
Подготовка и использование расписаний в обучении детей младшего школьного возраста, имеющих РАС

Ю.А. Шарова,
учитель начальных классов Центра психолого-медико-социального сопровождения детей и подростков Московского городского психолого-педагогического университета. Москва, Россия
E-mail: upel_ka@mail.ru

Подготовка к обучению детей младшего школьного возраста с аутистическими расстройствами значительно облегчается при использовании методов, позволяющих структурировать представления ребенка о необходимых изменениях. Применение расписаний значительно облегчает процесс обучения, воспитания и работу по адаптации детей. Описана поэтапная работа по включению и применению общих и индивидуальных расписаний в двух группах детей с нарушениями интеллекта и расстройствами аутистического спектра из нулевых классов. Работа проводилась в Центре психолого-медико-социального сопровождения детей и подростков Московского городского психолого-педагогического университета. Приведены примеры эффективности применения расписаний для повышения самостоятельности, ослабления тревожности у детей, имеющих расстройства аутистического спектра.

Ключевые слова: расстройства аутистического спектра, поведенческие нарушения, негативизм, стереотипное поведение, эффективная адаптация детей, направленное наблюдение, общее и индивидуальное расписание.

Коррекционная работа с детьми, имеющими расстройства аутистического спектра, направлена, прежде всего, на развитие эффективных способов адаптации к окружению. И использование расписаний, позволяющих ребенку детально представить ближайшие задачи, наряду с другими коррекционными мероприятиями облегчает педагогам их работу. Вместе с тем расписания как средство работы с детьми с РАС используются в отечественной специальной педагогике недостаточно широко.

В ЦПМССДиП в работу с детьми дошкольного и младшего школьного возраста расписания включаются часто. В настоящей статье рассмотрена роль расписаний в под-

готовке к обучению детей младшего школьного возраста и учащихся нулевых классов, поскольку этот возраст особенно труден для адаптации у детей с РАС: дети попадают в новую для них ситуацию, их привычный режим дня претерпевает изменения. Роль ребенка, его статус меняются, он становится учеником. Педагогам необходимо учитывать психофизические особенности детей с РАС, часто таким детям сложно понять, что происходит, и чем вызваны изменения, и еще труднее принять их.

Расписания являются средством дополнительной более быстрой и легко проходимой адаптации ребенка в новых, незнакомых ему условиях.

Цель статьи — описание этапов включения расписаний в работу, направленную на смягчение поведенческих нарушений и повышение самостоятельности у детей младшего школьного возраста, и описание положительного опыта использования расписаний для подготовки детей с РАС к обучению.

Работа проводилась в здании ЦПМССДиП на улице Кашенкин Луг. В исследовании принимали участие дети из двух нулевых классов.

Первичное обследование

Были обследованы 10 детей в возрасте от 6-ти до 8-ми лет.

Первичное обследование детей выявило ряд трудностей. У всех детей отмечались:

— негативизм: отказ ребенка делать что-либо вместе со взрослым, уход от ситуации обучения, произвольной организации. Проявления негативизма часто сопровождались усилением аутостимуляций, физическим сопротивлением, криком, агрессией, самоагрессией;

— наличие страхов: почти у всех детей отмечался страх новизны, нарушений сложившегося стереотипа жизни, неожиданного развития ситуации; дети опасались быть беспомощными в непривычных условиях;

— стереотипное поведение.

Вместе с тем отмечались достаточно сформированные навыки социально-бытовой ориентировки (самообслуживания и личной гигиены): все дети просились в туалет, сами могли снимать и надевать одежду, самостоятельно обуваться, мыть руки по просьбе педагога. В столовой самостоятельно принимали пищу, хотя у большинства детей отмечалась экстремальная избирательность в еде. Столовые приборы почти всеми были освоены успешно, дети умели правильно ими пользоваться, знали об их назначении. Но, как правило, прием пищи сопровождался неаккуратностью, небрежностью. Детям трудно было удерживать правильную позу и сидеть за столом спокойно.

Ход работы

Педагогами были введены расписания двух видов: общие и индивидуальные. Расписания использовались в различных ситуациях учебного дня:

— на уроках и переменах;

— в групповых и индивидуальных занятиях;

— при выполнении всех режимных моментов (в столовой, при подготовке к урокам физкультуры и ЛФК);

— на занятиях игровой терапией, в тренажерном зале.

При проведении работы педагоги использовали метод направленного наблюдения.

Работа проводилась поэтапно.

Первый этап работы

Поскольку почти все дети с РАС с трудом принимают необходимость изменения привычного хода событий, отказа от стереотипного поведения, необходимость усвоения новых знаний и навыков, трудности могут возникнуть даже на этапе освоения работы с расписаниями. Поэтому на первом, подготовительном, этапе была проведена предварительная работа, направленная на формирование готовности детей к использованию расписаний, готовности в принципе работать с карточками, на закрепление первоначальных навыков, которые можно сложить в умение работать с карточным расписанием. В данном случае выражение «использование расписания» подразумевает саму деятельность.

В рамках подготовительного этапа была проведена работа в следующих направлениях:

1. Различение картинки и фона.

2. Формирование четкого указательного жеста.

3. Соотнесение картинки с предметом.

Эффективность использования расписаний в подготовке к обучению детей с РАС в коррекционной школе во многом зависит от умений и навыков детей, а также

от уровня сложности предложенных в расписании действий.

До начала работы с расписанием дети должны освоить несколько необходимых навыков. Наиболее важными являются: различение картинки и фона; использование четкого указательного жеста, соотнесение предмета, изображения и слова. Другие навыки, например, убирать материалы с заданиями на место, не являются столь существенными для начала работы с расписанием, их ребенок может освоить одновременно с обучением выполнению расписания.

Различение картинки и фона.

Формирование четкого указательного жеста

Для оценки степени развития у детей этого навыка был изготовлен альбом из картона, и в него были наклеены картинки, изображающие знакомые детям предметы. На каждый лист картона наклеивалось по одной картинке, размещались они в разных местах (в верхнем левом углу, в центре и т.д.). Одновременно отрабатывался четкий указательный жест.

Работа проводилась индивидуально с каждым ребенком. Задавались вопросы: «Где картинка?», «Покажи картинку». Если ребенок показывал картинку в течение 5 секунд, в бланке для фиксации данных ставился «+», если не показал «-». Учитывалось только первое движение ребенка, то

есть если он сначала показывал на фон, а потом — на картинку, ставился «-».

Если ребенок показывал на картину в 8-ми из 10-ти случаев и больше, делался вывод, что навык различения картинки и фона достаточно хорошо развит.

Данные этого этапа работы представлены в таблице 1.

Умение соотносить картинку и предмет

Для определения умения детей соотносить реальные предметы с изображениями на картинке был изготовлен еще один альбом. 5 листов картона одинакового цвета были помещены в папку, и на них были наклеены вырезанные из фотографий изображения знакомых детям предметов.

Каждому ребенку предлагалось открыть альбом и показать предмет, изображенный на первой странице. Затем ребенку говорили: «Найди» и предлагали выбрать такой же предмет из 5-ти представленных на столе. Если это было необходимо, ребенку помогали правильно показать и найти предмет, направляя его руку. После выполнения задания детям предьявлялось особое поощрение — аплодисменты и похвала.

В следующий раз при работе с альбомом детям давались команды: «Покажи» и «Найди». Если ребенок выполнял требование в течение 5-ти секунд, в бланке для фиксации данных ставился «+», если ребенок не реагировал или выполнял задание неверно, то ставился «-».

Таблица 1

Результаты исследования сформированности навыка различения картинки и фона

Попытка	Задание	Кирилл И.	Яна Ж.	Гриша С.	Вова О.	Максим П.
1	Различение картинки и фона	-	+	+	-	-
2		+	+	-	-	-
3		+	+	+	+	+
4		+	+	+	+	+
5		+	+	+	+	+
6		+	+	+	+	+
7		+	+	+	+	+
8		+	+	+	+	+
9		+	+	+	+	+
10		+	+	+	+	+
Кол-во правильных ответов		9	10	9	8	8

Если ребенок ошибался в трех из пяти попыток и больше, делался вывод, что навык соотнесения нуждается в дополнительной тренировке. В таблице 2 представлены данные исследования умения соотносить картинку и предмет.

Анализируя полученные данные, можно сказать, что у детей экспериментальной группы навыки различения картинки и фона и умение соотносить картинку и предмет достаточно хорошо развиты. 5 детей справились с заданием; детей, нуждающихся в дополнительной тренировке данных навыков, не было.

Второй этап работы

На втором этапе проходило обучение детей умению работать с расписаниями на фронтальных занятиях. Также на этом этапе были составлены индивидуальные расписания для детей, испытывающих наибольшие затруднения в выполнении заданий.

Работа проводилась 5 дней в неделю. Расписания использовались в различных ситуациях учебного дня:

- на уроках и переменах;
- в групповых и индивидуальных занятиях;

- при выполнении всех режимных моментов (в столовой, при подготовке к урокам физкультуры и лечебной физкультуры);
- на занятиях игровой терапией, в тренажерном зале.

При обучении умению следовать расписаниям применялся способ постепенного уменьшения помощи, а именно, физического контроля. Сначала взрослый полностью направлял детей своими руками, чтобы предотвратить ошибки; потом постепенно уменьшал контроль, по мере того как дети учились выполнять задания без ошибок. Далее педагоги перешли к изменению локации физического контакта, затем к «теневому» следованию за ребенком (бесконтактному сопровождению) и к увеличению расстояния.

Начальная инструкция давалась детям только один раз, например: «Урок, садимся за парты», «Собираем игрушки». При начальном инструктаже каждого ребенка брали за руку или за плечи, подводили к нужному расписанию, помогали открыть его и указать на первую картинку. Затем ребенку помогали выполнить задание, обозначенное в расписании. Если ребенок уже умел выполнять предложенное задание, оказывалась только необходимая помощь. После выполнения задания каждого ребенка снова подводили к расписанию, при по-

Таблица 2

Результаты исследования сформированности умения соотносить картинку и предмет

Попытка	Задание	Кирилл И.	Яна Ж.	Гриша С.	Вова О.	Максим П.
1	Чашка	+	+	+	-	+
2	Пирамидка	+	+	+	+	-
3	Кубик	+	+	+	+	+
4	Тетрадь	+	+	+	+	+
5	Очки	+	+	+	+	-
Кол-во правильных ответов		5	5	5	4	3



мощи педагога он переворачивал страницу, показывал на следующую фотографию, брал задание, приносил на рабочее место и выполнял.

На этапе обучения работе с расписанием педагога, как уже отмечалось, часто использовали поощрение. Первично в качестве награды детям выдавали угощение (печенье), которое со временем было заменено на наклейки. Награда предьявлялась детям из-за спины, чтобы не отвлекать их от выполняемого действия, а также чтобы быть уверенными, что ребенок смотрит не на стимулятор, а на педагога. При освоении новых расписаний поощрение наклейками чередовалось с поощрением угощением. Печенье давалось ребенку тогда, когда он показывал на картинку, брал материалы, выполнял изображенное задание. После того как ребенок убирал пособие на место, ему давалась наклейка. Наклейки обменивались на более значительные награды: любимые игрушки, любимое лакомство, возможность поиграть в любимую игру со взрослым и т.д.

В работе применялись общие и индивидуальные расписания. Общие расписания использовались в урочное время для структуризации учебного процесса, а также во время перемен для формирования социально-бытовой ориентировки. Например, на уроке детям предлагались карточки с указанием последовательности учебных действий, а на перемене дети могли выбрать с помощью карточек расписания игру, в которую они будут играть.

Пример общих расписаний

Порядок выполнения действий при переодевании в спортивную форму (каждое действие обозначено изображением, карточки с изображениями и являются расписанием):

1. Поставить стул (в определенное место).
2. Принести из шкафа пакет со спортивной одеждой;
3. Снять:
 - сменную обувь;

- брюки или юбку;
 - кофту;
4. Надеть:
- спортивные шорты;
 - футболку;
 - кроссовки.



Уборка класса после учебного дня:

1. Собрать и сложить модули;
2. Собрать маленькие игрушки, убрать в коробку;
3. Поднять стулья;
4. Вытереть доску.



Индивидуальные расписания

Для аутичного ребенка в дополнение к общему классному расписанию необходимо разработать индивидуальное расписание, которое в визуальной форме будет предьявлять ученику важную информацию, к пониманию которой он подготовлен.

Индивидуальные расписания составлялись конкретно для каждого ребенка (например, карточки с указанием поощрения — любимой игры или лакомства, которые ребенок может получить после выполнения основного или нелюбимого задания).

Индивидуальные расписания использовались для коррекции поведенческих осо-

бенностей, смягчения испытываемых детьми трудностей при изменении привычной ситуации. Например, дополнительная карточка-расписание вводилась, если предполагалось, что привычная детям ситуация изменится. Так, при замене любимого детьми урока «игровая терапия» мероприятием центра, выступлением ребят из детской музыкальной школы, нашим детям демонстрировалась соответствующая карточка, и после этого в расписание вставлялась карточка с коротким значимым для детей событием, например, угощение печеньем.

Также для индивидуальных расписаний педагоги использовали карточки с фотографиями конкретного ребенка (которому расписание предназначалось), выполняющего следующие действия: мытье рук, игра с любимой игрушкой, выполнение утренней зарядки и т.п.

При составлении визуализированного расписания для аутичного ребенка необходимо внимательно отнестись к «длине» расписания (количеству включенных видов деятельности). Количество пунктов в расписании может быть изменено в случае, если какой-то из предстоящих видов деятельности вызывает у ученика тревогу, если происходит перегрузка информацией в конкретный момент времени.

Пример индивидуального расписания

В расписании учебного дня Кирилла И. 18 пунктов:

1. поздороваться;
2. убрать машинку в гараж;
3. делать зарядку;
4. учиться (урок);
5. переодеться в физкультурную форму;
6. заниматься спортом (урок);
7. завтракать;
8. переодеться в свою одежду;
9. играть с машинкой (*пункт включен в расписание как поощрение, поскольку мальчик не любит переодеваться*).
10. учиться (урок);
11. перемена — играть с детьми;
12. учиться (урок);
13. обедать — съесть суп и хлеб

14. учиться (урок);
15. собрать игрушки;
16. поднять стулья;
17. попрощаться;
18. домой.

За выполнение каждого пункта Кирилл получает наклейку, в конце дня наклейки подсчитываются и при условии выполнения всех пунктов, мама поощряет Кирилла сладостями.

Общие расписания

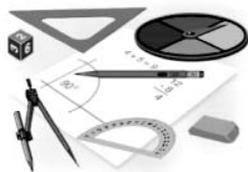
Визуализированное расписание занятий — это один из важнейших составных компонентов структурированной среды обучения для детей с аутизмом.

Целью общих расписаний является: социализация учащегося, какие занятия будут проводиться и в какой последовательности.

Визуализированные расписания особенно важны для детей с аутизмом, поскольку они:

- помогают преодолеть сложности, являющиеся результатом слабой последовательной памяти, и организовать время учащегося;
- помогают детям с речевыми нарушениями понять требования учителя;
- снижают уровень тревожности у аутичных детей и, следовательно, частоту проявления поведенческих проблем, из-за высокого уровня предсказуемости происходящего;
- проясняют, какой вид деятельности происходит в определенный период времени (например, перемена после урока), а также готовят учащихся к возможным изменениям;
- помогают учащимся самостоятельно перейти от одного вида деятельности к другому, из одной зоны в другую, сообщая, куда им необходимо направиться после окончания конкретной работы.

Общие расписания ежедневно вывешиваются на доску. Также уменьшенный вариант этих изображений входит в индивидуальную форму расписания каждого ребенка. Ниже приведены примеры изображений общих расписаний.



Урок «Математика»



Урок «Чтение»



Урок «Труд»



Урок «Игротерапия»



Урок «Рисование»



Урок «Письмо»



Урок «Физкультура»



Урок «Музыка»



Урок «Развитие речи»



Завтрак



Урок «Живой мир»



Обед

Третий этап

Цель третьего этапа — развить у детей умение выбирать.

На доску помещались изображения с возможными наградами, для этого выбирали два знакомых ребенку изображения любимых занятий или лакомств (например, для Кирилла — изображения машинки и печенья). Затем в расписание добавлялась пустая страница. Как обычно ребенка просили выполнить расписание, а когда он открывал пустую страницу, его направляли к доске выбора и помогали выбрать одну из двух фотографий и вставить ее в пустую страницу расписания. После этого ребенок получал обычное поощрение (наклейку), а по окончании занятия наклейки обменивались на особые дополнительные поощрения.

По мере освоения ребенком необходимых шагов контроль снижался с помощью описанных выше способов.

Поскольку у детей имелись трудности в поведении, то работа с расписаниями была направлена на их преодоление. Ниже приведены три примера, свидетельствующие о положительных результатах коррекции нарушений поведения при обучении наших детей с РАС работе по расписаниям.

Примеры

Яна Ж. не могла ждать, когда закончится урок, или отказывалась на перемене играть в коллективную игру, желая заниматься только любимым делом — рисованием. Яна постоянно пыталась схватить ручку, карандаш или фломастер с учитель-

ского стола и рисовать на любой поверхности: на учебниках, стенах, настенном алфавите, парте и т.д. Если ее действия прерывали, девочка начинала стереотипно проявлять самоагрессию (кусала себе руку) и агрессию, щипая детей. Чтобы смягчить негативные поведенческие реакции, после каждого правильно выполненного действия, указанного в расписании, Яне предлагалось поощрение в виде рисования. Сначала девочка постоянно физически контролировалась взрослым. Это помогло организовать процесс рисования, и она научилась брать нужные материалы, рисовать и убирать за собой рабочее место. Яна быстро научилась работать по своему расписанию, поэтому необходимость в контроле почти исчезла. Для поощрения педагоги начали использовать систему наклеек.

Вова О. плохо понимал обращенную речь и благодаря расписаниям научился действовать самостоятельно без жестов-подсказок со стороны взрослого. Физический контроль применялся только на самом начальном этапе обучения использованию общих расписаний. Мальчик быстро овладел системой расписаний, научился самостоятельно переодеваться, правильно действовать в столовой и игровой.

Кирилл И. не был готов к изменению ситуации, у него начинались истерические припадки: он падал на пол, кричал, дрался, если ситуация выходила из-под его контроля. В случае, когда вместо посещения урока игровой терапии, любимого Кириллом, ему предстояло идти на прием к психиатру, в его расписание вставлялась дополнительная карточка с изображением

кабинета психиатра, а сразу после карточки «игра с машинкой» — фотография мамы или «угощение печеньем». Через некоторое время Кирилл привык к таким заменам, стал вести себя более спокойно, срывы существенно сократились, хотя и не прекратились совсем.

Результаты описанной работы подтвердили, что, пользуясь расписаниями, детям проще организовать свою деятельность, кроме этого, называя свои действия с опорой на картинки и повторяя за взрослым правильные фразы, они запоминают и переносят их в свою речь.

Результаты повторного наблюдения

По истечении года использования расписаний дети были повторно обследованы путем направленного наблюдения. Это дало возможность получить сравнительные данные, свидетельствующие о положительных результатах использования расписаний в работе по преодолению поведенческих трудностей у детей с РАС младшего школьного возраста.

Данные, полученные при проведении работы, свидетельствуют о том, что у группы детей с РАС отмечается значительная динамика по всем исследуемым показателям, выделенным на втором этапе работы.

Отмечается, что все дети экспериментальной группы овладели работой с расписаниями. Двое из троих детей стали более гибко принимать неожиданные изменения в режиме дня.

Трое из пяти детей научились более адекватно реагировать на попытку взрослого завести совместную игру.

Трое детей начали использовать в речи местоимение «я».

Трое детей научились сотрудничать, стали более охотно принимать чужие правила.

Четверо детей научились самостоятельно выполнять предложенные в расписаниях задания, почти не прибегая к помощи взрослого.

У двоих детей уменьшилось количество эхоталий.

У четверых из пяти детей сформировался более длительный глазной контакт.

У всех детей снизились проявления самоагрессии и агрессии к другим людям. У всех детей улучшилась речь, повысилась учебная мотивация. У двоих детей намного улучшилась коммуникативная функция речи.

В целом, у большинства детей после введения расписаний смягчились негативные поведенческие реакции, дети стали более гибко реагировать на непредвиденные ситуации, научились сотрудничать друг с другом и со взрослыми: принимать правила, устанавливаемые взрослыми или одноклассниками. Дети стали менее избирательны в еде и более самостоятельны.

Выводы

Итоги работы позволяют констатировать, что в результате введения расписаний все дети с РАС показали значительную положительную динамику относительно своих начальных показателей, и это убеждает в том, что последовательное использование расписаний в работе с детьми младшего школьного возраста облегчает процесс научения и адаптации, способствуя смягчению поведенческих нарушений и более легкому приспособлению к изменению привычной ситуации, а также позволяет более успешно участвовать в организованной учебной деятельности вместе с другими детьми. ■

Литература

1. *Аппе Ф.* Введение в психологическую теорию аутизма. М.: Теревинф. 2006.
2. *Гилберт К., Питерс Т.* Аутизм. Медицинское и педагогическое воздействие. Книга для педагогов-дефектологов. М.: ВЛАДОС. 2000.
3. *Морозова С.С.* Аутизм. Коррекционная работа при тяжелых и осложненных формах. М.: ВЛАДОС. 2007.
4. *Никольская О.С., Баенская Е.Р., Либлинг М.М., Костин И.А., Веденина М.Ю., Аршатский А.В., Аршатская А.В.* Дети и подростки с аутизмом. Психологическое сопровождение. М.: Теревинф. 2005.
5. *Никольская О.С., Баенская Е.Р., Либлинг М.М.* Аутичный ребенок. Пути помощи. М.: Теревинф. 2005.
6. *Никольская О.С.* Трудности школьной адаптации детей с аутизмом // Особый ребенок: исследования и опыт помощи. Вып. 1. М.: Центр лечебной педагогики; Теревинф. 1998.
7. *Ньюмен С.* Игры и занятия с особым ребенком. М.: Теревинф. 2007.
8. *Питерс Т.* Аутизм. От теоретического понимания к педагогическому воздействию. М.: ВЛАДОС. 2002.
9. Расписания для детей с аутизмом / Пер. с англ. О. Чикурова, С. Морозовой. М.: Изд-во «СигналЪ». 2003.
10. *Янушко Е.А.* Игры с аутичным ребенком. М.: Теревинф. 2007.

Development and use of schedules in education of elementary school children with ASD

Y.A. Sharova,
elementary school teacher of the Center for Psychological, Medical
and Social Support to Children and Adolescents of the Moscow State University
of Psychology and Education.
Moscow, Russia
E-mail: upel_ka@mail.ru

The work on preparedness for education of elementary school students with autism disorders can be greatly facilitated by the use of the methods that allow to structure child's knowledge about necessary changes. The use of schedules greatly facilitates the process of education, guiding and work on children's adaptation. The article describes stages of the work on inclusion and use of general and individual schedules in two groups of children with intellectual disabilities and autism spectrum disorders in preschool classes. This work was conducted in the Center for Psychological, Medical and Social Support to Children and Adolescents of the Moscow State University of Psychology and Education. The article contains examples of the use schedules to increase independence and to reduce anxiety in children with autism spectrum disorders.

Keywords: autism spectrum disorders, behavioral disorders, negativism, stereotypical behavior, effective adaptation of children, direct observation, general and individual schedule.