

Scenariusze zajęć

dla uczniów klas 1–3
szkoły podstawowej



Scenariusz 1

Zrozumienie osób w spektrum autyzmu

Scenariusz 2

Odkrywamy świat autyzmu

Zrozumienie osób w spektrum autyzmu

Scenariusz zajęć dla uczniów klas 1–3 szkoły podstawowej

Cel zajęć

Celem zajęć jest zwiększenie świadomości i zrozumienia dzieci w spektrum autyzmu oraz promowanie empatii i akceptacji dla rówieśników w spektrum autyzmu.

Grupa wiekowa

6-9 lat

Czas trwania

2-3 godziny lekcyjne po 45 minut

Środki dydaktyczne

- Kolorowe kredki, flamastry, kartki papieru.
- Okulary z naklejoną na szkła folią bąbelkową i para rękawiczek.
- Przedmioty do stworzenia ścieżki sensorycznej (3-4 kawałki różnych tkanin, 3-4 substancje o różnych fakturach, miska, 2-3 pudełka, 2-3 pojemniki z zapachami).
- Książka pt. „Kosmita” autorstwa Roksany Jędrzejewskiej-Wróbel, do pobrania na: <https://www.ingdzieciom.pl/co-robimy/ksiazki>
- Plansze przedstawiające emocje: radość, smutek, gniew, wstyd, złość, strach i zaskoczenie (załączniki *Emocje*).
- Zestaw piktogramów przedstawiających czynności dnia codziennego (załączniki *Piktogramy*).
- Karty z opisami sześciu zmysłów i reakcji u osób w spektrum autyzmu (załączniki *Zmysły*).

Przebieg zajęć

1. Powitanie i wprowadzenie do tematu

Powiedz uczniom, że dzisiaj będziecie razem odkrywać, w jaki sposób różne osoby doświadczają świata.

Zapytaj uczniów, co już wiedzą o różnicach między ludźmi w zakresie odczuwania emocji oraz doświadczeń sensorycznych. Możesz powiedzieć:

„Czy kiedykolwiek słyszałeś o osobach w spektrum autyzmu, które myślą, uczą się i zachowują się trochę inaczej niż większość ludzi? Nie ma dwóch takich samych osób w spektrum autyzmu, ponieważ każda z nich jest inna. Czasami taka osoba może mieć trudności w komunikowaniu się lub zrozumieniu tego, co mówią inni. Niektórzy lubią mieć swoje własne nawyki i czują się bezpieczniej, gdy wszystko jest zorganizowane według ich planu. Ważne jest, abyśmy zawsze byli przyjaźni i z szacunkiem podchodzili do innych ludzi, bez względu na to, czy są w spektrum autyzmu czy nie. Każdy z nas jest wyjątkowy, a autyzm to tylko jedna z wielu rzeczy, które czynią nas różnymi. Jeśli masz jakieś pytania lub chcesz wiedzieć więcej, zawsze możesz przyjść do mnie i porozmawiać.”

Zachęć do przeczytania książki pt. „Kosmita” lub poświęć jedną godzinę lekcyjną na jej przeczytanie, co sprawi, że podczas kolejnych ćwiczeń będziesz mógł łatwo odnosić się do lektury. Poniżej przedstawiamy zestaw ćwiczeń, które można dostosować w zależności od liczby godzin lekcyjnych oraz poziomu klasy.

2. *Rozpoznaj emocję – gra*

Wydrukuj dwustronnie 7 plansz pokazujących emocje (załączniki *Emocje*) i pokaż je dzieciom. Zachęć do rozmowy na temat różnych reakcji emocjonalnych w różnych sytuacjach, np. kłótnia z rówieśnikami czy sytuacja, w której kolega czy koleżanka nie chce usiąść z nami w ławce bądź gdy dostajemy wymarzony prezent.

Opowiedz uczniom, że osoby w spektrum autyzmu mogą doświadczać emocji w sposób indywidualny i unikalny, podobnie jak inni. Jednakże, ze względu na specyficzne cechy związane z autyzmem, często wykazują różnice we wrażliwości sensorycznej. Intensywne bodźce zmysłowe, takie jak hałas, światło czy dotyk mogą wpływać na ich zdolność do przetwarzania i reagowania na emocje. Nadmiar bodźców może wywoływać problemy z koncentracją, mówieniem lub odpowiadaniem na pytania.

Co więcej, niektórzy ludzie w spektrum autyzmu mogą mieć trudności z rozpoznawaniem i interpretowaniem emocji u innych. Czytanie mimiki, tonu głosu i gestów może sprawiać im trudności. W niektórych przypadkach doświadczenie przez nich emocji jest bardziej intensywne niż u innych. To oznacza, że radość, smutek czy złość mogą być odczuwane w głębszy sposób. Dla niektórych osób w spektrum autyzmu przestrzeganie nawyków i przewidywalności otoczenia może pomagać w regulowaniu emocji. Zmiany mogą być trudne do przewidzenia i mogą wpływać na ich stan emocjonalny. Niektóre osoby w spektrum autyzmu nie okazują tego, co czują. To może sprawiać, że otoczenie nie zawsze jest świadome ich aktualnego stanu emocjonalnego.

3. *Ćwiczenie z użyciem piktogramów*

Wydrukuj kartę z piktogramami (załącznik *Piktogramy*), tak aby każda para uczniów otrzymała jeden zestaw. Wy tłumacz dzieciom, że dziś będą się uczyć o komunikacji alternatywnej za pomocą piktogramów, które są jedną z wielu form komunikacji. Powiedz, że niektóre osoby w spektrum autyzmu używają tej metody, gdyż mają trudności z mówieniem, ale chcą się komunikować z innymi. Rozdaj plansze z piktogramami i wytłumacz, że są one używane między innymi do układania planów dnia, poproś dzieci, aby odgadły znaczenie obrazków.

Poproś uczniów, żeby wycięli piktogramy i ułożyli czynności we właściwej kolejności tak, aby powstał plan pierwszej połowy dnia (mycie zębów, ubieranie się, jedzenie śniadania, zakładanie butów, zakładanie plecaka, nauka w szkole. Prawidłowa kolejność piktogramów: 3, 5, 4, 2, 1, 6).

4. *Symulacja doświadczenia zmysłów*

Przypomnij dzieciom treść książki pt. „Kosmita”, zwłaszcza fragmenty opisujące reakcje bohatera dotyczące zmysłów (np. na str. 14, 23, 27), np. ciasne owijanie się, reagowanie na dźwięki w sklepie czy na śpiew.

4.1 Karty z opisami

Wydrukuj dwustronnie karty z opisami pięciu zmysłów (załączniki *Zmysły*) i rozłóż je przed dziećmi rysunkami do góry. Wyjaśnij, że każdy z nas reaguje na bodźce sensoryczne w inny sposób. Poproś dzieci, aby zastanowiły się, jak osoby w spektrum autyzmu mogą reagować na różne bodźce zmysłowe. Możesz zadać pytania: „Jak myślicie, jakie dźwięki mogą być przytłaczające dla kogoś w spektrum autyzmu?” lub „Jakie zapachy mogą być przyjemne lub nieprzyjemne dla osoby w spektrum autyzmu?”. Następnie przeczytaj opisy zamieszczone na kartach. Możesz też puścić w tle nagranie – ciche odgłosy stukania albo tykanie zegara. Zapytaj uczniów, jak na to reagują.

4.2 Symulacje zmysłów z użyciem rekwizytów

Warto przeprowadzić kilka ćwiczeń, które pomogą dzieciom zrozumieć, jak reagują zmysły osób w spektrum autyzmu. Żeby pokazać, jak może zmieniać się perspektywa, poproś dzieci o założenie okularów ze szklami oklejonymi folią bąbelkową. Inne ćwiczenia mogą obejmować odtwarzanie dźwięków o różnej głośności lub dotykanie różnych tekstur. Warto też namówić dzieci na założenie rękawiczek i wykonywanie w nich czynności (np. zapinanie guzików, wiązanie butów, rysowanie itp.), aby mogły zrozumieć różne doznania sensoryczne.

4.3 Ścieżka sensoryczna

Ścieżka sensoryczna to interaktywna trasa, która umożliwia dzieciom doświadczanie różnorodnych bodźców. Oto kilka przykładów:

- **Chodzenie po materiałach o różnych fakturach:** ułóż na podłodze dywaniki, miękkie poduszki, chropowate maty. Poproś dzieci, żeby spróbowały po nich chodzić bosą lub w samych skarpetkach.
- **Korzystanie z pudełek z niespodzianką:** umieść w pudełkach różne przedmioty o zróżnicowanych fakturach i kształtach. Dzieci wkładają ręce do pudełek i zgadują, co jest w środku.
- **Balansowanie na linii sensorycznej:** ułóż na podłodze różne wzory z taśmy klejącej, takie jak kręgi, linie proste czy zygzaki.
- **Strefa dotyku:** ustaw pojemniki z różnymi substancjami, takimi jak piasek, kasza, małe kamyki czy makaron, następnie poproś uczniów, żeby zgadywali co jest w środku. To doskonały sposób na rozwijanie zmysłu dotyku.
- **Strefa zapachów:** przygotuj pojemniki z zapachami, takimi jak wanilia, mięta czy cytryna. Poproś dzieci, żeby spróbowały rozpoznać zapachy.
- **Zabawy z wodą:** przygotuj miskę z wodą, następnie włóż do niej różne przedmioty, np. ołówek, kawałek materiału, piasek, kamyki itp. Poproś dzieci, żeby zanurzały dłonie i odgadywały co leży na dnie.

Po zakończeniu symulacji porozmawiaj z dziećmi o tym, czego doświadczyły. Zadaj pytania: „Czy to ćwiczenie pomogło wam zrozumieć, że każdy z nas może czuć inaczej niż inni?” oraz „Jak myślicie, czy możemy być bardziej wyrozumiali dla innych, wiedząc, że każdy z nas doświadcza świata inaczej?”.

5. Rysunek i wyrażanie emocji

Przypomnij fragmenty książki pt. „Kosmita” dotyczące wyrażania emocji (str. 9, 20, 21, 27). Rozdaj uczniom kolorowe kredki i kartki papieru. Poproś dzieci, aby wybrały jedną emocję i narysowały odpowiednie scenki.

W oparciu o rysunki przeprowadź krótką dyskusję na temat tego, jak można lepiej rozumieć emocje innych ludzi. To zadanie pozwala dzieciom zrozumieć, jak różnice w odczuciach zmysłowych i wyrażaniu emocji mogą wpływać na osoby w spektrum autyzmu, a także rozwijać u nich empatię i umiejętność akceptacji.

Podsumowanie i zakończenie zajęć

Podkreśl, jak ważne jest zrozumienie i akceptacja różnic między ludźmi. Podziękuj dzieciom za udział w zajęciach i przypomnij, że dzięki zrozumieniu i akceptacji możemy tworzyć bardziej wspierającą społeczność.



Odkrywamy świat autyzmu

Scenariusz lekcji dla klas 1-3 szkoły podstawowej

Cel lekcji

Zrozumienie, czym jest spektrum autyzmu oraz promowanie empatii i zrozumienia wśród uczniów klas 1-3 szkoły podstawowej.

Grupa wiekowa

6-9 lat

Czas trwania

2-3 godziny lekcyjne po 45 minut

Środki dydaktyczne

- Książka pt. „Kosmita” autorstwa Roksany Jędrzejewskiej-Wróbel, do pobrania tu: <https://www.ingdzieciom.pl/co-robimy/ksiazki>
- Kolorowe kredki, flamastry, kartki papieru.

Przebieg zajęć

1. Lektura książki pt. „Kosmita”

Poświęć jedną godzinę lekcyjną na przeczytanie uczniom książki pt. „Kosmita” lub jej fragmentów. Zapytaj uczniów, czy pomogła im w zrozumieniu zachowania osób w spektrum autyzmu.

2. Wprowadzenie określenia: spektrum autyzmu

Zapytaj uczniów, co już wiedzą o różnicach między ludźmi w zakresie odczuwania emocji oraz doświadczeń sensorycznych. Możesz powiedzieć:

„Czy kiedykolwiek słyszałeś o osobach w spektrum autyzmu, które myślą, uczą się i zachowują się trochę inaczej niż większość ludzi? Nie ma dwóch takich samych osób w spektrum autyzmu, ponieważ każda z nich jest inna. Czasami taka osoba może mieć trudności w komunikowaniu się lub zrozumieniu tego, co mówią inni. Niektórzy lubią mieć swoje własne nawyki i czują się bezpieczniej, gdy wszystko jest zorganizowane według ich planu. Ważne jest, abyśmy zawsze byli przyjaźni i z szacunkiem podchodzili do innych ludzi, bez względu na to, czy są w spektrum autyzmu czy nie. Każdy z nas jest wyjątkowy, a autyzm to tylko jedna z wielu rzeczy, które czynią nas różnymi. Jeśli masz jakieś pytania lub chcesz wiedzieć więcej, zawsze możesz przyjść do mnie i porozmawiać”.

3. Każdy widzi świat inaczej – gra

Powiedz uczniom, że osoby w spektrum autyzmu mogą się różnie komunikować, mogą rozumieć wskazówki i polecenia w inny sposób czy mieć specyficzne oczekiwania dotyczące miejsca, w którym przebywają. Powiedz, że kolejne ćwiczenie pomoże im to zrozumieć.

Przykłady sytuacji symulacyjnych, które można wykorzystać w tym ćwiczeniu:

- **Zadanie z instrukcjami wzrokowymi**

Podziel uczniów na pary. Jedna osoba opisuje postać, druga wykonuje jej rysunek. Zadanie polega na tym, że można użyć jedynie słów opisujących zmysły i kolory.

- **Sytuacja zaburzonej komunikacji werbalnej**

Podziel uczniów na pary. Poproś, żeby za pomocą dźwięków i mimiki przekazali informacje, np.: dostałem super prezent i jestem szczęśliwy, muszę wyprowadzić psa na spacer lub chodźmy razem na szkolny apel.

- **Zmieniona organizacja przestrzeni**

Poukładaj klocki, które mają udawać meble w klasie, aby wprowadzić zmianę w przestrzeni. Poproś uczniów, żeby starali się poruszać w tym nowym układzie, komunikując się jedynie ruchami ciała.

Zachęć do rozmowy na temat różnorodności stylów komunikacji i przystosowywania się do potrzeb innych osób. Celem tego ćwiczenia jest zwiększenie świadomości różnic nie tylko w doświadczeniach sensorycznych, ale także w komunikacji i zrozumieniu, co przyczynia się do lepszego zrozumienia spektrum autyzmu.

Podsumowanie i zakończenie zajęć

Podkreśl, jak ważne jest zrozumienie i akceptacja różnic między ludźmi. Podziękuj dzieciom za udział w zajęciach i przypomnij, że dzięki zrozumieniu i akceptacji możemy tworzyć bardziej wspierającą społeczność

