

PVO Aprūpētāju prasmju e-apmācības ģimenēm ar bērniem
ar attīstības traucējumiem vai aizkavētu attīstību

Sestais modulis: Kā palīdzēt bērniem piedalīties rotaļu rutīnās.



Laipni lūdzam šī kursa sestajā modulī!

Šis modulis palīdzēs jums apgūt un izmantot padomus par to, kā iesaistīties kopīgās rutīnās ar bērnu.



Šajā modulī uzzināsi:

- Kā izveidot rotaļu rutīnas, ko varat izpildīt kopā ar bērnu.
- Kā saglabāt bērna interesi par aktivitāti un palīdzēt bērnam pavadīt vairāk laika, daloties ar citiem.
- Kā risināt grūtības, kas rodas, rotaļājoties kopā ar bērnu.

Pirmā nodarbība: Mājasdarbs.

Pirms sākam sesto moduli, pārskatīsim galvenos vēstījumus un padomus, ko uzzinājāt piektajā modulī.



• **Noskaidrojiet, kā bērnam patīk rotaļāties, un parādiet bērnam jaunus rotaļu veidus.**

Rotaļu veidi ir šādi:



Rotaļas ar
cilvēkiem



Vienkāršas rotaļas
ar priekšmetiem



Priekšmetu
salikšanas rotaļas



Pamata līmeņa
iztēlošanas
rotaļas



Augstāka līmeņa
iztēlošanas rotaļas



Veidojiet rotaļu un ikdienas darbību rutīnu, lai palīdzētu bērnam mācīties un attīstīties.

- “Rutīna” pārvērš rotaļas vai ikdienas mājas darbības par mācību iespējām.
- Rutīna ir...
 - Rotaļa vai mājas aktivitāte, ko pieaugušais un bērns var darīt kopā. Rutīnas laikā jūs un jūsu bērns esat partneri, abiem ir skaidri noteiktas aktīvas lomas.
 - Rutīnu veido skaidri, nelieli soļi, kas ir jēgpilni un kopā veido stāstu.
 - To uzsāk no jauna un atkārto vairākas reizes vienā un tajā pašā veidā, lai palīdzētu bērnam jautri pavadīt laiku un apgūt visus aktivitātes soļus.

Lūdzu, apturiet kursa ierakstu šeit, lai aizpildītu darba burtnīcu, tad turpiniet kursu.

Mājasdarbs: ko jūs apgūvāt.

Iepriekšējā modulī jūs gatavojāties **mājasdarba izpildei**. Izvērtēsim, kā jums un jūsu bērnam veicās!



Ierakstiet atbildes darba burtnīcā:

- Kādas aktivitātes jūs izmēģinājāt?
- Ko jūs uzzinājāt par bērna izmantotajiem rotaļu veidiem?
- Kādus jaunus rotaļu veidus jūs mēģinājāt bērnam parādīt?
- Kas izdevās?
- Kas neizdevās tā, kā jūs vēlējāties? Kāpēc?
- Ko jūs varētu izmēģināt nākamajā reizē?



Lai atvieglotu mājasdarba izpildi, neaizmirstiet pārvietot traucējošos priekšmetus, nostāieties bērna priekšā, notupieties līdz bērna līmenim un veiciet aktivitāti pa vidu starp sevi un bērnu.

Otrā nodarbība: rutīnu veidošana, rotaļājoties kopā.

Visi bērni mācās, izpildot rutīnas! Tālāk sniegti trīs padomi, kas palīdzēs jums kopā ar bērnu veidot rotaļu rutīnas.



Pirmais padoms: Piedalieties bērna rutīnā – pārmaiņus atdariniet bērna veiktās darbības.

Skatieties un klausieties bērna darbības un pievienojieties rutīnai, darot to pašu, ko dara bērns.



Atkārtojot jūs uzslavējat bērnu par šādu rotaļāšanos.



Atcerieties, ka jāatkārto tikai vēlamās bērna darbības. Neatdariniet nevēlamu uzvedību (mešanu) vai atkārtotas darbības bez jebkādas mijiedarbības starp jums un bērnu, piemēram, priekšmetu sarindošanu vai aplūkošanu.

Lai kopīgi veiktu rutīnu, vislabāk izmantot vairākus priekšmetus, piemēram, divas automašīnas vai divas lelles. Izmantojiet savas rotaļlietas vai materiālus, lai pamīšus iesaistītos. Tādā veidā jūs nesadusmosiet bērnu, paņemot viņa rotaļlietu, lai demonstrētu rotaļu darbības.



Parādīt un nosaukt.



Otrs padoms: *Parādiet un nosauciet* – piedāvāriet bērnam jaunu rutīnas darbību.

Parādiet un nosauciet:

- Ja nevarat atdarināt bērnu
- Ja bērns nezina, ko darīt tālāk
- Ja bērns ir “iestrēdzis”, veicot kādu atkārtotu darbību
- Ja bērns ir neiesaistīts un jums jāpanāk atgriešanās rutīnā



Papildu soļu pievienošana pagarina rutīnu un dod vairāk laika kopīgai iesaistei. Daudziem bērniem nepieciešama palīdzība, lai iemācītos pareizi spēlēties ar rotaļlietām. “Parādīt un nosaukt” metode palīdz bērnam attīstīt sarežģītāku rotaļu prasmes.



Rutīnu atsākšana.



Trešais padoms: atkārtojiet rutīnu, lai palīdzētu bērnam pavadīt vairāk laika kopīgā iesaistē.

- Kāds bija rutīnas pirmais solis? Kad esat izpildījis visus rutīnas soļus, sāciet no jauna ar pirmo.
- Uzreiz sāciet no jauna un centieties darīt tā, lai bērnam būtu jautri un aizraujoši.



Veicot soļus no jauna un vēlreiz atkārtojot rutīnu, to var pagarināt un padarīt vieglāku un jautrāku. Atkārtošana noder! Visi bērni mācās, rotaļājoties atkārtojot stāstus. Iespējams, jums apņiks ātrāk nekā bērnam!

Trešā nodarbība: noderīgi padomi grūtību pārvarēšanai.



Tālāk sniegti padomi, kā risināt konkrētas grūtības, kas rodas, iesaistoties rotaļās ar bērnu.

Ko darīt, ja bērnu neinteresē priekšmeti vai rotaļlietas?

Vispirms varat izmēģināt rotaļas ar cilvēkiem. Dažreiz bērniem nepatīk priekšmeti, vai viņi nezina, kā ar tiem rotaļāties.

Ko darīt, ja ir pārāk grūti rotaļāties kopā ar bērnu?

- Var gadīties, ka jūs tā jutīsities. Izmēģiniet ievērot šajā un iepriekšējos moduļos iegūtos padomus, lai kopā ar bērnu uzsāktu vienkāršas rotaļas.
- Atcerieties, ka, izvēloties bērna rotaļāšanās veidam atbilstošas rotaļlietas un spēles, iespējams atvieglot bērnam piedalīšanos.
- Ja šobrīd tas ir pārāk sarežģīti, varat padomāt, kā iesaistīt bērnu ēdienreizēs vai citās ļoti motivējošās aktivitātēs.

Ko darīt, ja nevēlaties rotaļāties vai domājat, ka rotaļas nav svarīgas?

- Atcerieties, ka rotaļāšanās ir svarīga bērnu prasme. Rotaļājoties bērni apgūst arī daudz citas prasmes, piemēram, komunikāciju.
- Mēģiniet mijiedarboties ar bērnu ēdienreizēs vai iesaistīties kādā viņam patiešām patīkamā aktivitātē.

Ko darīt, ja bērns katru reizi ar rotaļlietām vēlas darīt vienu un to pašu un satraucas, ja izmēģināt ko citu?

- Dažreiz bērni ar attīstības traucējumiem vai aizkavētu attīstību var “iestrēgt” pie priekšmetiem un rotaļāties atkārtotos veidos.
- Atcerieties otro padomu (*parādiet un nosauciet*) no šī moduļa. Mēģiniet skatīties un ieklausīties bērna darbībā un pievienojieties rutīnai, darot to pašu, ko dara bērns. Iespējams, vajadzēs laiku un vingrināšanos, lai bērns pieņemtu jaunus rotaļāšanās veidus.

Ko darīt, ja vēlaties, lai bērns rotaļājas kopā ar citiem bērniem?

- Daudzām ģimenēm šis mērķis ir svarīgs. Šajā programmā strādāsim pie tā, lai palīdzētu bērnam apgūt jaunus veidus, kā rotaļāties ar rotaļlietām un spēlēt spēles kopā ar jums.
- Kad bērns iemācīsies veikt šīs aktivitātes kopā ar jums, nākamais solis būs izmēģināt šīs rotaļas kopā ar citiem bērniem.

Ceturtā nodarbība: Noderīgi padomi, lai iesaistītu bērnus ar citiem veselības traucējumiem.



Ja bērniem ir vēl citi veselības traucējumi, tas var apgrūtināt iesaistīšanos dažādās aktivitātēs vai sadarbību ar aprūpētāju. Tālāk sniegti papildu padomi, kas palīdzēs plānot aktivitātes kopā ar bērnu. **Taču šie padomi nederēs visiem.**

- Aprūpētājam, kurš rūpējas par bērnu, kurš viegli satraucas vai ir neapmierināts, vajadzētu pievērst uzmanību tam, kā bērns jūtas, pirms mēģināt viņu iesaistīt kādā aktivitātē. Daži bērni labāk iesaistās noteiktos dienas laikos. Nemēģiniet iesaistīt nogurušu, niķīgu vai izsalkušu bērnu.
- Bērniem, kuriem ir apgrūtinātas roku kustības, izvēlieties rotaļlietas, ko ir vieglāk satvert un noturēt. Izmantojiet no auduma vai virves izgatavotas rotaļlietas..

- Ja bērnam ir redzes traucējumi, centieties veikt kopīgās aktivitātes labi apgaismotā vietā, piemēram, ārā, vai arī uzlabojiet apgaismojumu telpās, lai bērnam būtu vieglāk redzēt.
- Ja bērnam ir redzes vai acu kustību traucējumi, aprūpētāji var palīdzēt iesaistīties, saudzīgi vadot bērna roku, lai viņš varētu pieskarties priekšmetiem.
- Ja bērnam ir kustību traucējumi, izpildiet rotaļu rutīnu norobežotā vietā. Ripiniet bumbu vingrošanas aplī vai uz grīdas noliktā kastes vākā. Rotaļājieties ar rotaļlietām kartona kastē vai nolieciet tās uz paplātes ar paaugstinātām malām.
- Ja bērnam ir kustību traucējumi, tad ir svarīgi izvēlēties tādu pozu, kas palīdzētu bērnam iesaistīties aktivitātē: atrodi veidu, kā bērnu ērti apsēdināt. Bērns var sēdēt stūrī uz spilvena, atbalstam izmantojot divas sienas, vai arī atbalstīts viena pieaugušā klēpī, kamēr otrs strādā ar bērnu.

Lūdzu, apturiet kursa ierakstu šeit, lai aizpildītu darba burtnīcu, tad turpiniet kursu.

Mājasdarba izpildes plāns.



Pēc tam, kad esat uzzinājis par rotaļu rutīnām ar bērnu, ir pienācis laiks sagatavoties nākamajam mājasdarbam. Ievērojiet tālāk sniegtos padomus un neaizmirstiet aizpildīt darba burtnīcu!

- 
- Izvēlieties vienu ikdienas mājas aktivitāti un vienu rotaļu vai spēļu aktivitāti, ko veiksiet kopā ar bērnu vai kurā viņu iesaistīsiet. Varat izvēlēties vienu no tām pašām aktivitātēm, ko veicāt iepriekš, vai divas jaunas aktivitātes. Izvēlieties rutīnas, ko centīsieties atkārtot katru dienu.
 - Plānojiet katrā aktivitātē kopā ar bērnu pavadīt vismaz 5 minūtes.
 - Katras aktivitātes laikā mēģiniet izveidot rutīnu.



Neaizmirstiet izmantot šajā nodarbībā sniegtos padomus:

- Piedalieties bērna rutīnā – pārmaiņus atkārtojiet bērna veiktās darbības.
- Parādiet un nosauciet – piedāvāji bērnā jaunā rutīnas darbību.
- Atkārtojiet šo rutīnu, lai palīdzētu bērnam pavadīt vairāk laika kopīgā iesaistē.



Sestā moduļa kopsavilkums: ko jūs apgūvāt.

Padomi, kas palīdzēs jums kopā ar bērnu veidot rotaļu rutīnas:

- Piedalieties bērna rutīnā – pārmaiņus atdariniet bērna veikto darbību.
- Parādiet un nosauciet, piedāvājiet bērnam jaunu rutīnas darbību.
- Atkārtojiet šo rutīnu, lai palīdzētu bērnam pavadīt vairāk laika kopīgā iesaistē.



Padomājiet arī par citiem līdz šim apgūtajiem padomiem:

- Iekārtojiet vietu: aiznesiet prom visus priekšmetus, kas novērš uzmanību, un radiet drošu vietu, kur darboties.
- Nostājieties bērna priekšā, notupieties līdz bērna līmenim un veiciet aktivitāti pa vidu starp sevi un bērnu.
- Sāciet ar divām vai trim motivējošām izvēlēm un ievērojiet bērna izvēli.
- Skatieties un klausieties – pamaniet, kas motivē un interesē bērnu.
- Skatieties un klausieties – ievērojiet, kad bērns uzvedas labi, un reaģējiet ar uzslavu.

Tālāk noskatīsimies animācijas video, kurā tiks aplūkots apgūtais.



autism speaks®



Paldies, ka pabeidzāt šo moduli!

***Lūdzu, atbildiet uz moduļa pārbaudes darba
jautājumiem un aizpildiet novērtējuma anketu.***

Pēc četrām vai piecām dienām, kad kopā ar bērnu būsiet izpildījuši mājasdarbu, būsiet gatavs pāriet pie nākamā moduļa.

Neaizmirstiet arī parūpēties par sevi. Pirms uzsākt nākamo moduli, varat turpināt veikt jau iesāktās darbības, rūpēties par sevi, vai izmēģināt kaut ko jaunu.

Uz tikšanos!