

Вправи для корекції поведінки дітей з РАС (розладом аутистичного спектра) мають бути структурованими, чіткими, передбачуваними і адаптованими до рівня розвитку дитини.

1. Вправи на імітацію

Мета: розвиток здатності повторювати дії дорослого або однолітків.

Приклад:

- Вправа «Повтори за мною»: педагог показує рух (наприклад, плескання, тупання), а дитина має повторити.
- Варіант: використовувати іграшку (наприклад, ведмедик махає рукою).

Навички: увага, наслідування, комунікація.

2. Соціальні історії та ролева гра

Мета: навчити соціально прийнятної поведінки у конкретних ситуаціях.

Приклад:

- Читання короткої історії з малюнками про те, як вітатися, просити щось, чекати своєї черги.
- Розігрування сценки (наприклад: «як поводитися в магазині»).

Навички: соціальні навички, емоційне розуміння.

3. Візуальні розклади

Мета: зменшення тривоги та покращення самоконтролю.

Інструмент:

- Візуальний розклад дня (малюнки/пиктограми).
- Картки з емоціями та правилами поведінки.

Навички: організація часу, поведінкова саморегуляція.

4. Сенсорні вправи

Мета: зменшення гіпер- або гіпочутливості, стабілізація емоційного стану.

Приклад:

- Ігри з піском, водою, кінетичним піском, масажні м'ячики.
- Вправи на дихання («надуй кульку», «видуй пір'їнку»).

Навички: сенсорна інтеграція, самозаспокоєння.

5. Вправи на емоційний інтелект

Мета: розпізнавання і вираження емоцій.

Приклад:

- Картки з емоціями (запропонувати вибрати емоцію, яку зараз відчуває дитина).
 - Дзеркальне відображення: педагог показує емоцію, дитина повторює.
-

✓ 6. Метод «зміцнення позитивної поведінки»

Мета: закріплення бажаної поведінки через заохочення.

Інструменти:

- Система жетонів (наприклад, 5 зірочок = вибір гри).
 - Позитивне підкріплення одразу після бажаної поведінки.
-

💡 Порада: Працюючи з дитиною з РАС, надзвичайно важливо враховувати її індивідуальні потреби, сенсорні особливості та стиль сприйняття інформації. Регулярність, терпіння і чітка структура — ключ до успіху.