

STUDIJNÍ OPORA • KURZ 1

Základy problematiky PAS – nástup do školky/školy

Jak zajistit podporu, zvládnout sebeobsluhu a postavit bezpečný most do nového prostředí

Nástup do školky není jen o tom, jestli je dítě připravené. Je to o tom, jestli je připravená síť kolem něj — raná péče, SPC, učitelky a hlavně vy. Kurz vede rok příprav krok za krokem: kdy oslovit koho, jak nacvičovat sebeobsluhu po krůčcích, které smyslové věci otestovat ještě v létě, co napsat paní učitelce na jednu stránku a jak z neznámého prostředí udělat předvídatelné. A taky o tom, že pilíř, na kterém most stojí, jste vy — a ten potřebuje údržbu.

Do opory se píše. Na konci každé kapitoly je místo na vaše odpovědi, vzadu seznam zdrojů a celá strana na poznámky.

KURZ ZPRACOVALA

Mgr. Jana Hřibovská

OBSAH

1. Než začneme: co vás čeká	3 články	2
2. Odborná síť: raná péče a SPC	5 článků	5
3. Domácí trénink: sebeobsluha	3 články	11
4. Smysly: proč je školka smyslovým útokem	4 články	15
5. Most do školky: léto před nástupem	4 články	18
6. Aby most stál: péče o pečujícího	3 články	22
+ Tahák pro paní učitelku	příloha	25
+ Zdroje a odkazy	rozcestník	27
+ Moje poznámky	na psaní	29

Než začneme: co vás čeká

Nástup do mateřské školy se dá připravit. Ne všechno, ne dokonale — ale většina toho, co v září rozhoduje, se dá udělat dopředu. Tahle kapitola ukazuje, co všechno do přípravy patří a v jakém pořadí to řešit.

1.1 Jsme na to sami?

Zátěž před nástupem do mateřské školy je obrovská — časová, finanční i emoční. A k tomu přicházejí dva protichůdné tlaky, obvykle od různých lidí a často ve stejný týden.

- „Musíš s dítětem pracovat víc, jinak mu ubližuješ.“ — od odborníků, z internetu, od ostatních rodičů.
- „Vždyť o nic nejde, z toho vyroste.“ — od rodiny, od známých, občas i od pediatra.

Obojí je vedle. První tlak vede k vyčerpání a k pocitu, že cokoli uděláte, je málo. Druhý vede ke ztrátě času, který se později dohání těžko.

PŘEFORMULOVÁNÍ, KTERÉ POMÁHÁ

Není to jen o přípravě samotného dítěte. Je to o vybudování záchranné sítě kolem něj. Vaším úkolem není naučit dítě všechno — je jím zařídit, aby kolem něj v září stáli lidé, kteří vědí, co dělají.

A ještě jedna věc, která se říká málo: **nejste v tom sami**. Raná péče, SPC, koordinátorka péče a další rodiče ve stejné situaci existují. Jen je potřeba je oslovit — samy se neozvou.

ODKAZY A DOKUMENTY

Centrum PAS, Vzdělávací centrum GENESIA, z. s.

Konzultace s psycholožkou, sociální pracovnící a právníčkou, koordinátorky péče, rodičovské kruhy a další kurzy projektu. Účast je zdarma.

<https://www.centrumpas.cz/>

Šance dětem

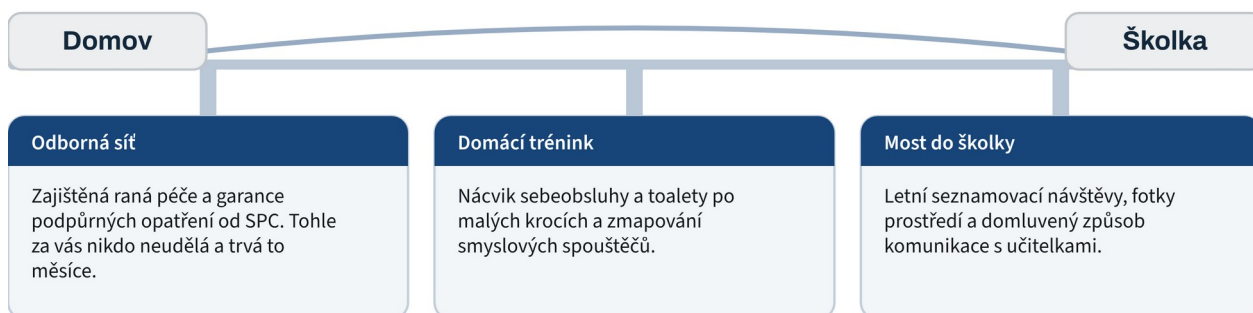
Portál Nadace Sirius pro rodiče dětí se zdravotním postižením — články, přehled dávek a příspěvků, mapa sociálních služeb. Psané srozumitelně, bez úřednického jazyka.

<https://www.sancedetem.cz/>

1.2 Tři pilíře úspěšného startu

Celá příprava se dá rozdělit do tří pilířů. Most mezi domovem a školkou stojí na všech třech — když jeden chybí, most se nakloní.

TŘI PILÍŘE ÚSPĚŠNÉHO STARTU



Každý pilíř má jinou dobu dodání

- **Odborná síť** trvá nejdéle. Objednací lhůty v SPC a u psychologů jsou v řádu měsíců, někde přes rok. Tohle se nedá dohnat a začíná se tím.
- **Domácí trénink** je běh na dlouhou trať, ale je ve vašich rukou. Můžete začít dnes večer.
- **Most do školky** se staví poslední léto před nástupem. Je nejkratší, ale bez prvních dvou pilířů nemá na čem stát.

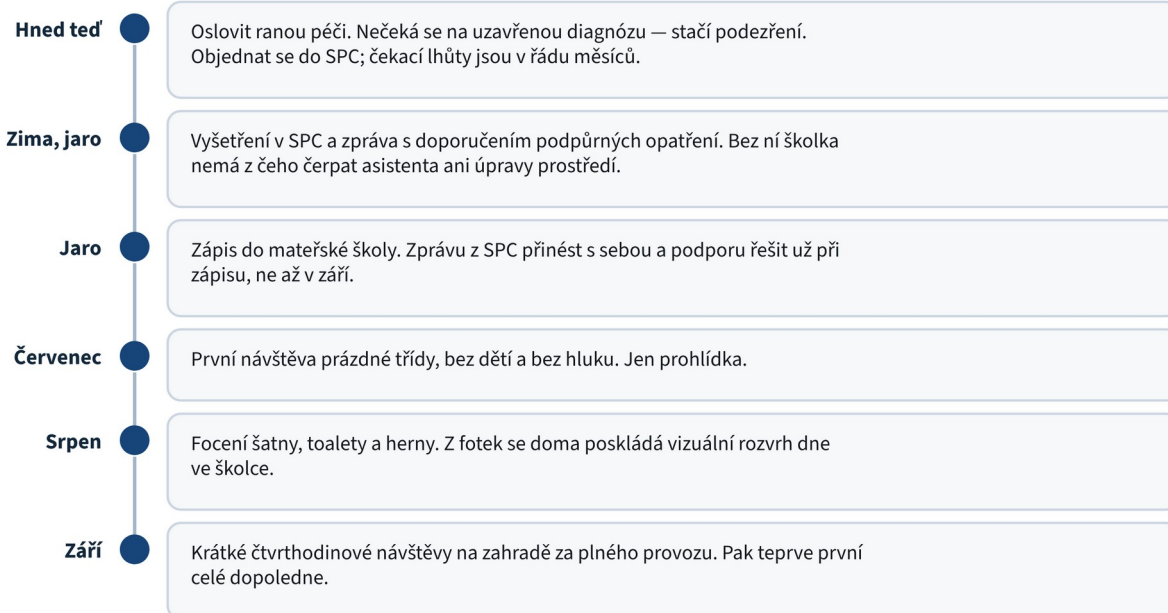
KDYŽ UŽ JE POZDĚ

Pokud čtete tenhle kurz v červnu a dítě nastupuje v září, nemá cenu litovat. Udělejte most do školky — ten stihnete celý — a odbornou síť rozjed'te souběžně. Asistent pedagoga se dá do školky doplnit i v průběhu roku.

1.3 Kdy co řešit

Tohle je ideální průběh roku před nástupem. Neberte to jako rozkaz — berte to jako pořadí. Když začínáte později, pořadí zůstává, jen se zkrátí rozestupy.

KDY CO ŘEŠIT



JEDINÁ VĚTA, KTEROU SI Z TÉHLE KAPITOLY ODNESTE

Nečekejte na uzavřenou diagnózu. Raná péče ani SPC ji po vás nechtějí a čekáním na ni ztratíte rok, který už nikdo nevrátí.

ODKAZY A DOKUMENTY

Předškolní vzdělávání — informace a sdělení MŠMT

Oficiální stránka ministerstva. Postupy při zápisu k povinnému předškolnímu vzdělávání, individuální vzdělávání v MŠ, desatero pro rodiče před nástupem do školy, odklad školní docházky — vše ke stažení v PDF.

<https://msmt.gov.cz/vzdelavani/predskolni-vzdelavani/informace-a-sdeleni>

ZAMYŠLENÍ NA ZÁVĚR KAPITOLY

Který ze tří pilířů mám nejslabší a co s ním můžu udělat tento týden?

Co si o přípravě na školku myslí lidé kolem mě a co z toho chci pustit z hlavy?

Odborná síť: raná péče a SPC

Dvě instituce, dvě různé role. Raná péče pomáhá vám doma. SPC je klíč do systému školství. Potřebujete obě a každou z jiného důvodu.

2.1 Raná péče: terénní průvodce

Raná péče je sociální služba hrazená státem, určená rodinám s dětmi do sedmi let. Pro rodinu je **bezplatná**. A je to často jediná ucelená pomoc, která je dostupná ještě před uzavřením diagnózy.

RANÁ PÉČE

Co to je

Sociální služba hrazená státem

Pro rodiny s dětmi do 7 let. Pro rodinu je bezplatná.

Nečeká na diagnózu

Je dostupná už od prvního podezření — a to je často roky před uzavřením diagnózy.

Chodí za vámi

Terénní služba. Odborník přijede k vám domů, do prostředí, které dítě zná.

Co dělá

Nastaví péči na míru

Vysvětlí specifika vnímání vašeho dítěte a ukáže konkrétní postupy.

Pomůže s komunikací

Zhodnotí, jak dítě komunikuje, a pomůže zavést funkční systém.

Doprovodí do školky

Konzultuje přímo s učitelkami v MŠ, včetně náhledů ve třídě.

Nejčastější chyba

Čekat s voláním do rané péče, až bude „něco jisté“. Čekací doby bývají několik měsíců, takže čekání na diagnózu znamená ztracený rok přípravy.

Chodí za vámi, ne vy za ní

Je to terénní služba. Poradkyně přijede k vám domů, do prostředí, které dítě zná a ve kterém se chová tak, jak se chová doopravdy — ne tak, jak se chová v čekárně.

Na státním zdravotnickém portálu NZIP je to napsané černé na bílém: služba je k dispozici už od prvotního podezření na PAS. Nemusíte mít papír. Stačí, že vám něco nesedí.

S ČÍM KONKRÉTNĚ POMŮŽE

Se zajištěním diagnostiky, s vysvětlením toho, co u vašeho dítěte vidíte, s nastavením funkčního způsobu komunikace, se senzorickými obtížemi, se sebeobsluhou, s náročným chováním — a taky přímo s výběrem mateřské školy a s adaptací v ní, včetně náhledů poradkyně přímo ve třídě.

ODKAZY A DOKUMENTY

Raná péče pro rodiny dětí s PAS (Národní zdravotnický informační portál)

Státní portál Ministerstva zdravotnictví a ÚZIS. Píše se tu výslovně, že raná péče je k dispozici už od prvního podezření na PAS — tedy dávno před uzavřenou diagnózou — a vyjmenovává, s čím pomůže: s diagnostikou, komunikací, senzorickými obtížemi, sebeobsluhou, náročným chováním i s výběrem mateřské školy.

<https://www.nzip.cz/clanek/1902-rana-pece-pro-rodiny-deti-s-poruchami-autistickeho-spektra>

Sociální služba rané péče NAUTIS

Ukázka, jak raná péče zaměřená přímo na autismus vypadá: terénní konzultace doma, náhledy v mateřské škole, metodická podpora. Základní služby zdarma. Pozor na působnost — NAUTIS pokrývá Prahu a Středočeský kraj, mimo ně hledejte v registru výš.

<https://www.nautis.cz/portfolio/vcasna-intervence-do-7-let/socialni-sluzba-rane-pece>

2.2 Jak ranou péči najít a o co požádat

Poskytovatelů rané péče je v každém kraji několik a liší se zaměřením — některý se věnuje hlavně zraku, jiný kombinovaným vadám, jiný přímo autismu. Hledejte toho, kdo dojíždí k vám a rozumí PAS.

1. **Seznam s garancí kvality.** Asociace rané péče ČR má poskytovatele rozdělené po krajích včetně Ústeckého. U každého je oblast působnosti a zaměření.
2. **Úplný registr.** Registr poskytovatelů sociálních služeb MPSV obsahuje ze zákona všechny. Vyfiltrujete druh služby „raná péče“ a kraj.
3. **Mapa služeb.** Mapa péče a Místa podpory na AutismPortu ukážou i navazující služby, poradny a skupiny rodičů.

Co říct do telefonu

Nepotřebujete připravený projev. Stačí: „Dobrý den, mám dítě, kterému jsou dva roky, máme podezření na autismus, diagnózu zatím nemáme. Můžeme se k vám přihlásit?“ Zbytek se vás doptají sami.

POČÍTEJTE S ČEKÁNÍM

Čekací doba bývá tři až šest měsíců, někde i déle. Právě proto se volá hned. Přihlášení vás k ničemu nezavazuje a poradník běží, i když zatím jen čekáte.

ODKAZY A DOKUMENTY

Asociace rané péče ČR — poskytovatelé s garancí kvality

Seznam poskytovatelů rané péče po krajích, včetně Ústeckého. U každého web, oblast působnosti a zaměření. Nejrychlejší cesta, jak zjistit, kdo k vám reálně dojíždí.

<https://www.arpcr.cz/clenstvi/clenske-organizace-s-garanci/>

Registr poskytovatelů sociálních služeb (MPSV)

Úřední registr. Vyfiltrujete druh služby „raná péče“ a kraj a dostanete úplný seznam — i poskytovatele, kteří v Asociaci nejsou. Registrace je zákonná podmínka, takže tady je opravdu každý.

<http://iregistr.mpsv.cz/>

Mapa péče — služby pro pečující

Mapa sociálních a navazujících služeb. Hodí se, když hledáte víc než ranou péči — odbornou poradnu nebo skupinu rodičů v dojezdové vzdálenosti.

<https://data.mapapece.cz/front/map>

2.3 SPC: klíč do systému školství

Zatímco raná péče pomáhá vám doma, **speciálně pedagogické centrum** je vstupenka do školství. Bez něj školka nedostane na podporu vašeho dítěte peníze — a to není zlá vůle školky, to je způsob, jakým je systém postavený.

SPC — CESTA K PODPOŘE VE ŠKOLCE



Pozor na čas

Nečekejte. Objednací lhůty na vyšetření u psychologa i v SPC jsou v řádu měsíců, někde i přes rok. Termín si zajistěte dřív, než ho budete potřebovat.

Co zpráva z SPC zajistí

Je to právní podklad, ze kterého školka čerpá: nárok na asistenta pedagoga, úpravu prostředí, pomůcky a individuální vzdělávací plán. Bez ní má školka dobrou vůli, ale ne peníze.

Co zpráva z SPC zajistí

Je to právní podklad. Školka z něj čerpá **podpůrná opatření** — a ta jsou pojmenovaná konkrétně, ne obecně.

- **Asistent pedagoga** — člověk navíc ve třídě, hrazený státem, ne školkou.
- **Úprava prostředí** — klidový koutek, vizuální rozvrh, úprava osvětlení nebo hluchosti.
- **Pomůcky** — od piktogramů po sluchátka a zátěžové pomůcky.
- **Individuální vzdělávací plán (IVP)** — písemně dohodnuté, co se bude s dítětem dělat jinak.
- **Předmět speciálně pedagogické péče** — pravidelná individuální práce s dítětem.

Co které opatření znamená v praxi a v jakém stupni podpory se přiznává, je rozepsané v Katalogu podpůrných opatření Univerzity Palackého — díl pro žáky s poruchou autistického spektra je volně ke stažení. Vyplatí se ho projít před jednáním v SPC, abyste věděli, o co si říct.

POZOR NA ČAS

Nečekejte. Objednací lhůty na vyšetření u psychologa i v SPC jsou v řádu měsíců. Objednejte se dřív, než budete termín potřebovat — zrušit se dá vždycky.

ODKAZY A DOKUMENTY

Katalog podpůrných opatření (Univerzita Palackého v Olomouci)

Volně ke stažení, mimo jiné díl pro žáky s poruchou autistického spektra (Žampachová, Čadilová, verze 2023). Popisuje, co které podpůrné opatření znamená v praxi a v jakém stupni se přiznává — užitečné, když chcete vědět, o co si v SPC říct.

<https://spolecnevzdelavani.upol.cz/pdf-portal-vzdelavani/category/druhy-dokumentu/310-katalog-podpurnych-opatreni/>

Specifika vzdělávání žáka s PAS

Portál Národního pedagogického institutu. Přehled toho, co dítě s PAS ve vzdělávání potřebuje a proč. Dobrý podklad pro jednání ve školce.

<https://zapojevsechny.cz/clanek/749-specifika-vzdelavani-zaka-s-poruchou-autistickeho-spektra-l>

2.4 Zápis a co k němu přinést

Zápis do mateřské školy probíhá na jaře. Pro děti od pěti let je předškolní vzdělávání povinné, takže dříve nebo později se to týká každého — ale právě u dítěte s PAS se vyplatí nastoupit dobrovolně dříve, v menším a s podporou.

Tři věci, které u zápisu udělat

4. **Přinést zprávu z SPC**, pokud už ji máte. Pokud ne, říct, že je v řízení, a doložit ji hned, jak přijde.
5. **Říct rovnou, co dítě potřebuje**. Ne kvůli otevřenosti — kvůli tomu, že školka musí asistenta zařídit dopředu, a v srpnu už to nejde.
6. **Domluvit si prohlídku**. Ne v den zápisu, kdy je tam chaos. Zvlášť, v klidu, ideálně s dítětem.

Postupy při zápisu, pravidla povinného předškolního vzdělávání i možnost individuálního vzdělávání jsou popsány na stránce MŠMT k předškolnímu vzdělávání — všechno v PDF ke stažení.

INDIVIDUÁLNÍ VZDĚLÁVÁNÍ NENÍ ŘEŠENÍ NAVÍC

Zákon umožňuje plnit povinné předškolní vzdělávání i doma. U dítěte s PAS to ale obvykle znamená přijít o přesně to, kvůli čemu se do školky chodí — o kontakt s dětmi, o nácvik přechodů a o odbornou podporu. Berte to jako záložní variantu, ne jako první volbu.

ODKAZY A DOKUMENTY

Předškolní vzdělávání — informace a sdělení MŠMT

Oficiální stránka ministerstva. Postupy při zápisu k povinnému předškolnímu vzdělávání, individuální vzdělávání v MŠ, desatero pro rodiče před nástupem do školy, odklad školní docházky — vše ke stažení v PDF.

<https://msmt.gov.cz/vzdelavani/predskolni-vzdelavani/informace-a-sdeleni>

Asistent pedagoga v mateřské škole — dobrá praxe

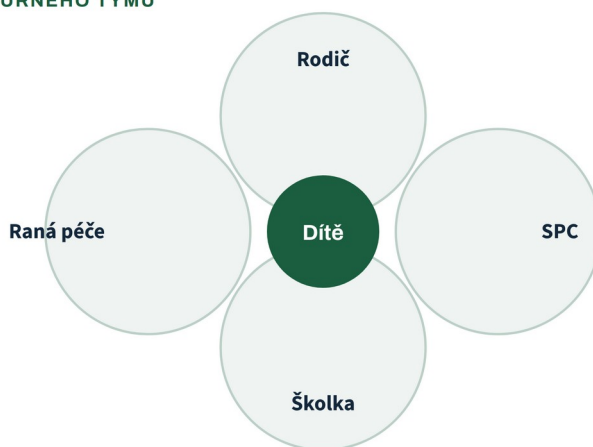
Jak vypadá spolupráce učitelky a asistenta pedagoga v MŠ, když funguje. Psané spíš pro školky než pro rodiče — a právě proto se hodí poslat paní ředitelce, když se ve školce s asistentem teprve učí pracovat.

<https://zapojmevsechny.cz/clanek/detail/asistent-pedagoga-v-materske-skole-dobra-praxe-ms-libeznice>

2.5 Jste manažerem podpůrného týmu

Tohle je role, kterou vám nikdo nedá a nikdo za vás neudělá. Kolem dítěte se pohybuje několik odborníků a žádný z nich nemá přehled o tom, co dělají ostatní. Vy ano.

RODIČ JAKO MANAŽER PODPŮRNÉHO TÝMU



Klíčový krok

Raná péče může konzultovat postupy přímo s učitelkami v MŠ. SPC dodá formální rámec. Vy dodáte znalost vlastního dítěte — a hlavně zařídíte, aby si ti tři navzájem předali informace.

Vaší rolí není zvládnout všechno svépomocí. Vaším hlavním úkolem je ty lidi propojit, aby si předávali informace a netahali dítě každý na svou stranu.

Tři věty, které to zařídí

- „Můžete to napsat, abych to mohla předat do školky?“ — ať odborník píše, ne vy.
- „Může se na to podívat přímo ve třídě?“ — raná péče to smí a často to nabízí sama.
- „Co z toho, co děláme doma, má smysl dělat i ve školce?“ — jednotný postup je víc než dva dobré postupy zvlášť.

ČÍM DODÁTE NEJVÍC

Znalostí vlastního dítěte. Žádný odborník ho nezná líp než vy. Raná péče dodá metodu, SPC formální rámec, školka provoz — vy dodáte to, co žádný z nich nemá, a co drží celek pohromadě.

ZAMYŠLENÍ NA ZÁVĚR KAPITOLY

Mám oslovenou ranou péči? Pokud ne, co mi v tom brání a co s tím udělám tento týden?

Vědí o sobě navzájem lidé, kteří kolem mého dítěte pracují?

Domácí trénink: sebeobsluha

Ve školce se počítá s tím, že se dítě nají, převlékne a dojde si na toaletu. Cesta k tomu nevede přes velké cíle, ale přes cíle tak malé, že se dají splnit dnes.

3.1 Metoda jednoho malého krůčku

Autistické dítě potřebuje předvídatelnost. Místo snahy naučit všechno najednou se zmapuje, co dítě umí teď, a určí se **vždycky jen jeden dílčí cíl**.

METODA JEDNOHO MALÉHO KRŮČKU

Takhle ne

Umí se obléknout.

Cíl je moc velký, nejde změřit.

Takhle ano

Umí si sám natáhnout připravenou ponožku.

Cíl je tak malý, že se dá splnit dnes — a je vidět, kdy se povedl.

Vizuální podpora

Rozfázujte složitý úkol na obrázky a pověste je tam, kde se dělá. Autistické dítě potřebuje předvídatelnost: stejné pořadí, stejné místo, stejný signál, že je hotovo. Tohle je jádro strukturovaného učení.

Jak poznat dobře nastavený cíl

- **Je vidět, kdy je splněný.** „Umí se obléknout“ splněné nikdy není. „Natáhne si připravenou ponožku“ buď je, nebo není.
- **Jde splnit dnes.** Když k němu vede ještě pět dalších kroků, vyberte první z nich.
- **Je jenom jeden.** Dva cíle naráz znamenají, že se nepovede ani jeden.

Vizuální podpora není ozdoba

Rozfázujte složitý úkon na obrázky a pověste je tam, kde se dělá — u umyvadla, u skříňky, na toaletě. Tohle je jádro strukturovaného učení: stejné pořadí, stejné místo, jasný signál, že je hotovo. Obrázky si zdarma stáhnete z databáze piktogramů ARASAAC.

PROČ OBRÁZEK FUNGUJE LÍP NEŽ POKYN

Mluvené slovo zmizí ve vzduchu a dítě ho musí udržet v hlavě. Obrázek na zdi zůstává. Když dítě ztratí nit, podívá se — a nemusí se ptát ani čekat na vaši pomoc.

ODKAZY A DOKUMENTY

Strukturované učení — principy

Čtyři principy: individualizace, strukturalizace, vizualizace, motivace. Odtud pochází všechno, co v tomhle kurzu děláme s rozvrhy, piktogramy a rozfázováním úkolů. Psané pro pedagogy, doma se to používá stejně.

<https://autismport.cz/o-autistickem-spektru/detail/strukturovane-uceni>

Učíme se rádi — strukturované učení v praxi

Praktické ukázky krabicových úloh, pracovních systémů a vizuálních rozvrhů. Hodí se, když víte, co je struktura, a potřebujete vidět, jak vypadá.

<https://www.ucimeseradi.cz/strukturovane-uceni/>

ARASAAC — piktogramy zdarma

Přes 13 000 piktogramů, licence CC BY-NC-SA. Přepnete jazyk na češtinu, vyhledáte slovo, stáhnete obrázek. Odtud si vytisknete rozvrh do školky i kartičky „chci pít“ a „potřebuju pauzu“.

<https://arasaac.org/>

3.2 Zmapovat, co dítě umí

Než vyberete krok, potřebujete vědět, odkud startujete. Nejde o test — jde o soupis, který si uděláte za jeden víkend pozorováním.

Oblasti, které školka předpokládá

- **Jídlo** — nají se lžící, napije se z hrnku, sedí u stolu po dobu jídla.
- **Oblékání** — svlékne se, obuje, zvládne zip nebo suchý zip.
- **Hygiena** — umyje si ruce, utře se, dojde si na toaletu nebo dá najevo potřebu.
- **Přechody** — zvládne konec činnosti, uklid hračky, přesun do jiné místnosti.
- **Odloučení** — vydrží chvíli bez vás s někým známým.

U každé položky si poznamenejte jednu ze tří možností: **zvládne sám**, **zvládne s pomocí**, **nezvládne**. Z toho pak vyberete jeden krok — vždy z řádku „zvládne s pomocí“, nikdy z řádku „nezvládne“.

FORMULÁŘ MÁTE V PŘÍLOZE

Vzadu v opoře je jednostránková mapa dovedností k vyplnění. Vytiskněte si ji, projděte a vezměte s sebou do rané péče i na první schůzku ve školce — ušetří to hodinu vysvětlování.

3.3 Toaleta: univerzální návod neexistuje

Tohle je téma, na kterém nejčastěji ztroskotá i dobře vedená příprava. A důvod bývá jediný: **dvě děti se stejnou diagnózou mohou potřebovat přesně opačný postup.**

TOALETA — DVA PROFILY, DVA OPAČNÉ POSTUPY

Dítě, které neodporuje

Jak se projevuje

Nechá se posadit, nebrání se, jen samo od sebe nechodí.

Strategie

Pravidelné vysazování podle hodin a budování rutiny. Vždy stejné pořadí kroků.

Motivace

Odměna ihned po úspěchu — spláchnutí, razítko, oblíbená drobnost.

Dítě, které se brání

Jak se projevuje

Výrazný vztek, rigidita, úplné odmítání toalety i místnosti.

Strategie

Zásadně snížit tlak. Nácvik na čas přerušit a trénovat pouze sezení na WC — bez požadavku na výkon.

Motivace

Silná a viditelná odměna, na kterou se dá těšit dopředu.

Proč univerzální návod neexistuje

Dvě děti se stejnou diagnózou mohou potřebovat přesně opačný přístup. Když postup z příručky nefunguje, není to selhání dítěte ani vaše — je to špatně vybraný postup.

Jak poznat, který postup zvolit

Podle toho, co dítě dělá, když ho na toaletu posadíte. Pokud se nebrání a jen samo od sebe nechodí, funguje pravidelné vysazování a rutina. Pokud se brání, vzteká a odmítá i místnost, je každý další pokus **posilováním odporu** — a jediná cesta vpřed je tlak zásadně snížit.

PŘERUŠIT NÁCVIK NENÍ PROHRA

U dítěte, které se brání, se nejdříve trénuje pouze sezení na WC — oblečené, bez požadavku na výkon, na pár vteřin, s odměnou za to, že si sedlo. Teprve když je sezení bezpečné, přidává se zbytek. Tohle není krok zpátky, tohle je jediný krok, který někam vede.

Odměna musí být okamžitá a silná

U prvního profilu stačí drobnost hned po úspěchu — spláchnutí, razítko, jedna kostka čokolády. U druhého profilu musí být odměna **výrazná a viditelná dopředu**, něco, na co se dá těšit. Odměna za týden nefunguje; dítě si ji se situací nespojí.

Pokud chcete jít do hloubky, jediná česky dostupná příručka věnovaná výhradně tomuhle tématu je Úspěšný nácvik používání toalety od Franka Cicera (Pasparta, 2022). Řeší i noční nácvik, udržení návyku a regres.

ODKAZY A DOKUMENTY

Cicero, F.: Úspěšný nácvik používání toalety

Nakladatelství Pasparta, 2022, 68 stran. Jediná česky dostupná příručka věnovaná výhradně tomuhle tématu — nácvik přes den i v noci, udržení návyku, co dělat při regresu. Není zdarma (kolem 270 Kč), ale je to nejlevnější odborná pomoc, jakou k toaletě seženete.

<https://www.pasparta.cz/uspesny-nacvik-pouzivani-toalety/>

ZAMYŠLENÍ NA ZÁVĚR KAPITOLY

Jaký JEDEN malý krok si vybírám na následující dva týdny?

Ke kterému z obou profilů u toalety má moje dítě blíž a co to mění v tom, co dělám?

Smysly: proč je školka smyslovým útokem

Školka je hlučná, světlá, plná pohybu a cizích textur. Věci, kterých si my ani nevšimneme, mohou dítěti s PAS působit fyzickou bolest. Tohle se dá připravit — ale musí se to stihnout do září.

4.1 Co dítě ve školce čeká

Dvacet dětí v jedné místnosti. Zářivky. Ozvěna v umývárně. Jídelna, kde se ozývá dvacet lžic o talíře naráz. Cizí polštáře, cizí ručníky, cizí mýdlo s cizí vůní.

PROČ JE ŠKOLKA SMYSLOVÝM ÚTOKEM

Děti s PAS vnímají světlo, zvuk a textury jinak. Věci, kterých si my ani nevšimneme, jim mohou působit fyzickou bolest. Tyhle tři oblasti se dají připravit dopředu.

Oblečení

Otestujte švy, cedulky, tuhé materiály a gumy dlouho před nástupem. Co dítě nesnese v srpnu, nesnese ani v září.

Hluk

Nacvičte protihluková sluchátka doma, v klidu. Ve školce už musí být zvyk, ne novinka.

Signály

Naučte dítě dát najevo, že potřebuje pauzu — kartičkou, gestem, odchodem na dohodnuté místo.

Pro dítě, které má zesílený sluch nebo hmat, to není nepohodlí. Je to zátěž, která se sčítá celé dopoledne a někdy skončí amokem — který pak všichni přičítají tomu, co se stalo poslední, i když to byla jen poslední kapka.

CO Z TOHO PLYNE

Chování na konci dopoledne často nemá příčinu na konci dopoledne. Když učitelky vědí, co se sčítá, dají se do režimu zařadit pauzy dřív, než se to nasčítá — a k amoku vůbec nedojde.

ODKAZY A DOKUMENTY

28 tipů na stimulační pomůcky

Od bublinkové fólie a suchých zipů po fidget hračky a kinetický písek. Většina se dá pořídit za pár korun nebo se najde doma. U předškoláka hlídejte velikost dílů.

<https://autismport.cz/o-autistickem-spektru/detail/28-tipu-na-stimulacni-hracky-a-pomucky-pro-deti-i-dospole-s-pas>

4.2 Oblečení otestovat v srpnu, ne v září

Nejčastější příčina ranní bitvy před školkou nejsou emoce. Je to tričko.

- **Cedulky** — vystříhnout, ne odstříhnout. Zbytek cedulky škrábe víc než celá.
- **Švy** — hlavně na ponožkách přes prsty. Existují ponožky s plochým švem.
- **Gumy a manžety** — těsná guma v pase nebo na rukávu je pro část dětí nesnesitelná celý den.
- **Materiály** — tuhá džínovina, umělá vlákna, cokoli, co „píchá“. Ověřená bývá měkká bavlna.

- **Mokré rukávy** — po mytí rukou. Ve školce se ruce myjí pětikrát denně. Náhradní tričko v sáčku vyřeší víc problémů, než by čekal kdo.

KUPTE DVAKRÁT TO, CO FUNGUJE

Až najdete kus oblečení, který dítě snese, kupte ho ve dvou nebo třech kusech a o číslo větší. Jistota, že ráno bude co obléknout, stojí za to.

4.3 Hluk a únik do klidu

Protihluková sluchátka jsou ve školce běžná pomůcka a dají se dostat i jako podpůrné opatření přes SPC. Mají ale jednu podmínku: **musí být zvykem dřív, než přijdou do školky**.

7. Nejdřív doma, v klidu, na pár minut při něčem příjemném.
8. Pak při konkrétní hlučné situaci doma — vysavač, mixér.
9. Pak venku, na hřišti, mezi dětmi.
10. Teprve pak ve školce.

U dražších pomůcek se vyplatí nejdřív si je půjčit — půjčovna pomůcek NAUTIS to umožňuje. Dva týdny doma řeknou víc než jakýkoli popis v obchodě.

Klidová zóna

Ve školce by mělo být dohodnuté jedno místo, kam dítě může odejít, aniž by o to muselo žádat — koutek s polštářem, prostor za paravánem, cokoli. To místo se domlouvá se školkou dopředu, ne až se něco stane.

ODKAZY A DOKUMENTY

Půjčovna pomůcek NAUTIS

U dražších věcí — komunikátorů, zátěžových pomůcek, časovačů — je půjčení před koupí nejrozumnější krok. Co dítěti sedne, poznáte za dva týdny doma, ne v obchodě.

<https://www.nautis.cz/portfolio/vcasna-intervence-do-7-let/pujcovna-pomucek>

28 tipů na stimulační pomůcky

Od bublinkové fólie a suchých zipů po fidget hračky a kinetický písek. Většina se dá pořídit za pár korun nebo se najde doma. U předškoláka hlídejte velikost dílů.

<https://autismport.cz/o-autistickem-spektru/detail/28-tipu-na-stimulacni-hraciky-a-pomucky-pro-deti-i-dospele-s-pas>

4.4 Naučit dítě říct si o pauzu

Tohle je ze všech smyslových příprav **nejcennější dovednost**. Dítě, které umí dát najevo „už nemůžu“, nepotřebuje vybuchnout, aby ho někdo vyslyšel.

Jak na to

11. **Vyberte jeden signál.** Kartička s obrázkem, gesto, konkrétní slovo. Jeden, ne tři.
12. **Nacvičte ho doma** v situaci, kdy je dítě v klidu — ne uprostřed přetížení.
13. **Vždycky na něj zareagujte.** I když se vám to zrovna nehodí. Signál, na který se někdy odpoví a někdy ne, přestane dítě používat.

14. **Předejte ho do školky** spolu s tím, co má následovat — kam dítě jde, jak dlouho tam bude, jak se pozná konec.

NEJČASTĚJŠÍ CHYBA

Sada obrázků, ve které je dvacet věcí, které jdou chtít, a ani jeden způsob, jak říct „nechci“, „dost“ nebo „pryč“. Dítě pak nemá jak odmítnout jinak než chováním. „Dost“ a „pauza“ patří mezi úplně první obrázky.

ODKAZY A DOKUMENTY

ARASAAC — piktogramy zdarma

Přes 13 000 piktogramů, licence CC BY-NC-SA. Přepnete jazyk na češtinu, vyhledáte slovo, stáhnete obrázek. Odtud si vytisknete rozvrh do školky i kartičky „chci pít“ a „potřebuju pauzu“.

<https://arasaac.org/>

Komunikační soubor pro osoby s PAS (Vládní výbor pro osoby se zdravotním postižením)

Nejužitečnější věc, kterou v tomhle kurzu najdete, a je zdarma. Desatero komunikace, Klíč pro komunikaci a Průkaz osoby s PAS s komunikačním profilem. Oficiální státní materiál, volně ke stažení a k tisku.

<https://vlada.gov.cz/cz/ppov/vvzpo/dokumenty/komunikace-s-lidmi-s-poruchou-autistickeho-spektra---komunikacni-soubor-139070/>

ZAMYŠLENÍ NA ZÁVĚR KAPITOLY

Které tři smyslové věci moje dítě nejhůř snáší a co s nimi můžu udělat doma?

.....

.....

.....

Jak moje dítě dává najevo, že už toho má dost — a poznala by to cizí paní učitelka?

.....

.....

.....

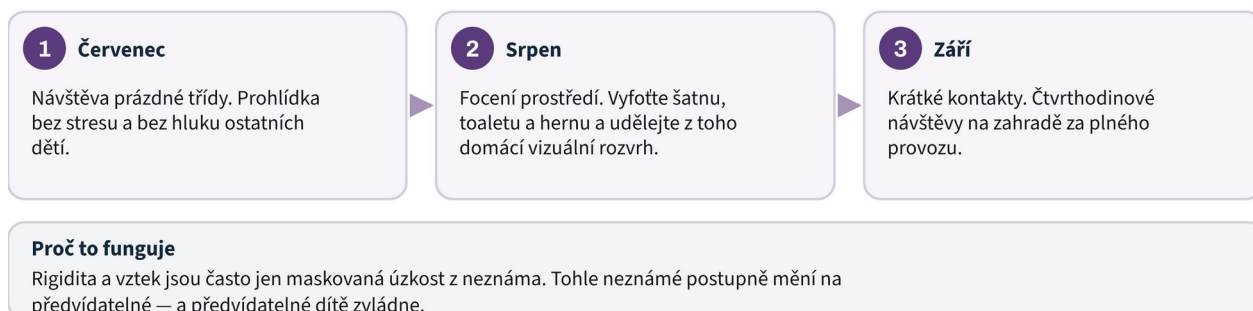
Most do školky: léto před nástupem

Rigidita a vztek jsou často jen maskovaná úzkost z neznáma. Celé léto před nástupem se dá využít k jediné věci: proměnit neznámé v předvídatelné.

5.1 Tři fáze seznamování

Nechodí se rovnou do plného provozu. Jde se postupně, ve třech krocích, a každý z nich přidá jednu novou věc — nikdy dvě naráz.

BUDOVÁNÍ BEZPEČNÉHO TERITORIA — LÉTO PŘED NÁSTUPEM



Co při každé fázi říct školce

- **Červenec:** „Mohli bychom se přijít podívat do třídy, až tam nikdo nebude?“ Většina školek vyhoví, když se ozvete včas.
- **Srpen:** „Můžu si vyfotit šatnu, umývárnu a hernu? Uděláme z toho doma rozvrh.“ Fotky lidí se nefotí, prostory ano.
- **Září:** „Můžeme přijít na patnáct minut na zahradu, až tam budou děti?“ Krátce a s možností kdykoli odejít.

PATNÁCT MINUT JE CÍL, NE KOMPROMIS

Krátká návštěva, která skončí dobře, je nekonečně cennější než dlouhá, která skončí pláčem. Odcházejte dřív, než to přestane fungovat — ne až potom.

5.2 Vizuální rozvrh z fotek školky

Z fotek nafocených v srpnu se doma poskládá rozvrh dne ve školce. Ne obecný piktogramový — **rozvrh z fotek té konkrétní školky**, kterou dítě uvidí.

15. Vyfoťte pět až osm míst: branka, šatna, herna, stůl s jídlem, umývárna, toaleta, lehátko, zahrada.
16. Vytiskněte, zalaminujte nebo zalepte do fólie.
17. Poskládejte do pořadí, ve kterém den probíhá, a pověste do výšky očí dítěte.
18. Procházejte doma denně. Ukazujte, pojmenovávejte, nechte dítě sundávat hotové.

Stejný princip se dá doplnit i obecnými piktogramy z databáze ARASAAC, pokud potřebujete činnosti, které se nedají vyfotit — třeba „čekáme“ nebo „hotovo“.

PROČ FOTKA A NE OBRÁZEK

Část dětí nepřenesla obecný piktogram na konkrétní místo. Kreslená šatna a skutečná šatna jsou pro ně dvě různé věci. S fotkou tenhle překlad odpadá.

5.3 Tahák: návod k vašemu dítěti

Paní učitelka dostane v září dvacet dětí. O vašem potřebuje vědět čtyři věci a potřebuje je mít **na jedné stránce**, ne v hodinovém vyprávění u zápisu, ze kterého si do září nic nezapamatuje.

TAHÁK PRO PANÍ UČITELKU

Jednostránkový návod k vašemu dítěti. Učitelka ho má mít v ruce první den, ne se ho učít metodou pokus–omyl. Čtyři otázky, na které musí znát odpověď:

Co ho uklidní	Co spustí vztek	Jak si řekne	Co nedělat
Konkrétně: oblíbená věc, místo, činnost, věta. Ne „pohlazení“ — to u řady dětí zhorší.	Znamé spouštěče: hluk, změna pořadí, dotek, mokré rukávy, konkrétní jídlo.	Jak dává najevo hlad, žízeň, bolest a potřebu na toaletu — i když nemluví.	Věci, které se už vyzkoušely a zhoršily to. Ušetří to učitelce týdny.

Jak ho napsat, aby se použil

- **Jedna strana A4.** Delší text nikdo nečte.
- **Konkrétně, ne obecně.** Ne „má rád klid“, ale „když si dřepne pod stůl, nechte ho tam, za pět minut vyleze sám“.
- **V první osobě za dítě,** pokud vám to sedne — čte se to jinak než popis ve třetí osobě.
- **Aktualizovat.** Co platilo v srpnu, nemusí platit v lednu. Napište na něj datum.

Pokud chcete hotový formát, Komunikační soubor pro osoby s PAS od Vládního výboru pro osoby se zdravotním postižením obsahuje Průkaz osoby s PAS s komunikačním profilem i Desatero komunikace. Všechno zdarma ke stažení a k tisku. V příloze této opory je navíc náš vlastní formulář taháku k vyplnění rukou.

ODKAZY A DOKUMENTY

Komunikační soubor pro osoby s PAS (Vládní výbor pro osoby se zdravotním postižením)

Nejužitečnější věc, kterou v tomhle kurzu najdete, a je zdarma. Desatero komunikace, Klíč pro komunikaci a Průkaz osoby s PAS s komunikačním profilem. Oficiální státní materiál, volně ke stažení a k tisku.

<https://vlada.gov.cz/cz/ppov/vvzpo/dokumenty/komunikace-s-lidmi-s-poruchou-autistickeho-spektra---komunikacni-soubor-139070/>

Průkaz osoby s PAS a komunikační profil

Co průkaz je, co se do komunikačního profilu píše a jak o něj požádat. Vydává se na jméno konkrétního dítěte a nosí se u sebe — pro lékaře, záchranku nebo policii.

https://vlada.gov.cz/assets/ppov/vvzpo/dokumenty/KS---Prukaz-osoby-s-PAS_2.pdf

5.4 Když dítě nemluví

Řeč není jediná forma komunikace. Pokud dítě nemluví, potřebuje ve školce dvě věci: aby učitelky uměly číst jeho chování, a aby ono samo mělo čím odpovědět.

KDYŽ DÍTĚ NEMLUVÍ

Jak to máte doma

Vy mu rozumíte

Poznáte podle zvuku, pohybu nebo toho, kam vás vede, co potřebuje.

Nikdo jiný ne

Váš překlad je nepřenosný. Ve školce ho nikdo nemá.

Důsledek

Dítě se nedomluví, frustrace roste a vyjde ven chováním.

Co s tím do školky

Obrázkové kartičky

Několik základních: pít, jíst, toaleta, pauza, bolí. A hlavně „ne“ a „dost“.

Stejná sada všude

Doma i ve školce tytéž obrázky. Dvě různé sady dítě nespojí.

Komunikátor nebo tablet

U dražších pomůcek si je nejdřív půjčte. Dva týdny doma řeknou víc než obchod.

Řeč není jediná forma komunikace

Pokud dítě nemluví, učitelky musí vědět, jak „číst“ jeho chování — a dítě musí mít čím odpovědět. Jinak zůstane komunikace jednosměrná.

NEBOJTE SE, ŽE OBRÁZKY ZABRZDÍ MLUVENÍ

Je to obava, kterou slyší skoro každý rodič, a výzkum ji nepotvrzuje. Alternativní komunikace řeč nebrzdí — naopak. Dítě, které se konečně domluví, má důvod komunikovat dál.

Praktické minimum, se kterým se dá nastoupit: pět až osm obrázků na kroužku u pasu nebo na suchém zipu v šatně — **pít, jíst, toaleta, pauza, bolí, ne, dost, hotovo**. Stejná sada doma i ve školce. Dvě různé sady dítě nespojí.

ODKAZY A DOKUMENTY

ARASAAC — piktogramy zdarma

Přes 13 000 piktogramů, licence CC BY-NC-SA. Přepnete jazyk na češtinu, vyhledáte slovo, stáhnete obrázek. Odtud si vytisknete rozvrh do školky i kartičky „chci pít“ a „potřebuju pauzu“.

<https://arasaac.org/>

Půjčovna pomůcek NAUTIS

U dražších věcí — komunikátorů, zátěžových pomůcek, časovačů — je půjčení před koupí nejrozsudnější krok. Co dítěti sedne, poznáte za dva týdny doma, ne v obchodě.

<https://www.nautis.cz/portfolio/vcasna-intervence-do-7-let/pujcovna-pomucek>

ZAMYŠLENÍ NA ZÁVĚR KAPITOLY

Kdy zavolám do školky a poprosím o návštěvu prázdné třídy?

Co ze všeho, co o svém dítěti vím, musí vědět paní učitelka hned první den?

Aby most stál: péče o pečujícího

Most stojí na pilířích. Jeden z nich jste vy — a na rozdíl od ostatních vás nikdo nekontroluje, jestli držíte. Tahle kapitola je jediná v kurzu, která není o dítěti.

6.1 Vaše psychická pohoda je součástí péče

Dělejte, co můžete, tak dlouho, dokud můžete. Když už nemůžete, hledejte pomoc. **Vaše psychická pohoda je pro dítě stejně důležitá jako jakákoli terapie** — a není to fráze. Vyčerpaný rodič má kratší trpělivost, hůř čte signály a dříve se dostane do konfliktu.

Co se počítá jako pomoc

- **Někdo, kdo si dítě vezme.** Babička na dvě hodiny je pomoc, i když to zní málo.
- **Odborná služba jiného poskytovatele.** V registru sociálních služeb najdete i pobytové a terénní služby, které rodinám pomáhají získat čas. Jsou to registrované sociální služby, které provozují jiné organizace — Centrum PAS je neposkytuje, ale pomůže vám je najít.
- **Rodičovská skupina.** Lidé, kterým nemusíte nic vysvětlovat od začátku.
- **Odborná konzultace pro vás.** Ne pro dítě. Pro vás.

PRAVIDLO KYSLÍKOVÉ MASKY

V letadle se nasazuje nejdříve sobě, pak dítěti. Ne proto, že jste důležitější — proto, že v bezvědomí nepomůžete nikomu.

ODKAZY A DOKUMENTY

Mapa péče — služby pro pečující

Mapa sociálních a navazujících služeb. Hodí se, když hledáte víc než ranou péči — odbornou poradnu nebo skupinu rodičů v dojezdové vzdálenosti.

<https://data.mapapece.cz/front/map>

Místa podpory — mapa služeb pro osoby s PAS

Vyhledávání organizací podle kraje a typu služby. Použijte, když potřebujete konkrétní pomoc a nechcete obvolávat celý kraj.

<https://autismport.cz/mista-podpory>

6.2 Na co máte nárok

Část zátěže je finanční a část se dá zmírnit dávkami, o které se ale musí požádat. Nikdo je nepřizná sám od sebe.

- **Příspěvek na péči** — dá se žádat i u malého dítěte. Formuláře i Průvodce podle životních situací jsou na stránkách MPSV.
- **Průkaz osoby se zdravotním postižením** — výhody v dopravě a parkování.
- **Příspěvek na zvláštní pomůcku** — u některých kompenzačních pomůcek.

Srozumitelný přehled dávek, příspěvků a služeb bez úřednického jazyka má portál Šance dětem. Pro rodiny, kde je PAS spojené i s mentálním postižením, nabízí poradenství SPMP ČR — má 57 poboček ve 14 krajích.

NEBOJTE SE PTÁT

V Centru PAS máte k dispozici konzultace se sociální pracovníci i s právníčkou. Neřeší se tam obecné otázky, ale to, co právě potřebujete vy — třeba jak vyplnit konkrétní formulář nebo co dělat s tím, že školka odmítá asistenta.

ODKAZY A DOKUMENTY

Formuláře MPSV — příspěvek na péči a další dávky

Interaktivní formuláře a tiskopisy ke stažení, včetně žádosti o příspěvek na péči. Součástí je Průvodce podle životních situací. Příspěvek na péči se dá žádat i u malého dítěte a před nástupem do školky se vyplatí ho mít vyřízený.

<https://mpsv.gov.cz/formulare>

Šance dětem

Portál Nadace Sirius pro rodiče dětí se zdravotním postižením — články, přehled dávek a příspěvků, mapa sociálních služeb. Psané srozumitelně, bez úřednického jazyka.

<https://www.sancedetem.cz/>

SPMP ČR — Společnost pro podporu lidí s mentálním postižením

Poradenství pro pečující, rekondiční pobyty, brožury ve snadném čtení. 57 poboček ve 14 krajích. Hodí se tam, kde je PAS spojené i s mentálním postižením.

<https://www.spmpr.cz/>

Centrum PAS, Vzdělávací centrum GENESIA, z. s.

Konzultace s psychologkou, sociální pracovníci a právníčkou, koordinátorky péče, rodičovské kruhy a další kurzy projektu. Účast je zdarma.

<https://www.centrumpas.cz/>

6.3 Přípravení na start

Závěrečný přehled. Není to zkouška — je to soupis toho, co má cenu mít hotové, než dítě poprvé překročí práh školky.

PŘIPRAVENÍ NA START

Krok přes práh

- ☒ Navázaná spolupráce s ranou péčí a domluvený plán.
- ☒ Zpráva z SPC s doporučením podpůrných opatření pro konkrétní mateřskou školu.
- ☒ Nastavený jeden malý krok v sebeobsluze a otestované senzorycké snesitelné oblečení.
- ☒ Vypracovaný tahák s návodem k dítěti, předaný učitelkám.
- ☒ Absolvované letní seznamovací návštěvy a nafocené prostředí školky.

Pokud máte odškrtnuté všechno, udělali jste maximum toho, co jde udělat dopředu. Zbytek se doladí v provozu — a to je v pořádku.

A co když něco nestihnete

Nestane se nic nevratného. Asistent se dá doplnit v průběhu roku, tahák se dá předat v listopadu, sluchátka se dají začít nacvičovat kdykoli. **Jediné, co se dohání opravdu těžko, je čas ztracený čekáním na papír** — proto je v tomhle kurzu tolikrát napsané, že se nečeká na diagnózu.

POSLEDNÍ VĚTA

Jednou budete na své dítě pyšní. Spousta rodičů, kteří tímhle obdobím prošli, dnes říká totéž: tenkrát to bylo vyčerpávající, dneska je život s jejich dítětem baví. Je to možné.

ZAMYŠLENÍ NA ZÁVĚR KAPITOLY

Co konkrétně udělám pro sebe v následujících čtrnácti dnech?

Koho můžu požádat o pomoc, aniž bych to musel/a vysvětlovat od začátku?

PŘÍLOHA

Tahák pro paní učitelku

Vyplňte, vytiskněte a předejte ve školce. Jedna strana, kterou si učitelka může pověsit do skříňky — a nemusí se učit vaše dítě metodou pokus a omyl.

KDO JSEM

Jméno a příjmení

Datum narození

Oslovujte mě

Diagnóza nebo podezření

Maminka / tatínek — jméno

Telefon

Náhradní kontakt — jméno

Telefon

JAK SE SE MNOU DOMLUVÍTE

Dorozumívám se (mluvím / gesta / obrázky / komunikátor / tablet)

Rozumím nejlíp, když na mě mluvíte takhle

Že jsem rozuměl/a, poznáte podle

Ano vyjadřuji

Ne vyjadřuji

Bolest vyjadřuji

CO MĚ UKLIDNÍ

Věc, místo nebo činnost, která mi pomůže

Co říct nebo udělat, když jsem rozrušený/á

Co NEDĚLAT — tohle už se zkoušelo a zhoršilo to

CO MĚ ROZRUŠÍ

Zvuky, které nesnesu

Doteky, materiály a oblečení, které nesnesu

Situace a změny, které mě spolehlivě rozruší

Jak poznáte, že toho mám dost (první varovné signály)

JÍDLLO, PITÍ A TOALETA

Jím samostatně / s pomocí

Co nejím

O pití si řeknu takhle

Na toaletu chodím (sám/sama / s pomocí / plenky)

Že potřebuji na toaletu, poznáte podle

CO UMÍM A NA ČEM PŘÁVĚ PRACUJEME

Tohle už zvládnou sám/sama

Tohle právě nacvičujeme — pomozte mi stejně jako doma

Tohle na mě zatím nechtejte

AKTUALIZACE

Vyplnil/a

Dne

Příští revize

Zdroje a odkazy

Právní úprava se mění. U dávek a řízení si vždy ověřte aktuální znění na stránkách příslušného úřadu, případně se obraťte na koordinátorku péče Centra PAS.

KAM SE OBRÁTIT JAKO PRVNÍ

Raná péče — co to je a proč nečekat na diagnózu

Národní zdravotnický informační portál (Ministerstvo zdravotnictví a ÚZIS).
<https://www.nzip.cz/clanek/1902-rana-pece-pro-rodiny-deti-s-poruchami-autistickeho-spektra>

Asociace rané péče ČR — poskytovatelé po krajích

Seznam s garancí kvality, včetně Ústeckého kraje.
<https://www.arpcr.cz/clenstvi/clenske-organizace-s-garanci/>

Registr poskytovatelů sociálních služeb (MPSV)

Úřední registr. Filtr „raná péče“ plus kraj vypíše úplně všechny.
<http://iregistr.mpsv.cz/>

Centrum PAS, Vzdělávací centrum GENESIA, z. s.

Konzultace s psycholožkou, sociální pracovnící a právníčkou, koordinátorky péče, další kurzy. Zdarma.
<https://www.centrumpas.cz/>

ŠKOLKA, SPC A PODPŮRNÁ OPATŘENÍ

Předškolní vzdělávání — informace a sdělení MŠMT

Zápis, povinné předškolní vzdělávání, individuální vzdělávání, odklad. Vše v PDF.
<https://msmt.gov.cz/vzdelavani/predskolni-vzdelavani/informace-a-sdeleni>

Katalog podpůrných opatření (Univerzita Palackého v Olomouci)

Volně ke stažení, včetně dílu pro žáky s PAS. Co které opatření znamená a v jakém stupni se přiznává.
<https://spolecnevzdelavani.upol.cz/pdf-portal-vzdelavani/category/druhy-dokumentu/310-katalog-podpurnych-opatreni/>

Asistent pedagoga v mateřské škole — dobrá praxe

Hodí se poslat paní ředitelce, když se ve školce s asistentem teprve učí pracovat.
<https://zapojmevsechny.cz/clanek/detail/asistent-pedagoga-v-materske-skole-dobra-praxe-ms-libeznice>

NÁCVIK A VIZUÁLNÍ PODPORA

Strukturované učení — principy

Individualizace, strukturalizace, vizualizace, motivace. Základ všeho, co v kurzu děláme s rozvrhy a obrázky.
<https://autismport.cz/o-autistickem-spektru/detail/strukturovane-uceni>

ARASAAC — piktogramy zdarma

Přes 13 000 piktogramů, licence CC BY-NC-SA. Odtud si vytisknete rozvrh i kartičky „pauza“ a „dost“.
<https://arasaac.org/>

Komunikační soubor pro osoby s PAS

Vládní výbor pro osoby se zdravotním postižením. Desatero komunikace, Klíč pro komunikaci a Průkaz osoby s PAS. Zdarma.
<https://vlada.gov.cz/cz/ppov/vvzpo/dokumenty/komunikace-s-lidmi-s-poruchou-autistickeho-spektra---komunikacni-soubor-139070/>

DALŠÍ ODKAZY, KTERÉ V KURZU ZAZNĚLY

Sociální služba rané péče NAUTIS

Ukázka, jak raná péče zaměřená přímo na autismus vypadá: terénní konzultace doma, náhledy v mateřské škole, metodická podpora.
<https://www.nautis.cz/portfolio/vcasna-intervence-do-7-let/socialni-sluzba-rane-pece>

Mapa péče — služby pro pečující

Mapa sociálních a navazujících služeb. Hodí se, když hledáte víc než ranou péči — odbornou poradnu nebo skupinu rodičů v dojezdové vzdálenosti.
<https://data.mapapece.cz/front/map>

M-CHAT-R™ — screeningový dotazník online

Dvacet otázek ano/ne o chování dítěte mezi 16. a 30. měsícem, vyplní se přímo na webu. Není to diagnóza — je to nástroj, který řekne, jestli má smysl trvat na odeslání k odborníkovi.
<https://autismport.cz/testy/m-chat-r-tm>

M-CHAT-R/F — oficiální česká verze ke stažení

Autorizovaný český překlad dotazníku i navazujícího rozhovoru, volně ke stažení pro klinické, výzkumné a vzdělávací účely.
https://mchatscreen.com/wp-content/uploads/2016/11/M-CHAT-R_F_Czech_Republic.pdf

AutismPort — portál o autismu

Odborné články, webináře, online poradna a mapa služeb po krajích. Provozuje NAUTIS. Dobrý první rozcestník, když nevíte, kam se podívat.
<https://www.autismport.cz/>

Místa podpory — mapa služeb pro osoby s PAS

Vyhledávání organizací podle kraje a typu služby. Použijte, když potřebujete konkrétní pomoc a nechcete obvolávat celý kraj.
<https://autismport.cz/mista-podpory>

Specifika vzdělávání žáka s PAS

Portál Národního pedagogického institutu. Přehled toho, co dítě s PAS ve vzdělávání potřebuje a proč. Dobrý podklad pro jednání ve škole.
<https://zapojmevsechny.cz/clanek/749-specifika-vzdelavani-zaka-s-poruchou-autistickeho-spektra-l>

Učíme se rádi — strukturované učení v praxi

Praktické ukázky krabicových úloh, pracovních systémů a vizuálních rozvrhů. Hodí se, když víte, co je struktura, a potřebujete vidět, jak vypadá.
<https://www.ucimeseradi.cz/strukturovane-uceni/>

Cicero, F.: Úspěšný nácvik používání toalety

Nakladatelství Pasparta, 2022, 68 stran. Jediná česká dostupná příručka věnovaná výhradně tomuhle tématu — nácvik přes den i v noci, udržení návyku, co dělat při regrese.
<https://www.pasparta.cz/uspesny-nacvik-pouzivani-toalety/>

Půjčovna pomůcek NAUTIS

U dražších věcí — komunikátorů, zátěžových pomůcek, časovačů — je půjčení před koupí nejrozumnější krok. Co dítěti sedne, poznáte za dva týdny doma, ne v obchodě.
<https://www.nautis.cz/portfolio/vcasna-intervence-do-7-let/pujcovna-pomucek>

28 tipů na stimulační pomůcky

Od bublinkové fólie a suchých zipů po fidget hračky a kinetický písek. Většina se dá pořídit za pár korun nebo se najde doma. U předškoláka hlídejte velikost dílů.
<https://autismport.cz/o-autistickem-spektru/detail/28-tipu-na-stimulacni-hracky-a-pomucky-pro-deti-i-dospele-s-pas>

Průkaz osoby s PAS a komunikační profil

Co průkaz je, co se do komunikačního profilu píše a jak o něj požádat. Vydává se na jméno konkrétního dítěte a nosí se u sebe — pro lékaře, záchranku nebo policii.
https://vlada.gov.cz/assets/ppov/vvzpo/dokumenty/KS---Prukaz-osoby-s-PAS_2.pdf

Formuláře MPSV — příspěvek na péči a další dávky

Interaktivní formuláře a tiskopisy ke stažení, včetně žádosti o příspěvek na péči. Součástí je Průvodce podle životních situací.
<https://mpsv.gov.cz/formulare>

Šance dětem

Portál Nadace Sirius pro rodiče dětí se zdravotním postižením — články, přehled dávek a příspěvků, mapa sociálních služeb. Psané srozumitelně, bez úřednického jazyka.
<https://www.sancedetem.cz/>

SPMP ČR — Společnost pro podporu lidí s mentálním postižením

Poradenství pro pečující, rekondiční pobyty, brožury ve snadném čtení. 57 poboček ve 14 krajích. Hodí se tam, kde je PAS spojené i s mentálním postižením.
<https://www.spmpr.cz/>

VOLNÉ MÍSTO

Moje poznámky

Prostor na to, co zaznělo v kurzu, na otázky pro koordinátorku péče i na vlastní postřehy.

[illegible]