

Specialiųjų poreikių vaikų palaikymo išteklių

1 lentelė

Šis gidas sukurtas pedagogams, logopedams ir tėvams, ieškantiems paprastų, veiksmingų ir išbandytų priemonių, padedančių vaikams su sensoriniais, emociniais ar elgesio sunkumais.

Kiekviena priemonė – ne teorija, o realus sprendimas.

Iššūkiai	Sprendimas su priemonėmis	Nauda vaikui ir mokytojui	Kur įsigyti
Vaikas greitai pervargsta nuo triukšmo ir negali susikaupti	Triukšmą mažinančios ausinės 🗣️ – padeda išvengti sensorinio pervargimo ir suteikia saugumo jausmą.	Ramesnė atmosfera klasėje, geresnis dėmesys, mažiau emocijų protrūkių.	Nuoroda 
Vaikui sunku nusiraminti po konfliktų ar aktyvios veiklos	Savireguliacijos ugdymo rinkinys 🌱 – padeda atpažinti emocijas ir išmokti nusiramimo būdų. Nusiramimo būdų ratas ir metodika.	Vaikas greičiau nurimsta, išmoksta savarankiškai reguliuoti elgesį.	Nuoroda  Nuoroda
Vaikas patiria sunkumų bendraudamas, nekalba arba sunkiai reiškia poreikius. Vaikas sunkiai sprendžia konfliktus su bendraamžiais.	Knyga: Socialinės istorijos: Emocijos ir netinkamas elgesys . Kortelių rinkiniai SITUACIJOS - MĄSTYMAS - SPRENDIMAS .	Pagerėja komunikacija, mažėja frustracijos ir elgesio protrūkių.	Knyga Nuoroda į knygą Kortelės: Nuoroda
Vaikas sunkiai išsėdi vietoje, trūksta dėmesio	Apšilimo pratimų ratas – žaismingos pertraukėlės padeda išlaisvinti energiją, sugrąžina dėmesį į veiklą.	Geresnė koncentracija, mažiau hiperaktyvumo, pozityvi klasės atmosfera.	Nuoroda
Vaikui sunku susikaupti ar jis greitai išsiblaško	Vizualūs tvarkaraščiai 📅 – padeda vaikui matyti dienos eigą, mažina netikėtumo stresą, palaiko rutinos jausmą.	Didesnis prognozuojamumas, savarankiškumas ir ramybė dienos metu.	Nuoroda

Savireguliacijos ir elgesio palaikymo strategijos

2 lentelė

Iššūkis klasėje	Sprendimas su priemonėmis	Nauda vaikui ir mokytojui	Priemonės
<p>Vaikas negali susikaupti, dažnai pasimeta užduotyse;</p> <p>Vaikas negali ramiai išlaukti ar planuoti savo veiklos;</p>	<p>Aiškūs, trumpi nurodymai + vizualinės pagalbos 🌿 – naudokite korteles ar laikrodžius, kad vaikas suprastų, ką ir kada daryti.</p> <p>Smėlio laikrodžiai ⌚ – vizualiai parodo, kiek laiko liko, padeda struktūruoti veiklas.</p>	<p>Geresnis užduočių atlikimas, savarankiškumas ir ramybė klasėje. Mažėja streso dėl laukimo, geresnis laiko suvokimas, aiški dienvartė.</p>	<p><u>Nuoroda</u></p> 
<p>Vaikas pervargsta nuo emocijų ar garsų</p>	<p>Ramybės / nusiramino kampelis 🌿 – speciali vieta su sensorinėmis priemonėmis ir „Savireguliacijos rinkiniu“.</p> <p>Kvėpavimo kortelės vaikams.</p>	<p>Vaikas išmoksta atpažinti savo būseną, pailsėti ir grįžti į veiklą be konflikto.</p>	
<p>Vaikas reaguoja impulsyviai, susierzina, sako pykčio frazes</p>	<p>Nusiramino būdų ratas – leidžia vaikui žaidimo forma išmokti pykčio valdymo strategijų.</p>	<p>Mažėja pykčio protrūkių, vaikas jaučiasi išgirstas ir turi įrankius nusiraminti.</p>	<p><u>Nuoroda</u></p> 
<p>Vaikui trūksta motyvacijos stengtis ar bendradarbiauti</p>	<p>Pozityvaus pastiprinimo sistema ★ – lipdukai, žetonai ar lentelės už pastangas ir draugiškumą.</p>	<p>Didėja motyvacija, atsakomybė ir bendradarbiavimas grupėje ir individualiai.</p>	<p>Seminaras apie vaikų motyvaciją: <u>Nuoroda</u></p>
<p>Vaikui reikia daugiau fizinio iškvėpimo</p>	<p>Sporto pratimų ratas – trumpi judėjimo žaidimai energijai išlaisvinti.</p>	<p>Sporto pratimų ratas - trumpi judėjimo žaidimai energijai išlaisvinti.</p>	<p><u>Nuoroda</u></p>

TRIUKŠMĄ MAŽINANČIOS AUSINĖS



Apsauginės ausinės uždengia visą išorinę ausį ir slopina vaikus blaškančius garsus.

- Reguliuojamos, sulankstomos ausų apsaugos vaikams
- Uždengia visą ausį

Triukšmo mažinimo įvertinimas:
SNR 24,3 dB

PASUNKINTA LIEMENĖ



Nuoroda

Liemenės pasiūtos iš minkštos medžiagos, malonu dėvėti. Pasunkinimai įsiūti žemiau vaiko svorio centro, todėl jaučiamas gilus, raminantis spaudimas, neprarandamas stabilumas.

- Užsisega šonuose Velcro.
- Aukštis: reguliuojamas.

Skalbama.

Dydžiai:

- XS dydis: juosmuo: 61 cm. Aukštis: 30-41cm (reguliuojamas), 0.9 kg.
- S Liemu: 76cm. Aukštis: 38-51cm, 1.4 kg
- M: Liemu: 86cm. Aukštis: 43-56cm. 1.8 kg

Renkantis dydį atkreipti dėmesį į juosmenį.

Kaina - 139 Eur.

Praktinis panaudojimas

Kam tinka ?

Vaikams, turintiems autizmo spektro, tokie vaikai dažnai būna jautrūs garsams (hiperakuzija) ir gali lengvai pervargti triukšmingoje aplinkoje., dėmesio ir hiperaktyvumo sutrikimą (ADHD) turintiems vaikams. Kur galima naudoti pasunkintą liemenę?

- **Klasėse** - jeigu vaikas turi dėmesio sutrikimų ar yra jautrus garsams.
- **Petraukų metu** - jei triukšminga aplinka sukelia stresą ar sensorinę apkrovą, mokytoja gali leisti trumpam užsidėti ausines - atsipalaidavimui.
- **Bibliotekoje** - norint susikaupti ir netrukdyti kitiems.

Kam tinka ?

Vaikams, turintiems autizmo spektro, hiperaktyvumo sutrikimų, nerimo sindromą, dėmesio koncentravimo, elgesio ir emocijų sunkumų, sensorinės integracijos bei miego sutrikimų.

Kur galima naudoti pasunkintą liemenę?

- Mokykloje pamokų metu dėmesio išlaikymui;
- Pertraukų metu mokykloje, jei vaikui įvyksta per didelis sensorinis apkrovimas, kad ramiau reaguotų į aplinką ir geriau jaustųsi;
- Sensoriniuose kambariuose užsiėmimų metu;

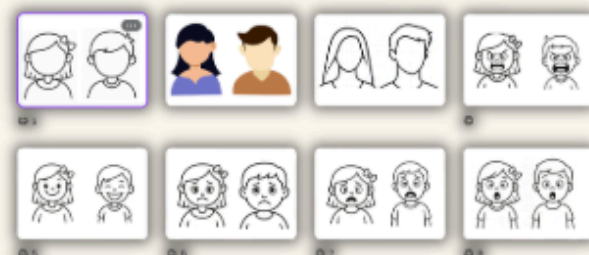
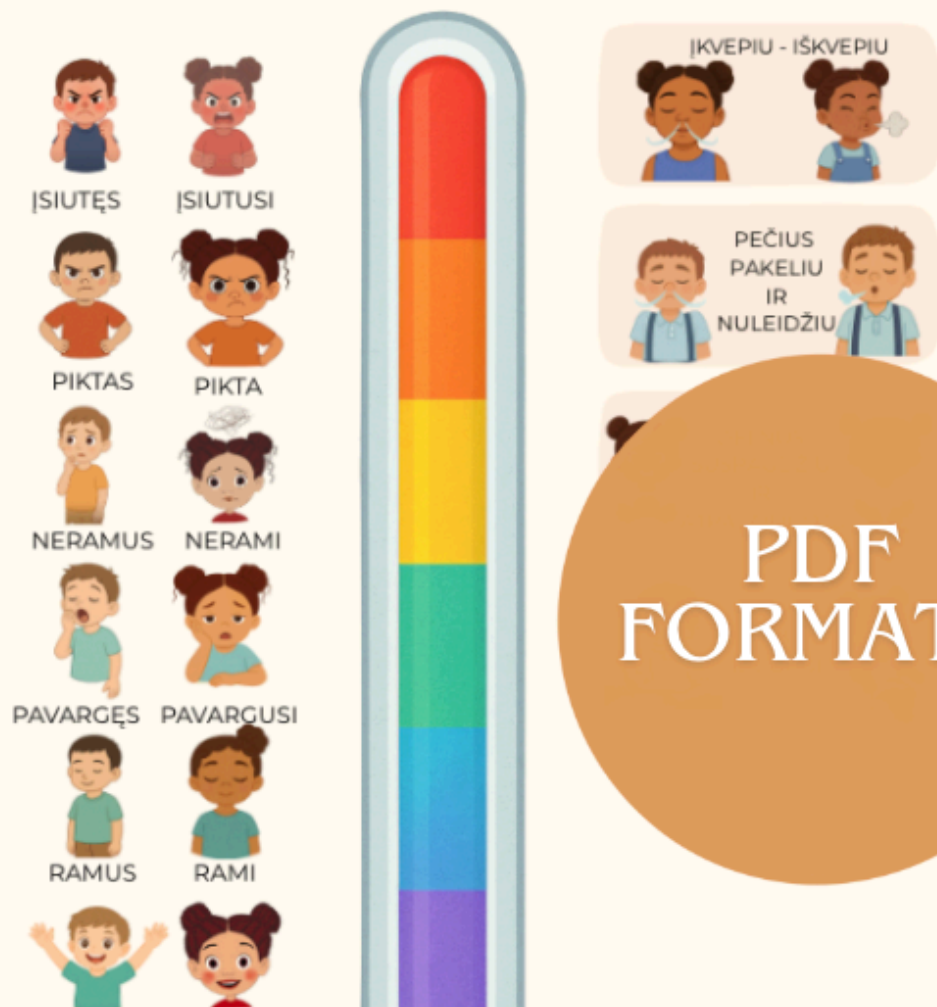
SVARBU: kiekviena mokymo įstaiga turi turėti savo taisykles dėl sensorinių priemonių naudojimo.

EMOCIJŲ PAŽINIMO SISTEMA VAIKAMS

Emocijų termometras

Spalvinimui skirti lapai 8 psl.

EMOCIJŲ TERMOMETRAS



Kvėpavimo pratimai



PDF
FORMATU

[Nuoroda](#)

Savireguliacijos ugdymo rinkinys

„Savireguliacijos ugdymo rinkinys“ – tai įrankis, kuris padeda vaikams greičiau nusiraminti, o jums – sutaupyti laiką ir energiją kasdienėje klasės rutinoje.

Emocijų pažinimo ir nusiramavimo kampelis.
Savireguliacijos ugdymo rinkinys GRUPEI ARBA KLASEI arba ŠEIMAI.

Emocijų kortelės ir plakatas - laminuoti, o spalvos pritaikytos pagal NVC (nesmurtinės komunikacijos) principus.

- 27 laminuotos jausmų ir emocijų kortelės (350 gsm.), kurios moko tiek vaikus, tiek pačius suaugusiuosius atpažinti ir įvardyti savo ir aplinkinių emocijas bei jausmus.
- 18 laminuotų nusiramavimo kortelių-būdų (350 gsm.), kurios padeda vaikui ne tik vizualiai matyti jausmų paleidimo galimybes, išsirinkti tuo metu tinkamiausią būdą, bet ir skatina savarankiškos savireguliacijos.
- 5 tuščios kortelės (350 gsm.) jūsų atrastiems naujiems nusiramavimo būdams ar emocijoms.



Nuoroda

Tęstinis ir praktinis pykčio valdymo rinkinys: praktinis įrankis tėvams ir ugdytojams.

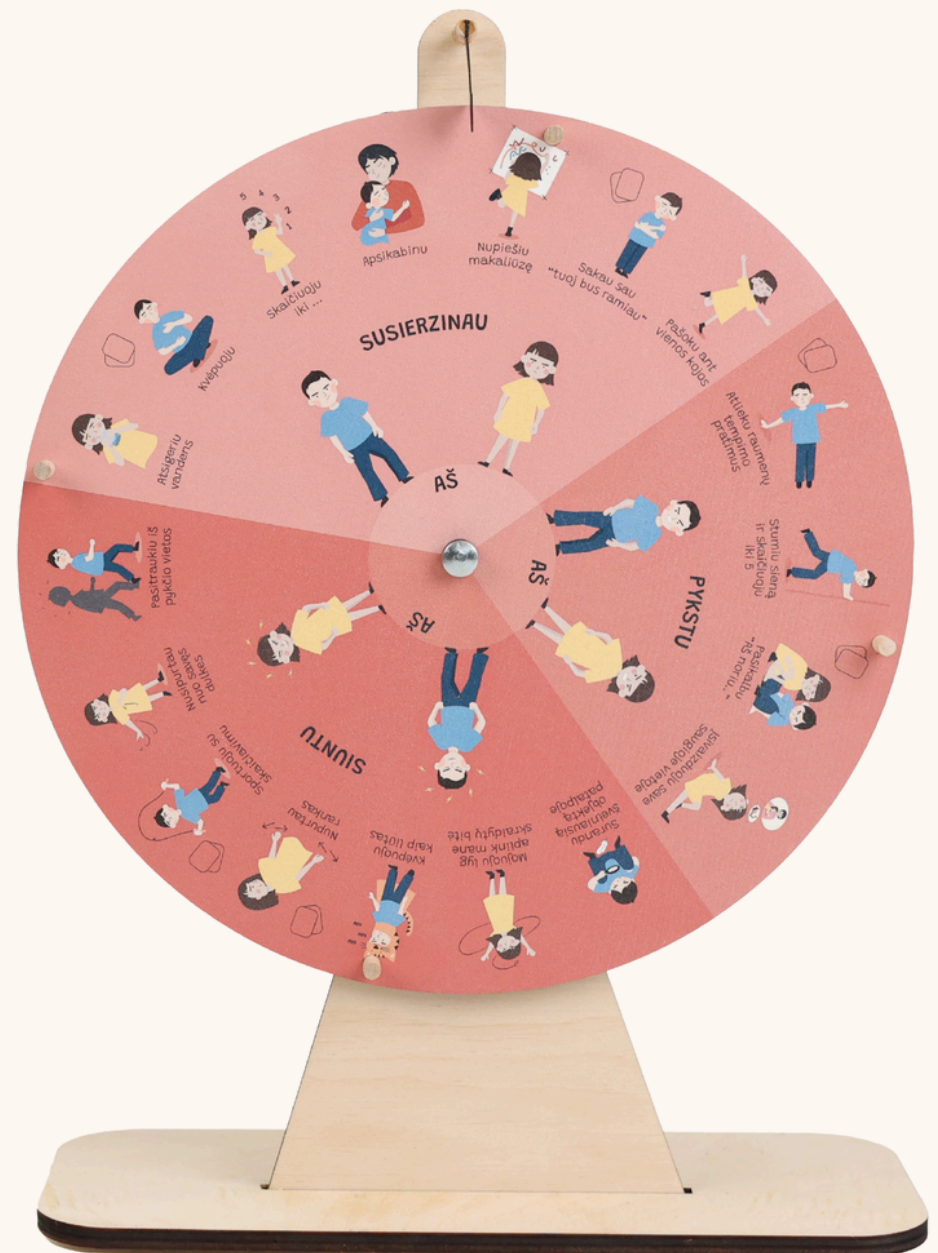
Sėkmės rato principu sukurta priemonė. Ratas - išsukti nusiramino patimą. Gali sukti vienas vaikas ir atlikti nusiramino patimą, arba gali sukti vienas vaikas - o nusiramino patimą mokytis visa grupė ar klasė. Vaikai mėgsta mokytis žaidimo forma, todėl šio rinkinio principai atliepia vaiko poreikį žaisti ir kartu įtraukiama ir vaikas ir suaugusysis.

Nusiramino būdai skirstomi į kelias kategorijas:

- Kvėpavimo būdai ir pratimai;
- Kūno atpalaidavimo praktikos;
- Humoras;
- Vaizduotės sužadninimas;;
- Mąstymo aktyvavimas: skaičiuoju, objektus apžiūriu aplink save, pojūčiai - penki, atlieku konkretų veiksmą.

Žaidimas sukurtas konsultuojantis su **psichologe-psichoterapeute dr. Dovile Valiūne.**

Pyktis - aktyvi emocija, kuri gali tapti nevaldoma ar net peraugti į agresiją. Šio žaidimo tikslas - vaikus supažindinti su nusiramino būdais ir leisti jiems išbandyti įvairius nusiramino būdus, to pasekoje atrasti labiausiai padedančius nusiramino būdus kiekvienam vaikui individualiai.



Nuoroda

Stabilūs smėlio laikrodžiai

Stabilūs smėlio laikrodžiai su apsauginiu plastikiniu gaubtu padaro laikrodį patikima ir tvirta priemone, naudojama kasdieniniame mokyklos gyvenime.

- Laiko matas nurodytas ant abiejų smėlio laikrodžio galų.

A - laikrodis
aukštis **12 cm** ,
6.5 cm skersmens,
Kaina - 16 Eur. 1 vnt.

B - laikrodis
aukštis **16 cm** ,
7 cm skersmens.
Kaina - 22 Eur./ 1 vnt.

C - laikrodis
30 cm aukščio,
15 cm skersmens.
Kaina - 45 Eur./ 1 vnt.



- Smėlio laikrodis, juodas, 3 minučių
- Smėlio laikrodis, raudonas, 5 minučių
- Smėlio laikrodis, oranžinis, 10 minučių
- Smėlio laikrodis, mėlynas, 15 minučių
- Smėlio laikrodis, violetinis, 20 minučių
- Smėlio laikrodis, žalias, 30 minučių

30 cm.

- mažas - A
- vidutinis - B
- didelis - C



Nuoroda

Emocinis intelektas: knygos specialistams

KNYGA: SOCIALINĖS ISTORIJOS: EMOCIJOS IR NETINKAMAS ELGESYS.

Socialinės istorijos: Emocijos ir netinkamas elgesys – atraskite šį spalvingą ir įtraukiantį vadovą, skirtą specialistams dirbantiems su vaikais.

Ši nuostabi knyga padeda suprasti savo emocijas ir netinkamo elgesio priežastis per įdomias istorijas ir žaismingas iliustracijas. Tai ne tik edukacinė priemonė, bet ir puiki dovana, skatinanti emocinį intelektą bei socialinį ugdymą.



LAVINA:

- bendravimo įgūdžius,
- problemų sprendimo strategijas,
- savikontrolės mokymąsi,
- savarankiškumą,
- pasitikėjimą savimi.

VEIKLA SKIRTA: 2 - 11 m. vaikams.

DALYVIŲ SKAIČIUS: 1 ir daugiau.

SUDĖTIS:

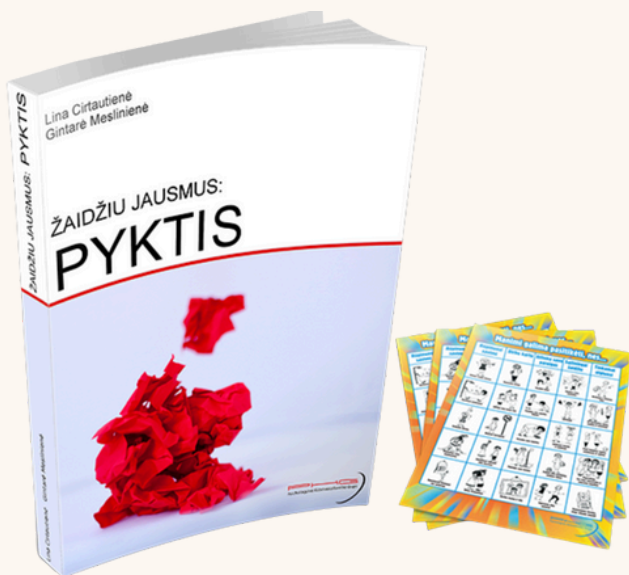
- knyga,
- kortelės.

Autorius: VšĮ „Psichologinio konsultavimo grupė“.

[Nuoroda](#)

Emocinis intelektas: knygos specialistams

KNYGA „ŽAIDŽIU JAUSMUS: PYKTIS.



Žaidžiu Jausmus: Pyktis – Atraskite, kaip suvaldyti savo pyktį šiame išsamiaame vadovėlyje! Kartu su knyga rasite pratimų lapus, kurie padės įtvirtinti įgūdžius. Knyga yra kompaktiško dydžio, todėl ją patogiai pasiimsite su savimi. Knyga „Žaidžiu jausmus: Pyktis“ skirta pagilinti psichologines žinias bei praturtinti taikomus metodus su 5-18m. vaikais dirbantiems specialistams ir tėvams. Knygoje pateikti paruošti užduočių lapai bei nuorodos, kaip tinkamai pasiruošti užduotims, kaip analizuoti gautus vaiko atsakymus, kuo verta pasidomėti plačiau.

Jei esate ugdymo įstaigose dirbantis SPECIALISTAS: Knyga „Žaidžiu jausmus: Pyktis“ skirta praktikams, norintiems išmokyti vaiką tinkamai reikšti pykčio emociją. Leidinys bus naudingas tiek darželiuose, tiek mokyklose dirbantiems specialistams – pedagogams, specialiesiems pedagogams, logopedams, socialiniams pedagogams, psichologams. Praktinės veiklos parinktos ir sudėtos į nuoseklų algoritmą pagal Kognityvinę elgesio terapiją ir Dialektinę elgesio terapiją. Autorės: dr. Lina Cirtautienė ir Gintarė Meslinienė.

LAVINA:

- emocijų atpažinimą ir įvardinimą,
- savikontrolės mokymąsi,
- tinkamą pykčio išraišką,
- bendravimo taisyklės,
- problemų sprendimo strategijas.

VEIKLA SKIRTA: 6 - 18 m. vaikams.

DALYVIŲ SKAIČIUS: 1 ir daugiau.

SUDĖTIS:

- knyga,
- žaidimas BINGO „Manimi galima pasitikėti, nes...“.

Nuoroda

Emocijos - mąstymas - elgesys

Priemonė, kuri padeda vaikams suprasti emocijas ir spręsti konfliktus.

Viso 20 kortelių.

Situacijos iš darželio aplinkos.

Nuoroda



SITUACIJA – Kas vyksta?
Berniukas mušasi su kitu berniuku.




- **EMOCIJA** – Kaip jaučiasi berniukai? Kaip jaučiasi mergaitė?
- **MĄSTYMAS** – Ką galvoja berniukai? Ką galvoja mergaitė?
- **SPRENDIMAS** – Ką jie galėtų padaryti, kad išspręstų problemą?

SITUACIJA – Kas vyksta?
Mergaitė garsiai rėkia.



- **EMOCIJA** – Kaip jaučiasi berniukas? Kaip jaučiasi mergaitė?
- **MĄSTYMAS** – Ką galvoja berniukas? Ką galvoja mergaitė?
- **SPRENDIMAS** – Ką jie galėtų padaryti, kad išspręstų problemą?

SITUACIJA – Kas vyksta?
Berniukas tempia mergaitę už plaukų kasos.



- **EMOCIJA** – Kaip jaučiasi berniukas? Kaip jaučiasi mergaitė?
- **MĄSTYMAS** – Ką galvoja berniukas? Ką galvoja mergaitė?
- **SPRENDIMAS** – Ką jie galėtų padaryti, kad išspręstų problemą?

Seminarų įrašai

II seminaras Pyktis vaikų kasdienybėje.

I seminaras

“Kaip motyvuoti vaiką veiklai ir mokslui”

1. Motyvacija

Kas yra motyvacija ir jos tipai?

2. Trukdžiai

Kas dažniausiai stabdo motyvaciją?

3. Motyvacijos veikimas

Kaip veikia prasmės ir tikslo
jausmas?

4. Motyvacijos stiprinimas

Kaip sustiprinti vidinę ir išorinę
motyvaciją?

1. Vaikų pyktis

Praktiniai būdai, kaip padėti vaikui nusiraminti;

2. Emocijų reguliacija

Emocijų reguliacija skirtingais amžiaus
tarpsniais

3. Suaugusiojo (mokytojo, tėvų) vaidmuo vaiko

nusiramavimo procese

4. Ramybės kampelis

Konkrečios nusiramavimo technikos:
kvėpavimas, j
udesys, vaizduotė

Patogiai žiūrėkite
Jums tinkamu metu



Seminarą veda **Dr. Dovilė Valiūnė**, psichologijos
mokslų daktarė, EuroPsy psychologė, KET
specialistė

📖 Įsigijus – seminaro įrašas lieka **visam
kolektyvui ir tėvų bendruomenei**



24 kortelių rinkinys „Vaiko konfliktai su savimi“ padeda vaikui:

- atpažinti savo jausmus;
- suprasti, kokias pasekmes turi pasirinkimai;
- mokytis atsakomybės ir savikontrolės;
- skirta mokyklinio amžiaus vaikams.

PDF formatu

SITUACIJA – Kas vyksta?
Berniukas pamiršo reikiamą vadovėlį namuose.

- **EMOCIJA** – Kaip jaučiasi berniukai?
- **MAŠTYMAS** – Ką galvoja berniukai?
- **SPRENDIMAS** – Ką jis galėtų padaryti, kad išspręstų šią situaciją?

SITUACIJA – Kas vyksta?
Mergaitė daug laiko praleido socialiniuose tinkluose vietoje mokymosi.

- **EMOCIJA** – Kaip jaučiasi mergaitė?
- **MAŠTYMAS** – Ką galvoja mergaitė?
- **SPRENDIMAS** – Ką ji galėtų padaryti, kad išspręstų šią situaciją?

SITUACIJA – Kas vyksta?
Užuot nuėjusi miegoti, mergaitė dar ilgai žiūrėjo telefoną.

- **EMOCIJA** – Kaip jaučiasi berniukas?
- **MAŠTYMAS** – Ką galvoja berniukas?
- **SPRENDIMAS** – Ką jis galėtų padaryti, kad išspręstų šią situaciją?

SITUACIJA – Kas vyksta?
Berniukas pamiršo pasikrauti telefoną eidamas į mokyklą.

- **EMOCIJA** – Kaip jaučiasi berniukas?
- **MAŠTYMAS** – Ką galvoja berniukas?
- **SPRENDIMAS** – Ką jis galėtų padaryti, kad išspręstų šią situaciją?

Nauja priemonė vaikams 8-15 m. vaikams: Emocijos + Mąstymas + Sprendimas

Kaip vaikams padėti atpažinti emocijas ir spręsti konfliktus?

Rinkinį sudaro:

- 20 situacijų kortelių;
- PDF formatu;

SITUACIJA – Kas vyksta?
Mergaitė neleidžia berniukui prisėsti šalia.

- **EMOCIJA** – Kaip jaučiasi berniukas? Kaip jaučiasi mokytoja?
- **MAŠTYMAS** – Ką galvoja berniukas? Ką galvoja mokytoja?
- **SPRENDIMAS** – Ką jie galėtų padaryti, kad išspręstų problemą?

SITUACIJA – Kas vyksta?
Berniukas atsako atsakyti į klausimą.

- **EMOCIJA** – Kaip jaučiasi berniukas? Kaip jaučiasi mokytoja?
- **MAŠTYMAS** – Ką galvoja berniukas? Ką galvoja mokytoja?
- **SPRENDIMAS** – Ką jie galėtų padaryti, kad išspręstų problemą?

SITUACIJA – Kas vyksta?
Mergaitė stuksena prištuku per pamoką.

- **EMOCIJA** – Kaip jaučiasi mergaitė? Kaip jaučiasi mokytoja?
- **MAŠTYMAS** – Ką galvoja mergaitė? Ką galvoja mokytoja?
- **SPRENDIMAS** – Ką jie galėtų padaryti, kad išspręstų problemą?

PDF FORMATU

Kaip Tu jautiesi?



laimingas(-a)



ramus(-i)



piktas(-a)



išsigandęs(-usi)



pasitikintis(-i)



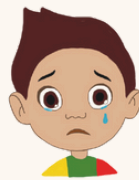
pavargęs(-usi)



nustebęs(-usi)



neramus(-i)



liūdnas(-a)



pasibjaurėjęs(-usi)



sumišęs(-usi)



susigėdęs(-usi)



Vaiko emocijos

www.vaikoemocijos.lt

tel.nr. 860500525

info@vaikoemocijos.lt