека и материјали за следниот ден. Ќе изработат мал постер за нивните обврски за наредниот ден.

Нижење на однесувањето: Разложување на задачата за подготовка на комплет за часот по ФЗО во серија чекори што учениците ги следат во низа, зајакнувајќи го секој чекор за да се обезбеди разбирање и запомнување.

Визуелен распоред: Користење на визуелни помагала за да се обезбеди јасна низа на дејства, помагајќи им на учениците да разберат што се очекува и кога.

Зајакнување со токени (Token Reinforcement): Воведување токени систем за успешно завршување на задачата, каде токени може да се разменуваат за претпочитани активности или мали награди, поттикнувајќи тековно учество и напор.

Поттикнување и избледување: Користење на инструкции за водење на учениците преку избирање и организирање на нивната опрема за ФЗО, постепено намалувајќи ги барањата како што тие се здобиваат со вештини за поттикнување независност.

Корекција на грешка: Обезбедување непосредни, конструктивни повратни информации кога се појавуваат грешки, помагајќи им на учениците да учат од грешките и да го поправат своето однесување во идните обиди.

АКТИВНОСТИ

Вовед (5 минути):

Започнете ја активноста со собирање на учениците во круг и објаснете им дека ќе научат да ја паметат облеката и опремата што им се потребни за часовите по физичко образование. Дајте им до знаење дека ќе работат заедно за да го направат тоа на забавен начин.

Визуелна презентација (10 минути):

Покажете ги картичките со слики од потребната облека и опрема. Погрижете се секоја картичка да има јасна слика за некој предмет како што се патики, маица, шорцеви, пешкир, шише со вода итн. Објаснете што е секој предмет додека им покажувате.

Игра за совпаѓање (10 минути):

Ставете ги картичките со лицето надолу на маса или на подот. Замолете ги учениците наизменично да изберат картичка и да ја превртат. Тие треба гласно да кажат за кој артикал се работи и дали е потребен за часот по ФЗО. Доколку ученикот го каже точниот одговор, ја чува картичката. Ако каже погрешно, повторно ја свртува картичката со лицето надолу.

Повторувања и засилување (10 минути):

Продолжете со играта за совпаѓање додека сите ученици не добијат неколку можности да учествуваат. Како што напредуваат, повторете ги имињата на ставките и дали се потребни за часот.

Направете визуелен потсетник (10 минути):

Откако сите ќе имаат можност да учествуваат, нацртајте листа за проверка со слики од предметите потребни за часот по ФЗО на табла или големо парче хартија. Поканете ги учениците да ви помогнат да го пополните списокот за проверка.

Индивидуална пракса (10 минути):

Дајте му на секој ученик копија од списокот за проверка што сте го создале заедно и замолете ги да ги обојат сликите од потребните предмети. Ова ќе им помогне визуелно да ги зајакнат информациите.

Прегледајте и затворете (5 минути):

Накратко прегледајте ја контролната листа и замолете ги учениците да ја прочитаат на глас. Поттикнете го секој ученик да наведе еден предмет и зошто е важно тој предмет да го донесе на часот по ФЗО.

Домашна задача (по избор):

Ако сметате дека е неопходно, доделете им на учениците домашна задача да вежбаат дома со списокот за проверка и проверете дали ги имаат сите основни предмети по предметот ФЗО во нивната тешничка за ФЗО.

ИСХОДИ ОД УЧЕЊЕТО

Завршување на задачата:

Учениците самостојно ќе ги соберат и подготват сите потребни предмети за часот по ФЗО.

Селективно внимание: Учениците ќе покажат подобрена способност да се фокусираат на избирање на правилни предмети без одвлекување на вниманието, т.е. правилно идентификување на потребната опрема.

Одговорност: Секој ученик ќе покаже зголемено чувство на одговорност со постојано подготвување на сопствениот комплет без потсетници.

ТЕОРЕТСКИ ОСНОВИ

Применета анализа на однесувањето (АВА): Оваа лекција ги користи принципите на АВА методот преку употреба техники на систематско позитивно структурирано подучување, засилување и повторување. Учениците добиваат непосредна повратна информација за време на активностите на играта за совпаѓање и списокот за проверка, што го зајакнува правилното однесување и помага во меморирање и асоцијација на потребните предмети за часот по ФЗО. Овој пристап е ефикасен за систематско подучување и зајакнување на посакуваното однесување кај учениците.

Теорија на когнитивно оптоварување: Овој план за час ја користи теоријата на когнитивно оптоварување со разложување на задачата за подготовка за часот по ФЗО во помали, податливи сегменти, што помага во намалувањето на оптоварувањето на работната меморија за учениците, особено корисно за учениците со аутизам кои често имаат проблем со следењето на инструкциите во повеќе чекори.

Универзален дизајн за учење (UDL): планот за час е дизајниран според принципите на UDL со цел да биде достапен за различни ученици преку обезбедување на повеќе средства за користење (визуелни помагала, физичка активност), претставување (картички, вистински предмети) и акција и изразување (создавање визуелни потсетници, учество во игри). Овој пристап овозможува сите ученици, без разлика на нивниот стил или способност на учење, да имаат пристап и корист од лекцијата.

Теорија на социјално учење: Со инкорпорирање на интеракции со врстници и моделирање преку активности како што се играта за совпаѓање и создавање визуелен потсетник заедно, лекцијата ја користи теоријата за социјално учење.

Ова ги охрабрува учениците да учат едни од други, поттикнувајќи соработка на средина која ги поддржува и децата со аутизам и невротипичните ученици.

ВЕШТИНИ И КОМПЕТЕНЦИИ

Селективно внимание и извршна функција: Учениците ќе ги подобрат своите вештини за селективно внимание кога ќе се фокусираат на идентификување и запомнување на потребните предмети за часот по ФЗО. Оваа вештина е многу важна бидејќи помага во филтрирање на одвлекувањата на вниманието и влијае врз подобрување на концентрацијата на задачата, во исто време.

Одговорност и независност: Со планирање и подготовка на нивната опрема за часот по ФЗО, учениците учат да превземат одговорност за своите лични работи, со што се поттикнува независноста.

Социјални вештини и тимска работа: Преку кооперативни игри и групни активности, учениците ќе вежбаат социјални интеракции и тимска работа. Овие вештини се од суштинско значење за градење позитивни односи со врсниците и се особено корисни за учениците со аутизам, на кои социјалните интеракции може да им бидат предизвик.

Визуелно-просторни вештини: Создавањето и користењето визуелни потсетници како што се листи за проверка и постери помагаат во развојот на визуелно-просторните вештини, кои се важни за организирање и за обработка на визуелни информации во просторен контекст.

Адаптивни вештини: Лекцијата ги охрабрува учениците да се прилагодат на различни сценарија и да користат вештини за решавање проблеми, особено кога се занимаваат со активности кои вклучуваат избор на правилни ставки или приспособување на изменети правила во играта.

МОДИФИКАЦИИ ЗА РАЗЛИЧНИ УЧЕНИЦИ

ПРОСТОР

Картичките може да се постават поблиску за да се создадат помалку предизвици за некои ученици.

Може да се додаде поголема физичка активност на задачата со ставање на картичките подалеку.

ЗАДАЧА

Може да се користи постер на машко и женско дете со сета потребна опрема. Секое дете може да додаде картички кои се лепат (на пример, од чичак трака). Некои картички може да се неточни (морков, автомобил, слон).

Воведете токени систем за успешно завршување на задачата, каде токени може да се разменуваат за одредени активности или мали награди, за да се поттикне тековното учество и напор.

ОПРЕМА

Може да се користат вистински предмети наместо слики, на пример понеделник – спортска облека, тетратка, маркери, чанта итн.

Може да се постават картички на маса или стол за да се вклучат учениците со проблеми во мобилноста и корисниците на инвалидска количка.

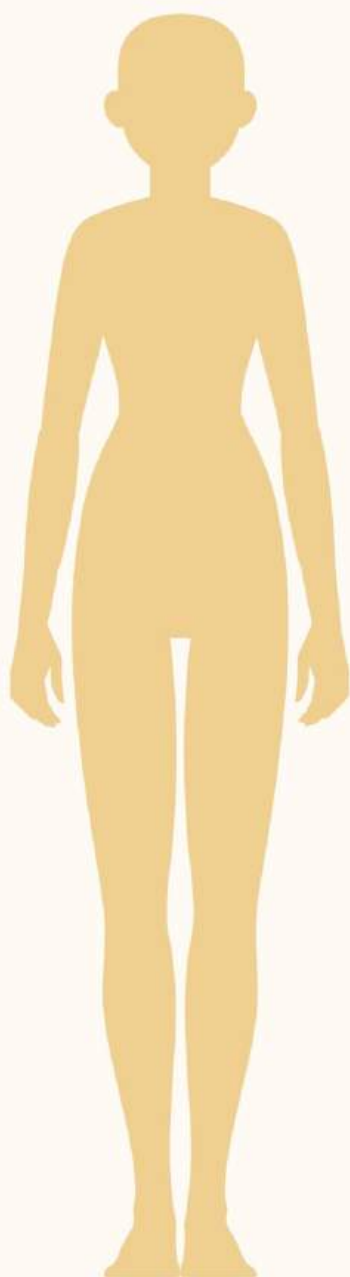
ЛУЃЕ

Наставник, помошник или врсник може да ги поддржи учениците со помали способности или оштетен вид со тоа што ќе им помогне да ја изберат секоја картичка и да разговараат со нив за неа.

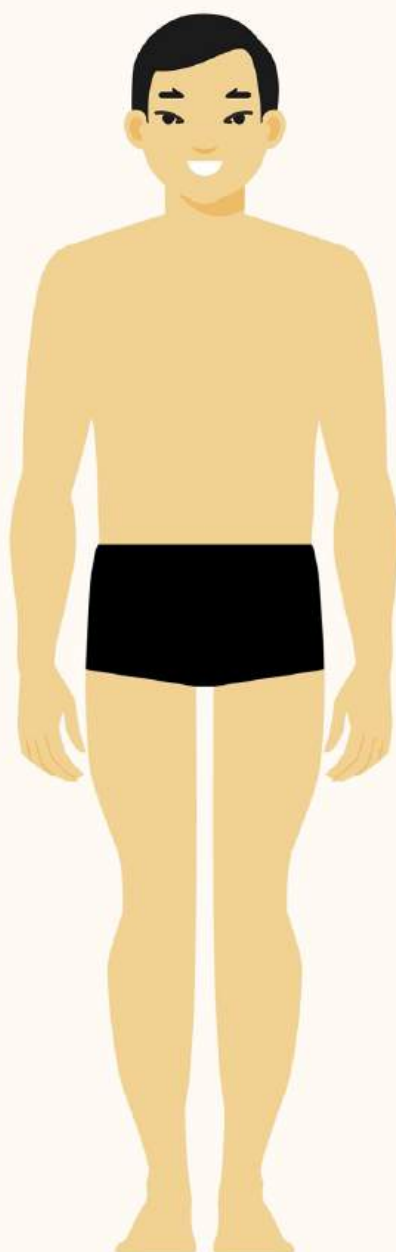
Поддржувачот може да зборува во име на ученикот и да бара согласност.

Учениците можеа да му помогнат на наставникот така што ќе ги залепат картичките или ќе кажат кои картички наставникот заборавил да ги додаде.

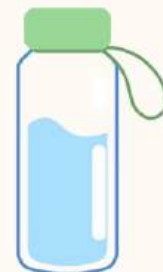
ШТО ДА ОДБЕРАМ ДЕНЕС?



ШТО ДА ОДБЕРАМ ДЕНЕС?



ШТО ДА ОДБЕРАМ ДЕНЕС?



ПЛАН ЗА ЧАС 07

07: Преминува од една активност на друга (транзиција)

60 минути

ЦЕЛ НА ЧАСОТ

Развој на способности кај учениците да можат да преминат од една активност во друга (транзиции) во текот на часот по ФЗО без да пројават предизвикувачко однесување или да побараат помош.

МАТЕРИЈАЛИ

Магнетна табла или табла на флипчарт

Хартија за флипчарт

Маркери

Компјутер и проектор за расказот

[Приказната на Ела](#)

Постери или слики кои прикажуваат соодветно и несоодветно однесување

Картички со клучни зборови

ТЕХНИКИ

Диференцијално зајакнување (Reinforcement): Зајакнување само на однесувањата што водат до непречени транзиции и одбегнување на зајакнувања за однесувања кои не ги исполнуваат критериумите.

Визуелни знаци: Користење на визуелни распореди и знаци за да им се помогне на учениците да предвидат и да се подготват за транзициите. Ова може да вклучува временски рамки, слики од претстојните активности или симболични знаци поврзани со активностите.

Играње на улоги: Ангажирање на учениците во играње улоги во различни сценарија за транзиција за да се практикуваат соодветни однесувања и да се зајакне учењето преку акција.

АКТИВНОСТИ

Вовед (5 минути):

Соберете ги учениците часот по ФЗО и објаснете им дека ќе научат за важноста на соодветното однесување при промената на активностите на часот по ФЗО за да може сите да уживаат во часот.

Визуелна презентација (10 минути):

Погледни ја визуелната приказна или сликите што е важно и несоодветно влијание при промена на активноста. На пример, можете да користите слика на студенти кои трпеливо чекаат во ред заедно со слика на студенти кои трчаат и се прават едни со други. Дискутирај за разликите и прашај ги учениците кои од овие однесувања е точно.

Дискусија (10 минути):

Поттикнете отворена дискусија за тоа зошто е важно да се однесувате соодветно за време на промената на активностите. Поставувајте прашања како „Како се чувствуваш кога некој се однесува лошо? „Што може да направиш за да се погрижиш сите да уживаат во часот? Слушајте ги одговорите на учениците и зајакнете ја важноста од почитување на другите.

Активност 1: Креирање картички со клучни зборови (10 минути):

Напишете ги клучните зборови кои опишуваат соодветно и несоодветно однесување при промена на активноста на табла или голема хартија. Примери на клучни зборови вклучуваат „чекање во ред“, „да се биде љубезен“ и „да го слушаш наставникот“. Поканете ги учениците да ви помогнат да ги креирате овие картички.

Активност 2: Индивидуален ангажман (10 минути):

Побарајте од секој ученик да избере клучен збор и да се обврзе да го запомни за време на часовите по ФЗО. Овој клучен збор ќе послужи како личен потсетник за тоа како треба да се однесуваат.

Активност 3: Играње на улоги (10 минути):

Спроведете игра со улоги каде што еден ученик се однесува како наставник, а друг како ученик кој се однесува несоодветно за време на промената на активностите. Користете ги клучните зборови и постери за соодветно и несоодветно однесување. Потоа, сменете ги улогите и дозволете им на другите ученици да вежбаат.

Прегледајте и затворете (5 минути):

Повторно разговарајте за важноста на соодветното однесување за време на промената на активностите и замолете ги учениците да споделат како планираат да ги запомнат своите клучни зборови за време на часот по ФЗО.

ИСХОДИ ОД УЧЕЊЕТО

Непречени транзиции: Учениците самостојно ќе преминат од една активност на часот по ФЗО во друга, користејќи научени однесувања.

Самоуправување со однесувањето: Учениците ќе покажат способност да управуваат со нивните однесувања за време на транзициите без директна интервенција од возрасен.

Одговор на визуелни сигнали: Учениците правилно ќе одговорат на визуелните знаци што укажуваат дека ќе се случи транзиција.

ТЕОРЕТСКИ ОСНОВИ

Применета анализа на однесување (АВА): Се фокусира на употребата на систематско засилување и структурирани интервенции за менување на однесувањата, особено ефективни за подучување на структурирани задачи како што се транзиции.

Теорија на когнитивно оптоварување: Со разложување на задачата за подготовка за ласот по ФЗО на помали, податливи сегменти (како користење на визуелни помагала и интерактивни техники), лекцијата го намалува когнитивното оптоварување, што им олеснува на учениците да ги обработат и запомнат информациите.

Теорија на конструктивистичко учење: планот за час користи активни стратегии за учење кои бараат од учениците да конструираат знаење преку искуство, како што се водени откривања и настава од колеги, кои се усогласуваат со конструктивистичките принципи дека знаењето се гради преку искуства.

Бихејвиоризам: Користењето награди (како пополнување на списокот за проверка или пофалби од врсници за време на наставните активности со врсници) го зајакнува позитивното однесување. Ова се усогласува со бихејвиористичките пристапи дека позитивното засилување може да доведе до промени во однесувањето.

ВЕШТИНИ И КОМПЕТЕНЦИИ

Адаптивни вештини: Учениците ќе ја подобрат нивната способност брзо и ефикасно да се прилагодат на новите активности, намалувајќи ги времето на транзиција и пречки.

Саморегулација: Подобрена саморегулација за време на транзициите, покажувајќи разбирање за тоа како да се однесуваат и ефикасно да управуваат со нивните постапки.

Социјални вештини: Преку играње улоги и групни дискусии, студентите ќе ги вежбаат и ќе ги подобрат своите вештини за комуникација и соработка, кои се од витално значење за време на транзициите.

Извршна функција: Зајакнати способности за планирање и извршување, од клучно значење за брзо организирање при менување на сценарија.

МОДИФИКАЦИИ ЗА РАЗЛИЧНИ УЧЕНИЦИ

ПРОСТОР

Просторот може да се подели на станици за вештини, така што учениците можат да ги развијат истите вештини во исто време во различни групи (или начини) за секоја активност:

Активност 1: Креирање картички со клучни зборови

Активност 2: Индивидуален ангажман

Активност 3: Игра на улоги

ЗАДАЧА

На сите ученици може да им се даде број 1, 2, 3 или 4, а потоа да одат на нумерираните станици за вештини низ просторијата за да ги вежбаат трите главни активности истовремено во различни групи на исти или различни начини.

Целите за споделување на групни дискусии и презентациите за повратни информации ќе бидат дадени од секоја станица за вештини на сите ученици во класот.

Користете скрипти за да ги научите учениците на чекорите вклучени во преминот од една активност во друга. Овие скрипти можат да помогнат да се стандардизираат одговорите и да се намали анксиозноста за време на промените.

Поттикнување и избледување со воведување промпти на почетокот на транзициите и постепено намалување на истите бидејќи учениците стануваат повешти во самостојно управување со транзициите.

ОПРЕМА

Секој од учениците може да добие сина, зелена, црвена или жолта боја, а потоа ќе отиде до правилната станица за вештини, која може да биде означена на подот со соодветни обоени конуси, леплива лента или обоено парче хартија залепено на сид.

ЛУЃЕ

За време на активностите за играње улоги, учениците со повисоки способности треба да се спојат со ученици со пониски способности за да можат и двајцата да учат. Поддршката од врсници и учењето од врсници ќе ги вклучат учениците од сите способности.

ПЛАН ЗА ЧАС 08

08: Го именува сопственото однесување

90 мин

Може да се подели на две или повеќе сесии.

ЦЕЛ НА ЧАСОТ

Развој на способност кај учениците да можат да го означат сопственото однесување и да си поставуваат цели.

МАТЕРИЈАЛИ

[Приказните на Ела](#)

Маркери

Пример постери за однесување

Табла или флипчарт

ТЕХНИКИ

Моделирање на однесувањето: Покажување посакувани однесувања преку примери, нагласување на позитивни интеракции и правилни одговори.

Самонабљудување: Подучување на учениците да ги следат сопствените однесувања и напредокот кон целите, зајакнување на саморегулацијата и независноста.

АКТИВНОСТИ

Вовед (10 минути)

Соберете ги учениците во круг и објаснете им дека ќе научат да го етикетираат нивното однесување и да си поставуваат лични цели. Охрабрете ги учениците да бидат отворени и искрени со себе.

Наставникот ја запознава групата со активноста и ги објаснува чекорите во активноста.

Визуелна приказна: Наставникот ќе го покаже примерот на приказната создадена од Ела.

Демонстрација: Покажете им на учениците што треба да создадат и како да продолжат со активноста.

Презентирање на примери на однесувања (10 минути)

Прикажи примери за постери за однесување, позитивни и негативни, како што се

„внимателно слушање“, „прекинување на другите“, „помагање на врсникот“ итн. Разговарајте за секое однесување и замолете ги учениците да коментираат кога ќе го покажат тоа однесување.

Активност 1: Однесување на етикетирање (10 минути)

Дајте му на секој ученик парче хартија и маркер. Побарајте од учениците да напишат или нацртаат однесување што неодамна го покажале, било позитивно или негативно. Потоа, поттикнете ги да го означат тоа однесување.

Групен разговор (10 минути)

Учениците го споделуваат во групата она што го означиле на нивните трудови. Тие можат да објаснат зошто го избрале тоа однесување и во кои ситуации го покажале. Поттикнете отворена и неосудувачка дискусија.

Активност 2: Поставување на цел (10 минути)

Побарајте од учениците да изберат означено однесување што сакаат да го подобрат. Охрабрете ги да постават лична цел поврзана со тоа однесување. На пример, ако означат „прекинување на другите“, нивната цел може да биде „да го чекам мојот ред да зборувам на час“..

Активност 3: Планирање на активности (10 минути)

Students develop an action plan to achieve their goal; write down the necessary steps or draw pictures to represent the plan.

Споделување на целите (10 минути)

Поканете ги учениците да ги споделат своите цели и планови со групата. Ова им овозможува да добијат поддршка и конструктивен фидбек.

Следење и преглед (10 минути)

Охрабрете ги учениците да го следат нивниот напредок кон нивните цели. Тие можат редовно да ги ажурираат своите трудови за да видат како напредуваат.

Свеченост и затворање (10 минути)

Прославете ги достигнувањата на учениците, дури и ако се мали. Охрабрете ги учениците да го препознаат нивниот раст и мотивација да продолжат да се подобруваат.

ИСХОДИ ОД УЧЕЊЕТО

Точност на означување на однесувањето: Учениците точно ќе ги означат нивните однесувања, и позитивни и негативни.

Умешност во поставување на цели: Учениците самостојно ќе постават реални цели за лично однесување и ќе започнат да развиваат акциони планови за нивно постигнување.

Подобрување на саморегулацијата: Учениците ќе покажат подобрена саморегулација со следење на сопственото однесување и правење прилагодувања за да се усогласат со нивните поставени цели.

ТЕОРЕТСКИ ОСНОВИ

Социјално - когнитивна теорија: Оваа теорија, развиена од Алберт Бандура, ја нагласува улогата на набљудувачкото учење, самоефикасноста и саморегулацијата. Набљудувајќи и дискутирајќи за позитивното и негативното однесување преку примери на постери за однесување и интеракции со врсниците, учениците учат да моделираат и да ги зајакнуваат пожелните однесувања. Фазите на поставување цели и планирање акција се клучни за зајакнување на вербата на учениците во нивните способности да го променат своето однесување, поттикнувајќи повисока самоефикасност.

Конструктивистичка теорија: Според конструктивистичките принципи на учење, учениците конструираат ново знаење преку градење на нивното постоечко знаење. Овој план за час ги ангажира учениците во градење лично разбирање за нивното однесување преку активно учество - етикетирање на однесувања, поставување цели и развој на акциони планови - правејќи го искуството за учење длабоко лично и контекстуално релевантно..

Применета анализа на однесување (АВА): Централно место во подучувањето на самосвеста и поставувањето цели со користење на техники за засилување, поттикнување и модификација на однесувањето за да се всади разбирање и примена на самоозначувањето и постигнувањето цели.

Бихејвиористички пристапи: Планот за час користи принципи од бихејвиоризмот преку употреба на засилување и повратни информации. Учениците кои идентификуваат однесувања и добиваат повратни информации за време на игри со улоги и дискусии доживуваат засилување во реално време, што помага да се модифицираат однесувањата. Позитивното засилување поттикнува повторување на доброто однесување, додека корективните повратни информации помагаат да се обесхрабрат непожелните.

Теорија на самоопределување (SDT): Оваа теорија се фокусира на автономијата, компетентноста и поврзаноста како суштински елементи на мотивацијата. Дозволувајќи им на учениците да си постават свои цели и да креираат акциони планови, планот за ја подобрува нивната автономија и компетентност. Групните дискусии и повратните информации од врсниците ја поддржуваат компонентата за поврзаност, поттикнувајќи поддржувачка средина за учење каде учениците се чувствуваат поврзани со своите врсници.

Рефлексивна пракса: Вкоренети во делата на Доналд Шон и други образовни теоретичари, рефлексивната практика се поттикнува преку активности кои бараат од учениците да размислуваат за нивното однесување и за ефектите од овие однесувања врз другите. Овој рефлексивен циклус промовира подлабоко учење и увид, кои се клучни за личниот раст и адаптација.

Теорија за поставување цели: Оваа теорија на Лок и Латам ја нагласува важноста на јасни, предизвикувачки цели и повратни информации за ефективно извршување и ги поткрепува активностите за поставување цели во лекцијата. Научувајќи ги учениците да поставуваат конкретни, мерливи, остварливи, релевантни и временски ограничени (SMART) цели, лекцијата директно ја применува теоријата за поставување цели за да ги подобри вештините за самоуправување на учениците.

ВЕШТИНИ И КОМПЕТЕНЦИИ

Самосвест: Учениците ќе го подобрат нивното разбирање за нивните емоции, силни страни, слабости и нагони. Оваа вештина е клучна за личниот развој и емоционалната интелигенција: Учениците ќе го подобрат нивното разбирање за нивните емоции, силни страни, слабости и нагони. Оваа вештина е клучна за личниот развој и емоционалната интелигенција.

Рефлексивно размислување: Оваа лекција ги охрабрува учениците да размислуваат критички за нивното однесување и за последиците од овие однесувања, поттикнувајќи навика за рефлексивно вежбање, што е од суштинско значење за доживотното учење: Оваа лекција ги охрабрува учениците да размислуваат критички за нивното однесување и за последиците од овие однесувања, поттикнувајќи навика за рефлексивна пракса, која е од суштинско значење за доживотното учење.

Поставување на цели: Учениците ќе развијат способност да поставуваат реални и остварливи цели, основна вештина која помага за лични и академски достигнувања. Ова вклучува учење да се дефинираат целите, да се идентификуваат ресурсите и да се развијат акциони планови.

Саморегулација: Учениците практикуваат саморегулација со поставување лични цели и следење на нивното однесување. Ова вклучува управување со нивните мисли и емоции за да се подобри нивната способност за постигнување индивидуални цели.

Интерперсонална комуникација: Додека учениците разговараат за нивните однесувања и цели, тие ги подобруваат своите комуникациски вештини. Ова вклучува артикулирање на мислите, активно слушање и ангажирање со почит со врсниците.

Емпатија и почит: Преку групни дискусии и споделување лични согледувања, учениците ќе научат да сочувствуваат со другите и да почитуваат различни гледишта. Ова помага во градењето на позитивни меѓучовечки односи.

Решавање на проблем: Активноста за планирање акција бара од учениците да размислуваат креативно и стратешки за постигнување на нивните цели, за подобрување на нивните вештини за решавање проблеми.

Упорност и издржливост: Поставувањето и работењето кон лични цели им помага на учениците да развијат упорност. Тие учат дека неуспесите се дел од процесот на учење и дека упорноста е клучна за успехот.

Лидерство и иницијатива: Учениците практикуваат лидерство и иницијатива со преземање одговорност за промена на нивното однесување и поддршка на врсниците во нивните цели.

МОДИФИКАЦИИ ЗА РАЗЛИЧНИ УЧЕНИЦИ

ПРОСТОР

Просторот може да се подели на станици за вештини, така што учениците можат да ги развијат истите вештини во исто време во различни групи (или начини) за секоја од трите активности.:

1. Означување на однесувања
2. Поставување цели
3. Акциско планирање

ЗАДАЧА

На сите ученици може да им се даде број 1, 2, 3 или 4, а потоа да одат во нивната нумерирана станица за вештини 123 или 4 низ просторијата за да ги вежбаат трите главни активности истовремено во различни групи на исти или различни начини.

Користете ги поттикнувањата и избледувањето за да го насочите однесувањето за време на активностите и постепено да ги намалувате додека учениците стануваат поумешни во означување на нивните однесувања и поставување цели.

Обука за дискретно пробно тестирање (DTT): Структурирање на наставата во различни, контролирани испитувања кои вклучуваат навестување, одговор на ученикот и последица за зајакнување на разбирањето на однесувањето.

Токенска економија: Имплементирајте систем каде што учениците заработуваат токени за прецизно означување на однесувањето и успешно поставување и следење цели, кои може да се разменуваат за претпочитани активности или награди.

ОПРЕМА

На секој од учениците може да им се даде боја, сина, зелена, црвена жолта, а потоа ќе отидат до правилната станица за вештини, која може да биде означена на подот со соодветни обоени конуси, леплива лента или обоени листови хартија залепени на сидот..

ЛУЃЕ

Учениците со повисоки способности треба да учествуваат со ученици со пониски способности за да можат и двајцата да учат.

Поддршката од врсници и учењето од врсници ќе овозможат вклучување на ученици од сите способности.

ПЛАН ЗА ЧАС 09

09: Комуницира за да ги соопшти потребите

60 минути

ЦЕЛ НА ЧАСОТ

Развој на вештино кај учениците за да можат соодветно да ги соопштат желбите и потребите на наставникот по физичко образование за време на часот.

МАТЕРИЈАЛИ

Хартија за флипчарт

Маркери

Картички со слики за заеднички желби и потреби на часот по ФЗО.

Табла или голема хартија и маркери.

Картички со клучни зборови.

Погоден простор за извршување на активността.

ТЕХНИКИ

Играње улоги: Ангажирање на учениците во структурирани активности за играње улоги кои имитираат ситуации од реалниот живот со кои би можеле да се сретнат за време на часот по ФЗО, обезбедувајќи непосредна повратна информација и засилување.

Корекција на грешка: Обезбедување конструктивна повратна информација веднаш по обидите за комуникација, помагајќи им на учениците да учат од грешките и да ги усовршат своите вештини.

Отворен го дијалогот: (наставникот поставува прашања и споделува две опции за учениците да можат да одговорат со точната). Со избирање на правилни опции, учениците ќе почувствуваат дека нивното однесување е правилно и ќе ја подобрат нивната самодоверба.

Учење во сегменти (Scaffolded Learning): Обезбедување привремена поддршка на учениците додека развиваат нови вештини, постепено намалувајќи ја помошта како што стануваат повешти.

Интерактивни визуелни помагала: Подобрување на учењето преку ангажирање на учениците визуелно и кинестетички, промовирајќи подобро разбирање и задржување на информациите.

АКТИВНОСТИ

Вовед (5 минути):

Вовед (5 минути): Соберете ги учениците во круг и објаснете им дека ќе научат да комуницираат што им треба или сакаат за време на часот по ПИ за повеќе да уживаат во активноста. Охрабрете ги учениците да учествуваат активно и без страв.

Визуелна презентација (10 минути):

Покажете ги картичките со слики од вообичаени желби и потреби на часот по ФЗО, како што се одмор во вода, помош од одење во тоалет итн. Објаснете што претставува секоја слика и како да ги пренесете овие потреби на наставникот. Користете едноставен и јасен речник.

Дискусија (10 минути):

Поттикнете отворена дискусија за соопштување на нивните потреби и желби за време на часот по ФЗО. Поставувајте прашања како „Зошто е важно да кажете што ви треба?“ „Што ќе се случи ако не го кажете тоа што ви треба? Слушајте ги одговорите на учениците и потврдете ги нивните мислења.

Активност 1: Креирање картички со клучни зборови (10 минути):

Напишете ги клучните зборови поврзани со комуникацијата на табла или на големо парче хартија. На пример, зборови како „вода“, „помош“, „одмор“ и „бања“. Поканете ги учениците да ви помогнат да ги креирате овие картички.

Активност 2: Сценарија за играње улоги (15 минути):

Направете некои сценарија за играње улоги во кои учениците мора да ги соопштат своите потреби и желби на наставникот. Ова ќе им помогне да вежбаат реални ситуации. Погрижете се да дадете позитивни повратни информации и да коригирате конструктивно.

Прегледајте и затворете (10 минути):

Повторно дискутирајте за важноста на соодветното комуницирање за време на часот по ФЗО и замолете ги учениците да споделат како планираат да ги запомнат клучните зборови за комуникација за време на часот.

ИСХОДИ ОД УЧЕЊЕТО

Јасна комуникација: Учениците ќе покажат способност јасно и соодветно да ги изразат своите потреби и желби за време на часовите по ФЗО.

Подобрено самозастапување: Учениците самостојно ќе се залагаат за нивните потреби користејќи научени стратегии.

Засилено разбирање на влијанието на комуникацијата: Учениците ќе ги препознаат и ќе разговараат за ефектите од ефективната комуникација врз нивното искуство на часот по ФЗО и интеракциите со врсниците.

ТЕОРЕТСКИ ОСНОВИ

Применета анализа на однесувањето: Се фокусира на користење на структурирани методи на настава, засилување и повратни информации за ефикасно промовирање на комуникацијата на потребите и желбите.

Теорија на социјално учење: Ја нагласува улогата на Моделирањето и имитирањето во учењето нови однесувања, поддржувајќи ја употребата на играње улоги и моделирање на однесување во лекцијата.

Когнитивна теорија: Ја нагласува важноста од разбирање на процесите зад промената на однесувањето, нагласувајќи ја потребата за активно, техники на ангажирано учење како играње улоги и решавање проблеми.

Теорија на самоопределување: Ја нагласува важноста од поттикнување автономија и компетентност, кои се клучни за ефективно самозастапување и комуникација.

ВЕШТИНИ И КОМПЕТЕНЦИИ

Ефективна комуникација: Студентите ќе научат јасно и самоуверено да ги соопштуваат своите потреби и желби на другите, особено во контекст на физичко образование. Ова вклучува вербализирање на потребите како што се хидратација, одмор или помош за време на активностите.

Активно слушање: Овој план за час ја нагласува важноста да се слушаат упатствата и потребите на другите, што е од клучно значење за разбирање и соодветно одговарање на социјалните интеракции во рамките на часовите по физичко образование..

Развој на емпатија: Учениците ќе развијат емпатија со вклучување во играње улоги и дискутирање за потребите и чувствата на другите. Разбирањето и почитувањето на перспективите на врсниците за време на активностите на часот по ФЗО поттикнува поинклузивна и поподдржлива средина.

Вештини за решавање проблеми: Учениците ќе вежбаат да идентификуваат проблеми (како на пример недоразбирања или конфликти за потребите за време на часовите по ФЗО) и да размислуваат критички за да развијат соодветни решенија, зголемувајќи ги нивните способности за решавање на проблеми.

Вештини за самозастапување: Овој план ги поттикнува учениците да се залагаат за себе со јасно наведување на нивните потреби. Учењето да се самозастапуваат со почит и ефективно е критична животна вештина.

Врсничка поддршка и тимска работа: Преку групни активности и дискусии, учениците ќе ја подобрат нивната способност да работат во соработка со другите, обезбедувајќи и добивајќи поддршка по потреба за време на сесиите за физичко образование.

Резилиентност и приспособливост: Учениците ќе научат да ја приспособат својата комуникација како одговор на различни ситуации и повратни информации, што е од витално значење за развој на еластичност и флексибилност во академските и личните кругови.

Донесување одлуки: Со избирање соодветни комуникациски стратегии и одговарање на сценарија, учениците ќе ги подобрат своите вештини за донесување одлуки, учејќи да ги земат предвид ефектите од нивниот избор врз нивните искуства и оние на нивните врсници.

Лидерски способности: Преку водечки дискусии и сценарија за играње улоги, учениците имаат можности да развијат лидерски вештини, да ги водат и позитивно да влијаат врз врсниците.

Културна и социјална свест: Препознавајќи и почитувајќи ги различните стилови и потреби на комуникација, учениците ќе ја подобрат својата социјална свест, промовирајќи похармонична средина во мултикултурни средини.

МОДИФИКАЦИИ ЗА РАЗЛИЧНИ УЧЕНИЦИ

ПРОСТОР

Просторот може да се подели на станици за вештини, така што учениците можат да ги развијат истите вештини во исто време во различни групи (или начини) за секоја од двете Активности:

Активност 1: Креирање картички со клучни зборови

Активност 2: Сценарија за играње на улоги

ЗАДАЧА

На сите ученици може да им се даде број 1, 2, 3 или 4, а потоа одат во станицата за вештини 123 4 означена на сидот за да ги вежбаат двете главни активности истовремено во различни групи на ист начин или на различни прилагодени начини.

Секоја станица за вештини ќе им даде групни дискусии и презентации за повратни информации на сите ученици во класот.

Имплементирајте токен систем каде учениците заработуваат награди за соодветно комуницирање на нивните потреби, зајакнувајќи го позитивното однесување.

Користете вербални и визуелни поттикнувања за да ги водите учениците во нивните обиди за комуникација, постепено намалувајќи ги потсетниците додека учениците стануваат повешти.

ОПРЕМА

На секој од учениците може да им се даде боја, сина, зелена, црвена или жолта, а потоа ќе отидат до правилната станица за вештини, која може да биде означена на подот со соодветни обоени конуси, леплива лента или обоени листови хартија залепени на сид.

ЛУЃЕ

Учениците со повисоки способности можат да учествуваат со ученици со пониски способности за да можат и двајцата да учат и да постигнат.

Поддршката од врсници и учењето од врсници ќе овозможат вклучување на ученици од сите способности.

ПЛАН ЗА ЧАС 010

О 10: Демонстрира нова вештина во група

80 минути

Може да се подели на две сесии

ЦЕЛ НА ЧАСОТ

Развој на способности кај учениците за да можат да покажат нова вештина во формат на групна настава од 5 или повеќе деца.

МАТЕРИЈАЛИ

[Приказната на Ела](#)

Спортска облека
Медали направени од наставници
Конуси
Тенис или меки топки

ТЕХНИКИ

Анализа на задачата: Разградување на вештината за фрлање топка на мали, податливи компоненти, чекори кои учениците можат да ги научат чекор по чекор.

Моделирање на однесувањето: Покажување на саканата вештина (фрлање) преку јасни, чекор-по-чекор демонстрации од страна на наставникот и дозволување на моделирање со врсници во групи.

Поттикнување и избледување: Првично водење на однесувањето на ученикот со вербални или физички поттикнувања, а потоа постепено намалување на овие поттикнувања како што се зголемува компетентноста.

Диференцијално засилување: Обезбедување позитивно засилување за техники за корекција и нежна корекција на грешки, поттикнување и континуирано подобрување.

Токенска економија: Користење токени или други награди за демонстрирање техники за правилно фрлање или за ефективно работење во групата, зајакнување и на стекнувањето вештини и на тимската работа.

АКТИВНОСТИ

Вовед (10 минути):

Соберете ги учениците во просторот за фрлање и објаснете им дека ќе научат нова вештина: фрлање топка помеѓу 5 луѓе откако ќе ја совладате во амбиент еден на еден. Охрабрете ги да бидат отворени за учење заедно и да работат како тим.

Претставете ја активноста на групата и објаснете ги чекорите.

Визуелна приказна: Наставникот ќе го покаже примерот на приказната создадена од Ела : Покажете им на учениците што треба да постигнат и како лесно да го направат тоа.

Групна работа: Работата во групи ќе им помогне да си помагаат едни на други и да ги подобрат своите социјални вештини.

Иницијална демонстрација (10 минути):

Инструкторот или наставникот по ФЗО демонстрира како правилно да се фрли топката, фокусирајќи се на ставот, стисокот и движењето на рацете. Тие користат едноставен јазик и ги повторуваат важните чекори.

Индивидуална пракса (5 минути):

Побарајте од секој ученик да вежба фрлање на топката посебно. Обезбедете индивидуални повратни информации и приспособете ги упатствата според потребите на секој ученик.

Формирање на група (5 минути):

Поделете ги учениците во групи од 5 или повеќе, осигурувајќи се дека секоја група има различни нивоа на вештини и способности. Ова ќе поттикне соработка и взаемна поддршка.

Групна пракса (20 минути):

Секоја група ги следи упатствата за да ја фрли топката заедно. Поттикнете ја комуникацијата и соработката во групата, осигурувајќи се дека сите ученици учествуваат и се поддржуваат едни со други.

Евалуација и прилагодување (10 минути):

Наставникот по физичко образование шета низ групите и го набљудува напредокот, нудејќи индивидуализирани совети и прилагодувања по потреба.

Пријателски натпревар (15 минути):

Организирајте пријателски натпревар помеѓу групите за да видите која може да ја фрли топката најдалеку или најпрецизно. Акцентот овде треба да биде на учеството и уживањето наместо на победата.

Прослава (5 минути):

Признајте ги достигнувањата и тимската работа на учениците. Можете да давате мали награди или аплауз. Поделете медали изработени од наставникот; можат да ги бојадисаат како што сакаат или да дојдат однапред обоени.

ИСХОДИ ОД УЧЕЊЕТО

Стекнување вештини: Учениците ќе покажат способност прецизно да фрлаат топче со големина на тенис со една рака. Тие ќе научат и применуваат техники на правилен став, стисок и движење на рацете, покажувајќи мерливо подобрување во нивната прецизност и растојание во фрлањето.

Тимска соработка: Секој ученик активно ќе учествува во групните вежби, учејќи да соработува со врсниците во тимски амбиент. Тие ќе ги разберат улогите на различни членови на тимот и ќе придонесат за постигнување на заедничка цел преку ефективна комуникација и меѓусебна поддршка.

Развој на социјални вештини: Учениците ќе ги подберат своите социјални интеракции со вклучување во активности кои бараат меѓусебна поддршка и охрабрување. Тие ќе ја научат важноста на позитивното засилување меѓу врсниците и како да дадат конструктивен фидбек.

Натпреварувачки дух и спортски дух: Учениците ќе развијат здрав натпреварувачки дух преку пријателска конкуренција. Тие ќе научат да ја балансираат конкурентноста со добриот спортски дух, да ги почитуваат противниците и да го ценат учеството пред победата.

Емоционална отпорност: Учениците ќе стекнат еластичност со тоа што ќе научат да се справат со успехот и разочарувањето во конкурентни и кооперативни активности. Тие ќе вежбаат да одржуваат позитивен став и напор без оглед на резултатите, разбирајќи дека подобрувањето доаѓа со пракса и упорност.

Решавање проблеми: За време на активностите, учениците ќе се соочат со сценарија кои бараат брзо размислување и решавање на проблеми, како што е прилагодување на нивната стратегија врз основа на исходот од изведбата. Тие ќе научат да ги анализираат нивните перформанси и да донесуваат тактички одлуки за да ја подберат нивната ефикасност.

Физичка подготвеност и координација: Учениците ќе ја подберат својата физичка координација и кондиција преку активно учество во активностите за фрлање. Овој исход го поддржува развојот на моторните вештини и поттикнува здрав начин на живот.

Инклузивност и приспособливост: Учениците ќе разберат и применуваат начини да ги вклучат сите врсници, без оглед на нивото на вештина, приспособувајќи ги активностите за да се осигура дека секој може значајно да учествува.

ВЕШТИНИ И КОМПЕТЕНЦИИ

Моторни вештини и физичка координација: Подобрување на фините и груби моторни вештини преку техники на повторувачка практика на фрлање.

Комуникациски и интерперсонални вештини: Развивањето јасна комуникација и способноста за ефективно работење во тим е од клучно значење за групните спортови и активности.

Решавање проблеми и критичко размислување: Негување на способност за брзо оценување и прилагодување на стратегиите како одговор на повратните информации за перформансите за време на групните активности.

Лидерство и иницијатива: Поттикнување на учениците да преземат лидерски улоги во рамките на нивните групи, промовирајќи иницијатива и одговорност.

ТЕОРЕТСКИ ОСНОВИ

Применета анализа на однесување: Се фокусира на користење систематски пристапи за подучување на нови вештини и однесувања, со ставање на акцент на засилување за да се зацврсти учењето.

Конструктивистичка теорија сугерира дека учениците го градат знаењето преку искуства. Учениците го градат и го усовршуваат своето разбирање врз основа на физичкото искуство и социјалната интеракција со ангажирање во практични, практични активности како фрлање топка. Форматот на групна настава го олеснува учењето од врсници, каде што учениците можат да учат техники едни од други, но и повратните информации, отелотворувајќи го концептот на Виготски за зоната на нареден развој (ЗНР), каде што соработката помеѓу врсниците води до учење кое можеби нема да се случи независно.

Теорија на социјално учење: Теоријата на Алберт Бандура ја нагласува важноста на набљудувањето, имитирањето и моделирањето во учењето. Во оваа лекција, учениците ги набљудуваат своите врсници и инструкторот за да научат и да ги реплицираат техниките на правилно фрлање. Групниот формат го подобрува овој процес бидејќи учениците гледаат повеќекратни демонстрации и добиваат различни повратни информации, поттикнувајќи подобрување преку учење со набљудување и социјално засилување.

Теорија на моторно учење се фокусира на стекнување моторни вештини преку вежбање, повратни информации и обработка на сензорни информации. Структурата на лекцијата, од индивидуална пракса до групна пракса и

натпреварувачка игра, се усогласува со фазите на моторното учење - когнитивно, асоцијативно и автономно. Овие фази опишуваат како учениците напредуваат од разбирање на нова вештина, нејзино усовршување и конечно изведување без напор.

Теорија на самоопределување ја нагласува улогата на автономијата, компетентноста и поврзаноста во мотивацијата и психолошкиот развој. Лекцијата ја поддржува автономијата дозволувајќи им на учениците да преземат контрола над своето учење преку поставување цели и самооценување. Компетентноста се развива бидејќи учениците ги подобруваат своите вештини за фрлање и добиваат позитивни повратни информации, а поврзаноста се подобрува преку групни интеракции и споделени искуства.

Теорија на когнитивно оптоварување се однесува на количината на информации што може да ја задржи работната меморија во исто време. Со структурирање на сесијата за учење за постепено зголемување на сложеноста - од набљудување и вежбање едноставни движења до учество во натпревар - овој ПЛАН ЗА ЧАС помага да се управува со когнитивното оптоварување, осигурувајќи дека учениците не се преоптоварени и можат ефективно да интегрираат нови вештини.

Теорија на искуствено учење: Моделот на Колб, кој кружи низ конкретно искуство, рефлексивно набљудување, апстрактна концептуализација и активно експериментирање, е релевантен овде. Учениците директно се занимаваат со задачата (фрлање топки), размислуваат за нивната техника, ги концептуализираат подобрувањата или прилагодувањата и експериментираат со различни пристапи за време на групното вежбање и натпреварувањето.

МОДИФИКАЦИИ ЗА РАЗЛИЧНИ УЧЕНИЦИ

ПРОСТОР

Просторот помеѓу учениците може да биде помал или поголем за да ги натера учениците да се чувствуваат поудобно или да го намали или зголеми предизвикот за другите.

ЗАДАЧА

Оваа активност може да се постави во игра "Speed Date". Играта "Speed Date" има две линии на ученици свртени еден кон друг.

Учениците со подобри способности или асистентите формираат линија 1, а на крајот од секоја активност, последното лице во линијата 1 се движи на почетокот на линијата 1, и секое лице се движи по еден ред подолу. Линијата 2 ја држи топката.

Во играта “Speed Date”, парови ученици може да стојат подалеку или поблиску еден до друг.

Секој може да учествува во иста активност на различни начини и со различни луѓе истовремено.

ОПРЕМА

За подобро да се задоволат потребите на учениците, топките може да се користат во различни бои, текстури, големини и форми. Топките може да имаат свона и да се од различни спортови. Наместо топчиња може да се користат вреќи со грав. Секој ученик ќе има лично искуство во учењето. Различни топки може да го подобрат интересот или да го намалат стресот.

Користете топки направени од хартија и селотејп ако немате опрема.

Во Speed Date, линијата на учениците кои се со помали способности треба да ја држат опремата додека поспособните ученици се движат во линијата како што е опишано претходно.

Во Speed Date, парови ученици можат да изберат да стојат подалеку или поблиску еден до друг.

Секој може да учествува во иста активност на различни начини и со различна опрема и луѓе истовремено.

ЛУЃЕ

Тренирањето со врсници може да се одвива во една линија бидејќи учениците со повисоки способности ги тренираат оние со помали способности.

Учениците ќе научат како да ги задоволат потребите на помалку способните ученици и како да ги вклучат.

ЗАБЕЛЕШКИ ЗА ПЛАН ЗА ЧАС O11-O13

ВЕШТИНИ НА ОДНЕСУВАЊЕ ВО КОНТЕКСТ НА ЧАСОВИТЕ ПО ФЗО

Следниве три планови за час се посветени на вештини на однесување. Тие се однесуваат на предизвикувачкото однесување на децата со НСА во инклузивни услови за време на часовите по физичко образование. Бидејќи секое дете со НСА е уникатно, различните стратегии и пристапи кои се превземени од наставниците за физичко образование може да се подобрат. Според тоа, PERfect планот за час дава примери и предлози за таргетирање на одредени однесувања.

За да обезбедат висококвалитетни, инклузивни часови по физичко образование, наставниците за физичко образование мора да ги разберат своите ученици со посебни потреби.

ЛЕКЦИИ

O11: Во текот на часот по ФЗО, наставникот ќе ги заинтересира сите деца да го практикуваат однесувањето што го поддржува учењето на сите деца.

O12: Способност да остане во група од 5 или повеќе деца на часот по ФЗО.

O13: Способност да одговара на сите прашања/барања поставувани од страна на другарчињата за време на часот по ФЗО.

СЦЕНАРИО:

Поставки: На часот по физичко образование кој што трае 40 минути, има 20 ученици од 6-то одделение. Еден од овие ученици е Иван, 12-годишно момче кое има НСА и хиперактивно однесување. За време на некои часови по ФЗО, помошник Иван го придружува асистент; но во некои ситуации, наставникот по ФЗО може да примени туторство од страна на врсници.

Иван се чувствува возбуден кога доаѓа на часот по ФЗО во училишната спортска сала. Не сака кога активностите се менуваат премногу брзо. Ако се менуваат брзо, тој може да се вознемири и изнервира. Поради недостаток на внимание, кога наставникот ги објаснува задачите, понекогаш изгледа како да не внимава. На Иван му е тешко да остане фокусиран и да го прави она што го кажува наставникот. Понекогаш, тој почнува да се движи наоколу, да скока и да испушта гласни звуци. Ова може да го попречи процесот на учење на другите ученици.

Ова сценарио ни претставува една состојба во однесувањето со која може да се соочат наставниците по физичко образование на секој час, без оглед на целта или вежбите. Адаптациите на планот за час предвидуваат асистент кој ќе го придружува детето на часовите. Ова ќе го олесни процесот на справување со несоодветното однесување.

Целта на наставникот може да биде да создаде ситуации каде соодветното однесување ќе се случува почесто, а несоодветното однесување ќе се случува поретко или воопшто нема да се случува.

Наставникот може да користи методологија за да поттикне соодветно однесување како на пример обликување, нижење, поттикнување и избледување. Обликувањето вклучува наградување при чекорите во кои децата се приближуваат до посакуваното однесување. Нижење зајакнува низа поврзани дејства што водат до посакуваната цел. Поттикнувањето дава знаци пред активноста за да го потсети детето што се очекува. Со текот на времето полека се отстрануваат потсетниците или наградите, така што посакуваните однесувања се случуваат природно.

Применете ги овие методи на сценариото со Иван, момчето со НСА и хиперактивно однесување.

ОБЛИКУВАЊЕ

За Иван, наставникот може да ги пофали и награди малите чекори кон подобро фокусирање и однесување. Ако Иван обично се вознемирува за време на брзите транзиции, наставникот може да го награди затоа што останал смирен малку подолго за време на секоја транзиција. Асистентот ги надгледува овие дополнителни инструкции.

НИЖЕЊЕ

Во случајот на Иван, разложувањето на задачите на помали чекори може да помогне. Ако класот прави сложена физичка активност, наставникот може да го води Иван низ секој чекор и да го награди што ги завршил во низа, по ред. Асистентот го надгледува посебното потсетување (prompting).

ПОТСЕТУВАЊЕ (PROMPTING)

Наставникот може да му даде јасни и конкретни упатства на Иван пред активностите за да му помогне да разбере што се очекува од него. На пример, може да му каже: „Иван, запомни да останеш смирен и да слушаш“ пред транзициите. Асистентот го надгледува секое дополнително барање.

(БЛЕДЕЊЕ) FADING

Како што Иван се запознава со рутините и очекувањата, наставникот може постепено да го намалува количеството на помош и потсетници што му се даваат, овозможувајќи му постепено природно да демонстрира соодветно однесување. Асистентот учествува на часот по ФЗО, но ги поддржува барањата само кога е потребно.

ВОДЕЊЕ ОД СТРАНА НА ВРСНИЦИ (PEER TUTORING)

Друг пристап е користење на систем на тусторство од страна на врсници (Модификација: лица) кои ќе го поддржат индивидуализираниот начин на учење. Подучување со врсници е кога учениците им помагаат на другите студенти да учат. Тоа може да вклучува различни начини на предавање, како што се покажување како да се направи нешто, објаснување работи, поставување прашања и давање повратни информации и пофалби за да му се помогне на другиот ученик подобро да научи. За Иван, подучувањето од врсници може да биде многу ефикасен начин за учење, зајакнување на самовербата и стекнување пријатели. За ученикот кој е тустор тоа ја подобрува неговата емоционална интелигенција преку волонтирање.

Како да го направите тусторството со врсници да функционира за Иван

Избирање на врсници: Изберете ученици кои не само што се добри во предметот, туку имаат и трпение и разбирање да му помогнат на Иван. Овие врснички тустори треба да бидат обучени за да го дадат вистинскиот вид на поддршка.

Прилагодено учење: Воспитувачот на Иван треба да има план за тоа што да предава и што треба да научи Иван. Лекциите треба да се приспособат за да

одговараат на способностите и темпото на учење на Иван.

Следење на напредокот: Внимавајте колку добро учи Иван и споредете го со неговата претходна изведба. Ова ќе ви помогне да го видите напредокот што го прави.

Позитивно зајакнување: Кога Иван ќе направи добро, важно е да го наградите на некој начин. Наградете го врсникот татор во исто време. Ова може да биде нешто „мало“, како што е пофалба, но ќе ги мотивира и двајцата да ги задржиме заинтересирани и ангажирани.

Придобивките од таторството со врсници за Иван

Индивидуализирана поддршка од врсник кој ги разбира неговите уникатни потреби.

Удобна и поддржувачка средина за учење.

Зголемена самодоверба во учењето и социјалните интеракции.

Можност за стекнување пријатели и градење позитивни односи.

Овој приспособен пристап кон таторството со врсници силно ја нагласува индивидуализираната поддршка, разбирањето на потребите на Иван и создавањето позитивно и инклузивно искуство за учење за него. Ги користи придобивките од таторството меѓу врсниците за да му помогне да напредува во училиницата.

Придобивки од таторството со врсници

Воспитувачите стануваат подобри по некој предмет кога го предаваат на некој друг. Треба да го знаат добро за да го објаснат. Тие стануваат подобри во разговорот со другите затоа што мора да објаснат нешта и да одговараат на прашања. Воспитувачите учат да фалат, да бидат љубезни и да разбираат кога на другите им е потребна помош во нивното учење. Врсниците воспитувачи ја подобруваат нивната емоционална интелигенција, што е критична животна вештина. Учениците татори стануваат лидери помагајќи им на другите. Ова ги прави посамоуверени. Воспитувачите се чувствуваат добро кога им помагаат на другите да учат и да прават добро. Тие учат да бидат трпеливи бидејќи секој различно учи. Воспитувачите се чувствуваат горди кога им помагаат на другите да успеат. Тие ќе добијат зголемена доверба во учењето и социјалните интеракции и можност за инклузивно да се дружат и да градат позитивни односи.

ПЛАН ЗА ЧАС 011

О 11: Учениците манифестираат однесувања кои што го поддржуваат учењето на сите деца

45 минути

ЦЕЛ НА ЧАСОТ

Развој на способности кај учениците да се вклучат во забавни и интерактивни активности за да ја подобрат координацијата на нозете и рацете, вклучително и децата со НСА. Тие, се вклучуваат во активности со мали адаптации со цел приспособување на различните потреби. Се постигнува баланс помеѓу индивидуалните и групните активности, водење на грижа за различните способности и одржување на учениците да бидат активни и мотивирани.

МАТЕРИЈАЛИ

Отворен простор (гимназија, терен или игралиште)
 Конуси или маркери
 Топки (фудбалска топка, кошарка, доџбол, итн.)
 Визуелни помагала
 Стоперки или тајмери
 Сензорни играчки

ТЕХНИКИ

Моделирање на однесувањето: Покажете ги саканите вештини и однесувања преку јасни примери, осигурувајќи се дека сите ученици, вклучително и оние со НСА, можат точно да набљудуваат и да имитираат.

Диференцијално засилување: Обезбедете специфично позитивно засилување за однесувањата што го поддржуваат учењето и соработката помеѓу учениците, додека навремено и конструктивно ги коригирате несаканите однесувања.

Визуелна поддршка и потсетници: Употребувајте визуелни помагала постојано за да ги насочувате активностите и очекувањата, постепено намалувајќи ги барањата додека учениците стекнуваат независност.

Структурирана интеракција со врсници: Олеснете ги структурираните интеракции меѓу учениците за да го подобрите социјалното учење и соработка, користејќи стратегии за играње улоги и посредувани од врсници за да се поттикне ангажираност и соодветно однесување.

АКТИВНОСТИ

Вовед (5 минути):

Учениците се собираат во круг.

Објаснување на целта на часот и важноста да се почитуваат меѓусебните искуства за учење.

Покажете визуелни помагала што ги илустрираат очекуваните однесувања.

Учениците ги споделуваат своите размислувања за тоа како тие можат да помогнат или да го попречат учењето на нивните соученици.

Вежби за загревање (10 минути):

Учениците нека цогираат или шетаат низ одредената област.

Користете свиреж за да сигнализирате промени во насоката или темпото.

Охрабрете ги да останат свесни за околината и да избегнуваат судири.

Вклучете го ученикот со НСА во загревањето, осигурувајќи се дека се чувствува удобно.

Поттикнете го асистентот да го поддржи ученикот со НСА да остане фокусиран и ангажиран за време на загревањето. Учениците се делат во мали групи или парови.

Активност 1: Фудбалски дриблинг (10 минути)

Поставете ги конусите како патека за дриблинг.

Секој ученик наизменично дриблира фудбалска топка низ курсот со помош на стапалата и одржува контрола.

Поттикнете го ученикот со НСА да учествува и да користи потсетници доколку се појави несоодветно однесување. Дозволете паузи доколку е потребно.

Активност 2: Подавање во кошарка (10 минути)

Доделете на секој пар по една кошаркарска топка.

Учениците вежбаат за да му ја префрлаат топката на партнерот додека се движат и ги координираат движењата со рацете.

Нагласете ја соодветната техника на додавање.

Назначете партнер на ученикот со НСА кој ги разбира неговите потреби.

Прилагодете ја активността за да го приспособите ученикот со НСА, дозволувајќи му да учествува на начин што одговара на неговите способности.

Фокусирајте му го вниманието за време на демонстрациите и поттикнете го секое примерно однесување.

Поттикнете ја кооперативната игра каде ученикот може да го поддржи својот партнер со НСА по потреба.

Опуштање (Cool-down) (5 минути):

Соберете ги учениците во круг.

Рефлексија и преглед на она што го научиле и доживеале додека водат се опуштаат. Пофалете ги индивидуалните заложувања.

Заклучок (5 минути):

Заблагодарете им се на сите ученици за учеството и напорот.

Истакнете ја важноста на инклузивноста и тимската работа на часот.

Спомнете ги сите претстојни лекции или активности

ИСХОД ОД УЧЕЊЕТО

Моторна координација: Учениците ќе покажат подобрена координација помеѓу рацете и нозете во различни физички активности, мерено преку нивната способност да ги завршат поставените курсеви или рутини со зголемена точност.

Саморегулација на однесувањето: Учениците ќе покажат намалени нарушувања на однесувањето и зголемена саморегулација за време на часовите по ФЗО, што се забележува од страна на наставниците и се евидентира во алатките за следење на однесувањето.

Инклузивно учество: Сите ученици, вклучително и оние со НСА, активно ќе учествуваат во секој час, покажувајќи зголемено чувство на удобност и поголема вклученост во групните активности.

Социјални и кооперативни вештини: Учениците ќе покажат подобрена способност да работат со врсниците, да ги следат групните правила и да го поддржуваат учењето меѓусебно преку кооперативни физички активности.

ТЕОРЕТСКИ ОСНОВИ

Применета анализа на однесувањето: Се фокусира на систематска примена на интервенции засновани на принципи на теоријата на учење за да се подобрат социјалните однесувања до значаен степен и да се покаже дека интервенциите што се користат се одговорни за подобрување на однесувањето.

Теорија на социјално учење: Го нагласува учењето преку набљудување, имитација и моделирање, што е критично во групните поставувања каде што учениците учат едни од други, како и од наставникот.

Теорија на моторно учење: Ја истакнува важноста на вежбањето, повратните информации и сензорната обработка на движењата, кои се од суштинско значење за учење на сложени моторни вештини на наставата по ФЗО.

Теорија на когнитивно оптоварување: Овозможува задачите да се претстават на начин што содржи доволен број на информации, соодветен на когнитивните капацитети на учениците, олеснувајќи го подоброто учење и задржувањето на вештините.

ВЕШТИНИ И КОМПЕТЕНЦИИ

Физичка подготвеност и координација: Подобрување на фините и груби моторни вештини преку структурирани физички активности.

Комуникациски вештини: Развивање на способност за комуникација на потребите, следење инструкции и ефективно изразување во група.

Емоционална и социјална свест: Зголемување на свеста за своето однесување кон другите, поттикнување емпатија и подобрување на интеракциите со врсниците.

Решавање проблеми и приспособливост: Негување на способноста за прилагодување на стратегиите засновани на барањата за активности и интеракциите со врсниците, подобрување на флексибилноста и способностите за решавање проблеми.

Лидерство и тимска работа: Поттикнување на учениците да преземат лидерски улоги во активностите, промовирање иницијатива и тимска работа.

МОДИФИКАЦИИ ЗА РАЗЛИЧНИ УЧЕНИЦИ

ПРОСТОР

Активност 1

Направете го просторот помеѓу конусите помал или поголем за да се прилагоди на потребите на учениците или обезбедете поголем предизвик за некои ученици. Имајте мирно место каде ученикот со НСА може да оди ако му треба одмор. Поставете различно растојание помеѓу конусите во различни ленти.

Активност 2

Видете модификации во планот за час М3.

ЗАДАЧА

Загревање и Активност 1

Користете концентрични прстени од конуси, секој со различна боја, за да создадете патеки во кои ќе ја дриблате топката, ќе трчате или ќе одите. Повештите или повеќе подвижните студенти ќе добијат позначаен предизвик, движење по надворешноста на патеката, која исто така може да биде потесна или поширока, додека лицата со физичка попреченост можат да дриблаат по внатрешните патеки, кои се пократки. Корисниците на инвалидска количка можат да имаат своја патека.

Активност 2

Разложете ги сложените физички активности на помали, податливи чекори во кои што сите ученици ќе можат да ги разберат и следат, користејќи визуелни и вербални знаци.

Во „Speed date“, учениците може да се поделат на две линии. Во линијата 1 се висококвалификуваните студенти; во линија 2, учениците со послабата вештина ја држат адаптираната опрема. Тие се соочуваат еден со друг за да ги вежбаат истите вештини истовремено на различен начин. Откако и двете линии ќе ги вежбаат своите вештини, ученикот на крајот од линијата 1 (високо високофункционалните ученици) ќе премине на другиот крај, и секој во редот се движи низ еден простор

за да се соочи со нова личност. Оваа методологија им овозможува на различни студенти да вежбаат заедно и да ги подобрат своите вештини.

Растојанието помеѓу секој пар може да се промени за да се создадат позначајни или помали предизвици. Големината или обликот на топката може да се сменат за да се создадат поголеми или помали предизвици. Боите може да се менуваат за ученици со оштетен вид. Текстурата може да се промени за ученици со сензорни проблеми. Линијата со послаби вештини секогаш ќе ја држи опремата. Врсниците можат да ги поддржат учениците со послаби вештини.

Задачите, исто така, може да се поделат на компоненти на задачата за да се подобрат вештините.

Станици за вештини (види ПЛАН ЗА ЧАС М4) може да се постават во секој агол од собата, на пр., Станица 1: Фрлање и внимателно гледање голема топка.

Станица 2: Држи ги рацете заедно и отворени додека внимателно гледаш и фаќаш топка.

Станица 3: Фаќање и фрлање малку помала или потешка топка.

Станица 4: Помали топки, поголемо растојание помеѓу фаќање и фрлање. Секоја станица ќе содржи компонента на фаќање. Наставникот може да ги премести учениците на други станици или да праша дали сакаат да се преместат.

ОПРЕМА

Топките може да имаат различни бои, тежини, форми, големини или текстури. Топките исто така можат да имаат дупки и шари. Ова ќе овозможи вклучување на луѓе со потешкотии да гледаат одредени бои и ќе обезбеди атрактивни алтернативи за оние со сетилни проблеми.

За ученици со оштетен вид може да се користи топка со свонче.

Наместо свирче, наставникот може да држи црвен (стоп), зелен (оди) или жолт (чекај) конус за да им сигнализира на учениците.

ЛУЃЕ

Вклучете асистент кој знае како да ги поддржува децата со НСА.

Одберете му партнер на детето со НСА кој му е пријател и кој го разбира и може да му даде поддршка.

Научете ги другите ученици да бидат љубезни и трпеливи за да можат сите да работат заедно.

Врсниците можат да ги поддржат оние со послаби вештини.

ПЛАН ЗА ЧАС 012

О 12: Останува во рамките на група од 5 или повеќе деца

45 минути

ЦЕЛ НА ЧАСОТ

Поттикнување на способност на учениците да се вклучат во штафетни игри кои ја подобруваат тимската работа и координацијата, и со дополнителна цел детето со НСА соодветно да учествува во групата од 5 или повеќе деца во текот на часот.

МАТЕРИЈАЛИ

Отворен простор (Спортска сала или игралиште)

Конуси или маркери, штафетни палки и обрачи (хулахоп)

Стоперки или тајмери

Сензорни играчки

ТЕХНИКИ

Моделирање на однесувањето: Покажување на правилно учество во групните активности за да се обезбедат јасни примери за сите ученици, вклучително и оние со НСА.

Диференцијално зајакнување: Обезбедување специфични позитивни повратни информации за соодветно однесување и учество во групата, зајакнување на овие дејства додека постепено се коригираат несаканите однесувања.

Визуелни знаци и распореди: Употреба на визуелни помагала кои ги опишуваат чекорите на активностите, помагајќи им на учениците со НСА да разберат, да знаат што да очекуваат, при што се намалува вознемиреноста од транзициите.

АКТИВНОСТИ

Вовед (5 минути)

Сите ученици се собрани во круг.

Објаснување на целта на часот и важноста на меѓусебното почитување на искуствата од учењето.

Покажете сигнали и визуелни помагала што ги илустрираат соодветните позиции.

Загревање (10 минути)

Учениците нека џогираат или шетаат низ одредената област.

Користете свиреж за да сигнализирате промени во насоката или темпото.

Охрабрете ги да останат свесни за околината и да избегнуваат судири.

Вклучете го ученикот со НСА во загревањето, при што бидете сигурни дека се чувствува удобно.

Охрабрете го асистентот да го поддржи ученикот со НСА за да остане фокусиран и ангажиран за време на загревањето и да остане во група со другите.

Поделете ги учениците во тимови од 5 или повеќе, со детето со НСА во еден од тимовите. Користете обрачи распоредени во редови за да ги означите позициите каде што учениците треба да го чекаат својот ред во активноста.

Активност 1: Штафетна трка (10 минути)

Поставете патека за штафета со маркери.

Секој тим наизменично подава штафетна палка, нагласувајќи ја тимската работа и координацијата.

Охрабрете ги учениците со НСА да останат во ред во нивниот хула-хоп и да чекаат. Фокусирајте го нивното внимание на ученикот кој игра пред нив. Дозволете паузи доколку е потребно.

Повторете ја играта со отстранување на хула-хоп обрачите

Активност 2: Тимски предизвик (10 минути)

Создадете тимски предизвик каде секој тим мора да реши загатка или да ја заврши задача заедно. Петте тимови се распоредени во линија во нивните хула-хоп. Секој тим треба да ја пополни сложувалката заедно. Секое парче од сложувалката претставува различен дел од позната знаменитост. За да се успее, сите во тимот мора да работат заедно за да ги постават парчињата од сложувалката во правилен редослед. Кога ќе се даде сигнал за почеток, првиот од лево трча до местото каде што треба да се заврши сложувалката и го остава своето парче од сложувалката. Се враќаат и го допираат следниот ученик кој ја повторува вежбата. Кога сите фигури се на своето место, целиот тим оди и ја комплетира сложувалката. Кога ќе заврши, тие трчаат назад и ги заземаат своите позиции.

Фокусирајте им го вниманието на демонстрациите.

Поттикнете кооперативна игра каде ученикот, својот партнер со НСА може да го поддржи по потреба.

Повторете ја играта со отстранување на хула-хоп обрачите.

Опуштање (Cool-down) (5 минути)

Соберете ги учениците во круг.

Размислете за она што го научиле и доживеале.

Признајте ги напорите на сите и пофалете ги.

Водете кратка рутина за истегнување за да ги оладите мускулите.

ИСХОДИ ОД УЧЕЊЕТО

Групно учество: Учениците со НСА ќе покажат способност да останат активно вклучени во групните поставки во текот на сесијата за ФЗО, подобрувајќи ја нивната социјална вклученост и намалувајќи ја изолацијата.

Подобрена тимска работа и координација: Сите ученици ќе покажат подобрени способности за тимска работа и координација преку успешно учество во штафетни игри и тимски предизвици.

Ефективна комуникација: Учениците ќе ги подобрат своите комуникативни вештини, ќе научат да ги изразат своите потреби и да соработуваат со врсниците за време на активностите.

Зголемување на удобноста и ангажираноста: Учениците со НСА ќе покажат зголемена удобност и ангажираност во групните поставки, покажувајќи напредок во прилагодувањето и задоволство од социјалното учество.

ТЕОРЕТСКИ ОСНОВИ

Применета анализа на однесувањето: Нагласува користење на структурирани интервенции засновани на засилување за менување на однесувањата, што е од клучно значење за да им помогне на учениците со НСА да се прилагодат и да учествуваат во групните активности.

Теорија на социјално учење: Ја истакнува важноста на учењето преку набљудување и интеракција со врсниците, поддржувајќи ја техниката на структурирана интеракција со врсниците.

Теорија на самоопределување: Се фокусира на поттикнување автономија и компетентност, што е особено важно за зајакнување на мотивацијата и учеството кај учениците со НСА.

Когнитивна теорија на социјална интеграција: Ги нагласува придобивките од социјалната интеграција за децата со НСА, поддржувајќи го нивниот развој преку структурирани социјални и тимски активности.

ВЕШТИНИ И КОМПЕТЕНЦИИ

Тимска работа: Учениците ќе развијат ефективни вештини за тимска работа работејќи заедно за време на штафетните игри и тимските предизвици.

Комуникација: Зајакнати комуникациски вештини ќе бидат забележани додека учениците соработуваат со врсниците.

Решавање на проблем: Учениците ќе изградат вештини за решавање на проблеми додека работат колективно за да ги завршат предизвиците.

Емпатијата: Учениците ќе ја подобрат емпатијата додека ги разбираат и одговараат на нивните уникатни потреби.

Автономија и саморегулација: Учениците со НСА ќе ги подобрат своите способности за автономија и саморегулација, постепено чувствувајќи се поудобно во групните поставки.

Инклузивност и почит: Планот за час ќе всади вредности на инклузивност и почит меѓу сите ученици, промовирајќи добредојдена и разбирачка средина во училницата.

МОДИФИКАЦИИ ЗА РАЗЛИЧНИ УЧЕНИЦИ

ПРОСТОР

Погрижете се областите за активности да бидат јасни и да не се преполни. Направете ги областите за активности помали или поголеми за да се приспособат на потребите на учениците или да обезбедите поголем предизвик за некои. Направете мирно место каде што ќе можат да одат учениците со АСН доколку им треба одмор.

ЗАДАЧА

Олеснете ги задачите со тоа што ќе ги разделите на помали чекори. Дајте дополнително време доколку е потребно. Обезбедете помали сложувалки на тимовите со помали способности. Користете демонстрациски практики и зборови за да објасните што да правите. Загревањето може да се користи за да се проценат вештините на учениците (види В11 ЧЕКОР модификации).

ОПРЕМА

Сè може да се користи како палка. Може да се направи цртеж преку неколку листови обоена хартија за да изгледа како финовска сложувалка. Листовите хартија може да содржат бројки или букви кои треба да се подредат наместо сложувалка. Различни маркери во боја за секоја група може да се користат за означување на позициите на подот. Голем сиден часовник ќе им овозможи на учениците да знаат кога секоја активност ќе започне и ќе заврши во согласност со планот за час.

ЛУЃЕ

Користете го поттикнување и избледување за да им помогнете на учениците, особено на оние со НСА, за време на активностите и постепено намалувајќи ги овие инструкции додека стекнуваат поголема независност.

Имајте асистент за поддршка на децата со НСА.

Зголемете го бројот на ученици во поквалификуваните тимови за да обезбедите поголем предизвик.

Поврзете го детето со НСА со пријател кој го разбира и може да биде тука за поддршка.

Научете ги другите ученици да бидат љубезни и трпеливи, за секој да може да учествува, да постигнува и да ужива во чувствата што ги носи постигнувањето.

За да се поттикне размислување, учениците може да бидат прашани: „Што направивте добро? „Што би можеле да подобрите? и потоа, „Што би промениле доколку повторно ја извршите активноста?“

Користете структурирана интеракција со врсниците за да го промовирате социјалното учење, користејќи врсници како модели и системи за поддршка во групните активности.

ПЛАН ЗА ЧАС 013

О 13: Одговара на сите прашања/барања поставени од страна на врсниците

45 минути

ЦЕЛ НА ЧАСОТ

Развој на способности за вклучување во спортска игра, при што детето зема активно учество со одговарање на прашања и барања од врсниците за време на часовите по физичко и здравствено образование, со користење на врсник тUTOR за поддршка.

МАТЕРИЈАЛИ

Отворен простор (гимназија, терен или игралиште)
 Конуси или маркери, штафетни палки и Хула-обрачи
 Стоперки или тајмери
 Сетилни алатки

ТЕХНИКИ

Целно моделирање на однесувањето: Демонстрирање социјални интеракции и учество во играта, фокусирајќи се на тоа како да се одговори на прашања и барања од врсниците.

Поттикнување и избледување: Користење на инструкции за насочување на соодветни одговори и интеракции, постепено намалувајќи ги овие инструкции како што учениците стекнуваат доверба и вештини.

Систематско засилување: Обезбедување конзистентни и конкретни позитивни повратни информации за соодветни одговори и ангажирање во активности, зајакнување на саканите однесувања.

Упатство посредувано од врсниците: Користење на обучени врснички тUTORи за олеснување на социјалната интеракција и моделирање на соодветно однесување, подобрување на можностите за учење за учениците со НСА.

Визуелни поддржувачи и знаци: Имплементирање јасни и структурирани визуелни знаци за да помогнат во разбирањето на правилата на играта и очекуваните однесувања, поддржувајќи го разбирањето и извршувањето на задачите.

АКТИВНОСТИ

Вовед (5 минути):

Сите ученици се собрани во круг.

Објаснување на целта на часот и важноста на меѓусебното почитување на искуствата од учењето.

Назначете врсник и објаснете ги задачите на врсникот и што се очекува од ученикот со ASD.

Фокусот е на ученикот со АСН кој одговара на прашањата на врсниците, како на пример „Каде е затворот?“ и предупредувања, како што се „Обидете се да избегнете да се судрите со луѓе“..

Загревање(10 минути)

Учениците нека цогираат или шетаат низ одредената област.

Користете свиреж за да сигнализирате промени во насоката или темпото.

Охрабрете ги да останат свесни за околината и да избегнуваат судири.

Вклучете го ученикот со НСА во загревањето, осигурувајќи дека се чувствува удобно.

Охрабрете го врсничкиот учител да го поддржи ученикот со НСА да остане фокусиран и ангажиран за време на загревањето и да остане во група со другите.

Активност 1: Фати го знамето (10 минути)

Поделете ги учениците во два тима

Поставете област за играње со јасна граница во центарот и област „затвор“ за секој тим.

Објаснете ги правилата: Секој тим има знаме скриено на нејзината територија. Целта е да го фатите знамето на противничкиот тим и да го вратите во „базата“ на вашиот тим без да бидете означени од противничкиот тим. Ако е означен, играчот оди во затворот на противничката екипа и може да биде ослободен кога соиграчот ќе го допре.

Врсникот татор може да му помогне на ученикот со НСА да ги разбере целите и стратегиите на играта. Врсниците треба да поставуваат прашања за да извечат одговори.

Наставникот по физичко образование, исто така, треба да ги охрабри учениците со НСА да одговорат на прашања и барања од нивните врсници, вклучително и координирање на плановите за фаќање на знамето или помош за ослободување на соиграчите од затвор.

Активност 2: Фрлање на вреќички со грав (10 минути)

Поставете игра за фрлање вреќи со грав со назначени целни области како што се хулахоп или означени точки на земја.

Поделете ги учениците во парови или мали групи

Обезбедете ѝ на секоја група вреќички со грав да ги фрли.

Објаснете ги правилата: Целта е да ги фрлите вреќичките со грав во целните области за да заработите поени. Колку поблиску торбата слетува до центарот, толку повеќе поени вреди.

Врсниците треба да му помогнат на ученикот со НСА да ги разбере целите и стратегиите. Врсниот учител треба да поставува прашања за да извлече одговори. Наставникот по физичко образование, исто така, треба да го охрабри ученикот со НСА да одговори на прашања или барања, како што е дискусија за стратегии со своите врсници и наизменично фрлање кесички со грав.

Опуштање (5 минути)

Соберете ги учениците во круг.

Размислете за она што го научиле и доживеале.

Признајте ги напорите на сите.

Водете кратка рутина за истегнување за да ги оладите мускулите.

Заклучок (5 минути)

Заблагодарете им се на сите ученици за нивното учество, напори и тимска работа.

Истакнете ја важноста на инклузивноста и тимската работа во часот.

Наведете ги сите претстојни лекции или активности.

ИСХОДИ ОД УЧЕЊЕТО

Одговорна комуникација: Учениците со НСА ќе покажат способност соодветно да одговорот на прашањата и барањата на колегите во над 80% од можностите за време на игрите.

Подобрена социјална интеракција: Сите ученици ќе покажат подобрени социјални вештини, кооперативно учество и ефективно комуницирање во тимските активности.

Активна ангажираност: Учениците со НСА активно ќе се вклучат во групните поставки, одржувајќи учество со минимални инструкции до крајот на сесијата.

Емпатичните интеракции со врсниците: Врсниците ќе покажат зголемена емпатија и разбирање кон учениците со НСА, ефикасно поддржувајќи го нивното учество и интеракција.

ТЕОРЕТСКИ ОСНОВИ

Применета анализа на однесување: се фокусира на практичната примена на интервенциите во однесувањето за подобрување на социјалната интеракција и комуникациските вештини кај учениците со НСА.

Теоријата за социјално учење нагласува дека учениците учат од набљудување на другите во социјален контекст. Активностите структурирани во оваа лекција, особено преку воспитувачи од врсници, обезбедуваат можности за детето со АСН да го моделира однесувањето, да ја подобри комуникацијата и социјалните интеракции со врсниците.

Бихејвиоризам: Преку доследна употреба на поттикнувања во однесувањето и зајакнување на позитивните однесувања, оваа лекција има за цел да ги услови

учениците соодветно да одговорат на социјалните знаци и барања. Распоредот за засилување ги зајакнува посакуваните однесувања со текот на времето, правејќи ги социјалните интеракции дел од репертоарот на ученикот.

Конструктивистичка теорија: Со вклучување во практични активности како што се фати го знамето и фрлање на вреќички од грав, учениците го градат своето разбирање и знаење преку искуства. Овој пристап помага да се интегрираат теоретските аспекти на тимската работа и комуникацијата со практична примена, подобрувајќи ги резултатите од учењето.

Теорија на инклузивно образование: Оваа теорија ги поддржува модификациите и прилагодувањата направени во рамките на лекцијата за да се осигури дека сите студенти можат целосно и ефективно да учествуваат, без оглед на нивните способности. Структурата на лекцијата се залага за инклузивна средина каде што учениците со НСА можат да комуницираат со своите врсници под помалку рестриктивни услови.

Теорија на самоопределување: Оваа теорија поттикнува автономија и самозастапување. Овозможувањето на учениците со НСА активно да учествуваат и да одговорат на врсниците во структурираните игри ја поддржува нивната компетентност, поврзаност, автономија, критична внатрешна мотивација и компоненти на ангажман.

Теорија на умот: Со ставање на учениците со НСА во сценарија каде што тие мора да ги толкуваат и да одговорат на потребите и барањата на другите, лекцијата го поддржува развојот на емпатијата и разбирањето, кои често се области на предизвик за лицата со НСА.

ВЕШТИНИ И КОМПЕТЕНЦИИ

Способности за решавање проблеми: Подобрување на вештините за решавање проблеми за време на играње, учење да се движите пред предизвиците и да водите стратегии со врсниците.

Саморегулација и независност: Зголемена способност за саморегулација и независност преку активно учество и одговор на ситуационите барања во ЈП.

Тимска работа: Учениците ќе развијат ефективни вештини за тимска работа со заедничка работа за време на игрите и тимските предизвици.

Комуникација: Зајакнати комуникациски вештини ќе бидат забележани додека учениците комуницираат и соработуваат со своите врсници.

Емпатија: емпатијата ќе се подобри додека ги разбираат и одговараат на индивидуалните потреби.

Независност и самозастапување: Учениците ќе научат да комуницираат и да се залагаат за индивидуалните потреби, поттикнувајќи независност и саморегулација.

Инклузивност и почит: Планот за час ќе всади вредности на инклузивност и почит меѓу сите ученици, промовирајќи добредојдена и разбирачка средина во училиницата.

МОДИФИКАЦИИ ЗА РАЗЛИЧНИ УЧЕНИЦИ

ПРОСТОР

Активност 1: Обележете го теренот за играта со конуси или лента во боја. Погрижете се областите за активности да бидат јасни и да не се преполни. Оваа игра може да биде бучна, затоа имајте мирно место каде што учениците со НСА можат да одат ако им треба одмор.

Активност 2: Зголемете го растојанието до целта за да создадете остварлив предизвик за повеќе висококвалификувани фрлачи. Користете демонстрации, вежбајте трчања и зборови за да објасните што да правите.

ЗАДАЧА

Активност 1: Олесните ги задачите со тоа што ќе ги разделите на помали чекори; на пример, ученикот со НСА може да учествува само како бранител или само како напаѓач во различни рунди.

Дајте дополнително време доколку е потребно.

Активност 2: Станиците за вештини може да се користат за поинклузивна реализација на активноста. (Види план за час М 4)

Загревање: Ова може да се користи за оценување на вештините на учениците (Види модификации на О 11).

ОПРЕМА

Користете топки направени од хартија и селотејп ако немате опрема.

Во играта „брз состанок“, линијата на помалку способни ученици треба да ја држи опремата додека посposобните ученици се движат во линијата како што е опишано претходно. (види ПЛАН ЗА ЧАС М3)

Во играта „брз состанок“, парови ученици можат да изберат да стојат подалеку или поблиску еден до друг.

Секој може да учествува во иста активност на различни начини и со различна опрема и луѓе истовремено.

Активност 1: Конус или топка може да се стави на стол наместо знаме.

Активност 2: За да се создадат различни предизвици, како и вреќи со грав, може да се користат топчиња во различни бои, текстури, големини и форми. Топките може да имаат своа и да се од различни спортови. Секој ученик ќе има персонализирано искуство за учење. Различни топки може да го зголемат предизвикот, да го подобрат ангажманот или да го намалат стресот.

Користете цели со различни големини за различни ученици за да создадете остварлив предизвик. (Картонски кутии со различни големини)

МОТОРНИ ВЕШТИНИ

ПЛАН ЗА ЧАС М1

М 1: Имитира секвенца на моторни акции моделирана од страна на наставникот по Физичко и здравствено образование

45 минути

ЦЕЛ НА ЧАСОТ

Развој на моторни вештини и координација преку имитирање на различни моторни дејства при практикување социјални вештини.

МАТЕРИЈАЛИ

Станица со материјали за имитација на моторни вештини
 Картички за самоевалуација на движењето
 Визуелни картички за поддршка
 Имитирачки дејства во социјалната приказна за часот по ФО
 Формулар за самооценување на наставникот

ТЕХНИКИ

Социјални приказни: Учениците се занимаваат со приказна за движење - како прават другите.

Моделирање на однесувањето: Демонстрирање на моторните дејства што се очекува од учениците да ги имитираат, обезбедувајќи јасен пример за учениците. Учениците кои ги набљудуваат врсниците се впуштаат во однесување и зајакнување на контактот.

Поттикнување и избледување: Користење на вербални, физички или визуелни потсетници за насочување на активностите на учениците, постепено намалувајќи ги инструкциите додека учениците се усовршуваат.

Диференцијално засилување: Обезбедување специфично позитивно засилување за прецизно имитирани дејства и соодветни социјални интеракции, и корективна повратна информација за неточни имитации.

Анализа на задачата: Употреба на Анализа на задачата за детално поучување на чекорите вклучени во секоја моторна акција, со што ќе им биде полесно на учениците да ги разберат и реплицираат движењата.

Самооценување/зајакнување (учениците размислуваат за нивните активности)

АКТИВНОСТИ

Разгледајте ги имитирачките дејства и социјалната приказна со учениците. Поставете прашања за да проверите дали има разбирање во целина. Подгответе ја училницата со станици за моторна имитација:

Огледало:

Поставете огледала каде што учениците ќе можат да имитираат смешни постапки од врсниците во огледалото.

Танц: Додека свири мирна музика за танц секој ученик по ред прави танцовачки потези за другите да го имитираат.

Животни: учениците избираат карта со животни, прават акција, а другите имитираат.

Водете ги учениците низ станиците за имитација користејќи додадени потсетници доколку е потребно и нека се самооценат дали правилно го направиле дејството користејќи ги картичките за самоевалуација на движењето.

Учениците ќе ја практикуваат социјалната свест преку гледање и моделирање на врсниците.

ИСХОДИ ОД УЧЕЊЕТО

Стекнување моторни вештини: Учениците точно ќе имитираат збир на моторни дејства што ги демонстрира наставникот, подобрувајќи ја нивната координација и моторичките вештини мерени со картички за набљудување и самоевалуација на наставникот.

Подобрени социјални вештини: Учениците ќе покажат подобри социјални интеракции преку ангажирање со врсниците преку активности за моделирање и имитација, како што е забележано од наставниците и пријавени од врсниците.

Засилено самооценување: Учениците ќе развијат вештини за самооценување, ќе можат да ги критикуваат сопствените перформанси и да ги идентификуваат областите за подобрување користејќи картички за самоевалуација.

Когнитивен и физички развој: Учениците ќе ги подобрат своите когнитивни и физички способности со интегрирање на визуелни набљудувања во моторното извршување, рафинирање на нивните движења врз основа на повратни информации од врсниците и наставниците.

ТЕОРЕТСКИ ОСНОВИ

Применета анализа на однесување: Оваа лекција се фокусира на практичната примена на бихејвиористичките интервенции за подобрување на фините и груби моторни вештини, како и социјалните однесувања, преку структурирана настава и засилување. Оваа психолошка перспектива нагласува дека сите однесувања се

учат преку интеракција со околината. Лекцијата користи бихејвиористички принципи како што се засилување и повторување. Позитивните засилувања како картичките за пофалба и самооценување ги поттикнуваат учениците да ги повторат саканите однесувања, со што го зацврстуваат учењето на соодветни моторни дејства.

Теорија на моторно учење се фокусира на тоа како поединците стекнуваат и усовршуваат вештини преку физичко движење, вежбање и повратни информации. Лекцијата го користи моторното учење преку структурирање на активности кои бараат повторување и прилагодување, кои се клучни за развој на моторните вештини. Со имитирање на дејства, учениците ја подобруваат нивната способност да обработуваат визуелни информации, да ги претворат во моторни команди и да ги усовршуваат своите движења врз основа на повратни информации, во согласност со принципите на моторното учење.

Теорија на социјално учење: Теоријата на Алберт Бандура нагласува дека луѓето учат еден од друг преку набљудување, имитирање и моделирање. Оваа лекција користи моделирање со врсници и социјални приказни за да го олесни учењето. Учениците ги набљудуваат покажаните постапки на нивните врсници и наставникот и потоа се обидуваат да ги реплицираат. Ова им помага да научат специфични моторни вештини и да ги разберат социјалните знаци поврзани со секоја акција.

Конструктивистичка теорија на учење сугерира дека учениците го градат знаењето преку искуства. Во оваа лекција, учениците се активни учесници наместо пасивни примачи на информации. Учениците го градат своето разбирање за физичките движења и социјалните интеракции со вклучување во интерактивни станици како што се имитација на огледало, танц и дејствија на животни, правејќи го учењето позначајно и прилагодено на нивните лични искуства.

Теорија на когнитивен развој: Теоријата на Жан Пијаже може да се примени за да се разбере како децата се прилагодуваат и ги организираат физичките дејства што ги набљудуваат во кохерентни шеми. Лекцијата го поддржува когнитивниот развој со тоа што ги предизвикува учениците да ги приспособат набљудуваните однесувања во нивниот репертоар на движења, подобрувајќи ја нивната когнитивна флексибилност и вештини за решавање проблеми.

Искусствено учење: Циклусот на искусствено учење на Колб сугерира дека учењето најдобро се олеснува преку конкретно искуство, рефлексивно набљудување, апстрактна концептуализација и активно експериментирање. Овој ПЛАН ЗА ЧАС им овозможува на учениците директно да искусат физички активности, да размислуваат за нивната изведба, да ги разберат основните принципи на движењата и да го користат ова знаење за да се подобрат и експериментираат со нови движења во средина за поддршка..

ВЕШТИНИ И КОМПЕТЕНЦИИ

Моторна координација и контрола: Учениците ќе покажат подобри моторни вештини и свесност за телото преку активно учество во задачите за имитација.

Социјална интеракција и тимска работа: Развој на вештини за тимска работа преку учество во групни активности и учење за соработка и ефективно комуницирање со врсниците.

Саморегулација и приспособливост: Подобрување на вештините за саморегулација преку управување со нивното однесување и прилагодување на дејствата врз основа на групните поставки и барањата за задачи.

Комуникација и емпатија: Подобрување во комуникацијата со потребите и разбирањето на другите, поттикнување средина на меѓусебно почитување и поддршка меѓу учениците.

МОДИФИКАЦИИ ЗА РАЗЛИЧНИ УЧЕНИЦИ

ПРОСТОР

Просторот помеѓу станиците може да се направи помал или поголем за учениците да се чувствуваат поудобно или да го менуваат предизвикот.

Нумерирај го секое лице, на пр., од 1 до 5. Секоја група се собира на една станица. Секоја група може да избере водач или асистент кој може да ја поддржи групата. (Види ПЛАН ЗА ЧАС МЗ).

ЗАДАЧА

Користете го нижењето за да ги разделите сложените моторни дејства на помали, податливи чекори што може да се научат последователно за да се изградат кон целосната акција.

Игрите „брз состанок“ имаат две линии на ученици и масички меѓу линиите.

Висококвалификуваните ученици или асистентите формираат линија 1, а на крајот од секоја активност, последното лице во линијата 1 се движи на почетокот на линијата 1, а секое лице се движи по еден ред подолу.

Секој може да учествува во различни активности на различни начини и со различни луѓе истовремено. (Види ПЛАН ЗА ЧАС МЗ).

ОПРЕМА

Користете топки направени од хартија и селотејп ако немате опрема.

ЛУЃЕ

Тренирањето со врсници може да се одвива со повеќе квалификувани студенти кои ги водат оние со помали способности. Пред дискусијата, учениците можат да нацртаат презентација користејќи зборови, симболи или слики за да ја поддржат дискусијата за искуствата.

ПЛАН ЗА ЧАС М1 СОЦИЈАНА ПРИКАЗНА



Активности за имитирање на часот по ФЗО

На часот по ФЗО учиме да имитираме постапки. Да се имитира значи да се копира она што го прават другите луѓе. Тоа е како да играте игра на следење на лидерот.



Зошто да имитираме?

Имитираме на часот по ФЗО за да научиме нови движења и вежби. Кога гледаме како другите прават нешто, тоа ни помага да разбереме како да го направиме тоа.



Како да имитираме?

За да имитираме постапки, треба да внимаваме што прават другите. Можеме да ги гледаме нивните движења на телото, да ги слушаме упатствата на наставникот и да се обидеме најдобро да ги ископираме.



Практиката го прави совршенството

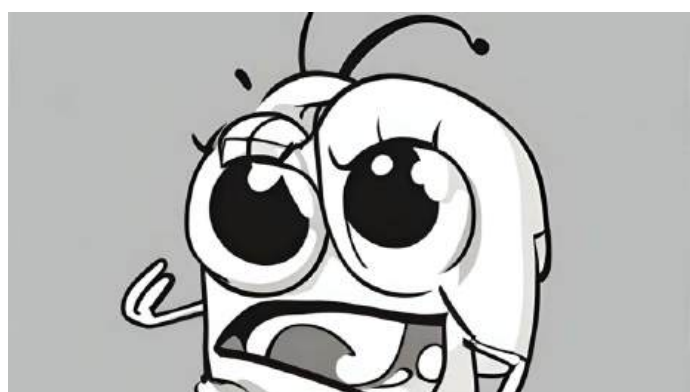
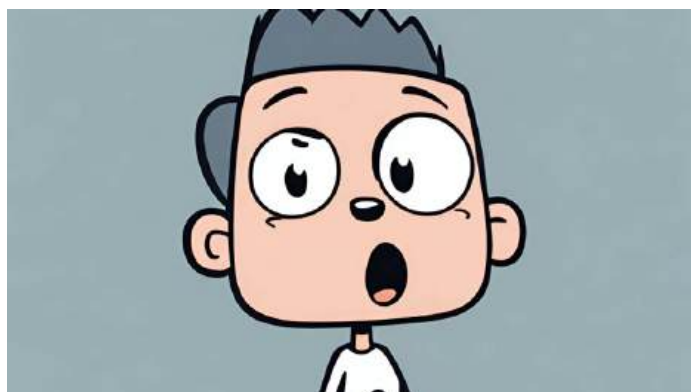
За имитирање на дејствија е потребна пракса. Можеби нема да го сфатиме како што треба првиот пат, и тоа е во ред. Можеме да продолжиме да се трудиме и вежбаме.



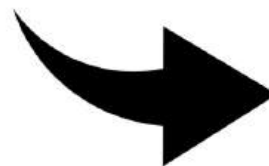
Забавување заедно

Имитирањето дејства не е само учење, туку и забава со нашите пријатели.

ПЛАН ЗА ЧАС М1 КАРТИ ЗА ОЦЕНУВАЊЕ НА ДВИЖЕЊЕТО



ПЛАН ЗА ЧАС М1 КАРТИЧКИ ЗА ВИЗУЕЛНА ПОДДРШКА



ПЛАН ЗА ЧАС М1 - ФОРМУЛАР ЗА ОЦЕНУВАЊЕ НА НАСТАВНИЦИТЕ

Насоки: наставникот треба да ја пополни оваа листа за проверка по завршувањето на часот.

ЦЕЛ	ГО НАПРАВ ИВ!	МОЖЕБИ СЛЕДНИОТ ПАТ	Забечешки како помина
4. Ја адаптираше социјалната приказна со учениците.			
2. Ја разгледаа социјалната приказна со учениците.			
3. Поставувани прашања за да се провери дали има разбирање кога го правите прегледот на социјалната приказна.			
4. Подготвени и водени станици за имитација каде што учениците се ставаат во мали групи и ротираат на различните станици за да завршат и имитираат активност на пр. Огледалата се поставени таму каде што имитираат смешни постапки на врсниците во огледалото. Свири тивка танцова музика и секој ученик зема улога да прави танцовачки потег за другите да го имитираат. Учениците избираат карта за животни, прават акција, а другите имитираат.			
3. Доколку учениците се вклучат во самооценување за време на секоја активност за имитација барајќи од нив да го задржат движењето кон картичките за самоевалуација за себе, идентификувајте дали тие самите правилно го имитирале дејството.			
2. Користени дополнителни поттикнувања, доколку е потребно, за да им помогнат на учениците да имитираат, да се движат од станица до станица и/или да се самооценуваат. Овие можат да бидат визуелни потсетници, слики, гестови или огледала.			
1. Сесијата ја заврши со разгледување на социјалната приказна со учениците.			

ПЛАН ЗА ЧАС М2

М 2: Прескокнува на една нога низ собата без да падне.

45 минути

ЦЕЛ НА ЧАСОТ

Развој на моторни вештини и координација кај ученикот со тоа што ќе научи да скока низ просторијата додека вежба насочување, следење и социјални вештини.

МАТЕРИЈАЛИ

Материјали за скокање со пречки

Картички за самоевалуација на движење (може да бидат исти што се користат во М1)

Визуелни картички за поттикнување

Учење да создава социјална приказна

Видео со скокање на YouTube

Формулар за самооценување на наставникот

Самооценување/зајакнување (учениците размислуваат за нивните активности)

ТЕХНИКИ

Моделирање на однесувањето: Покажување на правилната техника на скокање преку демонстрации во живо и видео моделирање за да се дадат јасни примери на учениците.

Анализа на задачата: Разложување на вештината на скокање на помали, податливи чекори, подучување на секоја компонента посебно за да се обезбеди разбирање и совладување.

Социјална приказна: Прилагоден, краток наратив дизајниран да подучува специфични социјални однесувања или концепти со опишување на релевантни социјални знаци и соодветни одговори на јасен и смирувачки начин.

Поттикнување и избледување: Употреба на вербални, физички или визуелни инструкции за насочување на перформансите на учениците во текот на почетните фази на учење, постепено намалувајќи ги овие поттикнувања како што се зголемува знаењето.

Диференцијално засилување: Обезбедување позитивно засилување за правилно изведени вештини и соодветни однесувања и користење корективни повратни информации или благи последици за грешки за промовирање на учењето.

Корекција на грешка: Давање итна и конкретна повратна информација по секој обид да се усоврши техниката на ученикот и да се подобрат резултатите.

АКТИВНОСТИ

Прегледајте ја социјалната приказна за учење за потскокнување заедно со учениците. Поставете прашања за да го проверите нивото на разбирање во текот на активността.

Подгответе ја училницата со патека со пречки за скокање (видете го формуларот за самооценување на наставникот за повеќе детали) и патеката со ритам за да скокнете заедно.

Погледнете го видеото со потскокнување заедно со учениците.

Наведете ги учениците да работат заедно на патеката за прескокнување и да ги самооценат нивните активности користејќи ги картите.

Зголемете ги предизвиците на часот соодветно (на пр., да го направите растојанието подолго, да мора да носите предмети, тимски натпревар итн.). Користете додадени потсетници по потреба (на пр., картички за визуелни потсетници).

ИСХОДИ ОД УЧЕЊЕТО

Совладување на моторни вештини: Студентите точно ќе ја покажат способноста да скокаат на една нога преку одредено растојание, подобрувајќи ја рамнотежата и координацијата.

Следење на насока: Учениците ќе следат едноставни упатства со точност за време на скокање и поврзани активности.

Вештини за самооценување: Студентите ќе користат картички за самооценување за да ја оценат нивната изведба и да ги идентификуваат областите за подобрување, поттикнување на саморегулација и критичко размислување.

Социјална интеракција: Студентите ќе ја подобрат нивната способност за работа во група, активно учествувајќи и одговарајќи на социјалните знаци на нивните врстници и инструктори.

ТЕОРЕТСКИ ОСНОВИ

Применета анализа на однесување: Ја нагласува систематската примена на интервенциите засновани на принципите на учење за подобрување на сложените моторни вештини и социјалните однесувања преку структурирана настава и засилување.

Теорија на моторно учење го нагласува стекнувањето моторни вештини преку вежбање, повратна информација и повторување. Тоа е особено важно за фокусот на лекцијата на скокање, бидејќи учениците ја учат оваа вештина преку водена практика и постепено зголемување на предизвикот. Теоријата поддржува структурирани активности кои овозможуваат повторени обиди и прилагодувања врз основа на повратни информации, што е од витално значење за консолидација на моторните вештини.

Теорија на социјално учење: Теоријата на Алберт Бандура обезбедува рамка за разбирање како учениците учат во социјален контекст, главно преку набљудување и имитација. Планот за час користи видео моделирање и врснички демонстрации, овозможувајќи им на учениците да усвојат техники на правилно скокање пред да се обидат. Оваа изложеност им помага на учениците да ја интернализираат физичката координација и рамнотежа кои се потребни за скокање.

Теорија на когнитивно оптоварување: Оваа теорија се занимава со способноста на мозокот да обработува информации и сугерира дека учењето е оптимизирано кога соодветно се управува со когнитивното оптоварување. Со разложување на активноста на скокање на делови што може да се управуваат и интегрирајќи визуелни помагала и социјални приказни, планот за час помага да се намали надворешното когнитивно оптоварување, овозможувајќи им на учениците да се фокусираат на совладување на вештината.

Конструктивистичка теорија на учење: Оваа образовна теорија тврди дека учениците конструираат ново знаење врз основа на нивните искуства. Дизајнот на лекцијата, каде што учениците активно се вклучуваат и размислуваат за активностите за подрипнување, им овозможува да изградат разбирање за физичката рамнотежа и координација преку лично искуство и размислување олеснети се со картички за самооценување.

Зона на нареден развој: Концептот на Виготски вклучува учење со помош на други кои се поупатени во она што се учи. Лекцијата вклучува насоки од наставникот и помош од врсници за да им помогне на учениците да постигнат задачи што можеби нема да ги завршат самостојно, како што е навигација на покомплексен курс за скокање или инкорпорирање дополнителни задачи како носење предмети.

Бихејвиоризам: Оваа теорија се применува преку засилувања и модификации на однесувањето. Позитивното засилување, како што се пофалби и опишани награди, како што се сертификати за завршување на курсот, ги охрабрува студентите да се вклучат и да продолжат со активностите за подрипнување. Дизајнот на курсот вклучува прогресивно предизвикувачки задачи и исто така користи принципи на обликување на однесување преку последователни приближувања.

ВЕШТИНИ И КОМПЕТЕНЦИИ

Физичка координација и рамнотежа: Развој на фини моторни вештини и рамнотежа преку повторено вежбање на активности со скокање.

Комуникација и соработка: Подобрување на комуникациските вештини преку интеракција со врсниците и инструкторите за време на групните активности.

Решавање проблеми и приспособливост: Подобрување на способноста на учениците да ги приспособат своите стратегии врз основа на повратни информации и промени во барањата за задачи.

Лидерство и поддршка од колегиот: Поттикнување на лидерски улоги во рамките на групните активности, промовирање на поддршка од врсници и тимска работа.

МОДИФИКАЦИИ ЗА РАЗЛИЧНИ УЧЕНИЦИ

ПРОСТОР

Просторот помеѓу станиците може да се направи помал или поголем за учениците да се чувствуваат поудобно.

ЗАДАЧА

Играта „Брз состанок“ има две линии на ученици и маси меѓу линиите.

Високофункционалните ученици или асистентите формираат линија 1, а на крајот од секоја активност, последното лице во линијата 1 се движи на почетокот на линијата 1, а секое лице се движи по еден ред подолу.

Просторот помеѓу линиите може да се зголеми или намали. Просторот помеѓу поединечните ученици може да се зголеми за да се обезбеди поголем предизвик или да се намали за да се обезбеди поостварлив предизвик.

Секој може да учествува во различни активности на различни начини и со различни луѓе истовремено.

Видете исто така ПЛАН ЗА ЧАС МЗ-модификации.

ОПРЕМА.

Користете топки направени од хартија и селотејп ако немате опрема. Обоената лента може да означува квадрати на подот наместо хулахоп или обрачи.

ЛУЃЕ

Тренирањето со врсници може да се одвива со пофункционални ученици кои ги водат оние со помали способности.

Пред дискусијата, учениците можат да нацртаат презентација користејќи зборови, симболи или слики за да ја поддржат дискусијата за искуствата.

ПЛАН ЗА ЧАС М2 КАРТИЧКИ ЗА ВИЗУЕЛНО ПОТСЕТУВАЊЕ



ПЛАН ЗА ЧАС М2 СОЦИЈАЛНА ПРИКАЗНА



Учење да се потскокне

Понекогаш можеме да се забавуваме со скокање на едната нога. Тоа е посебен начин на движење на нашите тела. Ајде да научиме како да го направиме тоа!



Подготвување

Пред да почнеме да зборуваме, важно е да се осигураме дека имаме доволно простор околу нас. Ни треба безбеден отворен простор.



Балансирање на една нога

Скокањето на едната нога бара добра рамнотежа. Прво, застанете високо со стапалата блиску една до друга. Подигнете ја едната нога од земјата и малку свиткајте го коленото.



Пракса за подрипнување

Сега е време да почнеме да скокаме. Со едната нога од земја, користете ја ногата на која стоите за да скокате напред. Обидете се да слетате меко на истата нога со која скокате. Продолжете да вежбате додека не се чувствувате удобно.



Навивајќи за напредок

Учењето да скокате бара време и вежбање. Бидете горди на себе што се обидувате и напредувате. Продолжете со одличната работа!

ПЛАН ЗА ЧАС М2 ФОРМУЛАР ЗА ОЦЕНУВАЊЕ НА НАСТАВНИЦИТЕ

План за час М2 Формулар за проценка на наставникот

Насоки: Наставникот треба да го пополни овој формулар кога ќе го заврши часот

ЦЕЛ	ДА	МОЖЕБИ СЛЕДЕН ПАТ	ЗАБЕЛЕШКИ
1. Ја адаптираше социјалната приказна.			
2. Со учениците ја прегледа социјалната приказна.			
3. Поставува прашања за да провери дали учениците ја разбираат социјалната приказна.			
4. Подготовка за трчање по патеката со пречки каде што учениците се редат во парови: Заеднички гледање на видеото кое го демонстрира движењето на скокање и гледање демонстрација од страна на врсниците. Користење на патека за подрипување на подот направена од конуси или лента. Наизменично скокање по патеката со партнерот додека се држат за раце/поддржувајќи се еден со друг.			
5. Доколку учениците се вклучат во самооценување за време на секоја активност за имитација, барајќи од нив да го задржат движењето кон картичките за самооценка за себе, идентификувајте дали тие самите правилно го имитирале дејството.			
6. Користени дополнителни поттикнувања, доколку е потребно, за да им помогнат на учениците да скокнат. Овие можат да бидат визуелни потсетници, слики, вербални, затворени, гестови и/или ставки како огледала.			
7. Ја зголеми комплексноста на активностите во патеката со прескокнување во текот на напредокот на сесијата (на пр., подолготрајно растојание, мора да се носат предмети, тим, натпревар итн.)			
8. Сесијата ја заврши со разгледување на социјалната приказна со учениците.			

ПЛАН ЗА ЧАС МЗ

МЗ: Фрла топка од доле нагоре за да погоди цел

60 минути

ЦЕЛ НА ЧАСОТ

За учениците да развијат моторни вештини и координација додека учат да фрлаат топка и да погодат цел.

МАТЕРИЈАЛИ

Топка со средна големина

1 x 2м цел

1 x 1м цел

Обрачи (хула хоп)

Балони

Даска со лепливи топки

Чанта за изненадување со мали награди (налепници, мали играчки итн.)

ТЕХНИКИ

Моделирање на однесувањето: Демонстрирање на правилна техника за фрлање од доле нагоре преку акција во живо за да се обезбедат јасни, визуелни примери на вештината.

Физичко поттикнување и избледување: Првично насочување на активностите на учениците преку помош рака врз рака, а потоа постепено намалување на физичката поддршка како што се зголемува знаењето.

Диференцијално засилување: Нудејќи итни, специфични позитивни повратни информации за правилни фрлања и конструктивна повратна информација за подобрување, поттикнување мотивација и подобрување на вештините.

Сегментација на задачата: Разложување на задачата за фрлање на помали, податливи чекори, како што се стисокот, ставот и ослободувањето, за да се олесни учењето и да се намали когнитивното преоптоварување.

Мотивирачки засилувачи: Користење на различни засилувачи како што се вербална пофалба, налепници или мали играчки од „добра торба“ за славење на успехите и мотивирање континуиран напор.

АКТИВНОСТИ

Надувајте ги балоните и оставете ги учениците да играат [подавање](#) со нив. Подгответе [интересни цели](#) со различна далечина (2м и 1м); учениците можат да учествуваат во подготовката.

Почнете со [моделирање](#) како да се фрли топката што стои на 2 метри од целта од 2 метри.

Учениците нека се обидат со вас, стојте покрај нив и водете ги рака преку рака.

Како што учениците стануваат посигурни во фрлањето, намалете ја зачестеноста на давање на помош.

Кога ученикот ќе ја погоди целта, нека избере награда од „добрата торба“.

За студентите од пониско ниво, пред да се воведат [топката](#), можете да започнете со вреќички со грав. За повеќе [идеи](#) за цели, можете да користите хула-обрачи, пластични чаши или табли за пикадо со леплива лента (чичак трака). На крајот на краиштата, можете да ги натерате учениците да играат групни игри како на пр [Пуканки](#) и [народна](#).

РЕЗУЛТАТИ ОД УЧЕЊЕТО

Стекнување на моторни вештини: Учениците ќе покажат способност за прецизно изведување на фрлање нагоре, погодувајќи цел од далечина од 4 метри.

Конзистентност на вештината: Учениците постојано ќе го користат правилниот став, стисокот и движењата на фрлање како што е научено на лекцијата.

Независни перформанси: Учениците ќе напредуваат од потреба од физички поттикнувања до самостојно извршување на фрлањето нагоре.

Социјална и врсничка интеракција: Учениците ќе се вклучат во активности за моделирање на врсници, учејќи од гледањето на нивните соученици и применувајќи ги тие набљудувања во нивната сопствена пракса.

ТЕОРЕТСКИ ОСНОВИ

Применета анализа на однесување: Се фокусира на користење на стратегии за засилување и систематска инструкција за да научи сложени моторни вештини и да ги подобри одговорите на однесувањето во структурирано поставување.

Теорија на моторно учење: Оваа теорија го нагласува стекнувањето и усовршувањето на моторните вештини преку вежбање, сензорни повратни информации и успешни повторувања. Во оваа лекција, учениците вежбаат фрлање топка преку рака, сложена моторна вештина која вклучува координација, тајминг и прецизност. Теоријата за моторно учење ја поддржува структурираната практика

на лекцијата и елементите за повратни информации, кои се дизајнирани да ја подобрат прецизноста и техниката на фрлање на учениците.

Теорија на когнитивно оптоварување: Оваа теорија се фокусира на капацитетот на човечкиот мозок да обработува информации и сугерира дека учењето е најефективно кога соодветно се управува со когнитивното оптоварување. Со разложување на задачата за фрлање на податливи делови (на пр., стисок, држење, техника на фрлање) и користење видео моделирање за да се демонстрираат овие елементи, лекцијата им помага на учениците да се фокусираат на стекнување една вештина во исто време, намалувајќи го непотребното когнитивно оптоварување.

Теорија на социјално учење: Теоријата на Алберт Бандура ја нагласува важноста на учењето на однесување преку набљудување, имитација и моделирање. Со вклучување на видео моделирање и врснички демонстрации во лекцијата, учениците можат да го набљудуваат правилните техники и исходите од фрлањето нагоре, олеснувајќи го учењето преку имитација. Интеракциите со врсниците, вклучително и набљудувањето на соучениците и добивањето повратни информации, исто така го зајакнуваат учењето во социјален контекст.

Бихејвиоризам: Оваа психолошка перспектива го нагласува учењето преку интеракција со околината. Планот за час ги инкорпорира бихејвиористичките принципи со користење на позитивно засилување (на пример, награди од торба за изненадување за погодување на целта), што поттикнува повторени напори и го зајакнува успешното однесување. Измената на тежината на задачата врз основа на изведбата на ученикот го применува бихејвиористичкиот концепт на обликување.

Конструктивистичка теорија: Конструктивистичката теорија на учење тврди дека учениците го градат знаењето од нивните искуства. Во оваа лекција, учениците се активно вклучени во креирањето на нивните искуства за учење преку учество во поставување цели и ангажирање во процеси на обиди и грешки за да се најде најефективните техники на фрлање. Овој практичен пристап им помага на учениците да изградат лично разбирање и практични вештини преку директна интеракција со физичкиот свет.

Зона на нареден развој (ЗНР): Теоријата ЗНР на Виготски се применува со структурирање задачи што учениците можат да ги завршат со помош. Практичното насочување (помош рака врз рака) и целите кои постепено се предизвикуваат гарантираат дека активностите се во рамките на ЗНР на ученикот, промовирајќи го учењето и развојот на вештините со соодветна поддршка.

ВЕШТИНИ И КОМПЕТЕНЦИИ

Прецизност и координација: Развој на прецизна координација рака-око потребна за точно фрлање.

Когнитивни вештини: Подобрување на фокусот, внимание на деталите и способност за следење насоки од повеќе чекори.

Социјална соработка и комуникација: Подобрување на кооперативното работење во групни поставки и ефективно комуницирање со врсниците за време на активностите.

Физичка свест и контрола: Зголемена свест за позиционирањето на телото и контролата на движењето неопходни за ефективно извршување на моторот.

МОДИФИКАЦИИ ЗА РАЗЛИЧНИ УЧЕНИЦИ

Просторот помеѓу станиците може да се направи помал или поголем за учениците да се чувствуваат поудобно или да се намали или зголеми предизвикот за другите.

ПРОСТОР

Теоријата на еколошка динамика се залага за создавање средини за учење кои ја подобруваат спојката перцепција-дејство. Со поставување на различни станици со различни задачи и предизвици, овие модификации ги поттикнуваат учениците да ги приспособат своите движења како одговор на динамичната средина, што помага да се развијат разновидни моторни вештини кои можат да се применат во различни ситуации.

Активноста може да се постави во „Брз состанок“.

„Брз состанок“ имаат две линии на ученици еден спроти друг.

Високофункционалните ученици или асистентите формираат линија 1 и на крајот од секоја активност, последното лице во редот 1 се движи на почетокот на линијата 1 и секое лице се движи по еден ред подолу. Просторот помеѓу линиите може да се зголеми или намали. Просторот помеѓу поединечните ученици може да се зголеми за да се обезбеди поголем предизвик или да се намали за да се обезбеди поостварлив предизвик.

Секој може да учествува во иста активност на различни начини и со различни луѓе истовремено.

ЗАДАЧА

Покажување на правилна техника за фрлање преку видео за да се обезбедат јасни, визуелни примери на вештината.

За да се задоволат потребите на учениците, топките може да се користат во различни бои, текстури, големини и форми. Топките може да имаат своа и да се од различни спортови.

Користете топки направени од хартија и селотејп ако немате опрема.

Во „Брз состанок“, линијата на помалку способни ученици треба да ја држи опремата додека поспособните ученици ја држат целта. Линиите ја разменуваат целта и топката на половина пат и потоа ја враќаат назад пред повисокофункционалните ученици да се движат по линијата како што е опишано претходно.

Секој може да учествува во иста активност на различни начини и со различна опрема и луѓе истовремено.

ОПРЕМА

Нумерирај го секое лице, на пр., од 1 до 5. Секоја група се собира на една станица. Секоја група може да избере водач или асистент кој може да ја поддржи групата.

ЛУЃЕ

Нумерирај го секој ученик, на пр., од 1 до 5 (или дај им боја). Од секоја група означена со број од 1 до 5 (или боја) се бара да се собере на бројот на станицата за вештини или бојата означена на сидот. Различна компонента од активноста на секоја станица ќе се вгради во целата активност во последната станица за вештини. Секоја станица за вештини може да има тренер или асистент кој може да ја поддржи групата.

Наставникот треба да ја посети секоја станица за вештини и тренер и да ги пофали учениците за време на активноста.

По активноста, учениците треба да бидат прашани дали сакаат да се преселат во друга станица за вештини, или наставникот може да им предложи да се преселат затоа што направиле толку добро или вежбале друг елемент.

Учениците може да направат презентација користејќи зборови, симболи или слики за да ја поддржат дискусијата за искуствата за време на размислување и преглед.

ПЛАН ЗА ЧАС М4

М4: Отскокнува и фаќа тениско топче со едната рака

60 минути

ЦЕЛ НА ЧАСОТ

За учениците да развијат моторни вештини и координација додека учат да отскокнуваат и да фаќат тениско топче со една рака.

МАТЕРИЈАЛИ

Потскокнати топчиња со различни големини

Хула-хоп обрачи

Пластични прстени

„Добра торба“ со награди

ТЕХНИКИ

Моделирање на однесувањето: Покажување на правилна техника за отскокнување и фаќање на топката за да се обезбедат јасни, визуелни примери.

Сегментација на задачи: Разложување на задачата за потскокнување и фаќање на помали, податливи чекори, подучување на секоја компонента посебно за да се обезбеди усвојување на задачата.

Физичко поттикнување и избледување: Употреба на насоки рака врз рака на почетокот, проследено со постепено намалување на физичките поттикнувања додека учениците стекнуваат вештини и самодоверба.

Диференцијално засилување: Обезбедување специфична позитивна повратна информација за успешни обиди и корективна повратна информација за грешки, нагласувајќи го постепеното стекнување вештини.

Зајакнување (Reinforcement): Спроведување на награди за одржување на високи нивоа на мотивација и ангажираност во текот на процесот на учење.

АКТИВНОСТИ

Дозволете им на децата да изберат различни топки и да ги тапкаат во висина од половината и да се обидуваат да ги фаќат топките со двете раце. Учениците нека

застанат во круг и нека играат "[Тапкање на топка](#) со одбојкарска топка. Учениците користат две раце за да ја отскокнат топката еден до друг. Моделирајте го движењето на почетокот за учениците да можат да ве имитираат.

Можете да додадете правила или да користите [музика](#) за да ја направи играта позабавна. Видете ги варијациите на крајот од овој план за час. Како прогресија, учениците отскокнуваат тениски топчиња едни на други со една рака.

Учениците можат да фатат или со една или со две раце. Ставете ги хулахоповите на подот и замолете ги учениците да застанат внатре во кругот. Тие мора да отскокнат и да ја фатат одбојкарската топка користејќи две раце, внимавајќи топката да остане во хулахопот.

Користете ги пластичните прстени наместо хулахоп и заменете ја одбојката со тениското топче како прогресија. Учениците треба да користат една рака за да отскокнат и фатат. Поставете [Целен број](#) на успешни "скокни и фати" и нека изберат награда од "добрата торба" кога ученикот ќе ја достигне својата цел.

ИСХОДИ ОД УЧЕЊЕТО

Вештина: Учениците ќе покажат способност за прецизно отскокнување и фаќање тениско топче со една рака, постигнувајќи одреден број последователни успеси.

Подобрена моторна координација: Учениците ќе покажат подобри моторни вештини и координација со успешно завршување на сè покомплексните задачи за потскокнување и фаќање.

Когнитивна и физичка интеграција: Учениците ќе ги интегрираат когнитивните инструкции со физичките дејства за попрецизно извршување на задачите.

Социјална и врсничка интеракција: Учениците ефективно ќе се вклучат во групни активности, учејќи од демонстрациите на врсниците и обезбедувајќи повратни информации за другите.

ТЕОРЕТСКИ ОСНОВИ

Применета анализа на однесување: Се фокусира на систематска примена на интервенции во однесувањето засновани на принципи на учење за подобрување на специфичните моторни вештини преку структурирана настава и засилување.

Теорија на моторно учење: Оваа теорија ја нагласува важноста од повторување, повратни информации и последователно стекнување на вештини во учењето на моторните вештини. Во оваа лекција, учениците напредуваат од поедноставни задачи, како што е фаќање со две раце, до посложени задачи, како потскокнување и фаќање со една рака. Постепеното зголемување на тежината на задачите се усогласува со фазите на моторното учење - когнитивно, асоцијативно и автономно - обезбедувајќи учениците да ги развијат потребните моторни вештини и когнитивното разбирање на секоја акција.

Теорија на однесување: Користејќи ги принципите на оперативно уредување, овој ПЛАН ЗА ЧАС вклучува позитивно засилување преку награди од „добрата торба“ за да ги поттикне посакуваните однесувања и владеењето на вештините. Распоредот за засилување помага постепено да се обликува однесувањето, обезбедувајќи непосредна позитивна повратна информација за успешно завршените задачи, што е од клучно значење за мотивирање и одржување на ангажираноста и напорот на учениците.

Развојна биомеханика: Разбирањето на физичкиот развој и биомеханичките способности на учениците помага да се дизајнираат активности соодветни на возраста и физички изводливи. Ова образложение ја поддржува употребата на различни големини и тежини на топки за да се приспособат на развојните фази на различни ученици, осигурувајќи дека активностите ја подобруваат моторната координација без да предизвикаат физички напор.

Теорија на когнитивно оптоварување: Дизајнот на лекцијата го зема предвид когнитивното оптоварување на учениците со разложување на сложените дејства на појасни, дискретни задачи што може да се научат без да се совлада ученикот. Овој пристап помага да се управува со внатрешното когнитивно оптоварување поврзано со учење на нови моторни вештини, овозможувајќи повеќе фокусирано внимание и подобро техники за подобро запомнување.

Теорија на социјално учење: Го нагласува учењето преку набљудување и имитација. Лекцијата вклучува моделирање и видео моделирање за да се демонстрира точните техники при потскокнување и фаќање, овозможувајќи им на учениците визуелно и когнитивно да ги обработуваат дејствата пред да ги обидат. Ова е поддржано од можностите за учење од врсници, каде што учениците ги набљудуваат и учат едни од други обиди и успеси.

ВЕШТИНИ И КОМПЕТЕНЦИИ

Прецизност и координација: Учениците ќе развијат прецизна координација на рака-око потребна за прецизно потскокнување и фаќање.

Когнитивни вештини: Подобрување на вештините за когнитивно процесирање, вклучително и способноста да се следат инструкциите во повеќе чекори и да се интегрираат со физички дејства.

Социјална соработка и комуникација: Подобрување на кооперативното работење во групни поставки и ефективно комуницирање со врсниците за време на активностите.

Приспособливост и решавање проблеми: Развој на способности за приспособување и способности за решавање на проблеми додека учениците ги прилагодуваат своите техники за одговор на повратните информации и променливите барања за задачите.

МОДИФИКАЦИИ ЗА РАЗЛИЧНИ УЧЕНИЦИ ПРОСТОР

Теоријата на еколошка динамика се залага за создавање средини за учење кои ја подобруваат врската перцепција-дејство. Со поставување на различни станици со различни задачи и предизвици, овие модификации ги поттикнуваат учениците да ги приспособат своите движења како одговор на динамичната средина, што помага да се развијат разновидни моторни вештини кои можат да се применат во различни ситуации.

Може да се создадат четири станици за вештини низ собата, каде што активноста е поделена на основните елементи на отскокнување и фаќање. Целта е секоја станица да додаде елемент на отскокнување и фаќање, со последната станица за вештини како целата активност, за да се подобрат вештините на сите. Алтернативно, адаптираната игра „Брз состанок“ (види ПЛАН ЗА ЧАС МЗ) може да се користи за да се научи да се играат игрите на отскокнување и фаќање. Отворена активност во која секој може да учествува (одбере топка, отскокнува и фати) може да се користи за да се проценат вештините на ученикот. Учениците се сместени на станица за вештини со задачи кои најмногу одговараат на нивните способности. На пример, Станица за вештини 1: Фрлете голема топка која скока во обрач. Станица за вештини 2: Фрли топка за да отскокне повисоко. Станица за вештина 3: Фрлете ја топката во обрач и фатете ја. Станица за вештина 4: Фрлете ја топката надолу, тапкајте ја топката двапати надолу внатре во обрачот и потоа фатете ја. Секој може да учествува во различни активности на различни начини и со различни луѓе во исто време.

ЗАДАЧИ

На различни станици за вештини, топчињата може да се користат во различни бои, текстури, големини и форми со различни нивоа на отскокнување за да се задоволат потребите на учениците. Топките може да имаат свона и да се од различни спортови. Балоните може да се користат за тапкање и фаќање во една половина од салата. Лента во боја на подот или обоени конуси може да се користат за обележување на различни области на сесијата за вештини. Големините на обрачот може да бидат поголеми за да создадат позначајни предизвици. Наместо обрачи може да се користат квадрати во лента во боја на подот.

Користете видео моделирање за да ја покажете правилната техника за отскокнување и фаќање на топката за да обезбедите јасни, визуелни примери.

ОПРЕМА

Лента во боја може да се користи за обележување на квадрати на подот наместо хулахоп или обрачи.

Топките може дополнително да се менуваат по текстура, форма и боја.

Распоредите за променливи засилувања може да се користат за имплементација на различни видови на награди за одржување на високи нивоа на мотивација и ангажираност во текот на процесот на учење.

ЛУЃЕ

Нумерирај го секое дете, на пр., од 1 до 5 (или дај им боја). Секоја група нумерирана од 1 до 5 (или боја) треба да се состане на бројот на станицата за вештини или бојата означена на сидот. Секоја станица за вештини може да избере лидер или асистент кој може да ја поддржи групата. Наставникот треба да ја посети секоја станица за вештини, да ги тренира и да ги пофали учениците за време на секоја активност. По активноста, учениците треба да бидат прашани дали сакаат да се преселат во друга станица за вештини, или наставникот може да им предложи да се преселат затоа оваа ја завршиле добро. Учениците може да создадат презентација со зборови, симболи или слики за да поддржат дискусија за искуствата.

ДРУГИ ВАРИЈАЦИИ НА ИГРАТА

Одредете време за играта. Замолете ги учениците да отскокнат и да фрлат топка еден на друг. Кога ученикот нема да ја фати топката, тој е надвор. Кога ќе остане само еден ученик или ќе истече времето, ученикот/учениците кои не ја пропуштиле топката добиваат изненадување од торба за добри производи.

Учениците можат да играат во парови, со хула-обращ во средината. Обидете се да ја одбиете топката во кругот на хула-хоп пред другиот ученик да ја фати. Погледнете го видеото [овде](#).

Ставете канта/кошница за алишта во средината и ставете голема пилатес топка внатре. Обезбедете им на учениците топчиња за фрлање (на пр. тениски топчиња). Учениците ја фрлаат топката кон топката за пилатес и се обидуваат да ја фатат додека таа се враќа. Погледнете го видеото примерот [овде](#).

Доделете вредности на различни типови на фаќање (на пр., една точка за нормално фаќање, две точки за фаќање со една рака). Учениците нека се обидат да соберат што е можно повеќе поени во одредено време.

Симон вели: играјте игра „Симон вели“, но заменете ги вообичаените команди со инструкции за фаќање и потскокнување. На пример, „Симон вели отскокни ја топката три пати“ или „Симон вели фатете ја топката со левата рака“.

Фати во круг: Формирајте круг со учениците и нека ја префрлат топката наоколу додека се обидуваат да ја фатат. Зголемете ја сложеноста со тоа што ќе имате повеќе топки во оптек одеднаш.

ПЛАН ЗА ЧАС М5

М5: Удира во мирна топка така што таа патува во воздух

60 минути

ЦЕЛ НА ЧАСОТ

Развој на моторни вештини и координација додека учат шутирање на топка која патува најмалку 4 м.

МАТЕРИЈАЛИ

Сјајни топчиња со различни големини

Балони

Иглички

Хартиени чаши

„Goodie bag“ со награди

ТЕХНИКИ

Моделирање на однесувањето: Демонстрирање на техники за правилно удирање преку демонстрации во живо за да се обезбедат јасни, визуелни примери за сите ученици.

Физичко поттикнување и избледување: Првично насочување на активностите на учениците преку насочување со рака преку нога, а потоа постепено намалување на физичката поддршка како што се зголемува знаењето.

Диференцијално засилување: Нуди итни, специфични позитивни повратни информации за правилни техники и однесувања, и обезбедување корективни повратни информации за грешките за подобрување на учењето.

Сегментација на задачи: Разложување на задачата за шутирање на топка на помали, податливи компоненти, како што се позиционирање, пристап и удар, за да се обезбеди владеење на секој елемент.

Зајакнување: Спроведување на награди за одржување на високи нивоа на мотивација и ангажираност во текот на процесот на учење.

АКТИВНОСТИ

Поставете различни топчиња со различни форми, големини и текстури и замолете ги децата да изберат една. Замолете ги да најдат различни начини како да ја

придвижат нивната топка и да застанат со тркалање, фрлање, шутирање или туркање со дел од телото.

Шутирање на балон: Децата имаат за цел да држат балон во воздухот користејќи ги само своите стапала, самостојно или во парови.

Создадете ја вашата цел - Изградете пирамида користејќи хартиени чаши, иглички или шишиња. Застанете до ученикот неколку метри подалеку и постепено оддалечете се до 4 метри. Потоа, поттикнете го ученикот да ја шутне топката до целта. Дајте им многу пофалби за погодувањето на целта.

Како што ученикот станува подобар во ова, отстранете ги инструкциите и оставете го да го направи тоа самостојно.

Поставете ја целта повисоко за да го поттикнете ученикот да ја шутне топката во воздух и да го повтори горенаведениот процес.

Поставете цел број на успешни удари и кога учениците ќе ја достигнат својата цел, оставете ги да изберат награда од „Goodie bag“.

ИСХОДИ ОД УЧЕЊЕТО

Вештина: Учениците прецизно ќе ја покажат способноста да удираат топка во мирување така што таа ќе патува по подот и во воздухот најмалку 4 метри.

Моторна координација: Учениците ќе покажат подобрена координација и рамнотежа вклучени во извршувањето на правилното движење со удар.

Независни перформанси: Учениците ќе напредуваат од состојба кога имаат потреба од физички поттикнувања до самостојно изведување на ударот.

Когнитивно разбирање на динамиката на удирање: Учениците ќе ја разберат силата, траекторијата и просторните односи вклучени во ефективно шутирање на топката кон целта.

ТЕОРЕТСКИ ОСНОВИ

ПРИМЕНЕТА БИХЕЈВИОРАЛНА АНАЛИЗА: Се фокусира на систематски апликации на интервенции во однесувањето за подобрување на моторните вештини преку структурирана настава и засилување.

Бихејвиоризам е од централно значење за пристапот на лекцијата, особено во користењето позитивно засилување за обликување на однесувањето на учениците. Планот за час користи награди (на пр., „добра торба“) за да го зајакне успешното завршување на задачите, како што е прецизно шутирање на топка за да се постигне одредена далечина. Распоредот за засилување е прилагоден за да поттикне повторно успешно однесување, поттикнувајќи стекнување вештини преку мотивација и награда.

Теорија на моторно учење ја нагласува важноста на вежбањето, повратните информации и моделирањето за стекнување и усовршување на моторните вештини. Лекцијата вклучува демонстрација на техники, обезбедување физичко поттикнување и дозволување на учениците да вежбаат удирање во прогресивно предизвикувачки поставки. Оваа структурирана практика им помага на учениците да ги интернализираат физичките движења неопходни за ефективно удирање.

Теорија на когнитивен развој: Со вклучување на учениците во задачи кои бараат координација и просторна свест, како што е шутирање на топка за да се погоди целта, лекцијата ги поддржува когнитивните процеси вклучени во планирањето и извршувањето на движењата. Задачите се дизајнирани да го предизвикаат разбирањето на учениците за силата, траекторијата и просторните односи, критичните когнитивни компоненти и извршувањето сложени моторни задачи.

Теорија на социјално учење: Иако не е експлицитно детално опишано во лекцијата, оваа теорија ги поткрепува групните активности и интеракциите со врсниците за време на сесиите за вежбање. Учениците ги набљудуваат своите врсници и ги моделираат нивните постапки, што може да го подобри учењето преку имитација. Овој социјален аспект на учењето е клучен во физичкото образование, каде што влијанието од врсниците може значително да влијае на ангажираноста и перформансите на учениците.

Универзален дизајн за учење (UDL): Модификациите и акомодации предвидени во планот за час, како што се користење на различни големини и типови на топки, гарантираат дека учениците со различни способности можат да учествуваат и да постигнат успех. Овој пристап се усогласува со принципите на **UDL** нудејќи повеќе средства за ангажирање, претставување и изразување за да се задоволат различните потреби на учениците.

SKILLS AND COMPETENCIES

Физичка координација и рамнотежа: Развој на фини моторни вештини и рамнотежа преку повеќекратно вежбање на активности со шутирање.

Когнитивни способности: Подобрување на вештините за когнитивно процесирање, вклучително и способноста да се следат инструкциите во повеќе чекори и да се интегрираат со физички дејства.

Социјална соработка и комуникација: Подобрување на кооперативното работење во групни поставки и ефективно комуницирање со врсниците за време на активностите.

Прилагодливост и решавање проблеми: Негување на способност за приспособливост и решавање проблеми додека учениците го прилагодуваат своите техники врз основа на повратни информации и променливи барања за задачи.

MODIFICATIONS FOR DIVERSE LEARNERS

ПРОСТОР

Користејќи ја следнава игра со картонска кутија (подолу) како пример, просторот помеѓу учениците и целите може да се направи помал или поголем за учениците да се чувствуваат поудобно или да се зголеми предизвикот.

ЗАДАЧИ

„Брз состанок“ може да се постави со два реда ученици. Поквалификуваните ученици или асистентите формираат линија 1 и на крајот од секоја активност, последното лице во линијата 1 се движи на почетокот на линијата 1 и секое лице во линијата 1 се движи надолу во линијата 1 за да се соочи со ново лице .

ОПРЕМА

Играта на картонски кутии: Различни цели може да се направат од картонски кутии со различни големини и форми, кои се врзуваат со лента и се ставаат во линија помеѓу две линии ученици. Колку повеќе висококвалификувани студенти треба да бидат во линија 1, а помалку умешни студенти треба да бидат во линија 2. Линијата 2 ја задржува истата топка. Секоја личност во линијата 1 ќе се соочи со различна личност во линијата 2, различна картонска кутија и ќе користи различна топка. Линијата 2 ќе ја има истата топка и кутија пред нив.

По малку вежбање, лицето на едниот крај од линијата 1 ќе се пресели на другиот крај на линијата 1, а сите во линијата 1 ќе се движат надолу за едно место за да се соочат со ново лице во линијата 2.

Variable Reinforcement Schedules may be used to implementing different types of rewards to maintain high levels of motivation and engagement throughout the learning process.

ЛИЦА

Во играта Cardboard Box, топката, целта, растојанието или личноста може да се сменат за да се прилагоди активноста за да одговара на секој поединец, така што секој може да учествува и секому може да му се обезбеди остварлив предизвик.

Пред дискусијата, учениците можат да нацртаат презентација користејќи зборови, симболи или слики за да ја поддржат дискусијата за искуствата.

ПЛАН ЗА ЧАС М6

М6: Зема и трча држејќи предмет

60 минути

ЦЕЛ НА ЧАСОТ

За учениците да развијат моторни вештини и координација со подигање на предмети и трчање додека ги држат.

МАТЕРИЈАЛИ

4 вреќи со грав (различни бои)

40 поли точки

1 кофа

Добри чанта со награди

ТЕХНИКИ

Моделирање на однесувањето: Покажување на правилен начин да се подигне ставката и да се работи ефективно за да се обезбедат јасни, визуелни примери за сите ученици.

Физичко поттикнување и избледување: Првично насочување на активностите на учениците преку насоки од рака или просторни инструкции, а потоа постепено намалување на физичката поддршка како што се зголемува знаењето.

Диференцијално засилување: Нудење специфични позитивни повратни информации за правилни техники и однесувања и обезбедување корективни повратни информации за грешките за подобрување на учењето.

Мотивирачки засилувачи: Спроведување на различни засилувачи, како што се пофалби, токени или мали награди од „добра торба“ за славење на успехите и мотивирање на континуиран напор.

АКТИВНОСТИ

“Pick it up” игра: За да ја поставите оваа игра, поставете ја корпата во средината на собата и креирајте четири линии Poly Spots што водат до корпата.

Поделете ги вашите ученици во четири тима и дајте му на секој тим торбичка со различна боја.

Покажете ја активноста.

Тие започнуваат со стоење на почетокот на линијата Poly Spot. Играчите мора да трчаат на линијата Poly Spot, да застанат на едно место и да ја фрлат вреќата со грав во кофата. Ако влезе, тие треба да ја соберат вреќата со грав од кофата, да го земат местото на кое стојат и да трчаат назад до почетокот на линијата. Ако пропуштат, мора да ја земат вреќата со грав, да трчаат назад и да му ја предадат на следниот играч.

Побарајте од еден од тимовите да ја демонстрира активноста.

Победничкиот тим е тимот кој прво ќе ги собере сите нивни поли точки. Победничкиот тим ќе добие награда на крајот.

ИСХОДИ ОД УЧЕЊЕТО

Вештина: Учениците ќе покажат способност да подигнат предмет и да се вратат на почетната точка без да го испуштат предметот.

Моторна координација: Учениците ќе покажат подобрена координација и агилност вклучени во извршувањето на движењата за трчање и бирање.

Независни перформанси: Учениците ќе ја извршуваат задачата самостојно, покажувајќи подобрување во моторното планирање и извршување.

Тимска работа и натпреварувачки дух: Учениците ефективно ќе се вклучат во тимската активност, демонстрирајќи тимска работа и доживувајќи здрава конкуренција.

ТЕОРЕТСКИ ОСНОВИ

Применета бихејвиорална анализа: Се фокусира на користење на стратегии за засилување и систематска инструкција за да научи сложени моторни вештини и да ги подобри одговорите на однесувањето во структурирано поставување.

Теорија на моторно учење: Ги поддржува структурираните практики и елементите за повратна информација на часот, што е од клучно значење за стекнување и усовршување на моторичките вештини.

Теорија на когнитивен развој: Го подобрува разбирањето за тоа како се планираат и извршуваат физичките движења, поддржувајќи ги когнитивните процеси вклучени во учењето за извршување задачи во повеќе чекори.

Теорија на социјално учење: Ја нагласува важноста на учењето преку набљудување и моделирање, поддржувајќи ја употребата на демонстрации од врсници и видео моделирање за да се олесни стекнувањето вештини.

ВЕШТИНИ И КОМПЕТЕНЦИИ

Физичка координација и агилност: Учениците ја подобруваат својата координација и агилност додека трчаат, земаат некој предмет и брзо ја менуваат насоката за да трчаат назад. Оваа вежба ги подобрува нивните севкупни моторни вештини, рамнотежа и способност за ефикасно маневрирање во просторот.

Брзина и време на реакција: Задачата бара од учениците да ја завршат акцијата во ограничена временска рамка, што помага да се развие нивната брзина и време на реакција. Овие се клучни аспекти во многу спортови и физички активности, поттикнувајќи побрзи одговори на физичките стимули.

Координација рака-око: Бидејќи учениците треба да подигнат предмет од подот додека трчаат, тие ја подобруваат координацијата на раката и очите. Оваа вештина е фундаментална во многу области од секојдневниот живот и други спортови каде тајмингот и прецизноста се од суштинско значење.

Ориентација во простор: Трчањето напред-назад и интеракцијата со предмети и врсници во дефиниран простор помага да се подобри просторната свест на учениците. Тие учат попрецизно да ги проценуваат растојанијата и стануваат посвесни за положбата на своето тело во вселената.

Тимска работа и социјална интеракција: Работата во тимови за собирање предмети промовира тимска работа и социјална интеракција. Учениците учат да комуницираат под притисок и да ги поддржуваат своите соиграчи, поттикнувајќи чувство на другарство и колективно постигнување цел.

Фокус и внимание: Потребата да се концентрира на задачата во краток временски интервал помага да се зголеми фокусот и вниманието на учениците. Овие когнитивни вештини се клучни за академското учење и другите воннаставни активности.

Следење на инструкции: Способноста да се разберат и да се следат упатствата во текот на играта ги подобрува когнитивното процесирање и вештините за слушање. Оваа компетентност е од витално значење за успешно учење на сите академски предмети.

Натпреварувачки дух: Ангажирањето во конкурентна средина каде тимовите се тркаат едни против други за да ги завршат задачите прво негува здрав натпреварувачки дух. Ги учи учениците како благодатно да се справат и со победата и со губењето.

Решавање проблеми и стратегија: Одлуката за најдобриот начин да се подигне вреќата со грав и најбрзиот пат за враќање вклучува стратешко размислување и решавање на проблеми. Овие вештини се корисни за академски предмети кои бараат критичко размислување.

Саморегулација и контрола на однесувањето: Учеството во структурирани физички активности им помага на учениците, особено на оние со предизвици како што е АСН, да го регулираат своето однесување и ефикасно да ги контролираат импулсите. Околината ги поттикнува да се придржуваат до правилата и да управуваат со своите постапки во општествено прифатена рамка.

МОДИФИКАЦИИ ЗА РАЗЛИЧНИ УЧЕНИЦИ

ПРОСТОР

Просторот помеѓу поли-точките може да се направи помал или поголем за да се намали или зголеми предизвикот.

ЗАДАЧИ

Сегментацијата на задачите може да се користи за разложување на сложената задача за трчање и собирање предмети на помали, податливи компоненти за да се обезбеди владеење на секој елемент.

Видеомоделирањето може да се користи за да се демонстрираат правилните задачи за да се обезбедат јасни, визуелни примери за сите ученици.

Може да се користат една или повеќе полесни цели за да се вклучат оние кои сметаат дека активноста е неосвојлива.

Лента во боја може да се користи за обележување на квадратни површини со различни големини на подот наместо само една кофа.

Целта секогаш треба да биде секој да може истовремено да учествува во различни активности на различни начини и со различни луѓе.

ОПРЕМА

Ако немате опрема, користете топчиња направени од хартија и листови хартија во боја селотејп наместо поли-дамки и картонска кутија наместо кофа.

Може да се постават вреќи со грав на маса за да се вклучат корисници на инвалидска количка и други ученици со проблеми со мобилноста.

ЛУЃЕ

Врсниците можат да дејствуваат како пријатели за да ги водат учениците со помали способности во делови од играта. За оние со сериозни проблеми со мобилноста, врсниците можат да трчаат или да фрлаат на нивно место.

СЕТИЛНИ ВЕШТИНИ ВО КОНТЕКСТОТ НА ФИЗИЧКО ОБРАЗОВАНИЕ

Сензорните вештини во контекстот на физичкото образование се однесуваат на комуникациските вештини поврзани со самоизразување и емоционална интелигенција во предизвикувачки ситуации за деца со НСА во инклузивни услови за време на часовите по ФО. Бидејќи секое дете со НСА е уникатно, тие може да комуницираат поинаку, користејќи вербални или невербални пристапи - зборови/гестикулации/ААС/РЕСРС.

За да обезбеди квалитетна инклузивна лекција за физичко образование, наставникот по физичко образование мора длабински да ги познава своите ученици со посебни потреби, вклучувајќи предизвикувачки однесувања, физичка состојба итн.

Лекциите С1 и С2 се дизајнирани за час по ФО кој што трае 45 минути; во VI одделение вообичаено има 20 ученици. Еден од овие ученици е 12-годишно момче кое има НСА и АДХД.

СЕТИЛНИ ВЕШТИНИ

ПЛАН ЗА ЧАС С1

С1: Го искажува своето мислење за одвојување на нозете од земјата (при потскокнување со двете нозе)

45 минути

ЦЕЛ НА ЧАСОТ

Развој на вештини кај учениците за да направат скок во далечина, а притоа да бидеме сигурни дека сите активно учествуваат.

Развој на вештини учениците да можат да користат соодветни начини на комуникација и да ги изразат своите чувства за време на вежбите, особено кога нивните стапала ја напуштаат земјата.

МАТЕРИЈАЛИ

Отворен простор (гимназија, терен или игралиште)

Конуси или маркери

Лента за мерење

Меки душеци за паѓање

Алатки за комуникација AAC или PECS (доколку е потребно)

ТЕХНИКИ

Моделирање на однесувањето: Покажување техника на скок во далечина преку чекор-по-чекор акции за да се обезбедат јасни, визуелни примери за сите ученици.

Анализа на задачата: Разложување на скокот во далечина во последователни чекори (приближување, полетување, лет, слетување) за да се обезбеди владеење на секоја компонента.

Поттикнување и избледување: Употреба на вербални и физички поттикнувања за водење на учениците за време на нивните обиди, постепено намалувајќи ја помошта додека тие се усовршуваат.

Диференцијално засилување: Обезбедување конкретни позитивни повратни информации за успешни обиди и подобрувања и конструктивна повратна информација за прилагодувања за зајакнување на учењето и правилно однесување.

Мотивирачки засилувачи: Употреба на различни засилувачи како што се вербална пофалба, високи петки или пристап до претпочитани активности, за славење на успесите и мотивирање на континуиран напор.

АКТИВНОСТИ

Вовед (5 минути)

Учениците се собираат во круг.

Објаснување на целта на часот и важноста на меѓусебното почитување на искуствата од учењето.

Назначете врсник поддржувач за да му помогне на ученикот со НСА при загревањето и да ја олесни социјалната интеракција.

Загревање (10 минути)

Учениците нека цогираат или шетаат низ одредената област.

Користете свирче за да сигнализирате промени во насоката или темпото.

Охрабрете ги да останат свесни за околината и да избегнуваат судири.

Вклучете ги учениците со НСА во загревањето, осигурувајќи се дека се чувствуваат удобно.

Охрабрете го ученикот врсник кој е поддршка да го поддржи ученикот со НСА да остане фокусиран и ангажиран за време на загревањето.

Главна активност - Учење скок во далечина

Активност 1: Демонстрација и објаснување

Објаснете ги клучните чекори и безбедносни мерки вклучени во скок во далечина.

Покажете ја техниката на скок во далечина на целиот клас.

Покажете им на учениците како да го измерат нивниот пристап и поставете маркери за полетување.

Формирајте парови, осигурувајќи се дека секој има врсник учител.

Врсничкиот учител на ученикот со НСА (нарушување од спектарот на аутизам) ќе му помогне да ја разбере техниката на скок во далечина, помагајќи му да се изрази со зборови, гестови, потпомогната комуникација или PECS методот на размена на слики по потреба.

Охрабрете го врсничкиот учител да одржува позитивна и трпелива комуникација со ученикот со аутизам.

Активност 2: Вежбајте со маркери

Учениците нека го вежбаат скокот во далечина со маркери поставени за полетување.

Наставникот по физичко образование и врснички учител ќе водат за да се осигури дека секој ќе ја користи соодветната техника и ќе остане безбеден.

Во текот на вежбата, поставувајте им прашања на учениците со НСА за нивните чувства за време на скоковите и поттикнете ги да ги соопштат своите емоции.

Активност 3: Мека подлога за паѓање

Постепено преминете од користење маркери на мека подлога за слетување за вистински скокови во далечина.

Секој ученик ќе има можност да изведе скок во далечина.

Наставникот по физичко образование и врсниците ќе обезбедат поддршка, насоки и комуникациска помош за учениците со АСН по потреба.

Продолжете да го прашувате ученикот со ASD за неговите чувства при секој скок, дозволувајќи му да се изрази.

Релаксирање (5 минути)

Соберете ги учениците во круг.

Размислете за она што го научиле и доживеале.

Признајте ги напорите на сите.

Водете кратка рутина за истегнување за да ги оладите мускулите.

Заклучок (5 минути)

Заблагодарете им се на сите ученици за учеството и напорот.

Истакнете ја важноста на инклузивноста и тимската работа во часот.

Наведете ги сите претстојни лекции или активности.

РЕЗУЛТАТИ ОД УЧЕЊЕТО

Развој на моторни вештини: Учениците ќе покажат способност за изведување на сите компоненти на скокот во далечина со соодветна техника.

Ефективна комуникација: Учениците, особено оние со НСА, ќе користат соодветни методи на комуникација (вербални, AAC, PECS) за да ги изразат своите чувства и да одговорат на прашања за време на активностите.

Емоционално изразување: Учениците ќе ги артикулираат своите емоции поврзани со активностите, зголемувајќи ја нивната самосвест и емоционалната регулација.

Интеракција со врсници и социјални вештини: Учениците ќе се вклучат ефективно со врснички тутори и соученици, демонстрирајќи подобри социјални интеракции и соработка.

ТЕОРЕТСКИ ОСНОВИ

Применета анализа на однесување: Се фокусира на систематски примени на интервенции во однесувањето засновани на принципи на теоријата на учење за подобрување на комуникацијата, социјалните интеракции и моторните вештини преку структурирана настава и засилување.

Теорија на моторно учење: Ги поддржува компонентите за вежбање и повратни информации на лекцијата, што е од клучно значење за стекнување и усовршување на моторните вештини како скокање во далечина.

Универзален дизајн за учење (UDL): Овозможува сите ученици, без оглед на способноста да можат да учествуваат и да учат ефективно преку обезбедување на повеќе средства за ангажирање, претставување и акција.

Теорија на социјално учење: Ја нагласува важноста на учењето од врсниците преку набљудување и интеракција, поддржувајќи ја употребата на тутори од врсници за да се олесни стекнувањето вештини и социјалното учење.

ВЕШТИНИ И КОМПЕТЕНЦИИ

Физичка координација и агилност: Развој на физички вештини неопходни за извршување на скок во далечина, вклучувајќи трчање, скокање и слетување.

Комуникациски вештини: Подобрување на способноста за ефективно користење на вербални и невербални методи на комуникација за време на физичките активности.

Социјална соработка и тимска работа: Подобрување во соработката со врсниците и разбирање на динамиката на тимска работа и поддршка.

Саморегулација и емоционална контрола: култивирање на вештини за регулирање на однесувањето и емоциите за време на конкурентни и физички напорни активности.

МОДИФИКАЦИИ ЗА РАЗЛИЧНИ УЧЕНИЦИ

ПРОСТОР

Почетокот може да биде од статична положба или со пократко или подолго трчање.

Имајте мирно место каде ученикот со НСА може да оди ако му треба одмор.

ЗАДАЧА

Поделете го скокот на помали чекори на станиците за вештини низ собата (Видете ПЛАН ЗА ЧАС М4) на пример:

Станица 1: Скокање на лице место со споени стапала.

Станица 2: Чекор напред и соберете ја задната нога и стапалата заедно.

Станица 3: Подолг чекор напред и соберете ја задната нога и стапалата заедно.

Станица 4: Целосен скок во далечина со поголемо растојание.

Дајте дополнително време доколку е потребно

Користете и демонстрации и зборови за да објасните што да правите

ОПРЕМА

Со користење на станици за вештини (види ПЛАН ЗА ЧАС М4), може да се користи различна опрема:

Станица 1: Скокајте и спуштајте се со двете нозе заедно.

Станица 2: Преминете преку ниска картонска кутија и соберете ја задната нога за да застанете со споени стапала.

Станица 3: Преминете преку повисока кутија и соберете ја задната нога за да застанете со споени стапала.

Станица 4: Преминете преку подолга и повисока кутија и соберете ја задната нога за да застанете со споени стапала.

Станица 5: Прескокнете над подолга и повисока кутија и соберете ја задната нога за да застанете со споени стапала.

Станица 6: Скок во далечина без кутии.

ЛУЃЕ

Имајте асистент кој може да ги поддржува децата со аутизам.

Ставете го детето со аутизам во пар со пријател кој го разбира и може да биде тука за поддршка.

Научете ги другите ученици да бидат љубезни и трпеливи за да можат сите да работат заедно.

ПЛАН ЗА ЧАС | С2

С2: Соопштува мислење за паѓање/висина

45 минути

ЦЕЛ НА ЧАСОТ

За учениците да можат да се качуваат на јаже/скала

За учениците да можат да користат соодветни начини на комуникација и да ги изразат своите чувства за време на вежбите, особено кога се искачуваат висини.

МАТЕРИЈАЛИ

Отворен простор

Гимнастички јажиња и опрема

Скали и лизгалки

Меки патосници за скокање.

ААС или PECS алатки за комуникација (доколку е потребно)

ТЕХНИКИ

Моделирање на однесување: Показување безбедени техники за качување и лизгање, со користење на двете демонстрации во живо за да се обезбедат јасни примери.

Физички поттикнување и избледување: Користење на физичко водство за да им се помогне на учениците за време на почетните обиди, а потоа постепено намалување на оваа поддршка додека тие се здобиваат со вештини.

Диференцијално засилување: Обезбедување специфични позитивни повратни информации за правилни дејства и нежни корекции за грешки за подобрување на учењето и мотивацијата.

Мотивирачки засилувачи: Користење на различни засилувачи, вклучително и вербални и невербални пофалби, како палците нагоре и високи пет, за славење на успехите и мотивирање континуиран напор.

АКТИВНОСТИ

Вовед (5 минути)

Учениците се редат во круг.

Објаснување на целта на часот и важноста на меѓусебното почитување на искуствата од учењето.

Назначете врснички учител да му помогне на ученикот со НСА при загревањето и да ја олесни социјалната интеракција.

Загревање (10 минути)

Спроведете активност за загревање за да ги подготвите учениците за гимнастички вежби.

Вклучете го ученикот со НСА во загревањето, осигурувајќи дека се чувствува удобно.

Охрабрете го врсничкиот учител да го поддржи ученикот со НСА да остане фокусиран и ангажиран за време на загревањето.

Главна активност - Учење за височини и паѓање (20 минути)

Активност 1: Качување по јаже

Поставете област за качување со јаже со меки душеци за паѓање.

Обезбедете демонстрација и објаснување на техники за качувањето на јаже нагласувајќи ги безбедносните мерки.

Поставете му прашања на ученикот со НСА за тоа како се чувствува во врска со качувањето на јаже, поттикнувајќи ги да комуницираат користејќи зборови, гестови, ААС или PECS по потреба.

Потсетете го врсничкиот учител да му помогне и да го охрабри ученикот со НСА за време на активността.

Охрабрете ги врсниците да одржуваат позитивна и трпелива комуникација со учениците со НСА.

Активност 2: Лизгање на клупата

Поставете лизгалки за клупи со меки патосници за слетување.

Објаснете и покажете ја техниката на лизгање на клупата и безбедносните мерки на претпазливост.

Потсетете го врсничкиот учител на ученикот со ASD да поддржува и да комуницира.

Продолжете да поставувате прашања за искуството и чувствата поврзани со лизгањето на клупата.

Активност 3: Десензибилизација на висината

Поставете едноставна патека со пречки што вклучува активности на различни висини.

Ова може да вклучува одење по гредите за рамнотежа, стапнување и симнување на ниски платформи и навигација низ карики или тунели на различна висина.

Врсникот учител ќе го води ученикот со НСА низ патеката со пречки.

Ученикот со НСА ќе биде охрабрен да ги пренесе своите мисли и емоции поврзани со предизвиците со висината со кои се соочува.

Наставникот по физичко образование ќе обезбеди поддршка, насоки и комуникациска помош за ученикот со НСА и врсничкиот учител по потреба.

Продолжете да го прашувате ученикот со НСА за неговите чувства за време на вежбите, дозволувајќи му да се изрази.

Релаксација (5 минути)

Соберете ги учениците во круг.

Размислете за она што го научиле и доживеале.

Признајте ги напорите на сите.

Водете кратка рутина за истегнување за да ги оладите мускулите.

Заклучок (5 минути)

Заблагодарете им се на сите ученици за учеството и напорот.

Истакнете ја важноста на инклузивноста и тимската работа на часот.

Наведете ги сите претстојни лекции или активности.

Ученикот со НСА активно ќе учествува и ќе го пренесе своето мислење за паѓањето и висината користејќи зборови, гестови, AAC (Augmentative and Alternative Communication) или PECS. Другите ученици, исто така, ќе научат да ги изразуваат своите чувства и емоции за активностите поврзани со висината.

РЕЗУЛТАТИ ОД УЧЕЊЕТО

Совладување на моторни вештини: Учениците ќе покажат способност да се качуваат на јаже и безбедно да се лизгаат надолу преку правилни техники.

Ефективна комуникација: Учениците, особено оние со НСА, ќе користат AAC или PECS за да ги изразат своите чувства за активностите, зголемувајќи ја нивната способност да комуницираат под различни услови.

Безбедност и проценка на ризик: Учениците ќе ги разберат и применуваат безбедносните мерки поврзани со височините, учејќи да ги проценуваат ризиците и да дејствуваат соодветно.

Емоционално изразување: Учениците ќе ги артикулираат своите емоции поврзани со активности поврзани со висината, подобрување на самосвеста и емоционалната регулација.

ТЕОРЕТСКИ ОСНОВИ

Универзалниот дизајн за учење го нагласува создавањето флексибилни и инклузивни средини за учење. Во оваа лекција, диференцијацијата и поддршката за комуникација (со користење на зборови, гестови, AAC или PECS) се применуваат за да се приспособат на различните потреби за учење.

Применета анализа на однесување: Се фокусира на систематска примена на интервенции во однесувањето за подобрување на социјалните, комуникациските и моторните вештини преку структурирана настава и позитивно засилување.

Теорија на моторно учење: Ја поддржува практиката и компонентите за повратни информации на лекцијата, кои се клучни за стекнување и усовршување на сложени моторни вештини.

Теорија на когнитивен развој: го подобрува разбирањето за тоа како учениците ги обработуваат и интегрираат сензорните и моторните информации, поддржувајќи ги когнитивните аспекти на учењето да се движат по височини.

Теорија на социјално учење: Ја истакнува важноста на учењето преку набљудување и моделирање, поддршка на употребата на врснички тутори и видео Моделирање за да се олесни стекнувањето вештини.

ВЕШТИНИ И КОМПЕТЕНЦИИ

Физичка координација и моторни вештини: Качувањето на јаже и лизгањето по скали ги подобруваат бруто моторните вештини, ја подобруваат мускулната сила и ја развиваат координацијата. Овие физички вештини се клучни за општото здравје на децата и нивната способност самоуверено да учествуваат во различни активности.

Просторна свест и рамнотежа: Вклучувањето во вежби кои вклучуваат навигација на различни висини и препреки помага да се подобри просторната свест и рамнотежа кај децата. За децата со НСА, овие активности можат да бидат особено корисни бидејќи тие често се соочуваат со предизвици во овие области.

Свеста за безбедност и проценка на ризик: Учество во активности кои вклучуваат височини и физички предизвици им помага на децата да ги разберат и почитуваат безбедносните протоколи. Ги учи да ги проценуваат ризиците и да донесуваат информирани одлуки за нивните постапки, што е критична животна вештина.

Комуникациски вештини: Планот за час го нагласува користењето на AAC (Augmentative and Alternative Communication) или PECS (Picture Exchange Communication System) за деца со ASD. Ова ја промовира нивната способност ефективно да ги комуницираат потребите, чувствата и одговорите, неопходни за социјална интеракција и емоционално изразување.

Социјални вештини и тимска работа: Со работа во парови или групи и со воспитувачи од врсници, сите деца, вклучително и оние со НСА, ги подобруваат своите социјални вештини. Тие учат да соработуваат, да се менуваат и да се поддржуваат едни со други, поттикнувајќи чувство за тимска работа и заедница. Размислување и артикулирање на лични искуства и согледувања

Емоционална регулација и изразување: Лекцијата им дава можност на децата, особено оние со НСА, да ги изразат своите чувства за височина и паѓање. Овој израз помага во емоционалната регулација и ја развива нивната способност да ги артикулираат чувствата и стравовите, придонесувајќи за емоционална отпорност.

Доверба и самодоверба: Успешната навигација на физичките предизвици може да ја зголеми самодовербата и самодовербата кај децата. За децата со НСА, постигнувањето на овие пресвртници може особено да поттикне, зголемувајќи ја нивната само-ефикасност.

Следење на инструкциите и прилагодување кон структурирани средини: Структурната природа на часот им помага на децата, особено на оние со НСА, да ги следат упатствата и да се прилагодат на регулираните средини, подобрувајќи ја нивната способност ефективно да функционираат во различни поставки.

МОДИФИКАЦИИ ЗА РАЗЛИЧНИ УЧЕНИЦИ

ПРОСТОР

Погрижете се областите за активности да бидат јасни и да не се преполни.

Имајте мирно место каде ученикот со НСА може да оди ако му треба одмор.

ЗАДАЧА

Сегментацијата на задачите значи разложување на секоја активност (качување, лизгање, балансирање) на помали, податливи чекори за да се обезбеди владеење и да се зголеми самодовербата.

Сите активности може да се постават и како курс со пречки за тимови од ученици да ги извршуваат сите активности заедно, без да остават никого зад себе.

Сите тие мора да се поддржуваат за да ги завршат задачите.

Дајте дополнително време доколку е потребно.

Станиците за активност може да се постават околу или низ просторијата во редови (Видете ПЛАН ЗА ЧАС М4).

Користете и демонстрации и зборови за да објасните што да правите.

ОПРЕМА

Погрижете се целата опрема да биде безбедна и инклузивна за секого

Алатките за комуникација може да се користат за да им се помогне на сите да се чувствуваат удобно и ангажирано.

Различни мотивациони засилувачи може да се користат како дополнување на вербалните и невербалните пофалби, како што се налепници или мали играчки, за да се прослават успехите и да се мотивира континуиран напор.

ЛУЃЕ

Имајте асистент кој може да ги поддржува децата со НСА.

Дадете му партнер на детето со НСА кој го разбира и може да биде тука за поддршка.

Научете ги другите ученици да бидат љубезни и трпеливи за да можат сите да работат заедно.

ПЛАН ЗА ЧАС СЗ

СЗ: Соопштува мислење за тоа дека главата му е наопаку

60 минути

Може да се подели на повеќе сесии

ЦЕЛ НА ЧАСОТ

Развој на способност кај учениците за да можат да ги соопштат своите мислења главата им е наопаку за време на активностите на часот по ФЗО

МАТЕРИЈАЛИ

Книга за комуникација

Социјална приказна за главата наопаку

ТЕХНИКИ

Социјална приказна: Употреба на приспособена приказна за да се подготват учениците за искуството при положба на главите наопаку, со објаснување што да очекуваат и како да се справат со чувствата што се појавуваат.

Моделирање на однесувањето: Демонстрирање на активностите притоа експлицитно покажување како да се изразат чувствата со помош на книга за комуникација.

Вербално и визуелно поттикнување: Обезбедување на знаци за насочување на учениците во ефективно користење на алатките за комуникација за време и по активностите.

Позитивно зајакнување (Positive Reinforcement): Пофалување, охрабрување или давање на опипливи награди за соодветно изразување на чувствата и учество во активности и покрај непријатноста.

Постапно изложување: Постепено воведување на активности кои вклучуваат насочување на главата наопаку, зголемување на сложеноста или времетраењето додека се додека на ученикот не му стане поудобно во таа положба.

АКТИВНОСТИ

Прегледајте ја социјалната приказна за главата наопаку за време на активностите на часот по ФЗО со ученикот.

Подгответе активности со главата наопаку за ученикот да се обиде. Подгответе ја книгата за комуникација за детето да го изрази своето мислење за вршење на овие активности.

Моделирајте ги активностите на ученикот. Нека ги испробаат активностите.

Покажете му на ученикот книгата за комуникација за да го изрази своето мислење (потребна е пауза, чувство на страв, вртоглавица итн.) за активностите. Визуелно и вербално поттикнете го детето да ги користи визуелните картички и да вежба комуникација. Дајте позитивно засилување откако ќе ги искористите картичките за да го изразат своето мислење.

Вежбајте да изразувате мислења за активностите користејќи ја книгата за комуникација.

За повеќе информации за книгите за комуникација, видете го видеото.

ИСХОДИ ОД УЧЕЊЕТО

Ефективна комуникација: Учениците прецизно ќе ја користат книгата за комуникација за да ги изразат своите чувства за активностите што вклучуваат положба на главите наопаку.

Учество и ангажираност: Учениците ќе учествуваат во активности кои вклучуваат положба на телото превртување наопаку, покажувајќи зголемување на удобноста во овие положби со текот на времето.

Вештини за саморегулација: Учениците ќе покажат подобрување во саморегулирањето на нивните емоции и однесување при предизвикувачки физички активности.

Приспособливи и вештини за справување: Учениците ќе развијат стратегии за справување со непријатност при физички активности, користејќи алатки и соодветни техники.

ТЕОРЕТСКИ ОСНОВИ

Применета анализа на однесувањето: Се фокусира на користење интервенции во однесувањето за да ги научи учениците како да комуницираат ефективно и да ги контролираат нивните емоции за време на предизвикувачки физички активности.

Бихревијоризам: Ја истакнува улогата на интеракцијата со околината во учењето, користејќи позитивни и негативни засилувања за обликување на однесувањето и охрабрување на комуникацијата.

Когнитивна теорија на однесување: Ги нагласува разбирањето и промените преку патерни кои влијаат на емоциите и однесувањата, особено релевантни за управување со чувствата на непријатност или страв.

Психологија на развојот: Го зема во обзир развојниот стадиум на студентите и ги прилагодува активностите и комуникациските методи кои се соодветни и ефикасни за возраста.

ВЕШТИНИ И КОМПЕТЕНЦИИ

Физичка координација и моторни вештини: развој на координацијата, рамнотежата и агилноста преку активностите на ПЕ.

Комуникација и изразување: Подобрување на способноста за комуникација на лични искуства и чувства прецизно користејќи Алатки за ААК.

Емоционална издржливост и справување: Развивање на отпорноста и механизмите за справување со физичките и емоционалните предизвици.

Општествена интеракција и емпатија: Подобрување во интеракцијата со врсниците и возрасните во подржувачка средина, поттикнување на емпатијата и кооперативното однесување.

МОДИФИКАЦИИ ЗА НЕТИПИЧНИ УЧЕНИЦИ

ПРОСТОР

Просторот помеѓу луѓето може да биде помал или поголем за студентите да се чувствуваат поудобно или да го зголемат и намалат предизвикот.

Некои деца со аутизам се особено чувствителни на светли и светли бои, вклучително и светла бела боја. Беж, сив, крем или потопли тонови, за да се создадат лесно обоени ѕидови може да ги намали одвлекувањата на вниманието и може да има смирувачки ефект.

Флуоресцентното осветлување е најнесоодветно за аутистично дете.

ЗАДАЧИ

Задачите можат да бидат раздвоени на помали подзадачи со цел главата да биде наопаку користејќи ја Методологијата на станици за вештини. (Види ПЛАН ЗА ЧАС М4)

Мостови и наведнување кон напред за да ги допреме прстите на нозете

Станица за вештина 1: На двете колена, со двете раце на подот напред, направете мост.

Станица за вештина 2: Лежејќи со лице кон подот со рацете ставени кон напред или на главата од страна и потоа со движење на рацете поблиску до телото, држејќи ја главата надолу кон подот.

Станица за вештина 3: Стоење и движење на рацете надолу по телото за да ги допре колената.

Станица за вештина 4: Стоење и движење на рацете надолу по телото за да се допре.

Колук напред

Skill Station 1: На двете колена, со двете раце на подот напред, направете мост.

Станица за вештини 2: На колена, двете раце на подот, но поблиску до телото, и главата надолу кон подот.

Станица за вештини 3: На десното колено, со левата нога на подот, левата рака на подот покрај левата нога и десната рака меѓу нозете со дланките нагоре и прстите насочени наназад.

Вештина станица 4: Целосно тркалање напред. Позицијата е како станица 3, но главата се спушта меѓу нозете, така што задниот дел од вратот оди на подот додека тие туркаат со десната нога за да направат тркалање напред.

ОПРЕМА

Може да се користат меки гимнастички душеци и сидни подлоги.

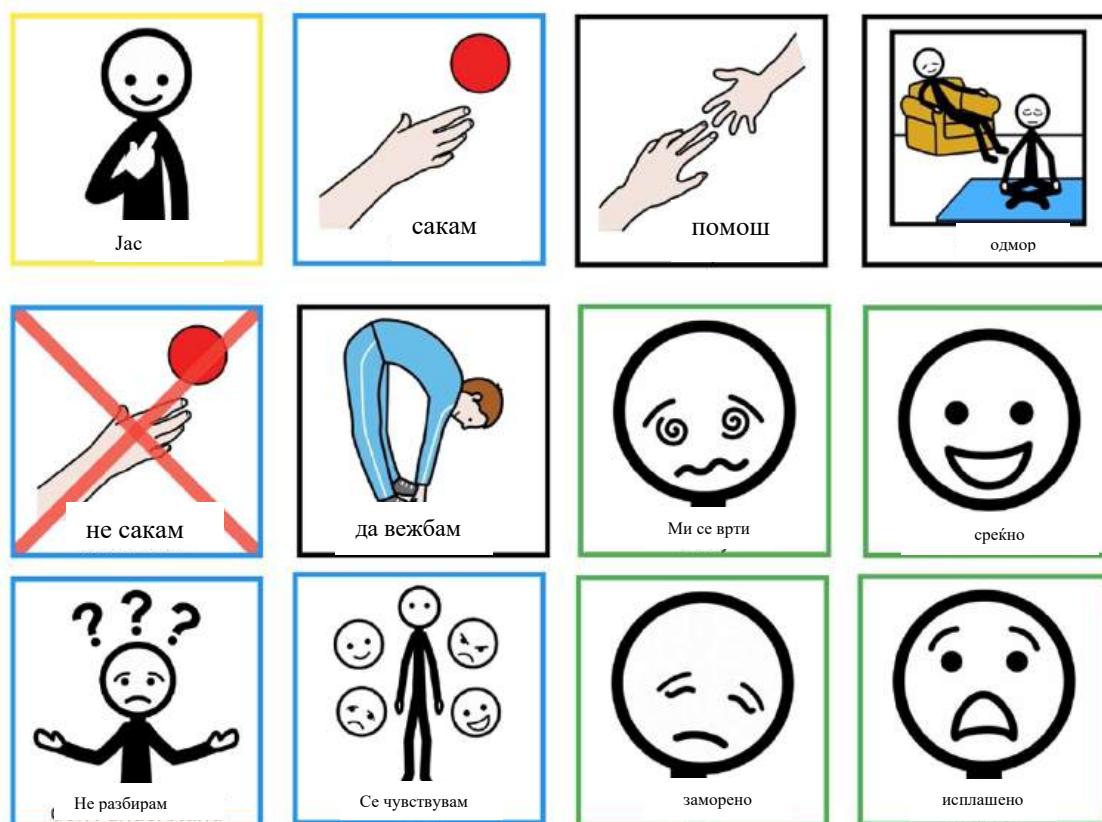
Обоените нараквици се црвени за десната и сините за левата за да се обезбеди правилното користење на раката и стапалото за време на вежбањето.

ЛУЃЕ

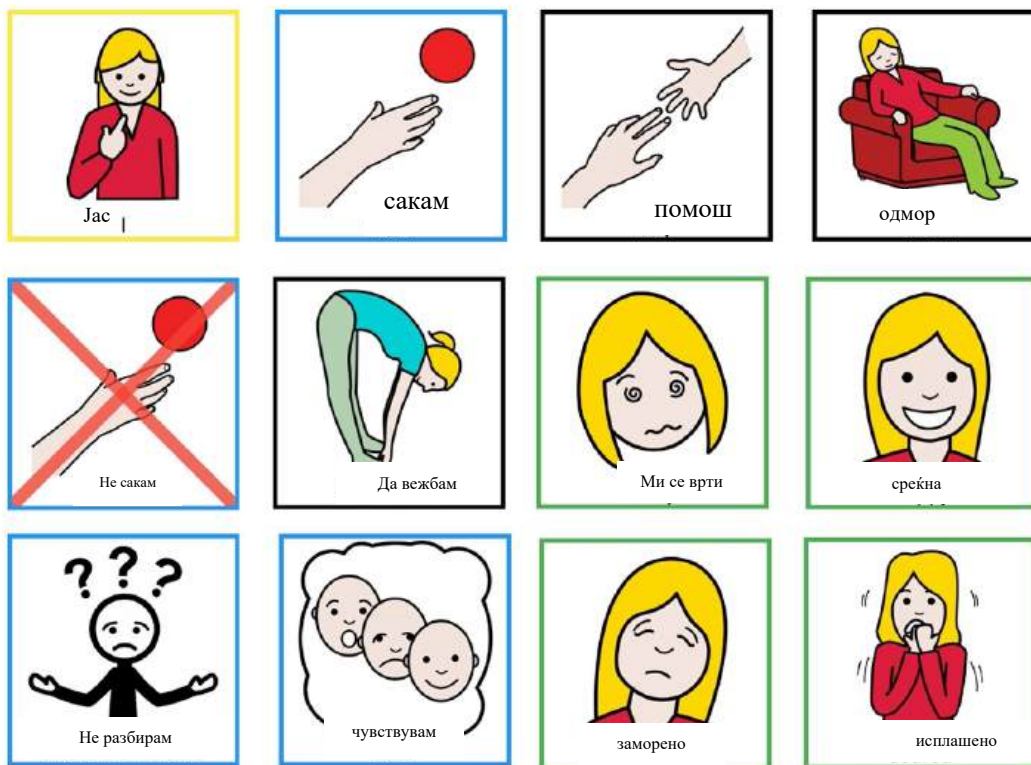
Пред дискусијата, учениците можат да направат презентација користејќи зборови, симболи или слики за да ја поддржат дискусијата за искуствата.

Врсниците можат да помогнат во секоја станица и со секоја задача.

ПЛАН ЗА ЧАС СЗ ТАБЛА ЗА КОМУНИКАЦИЈА

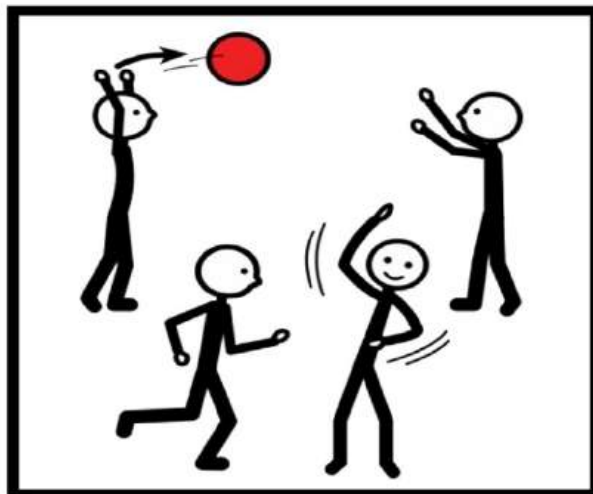


Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)

ПЛАН ЗА ЧАС С3 СОЦИЈАЛНА ПРИКАЗНА



За време на часот по физичко јас правам различни вежби

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Понекогаш, за време на часовите по физичко образование можам да правам вежби во кои мојата глава е обратно поставена надолу

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



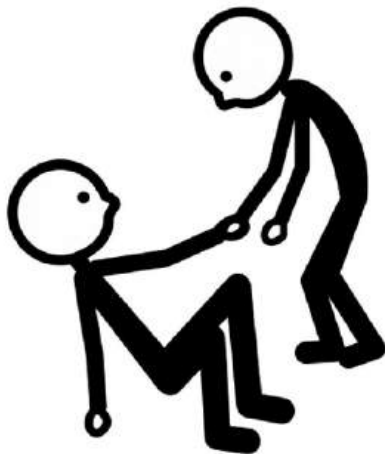
Правејќи ги овие вежби може да се чувствувам исплашено,
уморно, па дури и да полувствувам вртоглавица.
Ова може да биде напорно и можеби ќе ми биде потребна пауза.
И тоа е во ред.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Можам да се обидам да бидам храбар и да пробам да ја
направам вежбата.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Можеби нема да ја разберам вежбата. Можам да побарам помош од наставникот.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Можам да прекинам со вежбање и да се одморам. Можам да му кажам на мојот наставник дека треба да се одморам, користејќи зборови или слики.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Во ред е ако не ги правам вежбите. Ќе останам смирен и ќе правам други активности.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)

ПЛАН ЗА ЧАС С4

С4: Соопштува мислење за допир од другите или допирање на другите

60 минути

Може да биде поделено во повеќе сесии

ЦЕЛ НА ЧАСОТ

Учениците да бидат способни да соопштат мислења за допир или допирање на други за време на активностите на часот по ФЗО

МАТЕРИЈАЛИ

Социјална приказна за допир на другите или допирање на другите
Визуелни картички
Комуникациска табла

ТЕХНИКИ

Социјални приказни: Користење на социјални приказни за да се подготват учениците за активности за ПЕ кои вклучуваат физички контакт, објаснување што ќе се случи и зошто е тоа важно.

Вербално и визуелно помагање: Обезбедување знаци и инструкции со помош на визуелни картички и вербални упатства за водење на учениците низ активностите и употребата на алатките за комуникација.

Позитивно помагање: Пофалби и опипливи награди за изразување на нивоата на удобност и учество во активности како што е соодветно.

Моделирање: Демонстрирање на употребата на табли за комуникација за изразување на чувствата за допир и активно учество во активности за прикажување прифатливи

АКТИВНОСТИ

Поттикнете го ученикот да го соопшти своето мислење дека е во близок контакт со своите врсници користејќи ја таблата за комуникација (доколку не се чувствува добро, потребен е одмор).

Покажете со помош на таблата за комуникација.

Користете ја таблата за да вежбате комуникација.

ИСХОДИ ОД УЧЕЊЕТО

Комуницирање на границите: Учениците ефективно ќе ги користат таблите за комуникација за да ја изразат својата пријатност или непријатност при допир за време на активностите.

Учество во физички активности: Учениците ќе учествуваат во избрани активности кои вклучуваат допир до степен до кој им е удобно, покажувајќи разбирање за тоа како да управуваат со личните граници.

Вештини за самоуправување: Учениците ќе покажат нови вештини за самоуправување со тоа што ќе идентификуваат кога се чувствуваат непријатно и ќе ги соопштат своите потреби.

Приспособливост: Учениците ќе покажат зголемена приспособливост со вклучување во различни активности со различни нивоа на физички контакт како што тие ќе им станат покомфорни.

ТЕОРЕТСКИ ОСНОВИ

Применета анализа на однесување: Се фокусира на систематско учење на учениците да ги комуницираат нивните потреби и да управуваат со сензорните чувствителности преку позитивно засилување и структурирана интеракција.

Теорија на сензорна интеграција: Помага да се разбере како учениците ги обработуваат сензорните информации, особено допирот, и важноста на приспособувањето на сензорните потреби во образованието.

Бихејвиоризам: Го нагласува учењето од околината преку интеракција и засилување, што е критично за учење на учениците како да реагираат и да комуницираат за допирот.

Теорија на социјално учење: Ја нагласува важноста на моделирањето и учењето од врсници во стекнувањето социјални вештини и разбирањето на нормите околу личниот простор и допирот.

ВЕШТИНИ И КОМПЕТЕНЦИИ

Комуникациски вештини: Развој на робусни комуникациски вештини користејќи AAC или PECS за изразување чувства и граници.

Вештини за сензорна обработка: Подобрена способност за обработка на сензорни информации поврзани со допир и развивање стратегии за справување.

Вештини за социјална интеракција: Подобрени вештини за социјална интеракција, вклучувајќи разбирање како да се изразат и почитуваат личните и туѓите граници.

Емпатија и поддршка: Негување на емпатија преку разбирање на различни нивоа на удобност меѓу врсниците и учење на поддржувачки однесувања.

МОДИФИКАЦИИ ЗА НЕТИПИЧНИТЕ УЧЕНИЦИ

ПРОСТОР

Просторот помеѓу учениците може да се направи помал или поголем за учениците да се чувствуваат поудобно.

ЗАДАЧА

Поставете ги учениците во два реда свртени едни кон други.

Висококвалификуваните студенти или асистентите формираат ред 1, а на крајот од секоја активност, последниот ученик во редот 1 се движи на почетокот на редот 1, а последниот ученик во редот се движи еден ред подолу. Линијата 2 поседува каква било опрема. Секој може истовремено да учествува во активности на допир на различни начини и со различни луѓе. (Види ПЛАН ЗА ЧАС МЗ).

Постепена изложеност на допир воведува допир постепено со помалку инвазивни активности (на пр., „да пукне/ дај пет“) и напредува кон поинтензивен контакт како што се зголемува нивото на удобност.

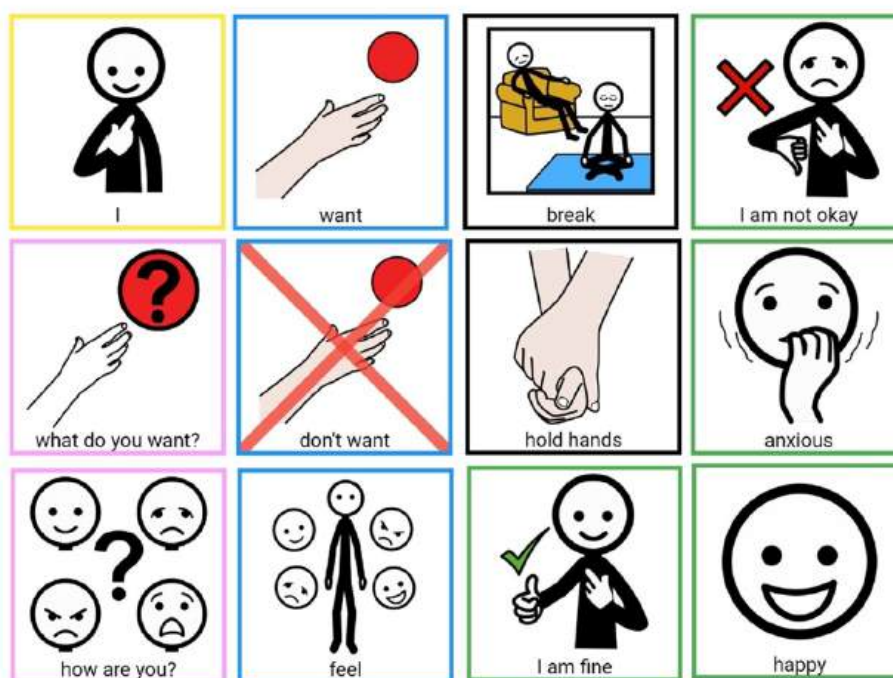
ОПРЕМА

Наставникот или врсникот може да користи предмети што му се допаѓаат на детето, како што се автомобил-играчка, четка за коса или дури и рачна кукла за допир.

ЛУЃЕ

Пред дискусијата, учениците можат да нацртаат презентација користејќи зборови, симболи или слики за да ја поддржат дискусијата за искуствата.

ПЛАН ЗА ЧАС С4 ТАБЛА ЗА КОМУНИКАЦИЈА



Pictograms author: Sergio Balboa. Origin: APASAC (<http://www.apasac.org/>). License: CC BY-NC-SA



Sometimes during PE classes I may do activities together with other students.

Понекогаш за време на часовите по физичко образование може да правам активности заедно со учениците

ПЛАН ЗА ЧАС С4 СОЦИЈАЛНА ПРИКАЗНА



Понекогаш ќе треба да се држам за рака со другите ученици.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Како на пример кога правиме круг.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Кога ги правам овие активности, може да се чувствувам вознемилено. Ова може да биде напорно за мене и можеби ќе ми треба пауза. Тоа е во ред.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Можам да се обидам да бирам храбар/а и да ја правам активноста заедно со другите ученици.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Во ред е ако не сакам да се држам за рака или да бидам блиску до други ученици.



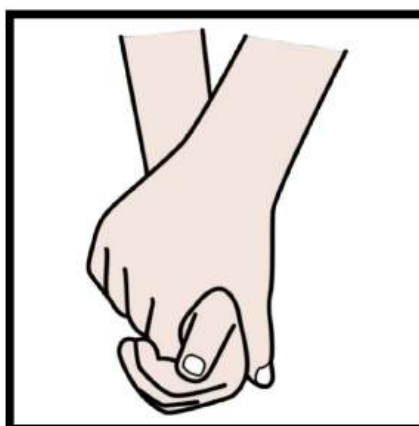
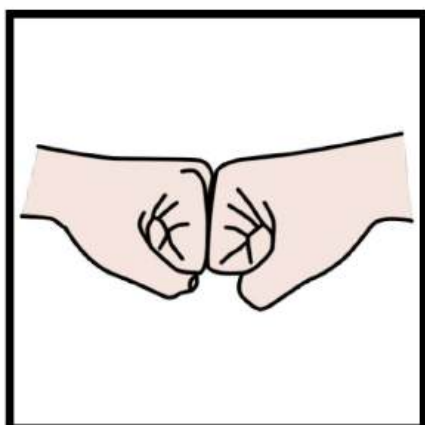
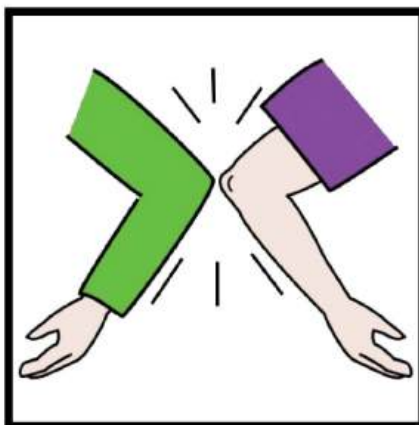
Ќе му кажам на мојот наставник дека треба да направам пауза користејќи зборови, гестови или слики.



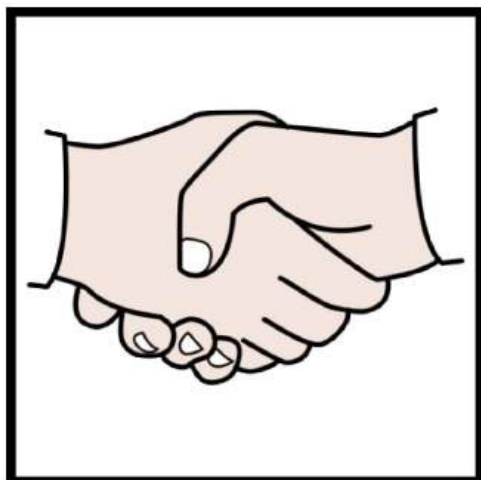
Во ред е да не се прават групни активности. Ќе останам смирен/а и ќе правам различни активности за време на часот.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)

ПЛАН ЗА ЧАС С4 ВИЗУЕЛНИ КАРТИЧКИ СО АКТИВНОСТИ



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)

ПЛАН ЗА ЧАС С5

С5: Соопштување на мислење за стоењето во ред/блиску до другите

60 минути

ЦЕЛ НА ЧАСОТ

Ученикот да може да комуницира мислења за стоењето во ред, односно блиску до други ученици.

МАТЕРИЈАЛИ

Предмети за смирување (стрес топка, сензорно шише, итн.)

Карики

Социјална приказна

Визуелни картички

ТЕХНИКИ

Социјална приказна: Користење на социјална приказна за да се подготват учениците за искуството да застанат во ред или да бидат блиски со другите, со детали за тоа какви однесувања се очекуваат и зошто.

Моделирање на однесувањето: Демонстрирање соодветни однесувања додека стоите во ред или за време на ситуации со близок контакт за да се обезбедат јасни, визуелни примери.

Вербално, визуелно и физичко поттикнување: Обезбедување на знаци и упатства за водење на учениците за тоа каде да застанат и како да комуницираат, користејќи визуелни картички за да ги соопштат потребите и преференциите.

Позитивно засилување: Нудење пофалби и опипливи награди за одржување на соодветно однесување и за успешно користење на алатки за комуникација за изразување на удобност или непријатност.

Структурирани знаци на животната средина: Користење на физички маркери како што се обрачи или обоени точки за визуелно да се означат соодветните места за стоење, помагајќи да се управува со свеста за просторот свест.

АКТИВНОСТИ

Прегледајте ја социјалната приказна за стоењето во ред блиску до другите ученици заедно со учениците.

Подгответе „станица за активности“ со предмети за смирување (стрес топка, слајм, сензорни шишиња итн.). Поминете низ станицата за активности со ученикот и побарајте да ги користите предметите.

Подгответе кругови каде што учениците ќе можат да застанат кога чекаат во редот (можете да користите обрачи). Покажете му на ученикот каде да застане кога чека во ред за да избегне близок контакт со другите ученици.

Претставете ги визуелните картички на ученикот. Ве молиме да ги користите визуелните картички за да ги изразите потребите (потребен е предмет за ослободување од стрес и пауза од активността).

Вежбајте да изразуваат мислења за активностите користејќи ги картичките за визуелна пауза.

ИСХОДИ ОД УЧЕЊЕТО

Комуникација на потребите за личен простор: Учениците ефективно ќе користат алатките за комуникација за да ги изразат своите нивоа на удобност за близината со другите.

Придржување кон просторните насоки: Учениците ќе покажат способност да ги следат визуелните знаци и да одржуваат соодветни растојанија од врсниците за време на распоредот и активностите со близок контакт.

Вештини за самоуправување: Учениците ќе покажат подобрена способност да управуваат со своите емоции и однесувања во ситуации кога личниот простор е ограничен.

Употреба на стратегии за смирување: Учениците самостојно ќе користат предмети за смирување или техники кога се чувствуваат непријатно.

ТЕОРЕТСКИ ОСНОВИ

Применета бихевјорална анализа (АВА): се фокусира на користење интервенции во однесувањето за да ги научи учениците како да ги комуницираат потребите и ефикасно да управуваат со однесувањата во социјални средини.

Бихејвиоризам: Го нагласува учењето преку интеракција со околината, користејќи позитивно засилување за обликување на однесувањето поврзано со личниот простор и комуникацијата.

Когнитивно-бихејвиорална теорија: го подобрува разбирањето за тоа како мислите и чувствата можат да влијаат на однесувањето, особено во управувањето со реакциите на физичката близина.

Универзален дизајн за учење (UDL): Уверува дека активностите и комуникациите се достапни и соодветни за сите ученици, без оглед на нивната сетилна чувствителност или комуникациски способности.

ВЕШТИНИ И КОМПЕТЕНЦИИ

Комуникациски вештини: Развој на робусни комуникациски вештини со користење на визуелни картички и други ААС алатки за изразување чувства и лични граници.

Вештини за сензорна обработка: Подобрена способност за обработка на сензорни информации поврзани со допир и личен простор, развивање стратегии за справување.

Вештини за социјална интеракција: Подобрени вештини за социјална интеракција, вклучувајќи разбирање како да се изразат и почитуваат личните и туѓите граници.

Емоционална регулација: негување на вештини за емоционална регулација преку препознавање и соопштување на личната непријатност или потреби во социјален амбиент.

МОДИФИКАЦИИ ЗА НЕТИПИШНИ УЧЕНИЦИ

ПРОСТОР

Учениците може постепено да се доближуваат кога стојат во ред.

ЗАДАЧА

Станиците за вештини може да се постават со различни или прогресивни рутини за допир или смирување и постепено поблиски прстени во редовите. (Види ПЛАН ЗА ЧАС М4)

Може да се користи и "брз состанок" (Види ПЛАН ЗА ЧАС М3)

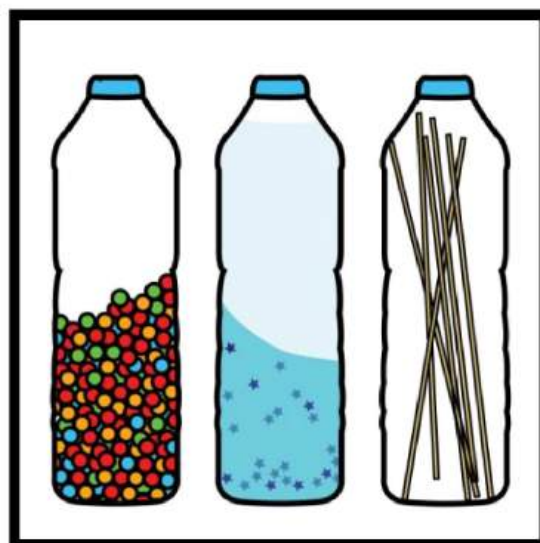
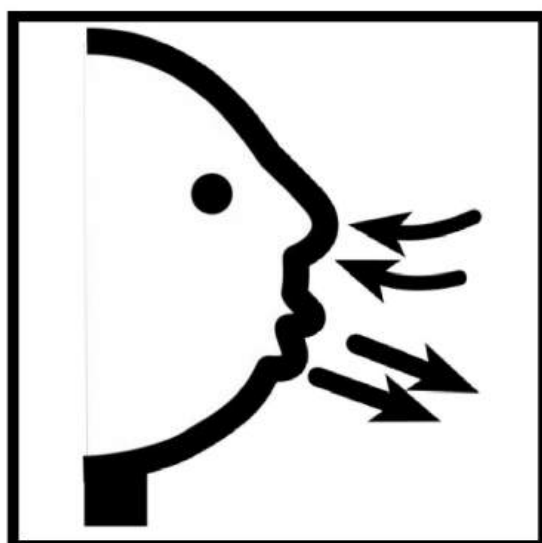
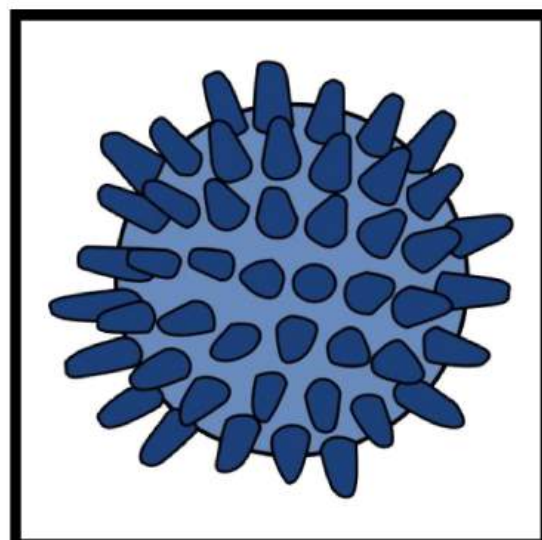
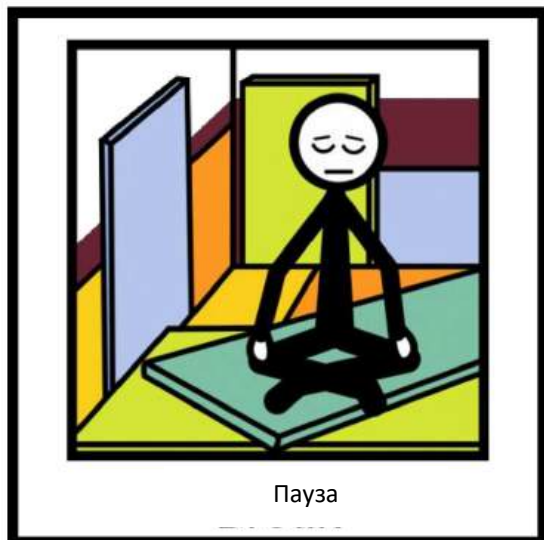
ОПРЕМА

Наставникот или врсникот може да користи предмети што му се допаѓаат на детето, како што се автомобил-играчка, четка за коса или дури и рачна кукла за допир.

ЛУЃЕ

Пред или по сесијата, учениците може да нацртаат презентација користејќи зборови, симболи или слики за да поддржат дискусија за искуствата.

ПЛАН ЗА ЧАС С5 ВИЗУЕЛНИ КАРТИЧКИ



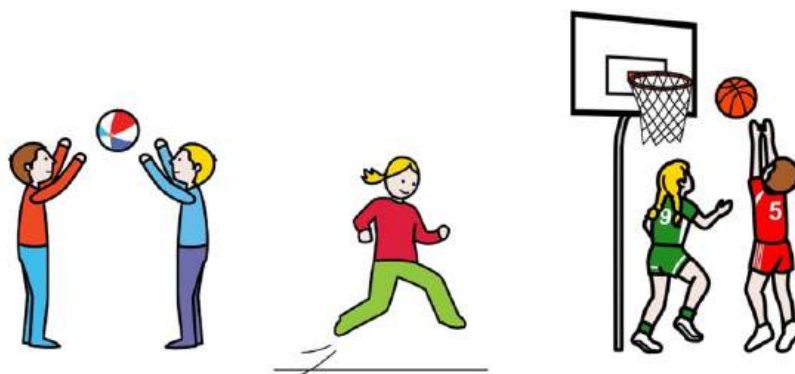
Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Креирајте картички со различните предмети за ослободување на стрес што ги имате на часовите по физичко образование.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)

ПЛАН ЗА ЧАС С5 ВИЗУЕЛНА ПРИКАЗНА



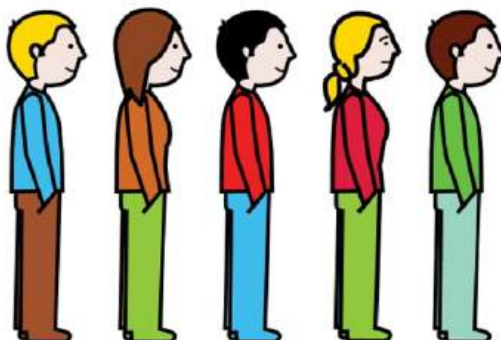
Во објектот каде што ги одржуваме часовите по физичко има многу ученици.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



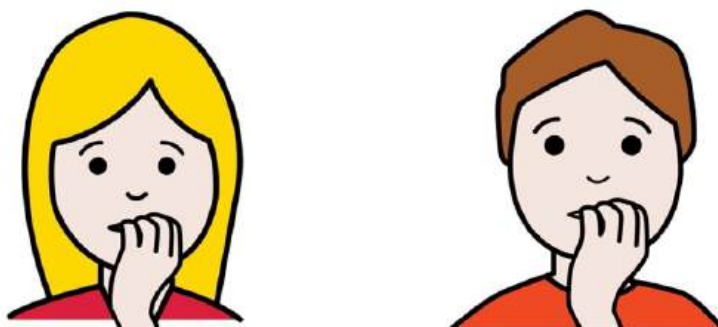
Понекогаш ќе правиме активности во круг и тие ќе седат непосредно до мене.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Понекогаш ќе треба да чекам во ред за да ја направам активноста што се бара на часот.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Тоа што сум премногу близок со други деца може да направи да се чувствувам непријатно и вознемирено. Но, секое време можам да пробам нешто што може да ме смири.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



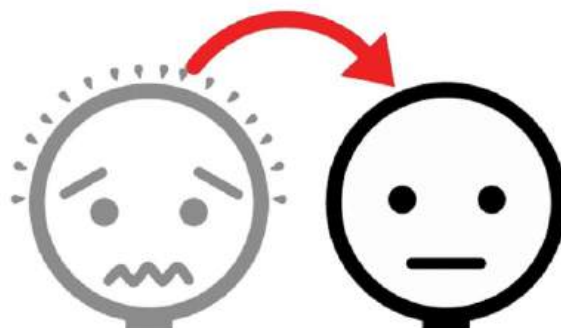
Најпрво, ќе пробам да дишам длабоко за да останам смирен/а.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



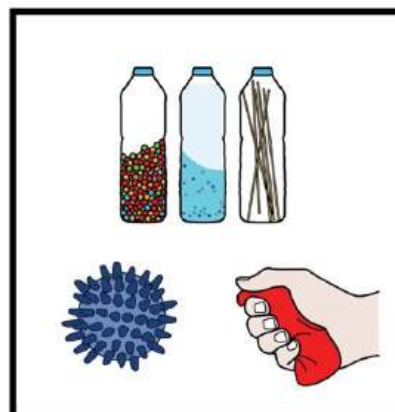
Ако сè уште сум под стрес, можам да користам предмет што може да ме смири. Тоа може да биде стрес топка, сензорно шише, слајм или нешто друго што ми се допаѓа.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Тоа може да ме смири.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



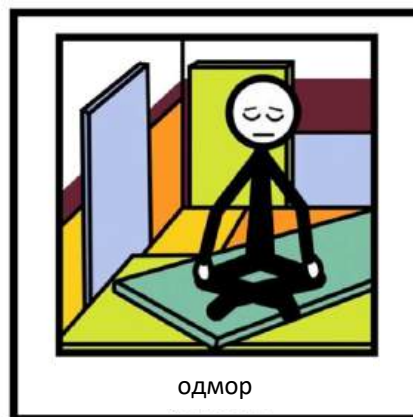
Ќе го замолам мојот наставник да земе предмет што може да ме смири користејќи зборови, картички или гестови.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Ако сум под стрес. Ќе се одморам од активноста и ќе седам сам додака да се смирам.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Со користење на зборови, картички или гестови, ќе го замолам мојот наставник да направи пауза

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)

ПЛАН ЗА ЧАС С6

С6: Соопштува мислење за прекумерно движење

60 минути

Може да се подели на повеќе сесии

ЦЕЛ НА ЧАСОТ

развој на способности кај учениците за да можат да соопштат мислења за прекумерно движење за време на активностите на часот по ФЗО

МАТЕРИЈАЛИ

Социјална приказна
Терапевтска топка
Комуникациска табла.

ТЕХНИКИ

Социјална приказна: Користење на социјална приказна за подготовка на учениците за активности кои вклучуваат прекумерни движења, објаснувајќи какви однесувања се очекуваат и како да се справат со непријатноста.

Моделирање на однесувањето: Покажување на секоја активност, особено како да се користи таблата за комуникација за да се изразат чувствата и потребите за време на вежбите.

Вербално и визуелно поттикнување: Обезбедување знаци и поттикнувања за водење на учениците за тоа како соодветно да ги изразат своите чувства користејќи ја таблата за комуникација.

Позитивно засилување (positive reinforcement): Нудење пофалби и опипливи награди за соодветно изразување на чувствата и учество во активности и покрај непријатноста.

Постепено изложување: Воведување активности со прекумерни движења постепено, почнувајќи од помалку интензивни до поинтензивни, како што се зголемува нивото на удобност.

АКТИВНОСТИ

Разгледајте ја социјалната приказна за прекумерните движења за време на часовите по ФЗО со учениците.

Подгответе ги активностите на учениците, вклучувајќи различни движења (отскокнување на терапевтската топка, активности за скокање, предење, брзо танцување итн.)

Подгответе комуникациска табла за учениците да изразат мислење за извршување на овие активности. Моделирајте ги активностите на ученикот. Нека ги испроба активностите.

Покажете им на учениците таблата за комуникација да ги изразат своите мислења (потребна е пауза, чувство на страв, вртоглавица итн.) за активностите. Визуелно и вербално поттикнете го детето да ја користи таблата за комуникација и да вежба комуникација.

Вежбајте да изразувате мислења за активностите користејќи ја таблата за комуникација.

ИСХОДИ ОД УЧЕЊЕТО

Ефективна комуникација: Учениците ќе ја користат таблата за комуникација за прецизно да ги изразат своите чувства за активностите кои вклучуваат прекумерни движења.

Адаптација на физички активности: Учениците ќе учествуваат во активности, демонстрирајќи зголемена удобност и способност да управуваат со нивните реакции со текот на времето.

Вештини за самоуправување: Учениците ќе покажат подобрување во саморегулирањето на нивните емоции и однесувања како одговор на предизвиците со физичка активност.

Стратегии за справување: Учениците ќе развијат и користат стратегии за справување за да се справат со чувствата на прекумерно движење за време на физичките активности.

ТЕОРЕТСКИ ОСНОВИ

Применета анализа на однесување: Се фокусира на систематски апликации на интервенции во однесувањето за подобрување на комуникацијата, саморегулацијата и стратегиите за справување преку структурирана настава и позитивно засилување.

Бихејвиоризам: Ја нагласува улогата на еколошките интеракции во учењето, користејќи позитивно засилување за обликување на однесувањето поврзано со одговорите на физичките стимули.

Теорија на сензорна интеграција: Помага да се разбере како учениците обработуваат сложени сензорни информации, како што се прекумерно движење и важноста од развивање механизми за справување.

Когнитивно-бихејвиорална теорија: Го нагласува разбирањето и менувањето на шемите на мислата кои влијаат на емоциите и однесувањето, особено релевантни за управување со одговорите на интензивните физички активности.

ВЕШТИНИ И КОМПЕТЕНЦИИ

Комуникациски вештини: Развој на силни вештини за користење на алатки за визуелна и вербална комуникација за да се изразат личните искуства и потреби.

Вештини за сензорна обработка: Подобрена способност за обработка и одговор на сензорни стимули, развивање на техники за управување со непријатност.

Емоционална регулација: Одгледување на вештини за емоционална регулација преку препознавање и соопштување на чувствата во структурирана и поддржувачка средина.

Социјална интеракција и соработка: Подобрување во интеракцијата со врсниците и наставниците за време на активностите, поттикнување средина на разбирање и поддршка.

МОДИФИКАЦИИ ЗА РАЗЛИЧНИ УЧЕНИЦИ

ПРОСТОР

Може да се постават станици за вештини низ собата. Тие ја имаат истата активност со прогресивен развој на вештини (Види План за час М4). Станиците за активности може да се постават во делови низ просторијата во секој агол или како курс со пречки за тимови во кој учениците меѓусебно се поддржуваат за извршување на активностите. Секоја станица за активности треба да има различни активности.

ЗАДАЧА

Може да се постави и „Брз состанок“ со две линии на ученици свртени еден кон друг.

Високофункционалните ученици или асистентите формираат линија 1, а на крајот од секоја активност, последното лице во линијата 1 се движи на почетокот на линијата 1, а секое лице се движи по еден ред подолу. Линијата 2 ја држи опремата прилагодена на нивните потреби. (Види план за час М3)

Секој може да учествува во различни активности на различни начини и со различни луѓе истовремено.

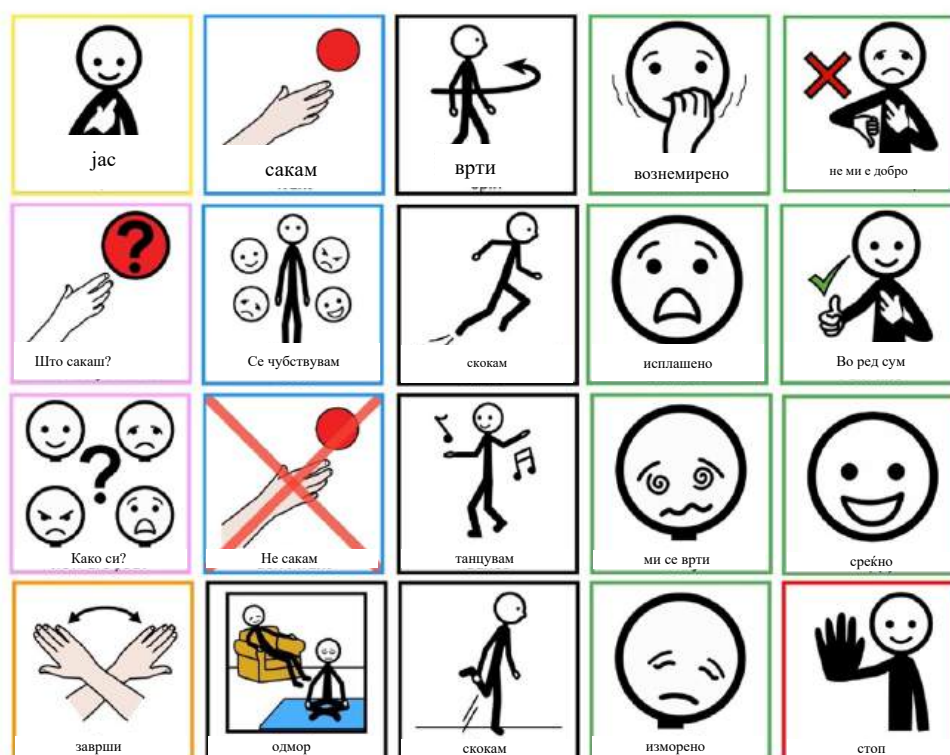
ОПРЕМА

Терапевтската топка може да се замени со перница или душек за активности.

ЛУЃЕ

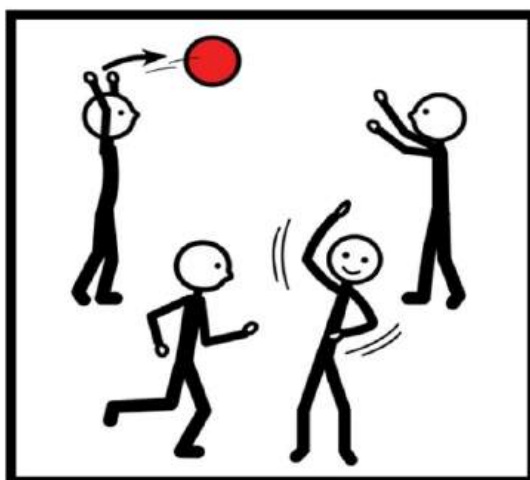
Нумерирајте ја секоја личност, на пр., од 1 до 5. Секоја група се собира во Активна станица или во прогресивна станица за вештини означени од 1 до 5. Секоја група може да има водач или асистент кој може да ја поддржи групата. (Види План за час М4)

ПЛАН ЗА ЧАС С6 ТАБЛА ЗА КОМУНИКАЦИЈА

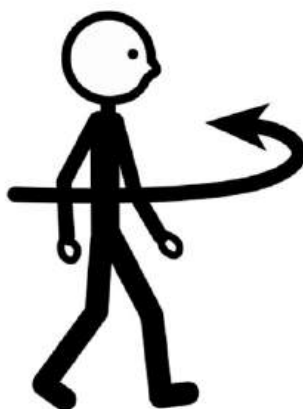


Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)

ПЛАН ЗА ЧАС С6 СОЦИЈАЛНА ПРИКАЗНА



За време на часовите по ФЗО правам различни вежби



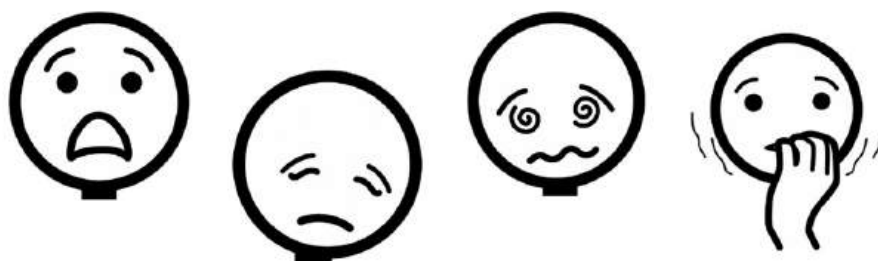
Понекогаш, за време на часовите по физичко образование можам да правам вежби со вртење

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Понекогаш правам вежби со скокање и подскокнување

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Правејќи ги овие вежби може да се чувствувам исплашено, вознемирено, уморно или дури и да ми се врти. Ова може да биде многу за мене и можеби ќе ми треба пауза. И тоа е во ред.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Можам да се обидам да бидам храбар и да се обидам да ги извршувам активностите.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Можам да се одморам од вежбање и да се одморам.
Можам да му кажам на наставникот дека треба да направам пауза користејќи зборови, гестови или слики.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Во ред е да не ги правам вежбите. Ќе направам пауза
и ќе останам смирен.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)

ПЛАН ЗА ЧАС С7

С7: Кажува свое мислење за ситуации кога треба да стои смирено

60 минути

ЦЕЛ НА ЧАСОТ

За учениците да можат да ги соопштат своите мислења за тоа дека мора да останат мирни за време на активностите по ФЗО.

МАТЕРИЈАЛИ

Социјална приказна

Топката за стрес или други тивки играчки за стискање.

Картички за визуелна пауза

Картички за визуелни потсетници

ТЕХНИКИ

Социјални приказни: Користење на социјалните приказни за поставување очекувања и објаснување на причините за потребата да се остане мирен за време на одредени активности.

Моделирање на однесувањето: Демонстрирање на употреба на картички за визуелна пауза и топки за стрес како механизми за справување за време на активности кои бараат тишина.

Вербално и визуелно поттикнување: Обезбедување конзистентни знаци со помош на картички за визуелни потсетници за да се зајакне останувањето мирно и користењето картички за пауза кога е потребно.

Позитивно засилување: Нуди пофалби и опипливи награди за успешно останување мирно и за ефективно комуницирање на потребите со помош на картички за пауза.

Структурирана практика: Организирање на активности кои постојано бараат тишина за практикување на саморегулација и комуникација во контролиран амбиент.

АКТИВНОСТИ

Разгледајте ја социјалната приказна за останувањето мирно за време на активностите на часот по ФЗО со учениците.

Подгответе визуелни картички за пауза за ученикот да ги користи кога треба да се движи и да направи друга вежба.

Подгответе картички за визуелни потсетници за да ги користите како визуелно известување.

Обезбедете топка за стрес или други тивки играчки за стискање што ученикот може да ги држи во рака. Покажете му ги на ученикот топчињата за стискање.

Додека ги правите активностите кога учениците треба да останат мирни (танц на замрзнување, игра со црвено светло зелено светло, заглавени во играта со кал, чекајте ред итн.), користете ги картичките за визуелно потсетување за да го поттикнете детето да не се вклучи во постојано движење .

Покажете му ги визуелните картички за пауза на ученикот затоа што му треба пауза од активноста или пристап до друга активност што вклучува движење. Вежбајте комуникација.

ИСХОДИ ОД УЧЕЊЕТО

Ефективна комуникација: Учениците ќе комуницираат и/или прецизно ќе користат картички за визуелна пауза за да ја изразат својата непријатност или потреба за движење за време на статични активности.

Саморегулација: Учениците ќе покажат способност да останат мирни за време на одредените активности, користејќи топки за стрес или други алатки за справување како што се научени.

Приспособливо однесување: Учениците ќе се прилагодат на структурираната средина часот по ФЗО со следење на визуелните инструкции и упатства за управување со нивното однесување за време на активностите кои се потребни за мирување.

Механизми за справување: Учениците ќе идентификуваат и применуваат соодветни стратегии за справување за да се справат со физичката непријатност поврзана со останувањето мирно.

ТЕОРЕТСКИ ОСНОВИ

Применета анализа на однесувањето: се фокусира на користење на систематски интервенции во однесувањето за да научи саморегулација и комуникација преку структурирани активности и позитивно засилување.

Бихејвиоризам: Ја нагласува улогата на околината во обликувањето на однесувањето преку интеракција, вклучително и структурирана употреба на засилување за поттикнување на пожелно однесување.

Когнитивно-бихејвиорална теорија: Поддржува разбирање на врската помеѓу мислите, емоциите и однесувањата и го користи ова разбирање за да управува со реакциите на физичките ограничувања како што е да останете мирни.

Теорија на сензорна интеграција: Помага да се објасни потребата за физичко движење и обезбедува стратегии за да се приспособат на сензорните потреби во образовниот амбиент.

ВЕШТИНИ И КОМПЕТЕНЦИИ

Комуникациски вештини: Развој на ефективна комуникација со користење на ААК алатки како визуелни картички за пауза за изразување на личните потреби.

Самоуправување: Подобрена способност за управување со импулсите и останување неподвижно кога е потребно, користејќи научени техники.

Вештини за физичко справување: Подобрена употреба на физички предмети како топки за стрес за управување со сетилните потреби за време на тишина.

Социјална и емоционална приспособливост: зголемен капацитет за прилагодување на општествените норми во училишта, управување со сопствените чувства и групни очекувања.

МОДИФИКАЦИИ ЗА РАЗЛИЧНИ УЧЕНИЦИ

ПРОСТОР

Станици за вештини кои може да се постават со прогресивно подолго или пократко време на мирување.
(Види План за час М4).

ЗАДАЧА

Станица за вештини бр 1 може да лежи мирно, Станица 2 мирно седи, Станица 3 клекнува мирно и Станица 4 стои мирно.

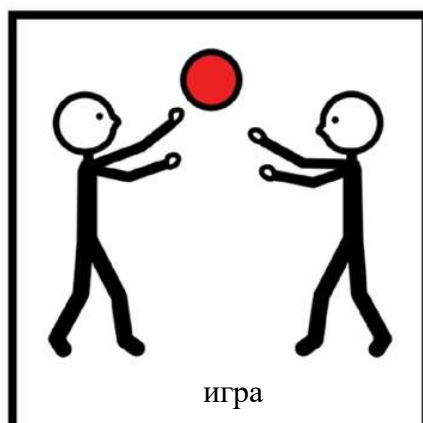
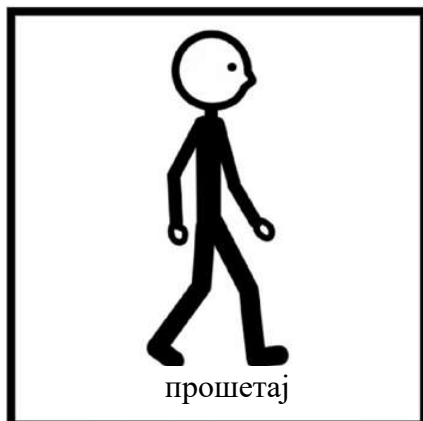
ОПРЕМА

Може да се користат мали прстени за да стоу ученикот внатре или да се стави хартија на подот.

ЛУЃЕ

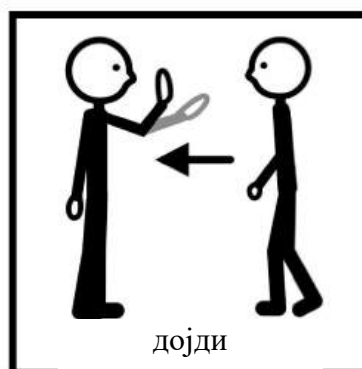
Врсниците или помошникот може да ги поддржи учениците со послаби вештини.

ПЛАН ЗА ЧАС С7 ВИЗУЕЛНИ КАРТИЧКИ ЗА ОДМОР



Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)

ПЛАН ЗА ЧАС С7 КАРТИЧКИ ЗА ВИЗУАЛНО ПОТСЕТУВАЊЕ



Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)

ПЛАН ЗА ЧАС С7 ВИЗУЕЛНА ПРИКАЗНА



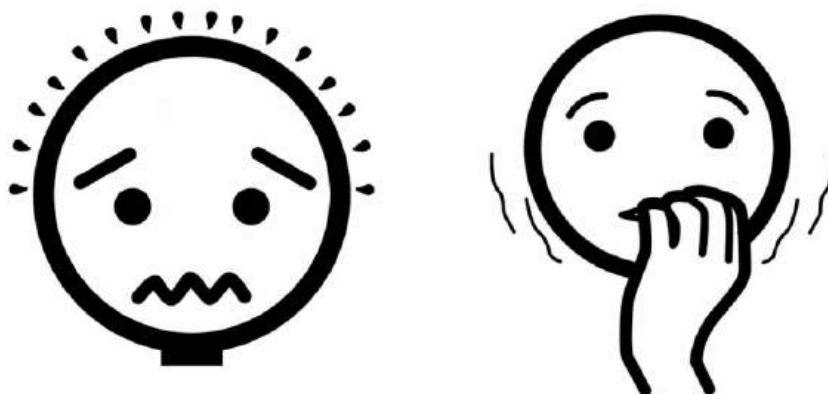
Понекогаш, за време на активностите на часот по ФЗО, треба да стојам мирно.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Тоа значи дека треба да престанам да се движам.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Ова може да ме вознемири.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



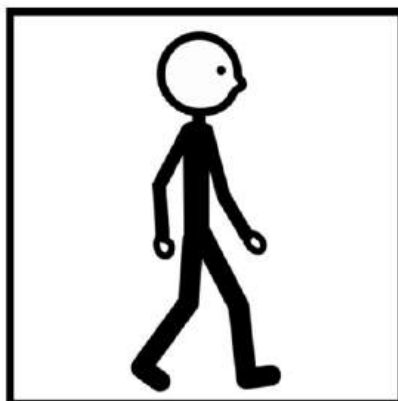
Но, можам да се обидам да направам нешто што може да ми помогне да останам мирен. Можам да се обидам да дишам длабоко.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Ако сè уште се чувствувам нервозен или вознемирен, можам да земам топче за стрес во раката и да се обидам да останам мирен за време на активноста.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Можеби ќе ми треба пауза од активноста и ќе прошетам. Тоа е во ред. Можам да му кажам на мојот наставник дека ми треба пауза користејќи зборови, гестови или слики.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Треба да запомнам дека е во ред да се одморам од активноста.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)

ПЛАН ЗА ЧАС С8

С8: Соопштува мислење за престој во бучна средина

60 минути

Може да се подели на повеќе сесии.

ЦЕЛ НА ЧАСОТ

За учениците да можат сами да ги проценат своите сензорни потреби во бучна средина и да преземат активности за да ги задоволат нивните потреби.

МАТЕРИЈАЛИ

Станица со звучни материјали (види подолу)

Звучен, инвентар за самооценување

Картички за визуелно потсетување

Бучни средини

Социјална приказна

Видео модел за комуникација

Слушалки за поништување на шум

Формулар за оценување

ТЕХНИКИ

Социјална приказна и видео моделирање: Користење на социјална приказна и видео демонстрации за поставување на очекувања и моделирање на однесувања за управување со бучавата во гимназијата.

Станици за сензорна проценка: Поставување станици со различни аудитивни искуства за да им се овозможи на учениците да ги истражат нивните сензорни реакции на различни волумени и типови на бучава.

Визуелно поттикнување: Користење на визуелни картички за поттикнување за да се олесни комуникацијата за сетилните искуства и потреби, како што се одмор или барање слушалки за поништување на шум.

Позитивно засилување: Обезбедување пофалби и награди за учениците кои ефективно користат алатки за самооценување и комуникациски стратегии за да управуваат со нивните сензорни потреби.

Постепено изложување: Постепено зголемување на сложеноста на околината за бучава бидејќи учениците постепено се навикнуваат со користење на нивните стратегии за справување.

АКТИВНОСТИ

Разгледајте ги бучните средини и социјалната приказна со учениците. Постапувајте прашања за да проверите дали има разбирање за целата ситуација.

Подгответе ја училницата со звучна станица со слушалки и медиуми со различни вообичаени звуци на часот по ФЗО со различни јачини (на пр., група деца кои трчаат кругови во затворен простор).

Водете ги учениците низ звучната станица, барајќи од нив сами да го проценат нивото на чувствителност на секој звук користејќи го дадениот инвентар за самооценување на звукот.

Покажете им ги на учениците картичките за визуелно известување за потребата од пауза од бучавата или пристап до слушалки за заштита од звуци.

Ученикот нека го гледа видео моделот за комуникација на потребите и нека ја вежба комуникацијата.

ИСХОДИ ОД УЧЕЊЕТО

Сетилно самооценување: Учениците точно ќе го користат инвентарот за звучна самооценка за да ги идентификуваат нивните нивоа на чувствителност на различни звуци.

Ефективна комуникација: Учениците ќе покажат способност да користат визуелни картички и други алатки за комуникација за да ги изразат своите сетилни потреби и преференции.

Прилагодување на бучни средини: Учениците ќе покажат подобрена способност да функционираат во бучна животна средина на часот по ФЗО со примена на стратегии за справување научени преку лекцијата.

Самоуправување со сензорното преоптоварување: Учениците ќе покажат нови вештини во управувањето со нивните реакции на сензорното преоптоварување преку употреба на слушалки за поништување бучава и правење паузи по потреба.

ТЕОРЕТСКИ ОСНОВИ

Применета анализа на однесување: се фокусира на систематски интервенции за да ги научи вештините за самоуправување и комуникација како одговор на стимули од околината.

Бихејвиоризам: Го нагласува учењето од околината преку засилување, користејќи структурирани поставки за обликување на однесувањата поврзани со управувањето со сензорното преоптоварување.

Теорија на сензорна интеграција: Помага да се разбере како проблемите со сензорната обработка влијаат на однесувањето и учењето, водејќи го дизајнот на активности кои им овозможуваат на учениците ефективно да управуваат со сетилниот влез.

Когнитивно-бихејвиорална теорија: Го поддржува развојот на стратегии за учениците да ги разберат и менуваат нивните реакции на сетилните искуства.

ВЕШТИНИ И КОМПЕТЕНЦИИ

Комуникациски вештини: Развој на напредни комуникациски вештини за изразување на личните потреби и управување со интеракции во бучни поставки.

Вештини за регулирање на сетилата: Подобрена способност за регулирање на сензорниот внес, користејќи алатки и стратегии за минимизирање на непријатност.

Вештини за социјална интеракција: Подобрени вештини за интеракција со врсниците и наставниците, особено во комуникацијата со потребите поврзани со сетилните прашања.

Емоционална отпорност: Развој на издржливост со прилагодување на предизвикувачки средини и одржување на смиреност под стрес.

МОДИФИКАЦИИ ЗА РАЗЛИЧНИ УЧЕНИЦИ

ПРОСТОР

Просторот помеѓу станиците може да се направи помал или поголем за учениците да се чувствуваат поудобно.

ЗАДАЧИ

„Брз состанок“ со две линии на ученици и клупи меѓу линиите. (Види план за час МЗ)

Висококвалификуваните ученици или асистентите формираат линија 1, а на крајот од секоја активност, последното лице во линијата 1 се движи на почетокот на линијата 1, а секое лице се движи по еден ред подолу.

Секој може да учествува во различни активности на различни начини и со различни луѓе истовремено.

ЛУЃЕ

Пред дискусијата, учениците можат да нацртаат презентација користејќи зборови, симболи или слики за да ја поддржат дискусијата за искуствата. Врсниците можат да ги поддржат учениците.

ПЛАН ЗА ЧАС С8 ВИДЕО ЗА ПАУЗА

https://youtu.be/taC_hE6CyGA



ПЛАН ЗА ЧАС С8 КАРТИЧКИ ЗА КОМУНИКАЦИЈА





ПАУЗА



ПЛАН ЗА ЧАС С8 СОЦИЈАЛНА ПРИКАЗНА

Понекогаш, одиме на многу бучни места. На овие бучни места има многу звуци, како смеа, музика, зборување, газење со нозе, па дури и гласни ехо. Понекогаш, часот по ФЗО може да има многу од овие гласни звуци. Тоа може да биде малку поразително. Чувството дека звуците се премногу е во ред. Сепак, можете да користите некои специјални стратегии кои ќе ви помогнат да се чувствувате подобро.

Прво, важно е да ги слушате вашите чувства. Можете да земете длабок здив и да си кажете дека сте храбри и силни.

Ако шумот во салата за ФЗО е сè уште премногу, тогаш можете да ги користите вашите специјални слушалки за поништување на шум. Овие слушалки би можеле да ги направат гласните звуци помекти и податливи. Треба да се уверите дека знаете како да ги набавите овие слушалки или да му кажете на наставникот дека ви се потребни.

Може да се одморите и од бучавата во салата за ФЗО. Можете да ги користите вашите раце, зборови или слики за да побарате одмор од вашиот наставник. Гестовите на рацете, зборовите или сликите можат да ви помогнат да ги изразите вашите чувства и потреби.

Само запомнете, во ред е ако не ви се допаѓаат гласните звуци во салата за ФЗО. Може да се обидете да останете смирени и да правите работи за да си помогнете.

ПЛАН ЗА ЧАС С8 ПРАШАЛНИК ЗА САМООЦЕНУВАЊЕ НА ЗВУЧНА СТАНИЦА

План за Час С 8 Формулар за проверка на наставниците

Насоки: Наставникот/наставничката треба да ја пополни лиостава додека трае часот

ЦЕЛ	Го направив	Можеби следен пат	ЗАБЕЛЕШКИ КАКО ПОМИНА
1. Ја адаптираше социјалната приказна со учениците.			
2. Ја разгледа социјалната приказна со учениците.			
3. Поставува прашања за да се провери дали има разбирање на социјалната приказна.			
4. Подготвена и активирана сензорната станица за звук.			
5. Учениците го пополнуваат својот лист за самооценување додека ја прават сензорната станица.			
6. Избрани соодветни картички за визуелно потпомогната комуникација за учениците.			
7. На учениците им ги покажа картичките, видео моделот и моделот како да ги користат картичките.			
8. Учениците да вежбаат да користат картички за комуникација, со поттикнување на учениците по потреба.			
9. Сесијата ја заврши со разгледување на социјалната приказна со учениците.			

ПЛАН ЗА ЧАС С9

С9 : Соопштува мислење за престој во интензивно осветлени средини

60 минути

Може да се подели на повеќе сесии.

ЦЕЛ НА ЧАСОТ

Поттикнување на способност кај учениците да можат сами да ги проценат своите сензорни потреби во интензивно осветлена средина и да преземат активности за да ги задоволат нивните потреби.

МАТЕРИЈАЛИ

Материјали за станици со светла, за сетилото за вид

Лесен инвентар за самооценување

Визуелни картички за потпомогната комуникација

Социјална приказна за светли средини

Комуникациски видео модел

Очила за сонце и визир/шапка

Формулар за оценување.

ТЕХНИКИ

Социјални приказни: Користење на социјална приказна за поставување на очекувања и објаснување на сетилните предизвици и механизмите за справување со светли средини.

Моделирање видео: Демонстрирање на адаптивни однесувања во светло осветлени средини преку видео примери, прикажување на врсниците како користат очила за сонце, капи или бараат засенчени области.

Станици за сензорна проценка: Поставување станици со различни сценарија за осветлување за да им се овозможи на учениците да ги истражат нивните реакции и да ги идентификуваат преференциите или нивоата на непријатност.

Визуелно поттикнување и комуникација: користење визуелни картички за да се олесни комуникацијата за сетилните искуства и потреби, како што се паузи или користење на адаптивна опрема како очила за сонце.

Позитивно засилување: Обезбедување пофалби и опипливи награди за ефикасно користење на алатки за самооценување и комуникациски стратегии за управување со сетилните потреби.

АКТИВНОСТИ

Разгледајте ја социјалната приказна за светлата средина со учениците. Постапувајте прашања за да проверите дали има разбирање за целата приказна.

Подгответе ја училницата со станица за сетила за светлина со очила за сонце/шапка и медиуми со различни видови светлина (на пр., осветленост, трепкање, треперење, обоена, итн.).

Водете ги учениците низ светлосната станица, барајќи ги сами да ја проценат нивната чувствителност на секој приказ на светлина користејќи го обезбедениот инвентар за самооценување на светлината.

Покажете им ги на учениците картичките за визуелно известување за потребата од одмор од светлината или пристап до очила за сонце.

Ученикот нека го гледа видео моделот за комуникација на потребите и нека ја вежба комуникацијата.

РЕЗУЛТАТИ ОД УЧЕЊЕТО

Сензорно самооценување: Учениците точно ќе го користат инвентарот за самооценување на светлината за да ги одредат нивните нивоа на удобност при различни услови на осветлување.

Адаптивна комуникација: Учениците ќе покажат способност да користат визуелни картички и други алатки за комуникација за да ги изразат своите сетилни потреби и преференции.

Справување со светли средини: Учениците ќе покажат подобрена способност да се справат со светли средини со користење на стратегии како што се очила за сонце, капи или барање засенчени области.

Самоуправување со сензорна чувствителност: Учениците ќе покажат нови вештини во управувањето со нивните одговори на сензорното преоптоварување преку научените ТЕХНИКИ и стратегиите за саморегулација.

ТЕОРЕТСКИ ОСНОВИ

Бихејвиоризмот е централен за овој план за лекција, нагласувајќи го учењето преку интеракции со околината. Бихејвиоризмот е евидентен во примената на позитивните техники за зајакнување и структурираната средина дизајнирана да го обликува однесувањето на учениците.

ВЕШТИНИ И КОМПЕТЕНЦИИ

Применета анализа на однесување: се фокусира на систематски интервенции за да ги научи вештините за самоуправување и комуникација како одговор на стимули од околината, особено силните светла.

Бихејвиоризам: Ја истакнува улогата на околината во обликувањето на однесувањето преку интеракција и засилување, критично за учење на учениците да реагираат адаптивно на сетилните стимули.

Теорија на сензорна интеграција: Помага да се разбере како проблемите со сензорната обработка можат да влијаат на однесувањето и учењето, водејќи го дизајнот на интервенциите што им овозможуваат на учениците ефективно да управуваат со сетилниот влез.

Когнитивно-бихејвиорална теорија: го поддржува развојот на стратегии за справување за учениците да управуваат со нивните реакции на сензорни искуства.

МОДИФИКАЦИИ ЗА РАЗЛИЧНИ ПОТРЕБИ

ПРОСТОР

Може да се создадат повеќе станици за вештини. Види ПЛАН ЗА ЧАС М4. Просторот помеѓу станиците може да биде помал или поголем за учениците да се чувствуваат поудобно.

ЗАДАЧА

Види ПЛАН ЗА ЧАС М4.

ЛУЃЕ

Пред дискусијата, учениците можат да нацртаат презентација користејќи зборови, симболи или слики за да ја поддржат дискусијата за искуствата.

ПЛАН ЗА ЧАС С 9 ВИДЕО СО ОЧИЛА ЗА СОНЦЕ

<https://youtu.be/4Vujwx21I7o>



ПЛАН ЗА ЧАС С 9 КАРТИЧКИ ЗА КОМУНИКАЦИЈА



ПЛАН ЗА ЧАС С 9 ИНВЕНТАР ЗА САМООЦЕНУВАЊЕ НА СТАНИЦАТА ЗА СВЕТЛИНА

Насоки: Вклучете различни играчки што произведуваат светлина, гледајте различни видеа со светлосни шоуа во станицата за сетила и пополнете ја табелата подолу.

Гледав во:	Беше премногу светло 🙅	Беше во ред. 👍	Јас сакав да:

ПЛАН ЗА ЧАС С 9 СОЦИЈАЛНА ПРИКАЗНА

Социјална приказна за светли средини

Понекогаш, одиме на многу светли места. На овие светли места постојат многу интензивни зраци на светлина, како што се блескави светилки, блескави екрани, светлечки слики, светлечки знаци, па дури и заслепувачки рефлексии. Понекогаш, на часот по Физичко може да има многу од овие светла. Светлата може да се чувствуваат како болка во вашите очи или вашата глава. Чувството дека осветленоста е премногу е во ред. Сепак, можете да користите некои специјални стратегии кои ќе ви помогнат да се чувствувате подобро.

Прво, важно е да го слушате сопственото тело. Можете да земете длабок здив и да си кажете дека имате контрола.

Ако осветленоста во салата е сè уште премногу, тогаш можете да ги користите вашите специјални очила за сонце или визир. Овие заштитни очила би можеле да ги направат интензивните светла пригушени. Треба да бидете сигурни дека знаете како да ги најдете очилата или да му кажете на наставникот дека ви се потребни. Може да се одморите и од силните светла во училницата за физичко. Можете да ги користите вашите раце, зборови или слики за да побарате одмор од вашиот наставник. Гестовите на рацете, зборовите или сликите можат да ви помогнат да ги изразите вашите чувства и потреби.



Само запомнете, во ред е ако не ви се допаѓаат силните светла во салата за физичко. Може да се обидете да останете смирени и да правите работи за да си помогнете.

ПЛАН ЗА ЧАС С9 ФОРМУЛАР ЗА ПРОЦЕНКА НА НАСТАВНИКОТ

Насоки: Наставникот треба да ја пополни оваа листа за проверка додека трае часот.

Цел	Го направив	Можеби следен пат	ЗАБЕЛЕШКИ КАКО ПОМИНА
1. Ја адаптираше социјалната приказна за учениците.			
2. Ја разгледаа социјалната приказна со учениците.			
3. Поставува прашања за да се провери дали ја разбираат социјалната приказна.			
4. Пушта светло во станицата.			
5. Учениците да ги пополнат своите листи за самооценување додека ја прават сензорната станица.			
6. Избрани соодветни картички за визуелно потпомогната комуникација за учениците.			
7. На учениците им ги покажува картичките, видео моделот и моделира како да се користат картичките.			
8. Учениците да вежбаат да ги користат картичките за комуникација, поттикнувајќи ги учениците по потреба.			
9. Сесијата ја заврши со разгледување на социјалната приказна со учениците.			

Обука за управување со однесувањето кај децата со аутизам, наменета за наставниците по физичко и здравствено образование

Број на проектот: KA220-SCH-D6D31EDD

Одрекување од одговорност

Овој проект беше финансиран од Европската Унија преку програмата ЕРАЗМУС +. Поддршката на Европската комисија за изработката на оваа публикација не претставува одобрување на содржината, туку ги одразува само гледиштата на авторите и Комисијата не може да биде одговорна за каква било употреба на информациите содржани во неа.

Website: <https://perfectproject.org/>

Contact: Info@Insideeu.eu

PRODUCTION OF THIS RESOURCE WAS LED BY



Co-funded by
the European Union



PERfect Lesson Plans © 2023 by Institute for Studies in Social Inclusion Diversity and Engagement, ViModo Ltd, Masarykova University, ACD La Hoya, BSDA, Sina Svetulka, Szkoła Podstawowa z Oddziałami Integracyjnymi nr 12. is licensed under CC BY-NC-ND 4.0.

Лиценца: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>