Pomoce, które prezentujemy, oparte są o założeniach strukturalizacji wg modelu TEACCH https://teacch.com
Z pomocy tych mogą korzystać małe dzieci ze spektrum autyzmu, ale też mogą być one wykorzystywane do zajęć dla osób starszych (np. nastoletnich, dorosłych), które wymagają zwiększonego poziomu wsparcia przy wykonywaniu zadań.

Celem tego rodzaju ćwiczeń jest:

- rozwijanie sprawności manualnej
- doskonalenie koordynacji wzrokowo-ruchowej
- nauka umiejętności, np. rozróżniania i dopasowywania kształtów i kolorów, prostego segregowania, itp.
- rozwijanie percepcji
- ćwiczenie koncentracji
- mobilizowanie do wysiłku

Wszystkie ćwiczenia z wykorzystaniem tych pomocy oparte są na percepcji wzrokowej, która jest mocną stroną u wielu osób z autyzmem. Poprzez swoją konstrukcję:

- ułatwiają orientację dzięki zastosowaniu przejrzystej struktury zadania,
- zapewniają przewidywalność poprzez przygotowanie odpowiedniej i konkretnej liczby elementów do dopasowania,
- organizują działanie – osoba z autyzmem rozumie jakie wymagania są do niej kierowane,
- określają czas trwania ćwiczenia,
- umożliwiają samodzielne działanie, co daje osobom z autyzmem poczucie sukcesu, przez co wzmacniania ich motywację do współpracy,
- są łatwe w przygotowaniu i użyciu dla rodziców osób z autyzmem i możliwe do wykorzystania w domu.

Pomoce mogą wykonywać wszyscy domownicy, a także znajomi. Zachęcamy do ich tworzenia i życzymy powodzenia w wykonywaniu ćwiczeń!

UWAGA!
Ze względu na fakt, że niektóre propozycje zadań zawierają drobne elementy, prosimy, by zabawa odbywała się pod kontrolą rodzica.

wersja na 6 sztuk	wersja na 12 sztuk

PIŁECZKI

ĆWICZONE UMIEJĘTNOŚCI:

- motoryka mała: prawidłowe chwytanie, manipulowanie przedmiotem
- koordynacja wzrokowo-ruchowa

SPOSÓB ZABAWY:

- Wersja dla dzieci młodszych: dziecko pojedynczo przenosi piłeczki z jednej części pojemnika do kolejnych przegródek rękami.
- Wersja dla dzieci starszych: dziecko przenosi piłeczki z jednej części pojemnika do kolejnych przegródek za pomocą szczypiec do lodu/ciasta.

SPOSÓB WYKONANIA:

Przygotowujemy kartonowy / plastikowy pojemnik po jajkach, z którego odcinamy jedną połowę (można wykonać wersję na 6 lub 12 piłek). Przyczepiamy ją do pokrywki pudełka po butach tak, aby z jednej strony zostało miejsce na piłeczki. W części, w której znajduje się płaska podstawka umieszczamy piłeczki. Każda piłeczka ma własną przegródkę. Przegródki umieszczone są w dwóch rzędach, a ich ilość dostosowana do ilości piłeczek. Można wykorzystać również szklane kulki, duże korale, itp. W wersji, która jest na zdjęciu wykorzystano piłki do golfa, mogą być one atrakcyjne dla niektórych dzieci ze względu na swój ciężar

FAKTURY I MATERIAŁY

ĆWICZONE UMIEJĘTNOŚCI:

- motoryka mała: prawidłowe chwytanie, manipulowanie przedmiotem
- koordynacja wzrokowo-ruchowa
- percepcja dotykowa
- percepcja wzrokowa

SPOSÓB ZABAWY:

Dopasowywanie kawałków materiałów różniących się rodzajami faktur.

SPOSÓB WYKONANIA:

Bierzemy dużą pokrywkę np. z pudełek po butach. W niej przyklejamy mniejszą pokrywkę, którą dzielimy na kilka części, np. 6. (W pomocy na zdjęciu użyto gotowej formy ze zdekompletowanej gry planszowej.) W każdą część wkładamy wycięty prostokąt innej faktury - np. gąbki do naczyń, folii bąbelkowej, kartonu falistego (raz pociętego poprzecznie, a drugi raz podłużnie), sztywnej szmatki do sprzątania. Prostokąty te powinny być jednej wielkości i powinny być sztywne (w miarę możliwości). Do drugiej części wrzucamy pomieszane pozostałe fragmenty faktur, tak, żeby dziecko mogło dopasować element z dolnej części do odpowiedniej przegródki.

KOLOROWE KORKI

ĆWICZONE UMIEJĘTNOŚCI:

- motoryka mała: prawidłowe chwytanie, manipulowanie przedmiotem
- koordynacja wzrokowo-ruchowa
- percepcja wzrokowa
- umiejętności poznawcze - dopasowywanie kolorów

SPOSÓB ZABAWY:

Dopasowanie kolorowych zakrętek do pasującej im kolorowej ścianki.

SPOSÓB WYKONANIA:

Bierzemy duże pudełko (na przykład po butach). Każdą ze ścian malujemy inną farbą lub oklejamy innym kolorem (np. ściana żółta, zielona, czerwona i niebieska). Na każdą ścianę przymocowujemy pasek rzepu. Do środka pudełka wrzucamy kolorowe zakrętki (kolorem odpowiadające ścianom pudełka - tj. zakrętki zielone, żółte, niebieskie, czerwone). Zakrętek powinno być nie więcej niż tyle, ile zmieści się na rzepie danej ścianki.

KOLOROWE SPINACZE

ĆWICZONE UMIEJĘTNOŚCI:

- motoryka mała: prawidłowe chwytanie, manipulowanie przedmiotem, ćwiczenia siły dłoni
- koordynacja wzrokowo-ruchowa
- percepcja wzrokowa
- umiejętności poznawcze - dopasowywanie kolorów

SPOSÓB ZABAWY:

Przypinanie spinaczy do kolorowej ścianki.

SPOSÓB WYKONANIA:

Bierzemy duże pudełko (np. po butach). Jedną ze ścian oklejamy kolorowym papierem (rekomendujemy samoprzylepne papiery kolorowe) lub malujemy farbami tak, aby podzielić ją na cztery części i każda część miała swój kolor. Do środka wrzucamy spinacze (kolorami odpowiadające pomalowanej ściance). Nie powinno ich być więcej niż tyle, ile zmieści się do przypięcia danego koloru (np. 2 - 3).

POMPONIKI

ĆWICZONE UMIEJĘTNOŚCI:

- motoryka mała: prawidłowe chwytanie, manipulowanie przedmiotem, ćwiczenie chwytu pęsetowego, izolowanie palca wskazującego
- koordynacja wzrokowo-ruchowa

SPOSÓB ZABAWY:

Przenoszenie pomponików / kulek z waty i wkładanie ich do wąskiego otworu.

SPOSÓB WYKONANIA:

Bierzemy pudełko z pokrywką (np. po butach, puszka po kawie). W pokrywce robimy otworek. Powinien być on na tyle wąski, żeby dziecko zmuszone było delikatnie popchnąć pomponik, żeby wpadł do środka. Na jednej tekturce przyklejamy pudełko i mały koszyczek. Do koszyczka wrzucamy pomponiki / małe kłębuszki wełny / kawałki waty / miękkie kuleczki.

KORKI NA RZEPY

ĆWICZONE UMIEJĘTNOŚCI:

- motoryka mała: prawidłowe chwytanie, manipulowanie przedmiotem
- koordynacja wzrokowo-ruchowa
- percepcja wzrokowa

SPOSÓB ZABAWY:

Oderwanie korka od pudełka i wrzucenie go do dziurki.

SPOSÓB WYKONANIA:

Bierzemy pudełko z pokrywką (np. po butach, po kawie). W pokrywce robimy dziurki (w prostej wersji dwie takie same, w trudniejszej dwie różnej wielkości). Pudełko oklejamy rzepem samoprzylepnym. Na każdej plastikowej nakrętce (tzw.”korku) naklejamy kawałek rzepu i przyczepiamy do ścianki pudełka. Można również zastosować duże guziki lub małe nakrętki po soczkach.

Można również zastosować trudniejszą wersję. Wybrać korki dwóch kolorów - np. zielone i niebieskie, a pokrywkę pomalować lub okleić samoprzylepnym papierem kolorowym na wyżej wymienione dwa kolory. W każdym z kolorów na pokrywce zrobić jedną dziurkę. Zabawa polegać będzie na wrzuceniu odpowiedniego korka danego koloru do dziurki o tym samym kolorze.

WAŁKI NA RZEPY

ĆWICZONE UMIEJĘTNOŚCI:

- motoryka mała: prawidłowe chwytanie, manipulowanie przedmiotem
- koordynacja wzrokowo-ruchowa
- percepcja dotykowa

SPOSÓB ZABAWY:

1. Oderwanie wałka od rzepu i wrzucenie do mniejszego pudełka.
2. Przyczepienie rzepu z pudełka mniejszego do pasków rzepu w większym pudełku. Można również spróbować pobawi się kolorami. Na przykład “a teraz odrywamy tylko zielone wałki i wrzucamy do małego pudełeczka”.

SPOSÓB WYKONANIA:

Bierzemy pudełko (np. po butach). Obok stawiamy mniejsze i oba pudełka umieszczamy na jednej podkładce (np. za pomocą taśmy lub kleju). Do pudełka mniejszego wrzucamy wałki (kupując, wybieramy wałki, które mają drobne “haczyki”. Można również do innych wałków przykleić kawałek rzepu.) W dużym pudełku naklejamy paski z rzepu - miękką jego stronę- na ścianę i podstawę pudełka. Przygotowujemy pudełka i rzepy według wybranego wariantu zabawy.

KOLOROWE PATYCZKI

ĆWICZONE UMIEJĘTNOŚCI:

- motoryka mała: prawidłowe chwytanie, manipulowanie przedmiotem
- koordynacja wzrokowo-ruchowa
- umiejętności poznawcze - dopasowywanie kolorów
- percepcja wzrokowa

SPOSÓB ZABAWY:

Oderwanie kolorowego patyczka od rzepu i wrzucenie go do dziurki.

Wersja trudniejsza: dopasowywanie patyczków według kolorów - możemy pomalować niezmywalnym flamastrem pudełko dookoła otworu lub okleić pokrywkę kolorowym papierem

SPOSÓB WYKONANIA:

Bierzemy pudełko z pokrywką (np. po butach, po kawie). W pokrywce robimy dziurki (w prostej wersji kilka takich samych, w trudniejszej dodatkowo kolorujemy części pokrywki na kolory zgodne z kolorem patyczków). Drewniane szpatułki / patyczki po lodach malujemy na różne kolory i do każdego przyklejamy na środku kawałek rzepu. Pudełko oklejamy rzepem i przyklejamy do niego patyczki.

DREWNIANE KLOCKI

ĆWICZONE UMIEJĘTNOŚCI:

- motoryka mała: prawidłowe chwytanie, manipulowanie przedmiotem
- koordynacja wzrokowo-ruchowa

SPOSÓB ZABAWY:

Włożenie drewnianego klocka do otworu w pudełku.

SPOSÓB WYKONANIA:

Bierzemy pudełko z pokrywką (np. po butach, po kawie). W pokrywce robimy dziurkę. Obok stawiamy mniejsze pudełko lub koszyczek i wrzucamy do niego kilka drewnianych klocków (ale nie więcej niż zmieści się w pudełku). Klocki mogą być również plastikowe.

NAWLEKANIE KORALIKÓW

ĆWICZONE UMIEJĘTNOŚCI:

- motoryka mała: prawidłowe chwytanie, manipulowanie przedmiotem
- koordynacja wzrokowo-ruchowa
- percepcja wzrokowa

SPOSÓB ZABAWY:

Nawlekanie kolorowych koralików na druciki.

SPOSÓB WYKONANIA:

Bierzemy płaskie pudełko lub pokrywkę (np. pudełka po butach). W środku umieszczamy na jednym końcu małe pudełeczko, do którego wrzucamy koraliki. Po drugiej stronie na taśmę przymocowujemy druciki. Najlepiej jest przewlec je przez bok pudełka i dodatkowo przykleić mocną taśmą.

W trudniejszej wersji można zamocować druciki w dwóch kolorach i koraliki również tylko w dwóch kolorach. Należy wtedy dopasować nawleczenie koralika odpowiedniego koloru do pasującego drucika.

GRZYBKI

ĆWICZONE UMIEJĘTNOŚCI:

- motoryka mała: prawidłowe chwytanie, manipulowanie przedmiotem
- koordynacja wzrokowo-ruchowa
- percepcja wzrokowa
- umiejętności poznawcze - dopasowywanie kolorów

SPOSÓB ZABAWY:

1. Wkładanie grzybków do pojedynczych otworów
2. Wyjmowanie grzybków z otworków i wrzucanie ich do pudełeczka

SPOSÓB WYKONANIA:

Bierzemy płaskie pudełko lub pokrywkę (np. pudełka po butach) i odwracamy je spodem do góry. Po jednej stronie przyczepiamy lub przyklejamy małe pudełko (np. po śmietanie lub kosmetykach). Po drugiej stronie robimy dziurki w pudełku i umieszczamy w nich plastikowe “grzybki”. Pozostałe “grzybki” umieszczamy w pustym małym pudełku.

DREWNIANE KRĄŻKI

ĆWICZONE UMIEJĘTNOŚCI

- motoryka mała: prawidłowe chwytanie, manipulowanie przedmiotem
- koordynacja wzrokowo-ruchowa
- percepcja wzrokowa

SPOSÓB ZABAWY

Odrywanie krążków i wrzucanie do pudełka przez otwory. Różne położenie otworów prowokuje dziecko do rotowania dłoni w nadgarstku przy dopasowywaniu krążków.

SPOSÓB WYKONANIA

Przygotowujemy pudełko z pokrywką (np. po butach) i drewniane krążki (mogą być także plastikowe, np. pokrywki słoiczków po kremie albo nakrętki po soczkach; ważne, by były jednakowej wielkości).

W jednej części pokrywy pudełka wycinamy 2 prostokątne otwory (o wymiarach równych średnicy i grubości krążków). Wycinamy je prostopadle do siebie, tak, by dziecko miało okazję do rotowania dłoni w nadgarstku przy wrzucaniu krążków. Na drugiej części pokrywy pudełka przyczepiamy na rzep drewniane krążki. Odrywanie ich jest dodatkowym ćwiczeniem.

SEGREGOWANIE GRZYBKÓW WEDŁUG KOLORÓW

ĆWICZONE UMIEJĘTNOŚCI

- motoryka mała: prawidłowe chwytanie, manipulowanie przedmiotem
- koordynacja wzrokowo-ruchowa
- umiejętności poznawcze - dopasowywanie kolorów
- percepcja wzrokowa

SPOSÓB ZABAWY

Umieszczamy w otworach w pudełku po jednym grzybku z danego koloru. Zadaniem dziecka jest dopasowanie kolorami pozostałych w pojemniczku grzybków.

SPOSÓB WYKONANIA

Przygotowujemy duże pudełko z pokrywką (na przykład po butach). Oklejamy pokrywkę kolorowym papierem, żeby zakryć np. napisy na pudełku. W pokrywce wycinamy otwór, w który wkładamy otwarte małe pudełko lub słoik (np. po kosmetykach, śmietanie). Ważne jest, żeby dziecko mogło swobodnie wyciągnąć z niego elementy (średnia nie może być za mała i pudełko nie może być za wysokie). Obok robimy 3 otworki, w których zmieszczą się grzybki. Jeśli dziecko dobrze radzi sobie z dopasowywaniem kolorów, możemy segregować na większą ilość kolorów. Przed rozpoczęciem przez dziecko zadania wkładamy do każdego otworu po jednym grzybku z danego koloru.

SORTER MAŁYCH PRZEDMIOTÓW

ĆWICZONE UMIEJĘTNOŚCI:

- motoryka mała – prawidłowe chwytanie, chwyt pęsetkowy, manipulowanie przedmiotem
- koordynacja-wzrokowo ruchowa
- czynności poznawcze – m.in. rozpoznawanie kształtów, dopasowywanie przedmiotów do otworów

SPOSÓB ZABAWY:

Dopasowywanie elementów do odpowiadających im otworów.

SPOSÓB WYKONANIA:

Przygotowujemy kartonowe pudełko (np. po butach) ze zdejmowaną pokrywą. W pudełku wycinamy odpowiedniej wielkości otwory o pasujące do trzech kształtów: korka (większe koło), dużego koralika (mniejsze koło), dużego guzika (szczelina). Jeśli chcemy przygotować zadanie dla małego dziecka, należy pamiętać, że elementy muszą być odpowiednio większe, np. piłka ping-pongowa, drewniany walec, duży guzik. Przy każdym otworze przyczepiamy na rzep lub klej odpowiadający mu przedmiot jako podpowiedź dla dziecka (np. korek przyczepiamy przy otworze w kształcie mniejszego koła). Takie oznakowanie pomaga szczególnie młodszym dzieciom poradzić sobie z wyborem odpowiedniego przedmiotu, który pasuje do otworu. Dla starszych dzieci lub dzieci, które opanowały już ćwiczenie z taką podpowiedzią, możemy zastosować wariant bez przyczepionych przy otworach przedmiotów. do otworu powinien być oznakowany jest symbolem graficznym korka, kulki lub

guzika. Do bocznej ściany pudełka przymocowujemy klejem, taśma lub na rzep mniejsze pudełko, w którym znajdują się elementy przeznaczone do segregowania.

WERSJA ŁATWIEJSZA:

Pudełko z jednym, najlepiej okrągłym otworem na np. piłeczki. Po opanowaniu przez dziecko zabawy z jednym otworem zmieniamy pokrywkę na taką, która ma również jeden otwór, ale w innym kształcie. Następnie możemy zrobić pokrywkę z dwoma kształtami i dopiero, gdy dziecko opanuje segregowanie dwóch przedmiotów, przechodzimy do wersji opisanej powyżej.