

STUDIJNÍ OPORA • KURZ 4

Pomůcky pro práci s osobami s PAS

Co si pořídit, co si vyrobit a co s tím doma dělat

Pomůcka sama o sobě nic nevyléčí. Funguje jako most — dává chaotickému světu předvídatelnou strukturu a nabízí cestu, jak se dorozumět. Kurz je o tom, které pomůcky k čemu jsou, jak je zavést, aby je dítě přijalo, a jak se většina z nich dá vyrobit z toho, co máte doma.

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 Hříbovská

OBSAH

1. Než sáhnete po pomůcce	3 články	2
2. Vizualizace: prostor, čas a úkol	3 články	5
3. Pomůcky pro komunikaci	3 články	10
4. Senzorické pomůcky	3 články	14
5. Ergoterapie doma: motorika a soběstačnost	5 článků	18
6. Motivace a kde pomůcky sehnat	4 články	24
+ Zdroje a odkazy	rozcestník	32
+ Moje poznámky	na psaní	33

Než sáhnete po pomůcce

Pomůcka není odměna ani trik. Je to náhrada za schopnost, která dítěti chybí — a než ji vyberete, musíte vědět, která to je.

1.1 Proč pomůcky u PAS fungují

Autismus je neurovývojová odlišnost — mozek jinak zpracovává informace, které přicházejí zvenčí. Svět je pak nepředvídatelný a smyslově přetížený. **Předvídatelnost snižuje úzkost**, a to je celý princip, na kterém pomůcky stojí. Co je vidět, na co jde sáhnout a co se nemění, nezpůsobuje paniku.

Čtyři pilíře strukturovaného učení

Metodika, ze které pomůcky vycházejí, se jmenuje strukturované učení a stojí na čtyřech pilířích. Pomůcka bez nich zůstane hračkou v šuplíku.

STRUKTUROVANÉ UČENÍ · NA ČEM POMŮCKY STOJÍ

Individualizace	Prostor	Čas	Motivace
Postup šitý na míru tomuhle dítěti. Co funguje u jednoho, druhé odmítne.	Vidět, kde se co dělá. Hranice zóny musí být vidět a nesmí se měnit.	Co bude, jak dlouho a co potom. Denní režim a vizuální časovač.	Odměna, které dítě rozumí. Určuje ji dítě, ne rodič.

Pomůcka bez pilířů zůstane hračkou v šuplíku.

Všechny čtyři musí stát zároveň. Sebelepší časovač nepomůže dítěti, které nemá důvod ho použít, a nejhezčí piktogram nefunguje na místě, kde se každý den dělá něco jiného.

NEJDE VYLÉČIT, JDE USNADNIT

Pomůcky nejsou léčba. Nezmění to, jak mozek pracuje — jen mu dají svět v podobě, se kterou dokáže pracovat. To ale bývá rozdíl mezi zvládnutým a nezvládnutým dnem.

ODKAZY A DOKUMENTY

Metodika práce se žákem s poruchami autistického spektra

Čadilová, V., Žampachová, Z. a kol., Univerzita Palackého v Olomouci, 2012. 146 stran, volně ke stažení. Nejpodrobnější český zdroj ke strukturovanému učení a k pomůckám — odtud pochází většina postupů v této kapitole.

<https://spolecnevzdelavani.upol.cz/pdf-portal-vzdelavani/0630-cadilova-v-zampachova-z-a-kol-metodika-prace-se-zakem-s-poruchami-autistickeho-spektra-olomouc-univerzita-palackeho-2012/>

Dopady poruch autistického spektra na vzdělávání žáků

Čadilová, V., Žampachová, Z. pro Národní pedagogický institut ČR. První díl pětidílného seriálu na portálu Zapojmevšechny.cz — čtivější než metodika a psané i pro rodiče.

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

1.2 Nechci, nebo nemůžu?

Tohle je nejdůležitější rozlišení celého kurzu. **Nechci** je promyšlené, záměrné rozhodnutí. **Nemůžu** znamená, že dítěti chybí schopnost, vědomost nebo příležitost. U dětí s PAS jde ve velké většině případů o to druhé — i když to navenek vypadá stejně.

DVĚ RŮZNÉ PŘÍČINY · DVĚ RŮZNÉ ODPOVĚDI

„Nechci“ — rozhodnutí

Co se děje

Dítě schopnost má, ale rozhodlo se ji nepoužít.

Jak to poznáte

Tutéž věc jinde nebo s jiným člověkem zvládne.

Co s tím

Dohoda, nabídka volby, motivační systém.

„Nemůžu“ — chybí dovednost

Co se děje

Dítě neví jak, nebo mu chybí příležitost to udělat.

Jak to poznáte

Nezvládne to nikdy a nikde, ani když chce.

Co s tím

Pomůcka, která chybějící schopnost nahradí.

U dětí s PAS jde ve velké většině o to druhé.

Navenek vypadá obojí stejně — dítě prostě neudělá, co po něm chcete. Rozdíl je v tom, co pomůže: na „nechci“ dohoda, na „nemůžu“ pomůcka. Trestat „nemůžu“ nikdy nezabere.

Proč to rozhodne o výběru pomůcky: na „nechci“ se odpovídá dohodou a motivací. Na „nemůžu“ se odpovídá **pomůckou, která chybějící schopnost nahradí** — obrázkem místo slova, časovačem místo odhadu času, krabicí místo schopnosti si úkol rozvrhnout.

ZKUSTE OTÁZKU MÍSTO PŘÍKAZU

Místo „Udělej to“ zkuste „Bylo by lepší, kdyby ti někdo pomohl?“ nebo „Chceš pracovat tady, nebo u okna?“. Když se chování po nabídnuté volbě zlepší, byla to úzkost ze ztráty kontroly. Když se nezmění, chybí dítěti dovednost — a to je práce pro pomůcku.

ODKAZY A DOKUMENTY

Teremová, O.: Podpora, metodická péče a náměty pro žáky s PAS

Školící prezentace vedoucí školního poradenského pracoviště ZŠ a MŠ Křtiny. Odtud pochází postup výroby komunikační tabulky, barevné rozlišení slovních druhů a rozlišení „nechci × nemůžu“.

1.3 Pozorovací deník: než začnete hádat

Pomůcka vybraná od stolu většinou nesedne. Pozorovací deník je nejlevnější diagnostický nástroj, který máte — sešit, do kterého týden zapisujete čas, činnost, co se stalo a jak dítě reagovalo.

POZOROVACÍ DENÍK · NEJLEVNĚJŠÍ DIAGNOSTICKÝ NÁSTROJ

Čas	Činnost	Co se stalo
8:15	ranní kruh	klid, zapojil se
11:40	jídlna	ucpal si uši, utekl
12:30	oběd	klid, snědl vše
13:50	změna programu	křik, hodil penál

Co se po týdnu ukáže

Afekt nepřichází z ničeho nic. Opakují se tři spouštěče:

- hluk v jídelně
- nečekaná změna
- přechod mezi činnostmi

Teprve teď víte, jestli koupit sluchátka, nebo zavést režim.

Týden zápisků ušetří měsíce hádání.

Zapisujte i situace, kdy bylo dítě v pohodě — z nich se pozná, co funguje, a to se dá zopakovat. Sledovat jen problémy je půlka informace.

Po týdnu se v zápisech objeví vzorec: afekt nepřichází „z ničeho nic“, ale po obědě v hlučné jídelně, při přechodu mezi činnostmi nebo vždy, když se změní pořadí. Teprve pak víte, jestli potřebujete sluchátka, denní režim, nebo časovač.

ZAPISUJTE I TO, CO VYŠLO

Deník má smysl i naopak — zachytí situace, kdy bylo dítě v pohodě. Z nich se pozná, co funguje, a to se dá zopakovat. Sledovat jen problémy je půlka informace.

ZAMYŠLENÍ NA ZÁVĚR KAPITOLY

Které chování u nás doma vypadá jako vzdor a přitom může být „nemůžu“?

Co konkrétně mi zatím chybí, abych poznal, co afekt spouští?

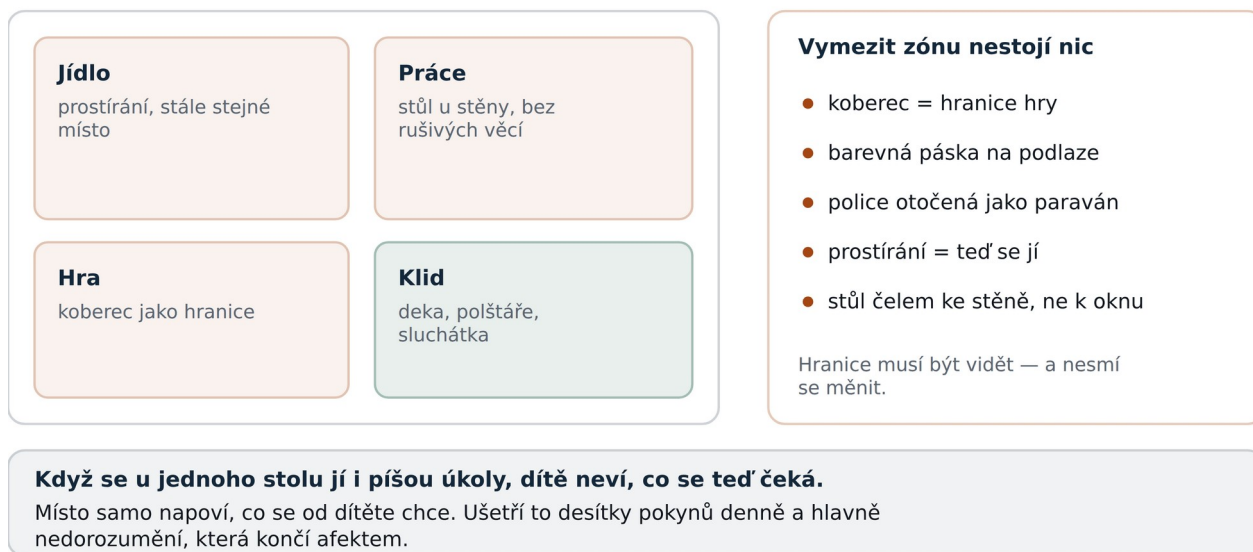
Vizualizace: prostor, čas a úkol

Mluvené slovo se ve vzduchu rozplyne. Obrázek zůstane ležet na stole a dá se k němu vrátit. Na tom stojí tři nejdůležitější skupiny pomůcek.

2.1 Strukturalizace prostoru

Dítě s PAS potřebuje vidět, **kde se co dělá**. Když se u jednoho stolu jí, píšou úkoly i skládá prádlo, nemá podle čeho poznat, co se od něj právě teď čeká.

STRUKTURALIZACE PROSTORU · KDE SE CO DĚLÁ



Vymezit zónu nestojí nic: koberec na hraní, barevná lepicí páska na podlaze, police otočená jako paraván, prostírání, které znamená „teď se jí“. Důležité je, aby hranice byla **vidět** a aby se neměnila.

JEDNO MÍSTO NAVÍC: KLIDOVÁ ZÓNA

Vyhradte doma roh, kde se nic nechce — nezadávají se tam úkoly, nemluví se tam na dítě. Deky, polštáře, sluchátka. Dítě se tam učí chodit dřív, než dojde k přetížení, a to je dovednost na celý život.

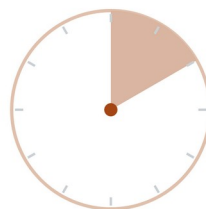
2.2 Denní režim a časovače

Denní režim odpovídá na tři otázky, které dítě s PAS trápí nejvíc: **Co budu dělat? Jak dlouho to bude trvat? Co přijde potom?**

DENNÍ REŽIM A ČASOVAČ · CO BUDE A JAK DLOUHO

Dnešní odpoledne

☐	škola	✓
☐	oběd	✓
☐	úkoly	ted'
☐	hra	
☐	večeře	



Vizuální časovač

Ubývající barevná plocha. Dítě vidí, kolik zbývá, aniž by umělo hodiny.

Odpovídá na tři otázky

- Co budu dělat?
- Jak dlouho to bude trvat?
- Co přijde potom?

Hotovou činnost dítě samo sundá a uloží.

Ten pohyb je důležitý — je to fyzický důkaz, že věc skončila a nevrátí se. Řadte shora dolů, nebo zleva doprava, ale vždy stejně.

Jak ho sestavit

- **Forma podle dítěte:** trojrozměrné předměty (skutečná lžice = oběd) pro nejmenší nebo pro děti s mentálním postižením, pak fotografie, piktogramy, nakonec psaný seznam.
- **Řazení:** shora dolů, nebo zleva doprava. Vyberte jedno a držte se toho — mícháním obou se ztratí smysl.
- **Rozsah:** začněte blokem (od příchodu po svačinu), ne celým dnem. Celodenní režim je pro začátek nepřehledný.
- **Manipulace:** hotovou činnost dítě samo sundá a uloží do krabičky. Ten pohyb je důležitý — je to fyzický důkaz, že věc skončila.

Časovače

„Ještě chvíli" je pro dítě s PAS prázdné slovo. **Vizuální časovač** (Time Timer a podobné) ukazuje ubíhající čas jako mizející barevnou plochu — dítě vidí, kolik zbývá, aniž by umělo hodiny. Levnější varianta: kuchyňská minutka nebo přesýpací hodiny.



Vizuální časovač Time Tracker — Ukazuje zbývajícím časem barvou: zelená, oranžová, červená. Dítě nemusí umět hodiny a přesto vidí, že se blíží konec — a konec pak nepřijde jako překvapení. Pomůcka je k vyzkoušení v Centru PAS.

ČASOVAČ NENÍ TREST

Nezavádějte ho poprvé ve chvíli, kdy chcete něco ukončit. Nejdříve ho používejte na příjemné činnosti, ať si ho dítě nespojí s koncem zábavy.

ODKAZY A DOKUMENTY

Učíme se rádi — pomůcky pro strukturované učení

Krabice a komponenty pro krabicové úlohy, strukturované karty a sešity, piktogramy. Doporučení autorky kurzu.

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

Půjčovna pomůcek NAUTIS

Než pomůcku koupíte, půjčte si ji. Ušetří to peníze i zklamání — část pomůcek dítěti nesesedne a pozná se to během týdne. Služba je součástí včasné intervence.

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

2.3 Pracovní systémy a krabicové úlohy

Denní režim říká, co se bude dělat. **Pracovní schéma** říká, co se bude dělat v rámci jedné činnosti, a **procesuální schéma** rozkládá jednu činnost na kroky (umýt si ruce: pustit vodu — namydlit — opláchnout — utřít).

PRACOVNÍ SYSTÉM · VLEVO PRÁCE, VPRAVO HOTOVO



Procesuální schéma rozloží jednu činnost na kroky: pustit vodu → namydlit → opláchnout → utřít.

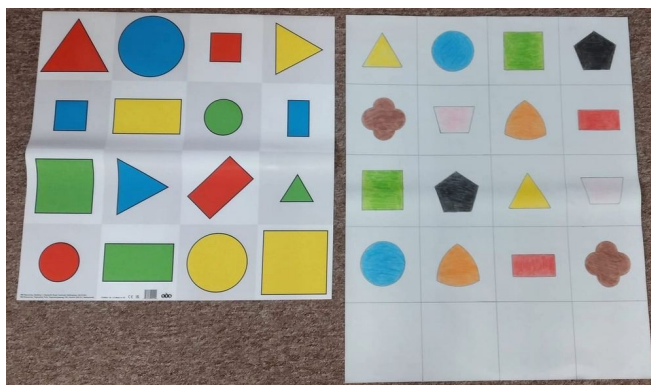
Zadání musí jít vyřešit jen jedním způsobem.

Když do krabice dáte barevné tvary a chcete třídit podle tvaru, dítě může stejně logicky třídit podle barvy — a udělá to „špatně“, i když uvažovalo správně.

Pravidlo, které se táhne vším: **zleva doprava a shora dolů**. Vlevo je práce k udělání, vpravo košík na hotové. Dítě samo vidí, kolik zbývá a kdy skončí — a to je hlavní důvod, proč u úkolu vydrží.

Krabicové úlohy

- **Dvě přihrádky:** nejjednodušší třídění — do jedné patří jedno, do druhé druhé.
- **Tři a více přihrádek:** jakmile dítě chápe princip.
- **Trojrozměrné předměty:** vždy dřív než obrázky. Manipulace je snazší než abstrakce.
- **Pracovní desky a šanony:** mezistupeň mezi krabicí a pracovním listem.



Kartičky s tvary — tištěné a ručně kreslené — Podklad pro třídění a párování. Vlevo tištěná sada, vpravo ručně dokreslená — ukázka toho, že úloha se dá vyrobit doma za cenu papíru a pastelky. Pomůcka je k vyzkoušení v Centru PAS.

ZADÁNÍ MUSÍ BÝT JEDNOZNAČNÉ

Když do krabice dáte barevné tvary a chcete třídit podle tvaru, dítě může stejně logicky třídit podle barvy — a udělá to „špatně“, i když uvažovalo správně. Vždy zajistěte, aby šla úloha vyřešit jen jedním způsobem.

ODKAZY A DOKUMENTY

Metodika práce se žákem s poruchami autistického spektra

Čadilová, V., Žampachová, Z. a kol., Univerzita Palackého v Olomouci, 2012. 146 stran, volně ke stažení. Nejpodrobnější český zdroj ke strukturovanému učení a k pomůckám — odtud pochází většina postupů v této kapitole.

<https://spolecnevzdelavani.upol.cz/pdf-portal-vzdelavani/0630-cadilova-v-zampachova-z-a-kol-metodika-prace-se-zakem-s-poruchami-autistickeho-spektra-olomouc-univerzita-palackeho-2012/>

Učíme se rádi — pomůcky pro strukturované učení

Krabice a komponenty pro krabicové úlohy, strukturované karty a sešity, piktogramy. Doporučení autorky kurzu.

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

ZAMYŠLENÍ NA ZÁVĚR KAPITOLY

Které místo doma nemá jasně dané, k čemu slouží?

.....

.....

.....

.....

Kterou část dne bych mohl zítra vyvěsit jako obrázkový režim?

.....

.....

.....

.....

Pomůcky pro komunikaci

Velká část problémového chování je neúspěšný pokus něco sdělit. Když dáte dítěti funkční způsob, jak požádat, potřeba křičet často zmizí sama.

3.1 Jak mluvit, aby to fungovalo

Nejlevnější pomůcka je způsob, jakým mluvíte. Děti s PAS uvažují **doslovně** — metafory, ironie a nadsázka je matou, protože si za nimi představí přesně to, co jste řekli.

JAZYK JAKO POMŮCKA · DOSLOVNOST

Neříkat	Říkat
Přestaň kopat.	Nechej nohy pod stolem.
Pověš to támhle.	Pověš si bundu na háček u dveří.
Můžeš mi podat knihu?	Podej mi knihu, prosím.
Za chvíli půjdeme.	Až dopískne minutka, jdeme.

Říkejte, co má dítě dělat — ne co nemá.

Zákaz je informace o tom, co se nesmí. Pokyn je návod, co se má. Dítě, které neví jak, potřebuje to druhé. A po pokynu počkejte i deset vteřin, než ho zopakujete.

- **Říkejte, co má dítě dělat, ne co nemá.** „Nechej nohy pod stolem“ místo „Přestaň kopat“ — dítě dostane návod, ne zákaz.
- **Buďte konkrétní.** „Pověš si bundu na háček u dveří“ místo „Pověš to támhle“.
- **Nepoužívejte otázku, když chcete pokyn.** „Můžeš mi podat knihu?“ je otázka, na kterou lze odpovědět „ne“. Když opravdu chcete, aby knihu podalo, řekněte „Podej mi knihu, prosím“.
- **Jedna instrukce v jednu chvíli.** Řetězec „Uklid si, převleč se a pojď jíst“ se často vykoná jen z první třetiny.
- **Dejte čas na zpracování.** Po pokynu počkejte i deset vteřin, než ho zopakujete. Opakování dřív celou instrukci restartuje.

ECHOLÁLIE NENÍ ZLOBENÍ

Když dítě opakuje vaše věty nebo hlášky z pohádek, většinou hledá slova, která samo nemá. Bývá to pokus komunikovat — dá se na něj navázat, ne ho zakázat.

ODKAZY A DOKUMENTY

Teremová, O.: Podpora, metodická péče a náměty pro žáky s PAS

Školicí prezentace vedoucí školního poradenského pracoviště ZŠ a MŠ Křtiny. Odtud pochází postup výroby komunikační tabulky, barevné rozlišení slovních druhů a rozlišení „nechci × nemůžu“.

3.2 Obrázková komunikace a komunikační tabulka

Systémy výměnné obrázkové komunikace (u nás nejčastěji **VOKS**, v zahraničí PECS) učí dítě aktivně **podat obrázek a tím požádat** o to, co chce. Rozdíl proti běžným piktogramům je zásadní: dítě není příjemce pokynů, ale iniciátor.

OBRÁZKOVÁ KOMUNIKACE · BARVY A VĚTNÝ PROUŽEK

Barevné rozlišení kartiček

-  **oranžová** podstatná jména
-  **žlutá** osoby
-  **zelená** slovesa
-  **modrá** přídavná jména
-  **bílá** ostatní

větný proužek · dítě ho složí a podá



- 1** Dítě sáhne po kartičce.
- 2** Poskládá ji na proužek.
- 3** Proužek podá dospělému.
- 4** Dostane, o co požádalo.

Dítě není příjemce pokynů, ale iniciátor.

V tom je rozdíl proti běžným piktogramům. První kartička proto musí být něco, co dítě opravdu chce — sušenka, houpačka, oblíbená hračka. Nikdy ne toaleta.

Barevné rozlišení slovních druhů

V komunikačních tabulkách se kartičky barevně rozlišují, aby se v nich dalo rychle orientovat a aby se z nich daly skládat věty: **oranžová** podstatná jména, **žlutá** osoby, **zelená** slovesa, **modrá** přídavná jména a příslovce, **bílá** ostatní.

Co na výrobu potřebujete

- Barevné papíry A4, laminovací fólie a laminovačku.
- Děrovačku a samolepicí suchý zip.
- **Větný proužek:** pruh asi 10 cm, na který dítě skládá kartičky do věty a který pak podá — proužek je aktivní nosič sdělení.
- **Komunikační deník:** šanon nebo desky s fotografií dítěte, aby byl osobní a dítě ho poznalo mezi ostatními.

NEZAČÍNEJTE U TOALETY

První kartička musí být něco, co dítě opravdu chce — sušenka, oblíbená hračka, houpačka. Jít na toaletu není pro dítě motivační, je to stresující. Když systém zavedete na nemotivační věci, dítě ho odmítne a už se k němu těžko vrací.

ODKAZY A DOKUMENTY

Teremová, O.: Podpora, metodická péče a náměty pro žáky s PAS

Školící prezentace vedoucí školního poradenského pracoviště ZŠ a MŠ Křtiny. Odtud pochází postup výroby komunikační tabulky, barevné rozlišení slovních druhů a rozlišení „nechci × nemůžu“.

Logopedie Vendy

Stavebnice Pix-it, logopedická pexesa a kartičky, hry na podporu řeči. Doporučení autorky kurzu.

<https://www.logopedie-vendy.cz/pomucky/>

3.3 Tablet a aplikace

Tablet má u dětí s PAS jednu velkou výhodu: **je předvídatelný**. Nemá náladu, neztrácí trpělivost, reaguje pokaždé stejně. Proto s ním řada dětí pracuje ochotněji než s člověkem.

TECHNOLOGIE • K ČEMU A NA CO POZOR

K čemu slouží

- jako komunikátor — obrázky nebo hlasový výstup místo řeči
- jako nosič denního režimu — fotky v mobilu jsou po ruce vždy
- jako nástroj nácviku — pojmy, přiřazování, hledání předmětů

Na co si dát pozor

- snadno sklouzne z pomůcky na odměnu a odtud na závislost
- pravidlo předem: k čemu slouží a kdy se zapíná
- časovač ukončí relaci místo vás — je to věc, ne váš rozmar
- ověřujte obsah, děti s PAS hůř odliší nesmysl od informace

Tablet má u dětí s PAS jednu velkou výhodu: je předvídatelný.

Nemá náladu, neztrácí trpělivost, reaguje pokaždé stejně. Proto s ním řada dětí pracuje ochotněji než s člověkem — a právě proto se s ním tak snadno přetáhne.

Používá se ke třem věcem — jako **komunikátor** (obrázky nebo hlasový výstup místo řeči), jako **nosič denního režimu** (fotky v mobilu jsou po ruce vždy) a jako **nástroj nácviku** (aplikace, které učí pojmy a přiřazování).



Tablety — K nácviku pojmů, jako komunikátor i jako nosič denního režimu. V Centru je můžete vyzkoušet dřív, než se rozhodnete pořizovat vlastní. Pomůcka je k vyzkoušení v Centru PAS.

NA CO SI DÁT POZOR

Tablet snadno sklouzne z pomůcky k odměně a odtud k závislosti na obrazovce. Pomáhá jasné pravidlo: k čemu tablet slouží, kdy se zapíná, a časovač, který ukončí relaci místo vás. Ověřujte také obsah — děti s PAS mívají potíže odlišit důvěryhodnou informaci od nesmyslu.

ODKAZY A DOKUMENTY

Dopady poruch autistického spektra na vzdělávání žáků

Čadilová, V., Žampachová, Z. pro Národní pedagogický institut ČR. První díl pětidílného seriálu na portálu Zapojmevšechny.cz — čtivější než metodika a psané i pro rodiče.

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

ZAMYŠLENÍ NA ZÁVĚR KAPITOLY

Kterou svou větu z dneška by dítě mohlo pochopit doslova?

O co dítě nejčastěji usiluje, když se rozčílí — a jak by o to mohlo požádat jinak?

ODKAZY A DOKUMENTY

Sensa Shop — senzorické pomůcky

Senzorické a multismyslové vybavení, světelné a vibroakustické prvky, houpací zařízení, pomůcky pro ergoterapii. Doporučení autorky kurzu. Spíš vybavení snoezelenu než drobné pomůcky do bytu — na zátěžovou deku se ptejte přímo.

<https://www.sensa-shop.cz/>

4.2 Zátěžové pomůcky a hluboký tlak

Zátěžová deka, vesta nebo polštář působí **hlubokým tlakem** na svaly a klouby. Ten tlak je pro nervovou soustavu srozumitelný signál „jsem tady, mám hranice“ a u části dětí spolehlivě zklidňuje.

HLUBOKÝ TLAK · PROČ ZÁTĚŽOVÉ POMŮCKY ZKLIDŇUJÍ



Proč zrovna tlak, a ne pohlazení.

Hluboký tlak na svaly a klouby je pro nervovou soustavu srozumitelnější signál než lehký dotek. Proto zabírá i u dětí, které běžný fyzický kontakt nesnášejí.

Jak se používají

- **Váha:** orientačně kolem desetin tělesné hmotnosti dítěte. Nikdy víc, než dokáže samo shodit.
- **Doba:** krátce a cíleně — při zklidňování, před spaním, při domácí přípravě. Ne na celý den.
- **Dobrovolnost:** dítě musí mít možnost deku kdykoliv odložit. Pomůcka, ze které nejde vystoupit, je omezení, ne podpora.
- **Nikdy přes hlavu a nikdy u dítěte, které si neumí říct.** U nejmenších dětí a u dětí s potížemi s dýcháním se poraďte s ergoterapeutem nebo lékařem.

NEŽ KOUPITE, PŮJČTE SI

Zátěžová deka stojí několik tisíc a části dětí nesedne — místo zklidnění je rozruší. Půjčovny pomůcek existují právě kvůli tomuhle a týden zkoušení doma rozhodne líp než jakékoli doporučení.

ODKAZY A DOKUMENTY

Půjčovna pomůcek NAUTIS

Než pomůcku koupíte, půjčte si ji. Ušetří to peníze i zklamání — část pomůcek dítěti nesedne a pozná se to během týdne. Služba je součástí včasné intervence.

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

4.3 Senzorická mapa

Senzorická mapa (někdy senzorická dieta) je jednoduchý přehled toho, co konkrétní dítě v konkrétním smyslu zklidňuje a co ho rozhodí, a kdy se která pomůcka nabídne. Sestavuje se na míru, ideálně společně s rodinou, školou a ergoterapeutem.

Hlavní cíl není ten seznam. Je to **naučit dítě rozpoznat vlastní přetížení dřív, než přejde v afekt**, a samo si o pomůcku říct. To je dovednost, která mu zůstane, i když u toho nebudete.



Zatemňovací stan — klidová zóna — Uzavřený tmavý prostor s polštáři. Přesně to, čemu kurz říká klidová zóna: místo, kde se po dítěti nic nechce a kam může odejít dřív, než dojde k přetížení. Pomůcka je k vyzkoušení v Centru PAS.

CESTA VEN Z AFEKTU JE DLOUHÁ

Když už přetížení propukne, pomůcka toho moc nezmůže. Smysl senzorických pomůcek je v prevenci — nasadit je v okamžiku, kdy je dítě ještě v pohodě, nebo při prvních příznacích.

ODKAZY A DOKUMENTY

Teremová, O.: Podpora, metodická péče a náměty pro žáky s PAS

Školící prezentace vedoucí školního poradenského pracoviště ZŠ a MŠ Křtiny. Odtud pochází postup výroby komunikační tabulky, barevné rozlišení slovních druhů a rozlišení „nechci × nemůžu“.

ZAMYŠLENÍ NA ZÁVĚR KAPITOLY

Co mé dítě spolehlivě zklidní a co ho naopak rozjede?

Kdy během dne bývá přetížené a co by se dalo předřadit jako prevence?

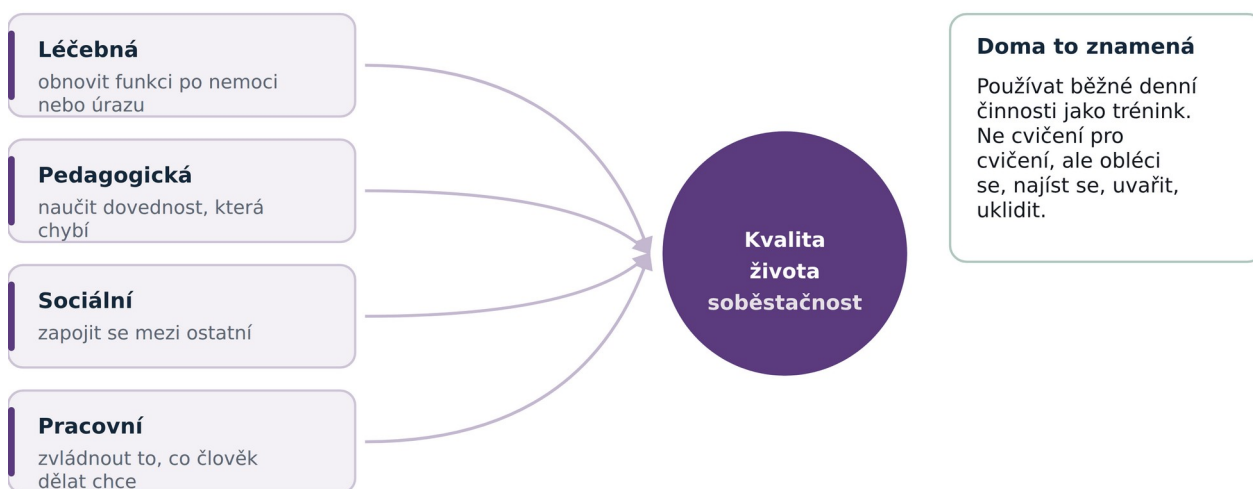
Ergoterapie doma: motorika a soběstačnost

Ergoterapie neznamena speciální vybavení. Znamená používat běžné denní činnosti jako trénink — a kuchyň je na to nejlepší místo v bytě.

5.1 Co je ergoterapie

Slovo vzniklo z řeckého *ergon* (práce) a *therapia* (léčení). Ergoterapie používá **činnost jako prostředek terapie** — ne cvičení pro cvičení, ale skutečné denní úkony, které mají pro člověka smysl: obléci se, najíst se, uvařit, uklidit.

ERGOTERAPIE · ČINNOST JAKO PROSTŘEDEK



Ergon = práce, therapia = léčení.

Každá činnost, kterou dítě zvládne samo, je zároveň trénink motoriky a kus samostatnosti, který mu zůstane. Cílem je radost ze společného objevování, ne výsledný produkt.

Doma se zaměřuje především na **nácvik soběstačnosti**. Každá činnost, kterou dítě zvládne samo, je zároveň trénink motoriky a kus samostatnosti, který mu zůstane.

NEJLEPŠÍM TERAPEUTEM JE VYROVNANÝ RODIČ

Cílem těchto aktivit je radost ze společného objevování, ne výsledný produkt. Když z toho udělám další povinnost, kterou musím odškrtat, ztratí to většinu účinku — pro dítě i pro mě.

ODKAZY A DOKUMENTY

Tsybulski, V.: Ergoterapie jako součást rehabilitace a její vliv na kvalitu života

Přednáška z konference Via Cordis, z. ú., březen 2023. Odtud je v kurzu vymezení ergoterapie a čtyři roviny rehabilitace.

5.2 Kuchyně a jídlo

Kuchyně nabízí nejvíc příležitostí k procvičování obratnosti prstů a nácviku úchopů — a navíc má činnost jasný smysl a hmatatelný výsledek, což dětem s PAS vyhovuje.

- **Krájení a vykrajování:** zelenina nebo ovoce tupým nožem, tvary z plátkového sýra formičkami na cukroví.

- **Drobné potraviny:** přesypávání rýžových burizonů lžičkou do láhve s trychtýřem; sbírání prsty do krabičky od Tic Tacu — trénink pinzetového úchopu, tedy toho, který se později potřebuje na tužku.
- **Těstoviny:** třídění podle tvaru a velikosti, navlékání na provázek, skládání obrázců na stole.
- **Pomoc při vaření:** strouhání sýra, míchání omáčky, válení těsta na pizzu.

JEMNÁ MOTORIKA · VŠECHNO Z TOHO, CO MÁTE DOMA

Kuchyně	Smyslové hry	Domácnost
• krájení tupým nožem • přesypávání burizonů lžičkou • sbírání do krabičky od Tic Tacu • třídění a navlékání těstovin • strouhání sýra, válení těsta	• kreslení prstem do mouky • jedlá modelína z mouky a soli • přelévání vody mezi kelímky • bubliny brčkem do mýdlové vody • loupání ořechů, trhání listů	• třídění knoflíků • gumičky na sklenice a na prsty • kolíčky na natažený provázek • bambule pinzetou z kolíčku • zatloukání do obalu od vajec

Pinzetový úchop dnes, tužka za dva roky.

Sbírání drobností dvěma prsty trénuje přesně ten úchop, který ruka později potřebuje na psaní. Proto má smysl i činnost, která vypadá jako pouhé hraní.

VYBÍRAVOST V JÍDLÉ JE ČASTO SENZORICKÁ

Odmítání jídel podle konzistence, teploty nebo vůně není rozmar. Manipulace s potravinami mimo situaci jídla — hraní, krájení, přesypávání — bývá první krok k tomu, aby dítě jídlo vůbec přijalo. Bez tlaku a bez podmínky, že to musí sníst.

5.3 Smyslové hry a materiály

Tyto aktivity rozvíjejí hmat a koordinaci oko–ruka a zároveň fungují jako senzorická pomůcka — dítě se při nich reguluje.

- **Mouka na plechu:** kreslení prstem do vrstvy mouky, dráhy pro autíčka, prosívání přes síto.
- **Domácí modelína:** z mouky a soli. Tvoření hadů a kuliček, zapichování páráték, krájení. Výhoda jedlé varianty: nevadí, když ji dítě ochutná.
- **Vodní hrátky v koupelně:** přelévání mezi kelímky, foukání bublin brčkem do mýdlové vody, lovení ledových kostek lžičkou.

- **Přírodniny:** loupání ořechů, trhání listů, zastrkávání stébel trávy do otvorů v cedníku.



Modelovací hlína — Chladná, těžká a hutná. Klade prstům větší odpor než modelína, a právě proto ji vyhledávají děti, které potřebují do rukou silný podnět. Pomůcka je k vyzkoušení v Centru PAS.

KDYŽ DÍTĚ MATERIÁL NESNESE

Část dětí se mouky ani modelíny nedotkne — to je hypersenzitivita na dotyk, ne vzdor. Začněte nepřímo: nástrojem místo prstů, přes sáček, nebo jen dívat se. Nutit ruku do materiálu dítěti hmat neotuží, jen ho to naučí tyhle aktivity nenávidět.

5.4 Pomůcky z běžné domácnosti

Většinu toho, co se prodává jako speciální pomůcka, si vyrobíte za pár minut z věcí, které doma máte.

- **Knoflíky a gumičky:** třídění knoflíků, vhazování do úzkého otvoru v krabici, navlékání barevných gumiček na sklenice, plyšáky nebo na vlastní prsty.
- **Kolíčky na prádlo:** přicvakávání na provázek natažený mezi dvěma židlemi. Trénuje sílu prstů, kterou potřebuje ruka na psaní.
- **Textilní bambule a provizorní pinzeta:** pinzetu vyrobíte z kolíčku a dvou špachtlí, bambule se sbírají do formy na muffiny.
- **Toaletní papír:** trhání kousků a zastrkávání do prázdné krabice od kapesníků. Banální — a děti u toho vydrží překvapivě dlouho.

- **Kutilský koutek:** zatloukání šroubů do obráceného obalu od vajec, sbírání kovových předmětů magnetem.



Knoflíková deska s gumičkami — Ručně vyrobená deska, na které se z gumiček natahují tvary. Trénuje pinzetový úchop, sílu prstů i představivost — a jde vyrobit z knoflíků a překlíčky. Pomůcka je k vyzkoušení v Centru PAS.

ODKAZY A DOKUMENTY

Jak hrou rozvíjet jemnou motoriku dětí v každodenních situacích

E-book Mgr. Magdy Olšínské, speciální pedagožky. Dvacet fotografií a nápadů pro děti zhruba 2–5 let, všechno z věcí, které máte doma. Ke stažení zdarma po registraci na webu autorky.

<https://vlastnimtempem.cz/jemna-motorika/>

5.5 Příprava na školní práci

Pracovní list je pro dítě s PAS abstraktní plocha bez hranic. Než na něm začne pracovat, potřebuje vědět, **kde začít, kterým směrem jít a kde skončit**.

PŘÍPRAVA NA ŠKOLNÍ PRÁCI · ZAČÁTEK A KONEC



Jeden úkol na stránku

Přeplněný list zahltí i dítě, které úkol umí.

Listování je dovednost

Záložky, spony nebo barevné lepíky na stránkách.

Nejdřív velké plochy

Uvolnit ruku na tabuli nebo na balicím papíru na stěně.

Psací náčiní

Trojhranné tužky, silné fixy, gumové násadky.

Pracovní list je pro dítě s PAS plocha bez hranic.

Než na něm začne pracovat, potřebuje vědět, kde začít, kterým směrem jít a kde skončit. Šipka a přeškrtnutá tužka tu informaci dodají bez jediného slova.

- **Začátek označte šipkou**, konec přeškrtnutou tužkou nebo tečkou. Dítě pak nemusí hádat.
- **Jeden úkol na jednu stránku**. Přeplněný list zahltní i dítě, které úkol umí.
- **Listování v sešitě**: záložky, spony nebo barevné lepíky na stránkách. Najít správnou stránku je samostatná dovednost, kterou je potřeba naučit zvlášť.
- **Psací náčiní**: trojhranné tužky, silné fixy, gumové násadky. Uvolnění ruky nejdřív na velkých plochách — na tabuli nebo na balicím papíru na stěně, teprve pak na papíře na stole.



Grafomotorické listy — Vzory od jednoduchých čar po spirály. Předchází psaní — ruka se na nich uvolní dřív, než po ní chceme písmena. Pomůcka je k vyzkoušení v Centru PAS.

STAVTE NA SILNÝCH STRÁNKÁCH

Řada dětí s PAS vyniká v počítání, v mechanické paměti nebo v práci s detailem. Když se nová dovednost naváže na to, co dítěti jde, jde to rychleji a nekončí to bojem.

ODKAZY A DOKUMENTY

Metodika práce se žákem s poruchami autistického spektra

Čadilová, V., Žampachová, Z. a kol., Univerzita Palackého v Olomouci, 2012. 146 stran, volně ke stažení. Nejpodrobnější český zdroj ke strukturovanému učení a k pomůckám — odtud pochází většina postupů v této kapitole.

<https://spolecnevzdelavani.upol.cz/pdf-portal-vzdelavani/0630-cadilova-v-zampachova-z-a-kol-metodika-prace-se-zakem-s-poruchami-autistickeho-spektra-olomouc-univerzita-palackeho-2012/>

ZAMYŠLENÍ NA ZÁVĚR KAPITOLY

Kterou domácí činnost bych mohl zítra dělat s dítětem místo za dítě?

Které tři věci z kuchyně můžu použít hned, bez nákupu?

Motivace a kde pomůcky sehnat

Ani nejlepší pomůcka nefunguje, když dítě nemá důvod ji použít. A ceny se dají srazit na zlomek, když víte, co se dá půjčit a co vyrobit.

6.1 Motivační systémy

Sociální pochvala („Jsi šikovný“) často nestačí — pro řadu dětí s PAS není pochvala dost srozumitelná odměna. Funguje **žetonový systém**: dítě sbírá žetony nebo samolepky a po dohodnutém počtu dostane odměnu, kterou si předem vybralo.

MOTIVAČNÍ SYSTÉM · ŽETONY A ODMĚNA



- Začněte na tři žetony, ne na dvacet.
- Odměnu určuje dítě, ne rodič.
- Získané žetony se nikdy neberou zpět.
- Motivační prvek může být z našeho pohledu bizarní. Když funguje, je dobrý.

Odebírání žetonů celý systém zboří.

Dítě ztratí důvod mu věřit a příště se do něj nezapojí. Žeton jednou získaný je získaný — kázeňské věci se řeší jinde než v motivačním systému.

- **Odměna musí být vidět.** Vyfotografovaná nebo vystavená, ne jen slíbená.
- **Začněte na krátké vzdálenosti.** Tři žetony, ne dvacet. Počet se zvyšuje, až systém funguje.
- **Odměnu neberte zpět.** Odebírání už získaných žetonů celý systém zboří — dítě ztratí důvod mu věřit.
- **Motivační prvek určuje dítě, ne vy.** Může být z našeho pohledu zvláštní: konkrétní zvuk, otáčení kolečkem, možnost srovnat věci do řady. Když funguje, je dobrý.

NEJDŘÍV ZJISTIT, CO DÍTĚ OPRAVDU CHCE

Vezměte týden a zapisujte, k čemu se dítě vrací samo od sebe, když ho nikdo neúkoluje. To je seznam skutečných motivačních prvků. Odhad rodiče bývá vedle častěji, než by čekal.

ODKAZY A DOKUMENTY

Teremová, O.: Podpora, metodická péče a náměty pro žáky s PAS

Školící prezentace vedoucí školního poradenského pracoviště ZŠ a MŠ Křtiny. Odtud pochází postup výroby komunikační tabulky, barevné rozlišení slovních druhů a rozlišení „nechci × nemůžu“.

6.2 Kde pomůcky koupit, půjčit a vyrobit

Postup, který ušetří nejvíc peněz: **nejdřív vyrobit, pak půjčit, teprve nakonec koupit**. Piktogramy, komunikační tabulka, krabicové úlohy i denní režim se dají udělat doma za cenu laminovacích fólií. U dražších věcí — zátěžová deka, časovač, senzorické vybavení — se vyplatí půjčovna.

Kde si půjčit a poradit se

ODKAZY A DOKUMENTY

Půjčovna pomůcek NAUTIS

Než pomůcku koupíte, půjčte si ji. Ušetří to peníze i zklamání — část pomůcek dítěti nesesedne a pozná se to během týdne. Služba je součástí včasné intervence.

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

NAUTIS — Národní ústav pro autismus

Poradenství, SPC, terapie, kurzy pro rodiče i půjčovna pomůcek. První adresa, když nevíte, kam se obrátit.

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

Kde koupit

ODKAZY A DOKUMENTY

Učíme se rádi — pomůcky pro strukturované učení

Krabice a komponenty pro krabicové úlohy, strukturované karty a sešity, piktogramy. Doporučení autorky kurzu.

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

Sensa Shop — senzorické pomůcky

Senzorické a multismyslové vybavení, světelné a vibroakustické prvky, houpací zařízení, pomůcky pro ergoterapii. Doporučení autorky kurzu. Spíš vybavení snoezelenu než drobné pomůcky do bytu — na zátěžovou deku se ptejte přímo.

<https://www.sensa-shop.cz/>

Logopedie Vendy

Stavebnice Pix-it, logopedická pexesa a kartičky, hry na podporu řeči. Doporučení autorky kurzu.

<https://www.logopedie-vendy.cz/pomucky/>

Nomiland

Vybavení pro školku a školy — interaktivní panely, grafomotorické a didaktické pomůcky. Doporučení autorky kurzu. Hodí se spíš pro školu než domů; rodiči poslouží jako ukázka, co po škole chtějí.

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

Odkud čerpat dál

ODKAZY A DOKUMENTY

Metodika práce se žákem s poruchami autistického spektra

Čadilová, V., Žampachová, Z. a kol., Univerzita Palackého v Olomouci, 2012. 146 stran, volně ke stažení. Nejpodrobnější český zdroj ke strukturovanému učení a k pomůckám — odtud pochází většina postupů v této kapitole.

<https://spolecnevzdelavani.upol.cz/pdf-portal-vzdelavani/0630-cadilova-v-zampachova-z-a-kol-metodika-prace-se-zakem-s-poruchami-autistickeho-spektra-olomouc-univerzita-palackeho-2012/>

Dopady poruch autistického spektra na vzdělávání žáků

Čadilová, V., Žampachová, Z. pro Národní pedagogický institut ČR. První díl pětidílného seriálu na portálu Zapojujevsechny.cz — čtivější než metodika a psané i pro rodiče.

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

Jak hrou rozvíjet jemnou motoriku dětí v každodenních situacích

E-book Mgr. Magdy Olšínské, speciální pedagožky. Dvacet fotografií a nápadů pro děti zhruba 2–5 let, všechno z věcí, které máte doma. Ke stažení zdarma po registraci na webu autorky.

<https://vlastnimtempem.cz/jemna-motorika/>

ZEPTEJTE SE V SPC A V CENTRU PAS

Než něco pořídíte, proberte to s koordinátorkou péče nebo v SPC. Často vědí o pomůcce, která je levnější, nebo o tom, že podobnou zkoušela jiná rodina a nefungovala. Ušetří to peníze i čas. Část vybavení si můžete vyzkoušet přímo u nás — přehled je v následujícím článku 6.3.

6.3 Co si můžete vyzkoušet přímo v Centru PAS

Než pomůcku koupíte, sáhněte si na ni. Následující vybavení má **Centrum PAS v Chomutově k dispozici** a můžete si ho po domluvě s koordinátorkou péče vyzkoušet — sami i s dítětem. Fotografie jsou z našich prostor, nejde o katalog obchodu.

JAK TO UDĚLAT

Domluvte si termín s koordinátorkou péče. Vyzkoušení trvá typicky hodinu a má smysl přijít s konkrétní otázkou („potřebujeme něco na zklidnění před spaním“), ne si projít všechno. U Forbrainu a u zátěžových pomůcek je potřeba zaškolení.

Senzorická regulace



Senzorická sada

Masážní válečky a míčky, ježkové míčky, chapadlo, vibrační polštář a masážní podložka. Většina z toho se dá nabídnout dítěti, které potřebuje aktivovat hmat a hluboké čítí.



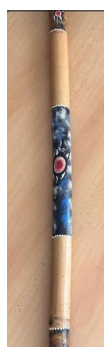
Svítilící senzorické válce

Válce s trpytkami a měnícím se světlem. Pomalý, předvídatelný pohyb uvnitř zaujme a zklidní — hodí se do klidové zóny i jako přechod k odpočinku.



Oceánský buben

Kuličky uvnitř bubnu napodobují zvuk vln. Zvuk se dá regulovat náklonem, takže si dítě samo řídí, jak je hlasitý — to je u precitlivělého sluchu zásadní rozdíl proti nahrávce.



Zvuková (dešťová) hůl

Malovaná bambusová hůl se zrny uvnitř. Při naklonění vydá dlouhý šumivý zvuk podobný dešti. Používá se k soustředění pozornosti a ke zklidnění.



Masážní podložky Muffik

Puzzle dlaždice s různými povrchy. Skládají se do dráhy, po které dítě chodí bosé — trénuje rovnováhu a zároveň dostává výrazné podněty do chodidel.



Houpací mísa

Dítě si v ní sedí, houpe se a točí. Vestibulární podnět, který vyhledávají děti s hyposenzitivitou v oblasti pohybu — a který se doma těžko nahrazuje.

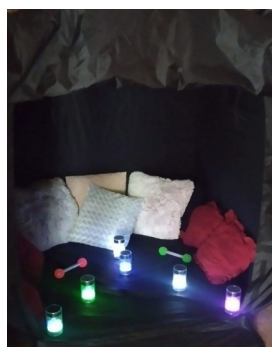
Klidová zóna

Zatemňovací stan s polštáři a tlumeným světlem je hmatatelná podoba toho, o čem mluví kapitola 2: místo, kde se po dítěti nic nechce. Doma ho nahradí kout za gaučem, dětský stan nebo prostěradlo přes stůl.



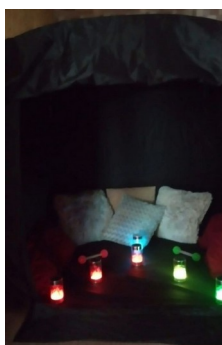
Zatemňovací stan — klidová zóna

Uzavřený tmavý prostor s polštáři. Přesně to, čemu kurz říká klidová zóna: místo, kde se po dítěti nic nechce a kam může odejít dřív, než dojde k přetížení.



Stan zevnitř se světly

Tentýž stan se svítilkami válci. Tlumené barevné světlo ve tmě je pro část dětí nejspolehlivější cesta ke zklidnění.



Barevné osvětlení v klidové zóně

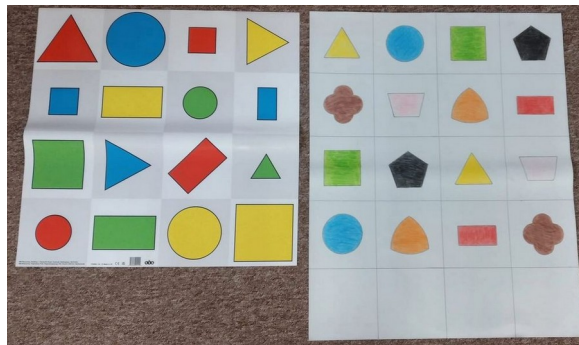
Světla se dají měnit podle toho, co dítěti vyhovuje. Teplé a tlumené barvy zklidňují, výrazné spíš aktivují.

Čas, třídění a příprava na psaní



Vizuální časovač Time Tracker

Ukazuje zbývajcí čas barvou: zelená, oranžová, červená. Dítě nemusí umět hodiny a přesto vidí, že se blíží konec — a konec pak nepřijde jako překvapení.



Kartičky s tvary — tištěné a ručně kreslené

Podklad pro třídění a párování. Vlevo tištěná sada, vpravo ručně dokreslená — ukázka toho, že úloha se dá vyrobit doma za cenu papíru a pastelek.



Kartičky ovoce a zelenina

Párování stejných obrázků, třídění na ovoce a zeleninu, později názvy. Každý obrázek je v sadě dvakrát, takže úloha má jednoznačné řešení.



Grafomotorické listy

Vzory od jednoduchých čar po spirály. Předchází psaní — ruka se na nich uvolní dřív, než po ní chceme písmena.



Knoflíková deska s gumičkami

Ručně vyrobená deska, na které se z gumiček natahují tvary. Trénuje pinzetový úchop, sílu prstů i představivost — a jde vyrobit z knoflíků a překližky.



Modelovací hlína

Chladná, těžká a hutná. Klade prstům větší odpor než modelína, a právě proto ji vyhledávají děti, které potřebují do rukou silný podnět.

Technologie

Tablety, dotykový stůl a programovatelné hračky se hodí hlavně k nácviku poslušnosti a k práci s jednoznačným zadáním. Právě u těchto věcí se vyplatí vyzkoušet je dřív, než je pořídíte — cena jde do tisíců a ne každému dítěti sednou.



Tablety

K nácviku pojmů, jako komunikátor i jako nosič denního režimu. V Centru je můžete vyzkoušet dřív, než se rozhodnete pořizovat vlastní.



Interaktivní dotykový stůl

Velká dotyková plocha pro hry a úlohy. Výhodou proti tabletu je, že u něj může pracovat dítě s dospělým vedle sebe, a že se na něj dá dobře ukazovat.



Vizualizér (dokumentová kamera)

Projítne na plátno to, co leží pod kamerou — pracovní list, předmět, ruku, která něco ukazuje. Používá se při prezenčních setkáních, aby všichni viděli totéž.



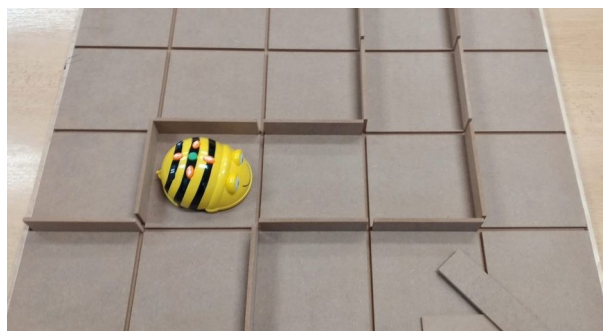
Forbrain — sluchátka s kostním vedením

Sluchátka s mikrofonom, která vracejí dítěti jeho vlastní hlas přes kosti lebky. Používají se při nácviku řeči a pozornosti. Zapůjčení a postup je nutné domluvit s pracovníci Centra.



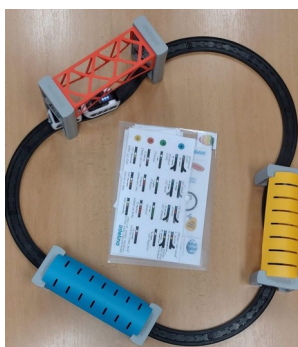
Bee-Bot na herní desce

Včelka, kterou dítě naprogramuje tlačítky: dopředu, doprava, jed'. Poslušnost kroků je vidět a dá se zopakovat — pro dítě s PAS srozumitelnější než většina her s pravidly.



Bee-Bot — bludiště z přepážek

Přepážky se přestavují, takže úloha jde měnit od nejjednodušší cesty po složitou. Dobrý příklad úlohy s jediným správným řešením.



Chytrý vláček Intelino

Vláček, který reaguje na barevné kartičky položené na koleje — zastav, zrychli, odboč. Program je hmatatelný, leží na stole a dá se osahat.

ODKAZY A DOKUMENTY

Půjčovna pomůcek NAUTIS

Než pomůcku koupíte, půjčte si ji. Ušetří to peníze i zklamání — část pomůcek dítěti nesedne a pozná se to během týdne. Služba je součástí včasné intervence.

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

6.4 Pomůcky jsou mosty, ne cíl

Pomůcka nikdy nefunguje sama. Funguje v kombinaci s **respektem, předvídatelným prostředím a vztahem**, ve kterém se dítě cítí bezpečně. Zátěžová deka v domácnosti plné napětí nezklidní nikoho.

POMŮCKY JSOU MOSTY · FUNGUJÍ JEN DOHROMADY



Dobrá pomůcka se časem stává zbytečnou.

Cílem není, aby dítě používalo co nejvíc pomůcek, ale aby zvládlo co nejvíc samo. Když se pomůcka přestane potřebovat, není to důvod k lítosti — je to výsledek.

Cílem taky není, aby dítě používalo co nejvíc pomůcek. Cílem je, aby **zvládlo co nejvíc samo** — a dobrá pomůcka se časem stává zbytečnou. Když se to stane, není to důvod k lítosti, ale výsledek.

ZAVEĎTE JEDNU VĚC PO DRUHÉ

Nejčastější chyba je nadšení: pořídit najednou denní režim, časovač, žetony i komunikační tabulku. Dítě to zahltlí, nic z toho se nezažije a rodič má pocit, že nic nefunguje. Jedna pomůcka, dva tři týdny, teprve pak další.

ZAMYŠLENÍ NA ZÁVĚR KAPITOLY

Co je pro mé dítě opravdovou odměnou — ne to, co bych zvolil já?

Kterou pomůcku chci vyzkoušet jako první a kde si ji nejdřív půjčím?

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 DÁ OBRÁTIT

NAUTIS — Národní ústav pro autismus

Poradenství, terapie a půjčovna pomůcek.
<https://www.nautis.cz/>

Půjčovna pomůcek NAUTIS

Pomůcky k zapůjčení v rámci rané péče do 7 let.
<https://www.nautis.cz/portfolio/vcasna-intervence-do-7-let/pujcovna-pomucek>

Centrum PAS, Vzdělávací centrum GENESIA, z. s.

Konzultace, koordinátorky péče a doprovodné aktivity projektu.
<https://www.centrumpas.cz/>

METODIKY A ČLÁNKY

Čadilová, V., Žampachová, Z. a kol.: Metodika práce se žákem s poruchami autistického spektra

Univerzita Palackého v Olomouci, 2012. Volně ke stažení.
<https://spolecnevzdelavani.upol.cz/pdf-portal-vzdelavani/0630-cadilova-v-zampachova-z-a-kol-metodika-prace-se-zakem-s-poruchami-autistickeho-spektra-olomouc-univerzita-palackeho-2012/>

Čadilová, V., Žampachová, Z.: Specifika vzdělávání žáka s PAS

Seriál pro NPI ČR na portálu Zapojmevsechny.cz.
<https://zapojmevsechny.cz/clanek/749-specifika-vzdelavani-zaka-s-poruchou-autistickeho-spektra-l>

Olšínská, M.: Jak hrou rozvíjet jemnou motoriku dětí v každodenních situacích

Praktické náměty pro domácí prostředí.
<https://vlastnimtempem.cz/jemna-motorika/>

Teremová, O.: Podpora, metodická péče a náměty pro žáky s PAS

Podklad bez veřejné adresy.
Bez veřejného odkazu — podklad je k nahlédnutí u lektorky kurzu.

Tsybulskí, V.: Ergoterapie jako součást rehabilitace a její vliv na kvalitu života

Přednáška, Via Cordis, 2023.
Bez veřejného odkazu — podklad je k nahlédnutí u lektorky kurzu.

KDE POMŮCKY POŘÍDIT

Učíme se rádi

Pomůcky pro strukturované učení.
<https://www.ucimeseradi.cz/strukturovane-uceni/>

Sensa Shop

Senzorické pomůcky.
<https://www.sensa-shop.cz/>

Logopedie Vendy

Pomůcky pro rozvoj řeči a oromotoriky.
<https://www.logopedie-vendy.cz/pomucky/>

Nomiland

Vybavení a pomůcky pro práci s dětmi.
<https://www.nomiland.cz/>

VOLNÉ MÍSTO

Moje poznámky

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

[illegible]