

PRILOGE PROGRAMA ŽIVLJENJA IN
DELA OSNOVNE ŠOLE ZA OSNOVNO ŠOLO
ZA SIEPE IN SLABOVIDNE UČENCE

VII. zvezek

SPECIÁLNO USPOŠABLJANJE

- uvod
- samourejanje (osnovna opravila v zvezi
z samourejanjem, higieno, prehrano)
- pisanje, branje in branje z optakonom
- strojepisje
- socializacija
- orientacija in mobilnost

LITERATURA

SEZNAM AVTORJEV PRILOGITVENEGA PROGRAMA
ŽIVLJENJA IN DELA OSNOVNE ŠOLE ZA OSNOVNO
ŠOLO ZA SIEPE IN SLABOVIDNE UČENCE



ZAVOD SR SLOVENIJE ZA ŠOLSTVO

LJUBLJANA 1987

1. SAMOUREJANJE (skrb za samega sebe, vsakdanja opravila) (275 ur)

Samourejanje ima za slepe in slabovidne otroke splošni vzgojni in izobraževalni pomen, znanje s tega področja je bistvenega pomena za samostojno življenje in delo.

VZGOJNO-IZOBRAŽEVALNI SMOTRI IN NALOGE

- usposabljanje otrok za različna opravila pri skrbi za samega sebe, za svojo garderobo, za uporabo običajnih pripomočkov v vsakdanjem življenju (pri čemer se slepi in slabovidni otroci navajajo na čim večjo samostojnost v življenju),
- razvijanje motorike in spretnosti,
- razvijanje delovnih navad,
- pridobivanje estetskih vrednot.



202209437

21.

**VZGOJNO-IZOBRAŽEVALNA
VSEBINA (po starostnih obdobjih)**

- A. OSNOVNA OTROKOVA OPRAVILA**
- B. OPRAVILA V ZVEZI Z OSEBNIM UREJANJEM**
- C. OPRAVILA V ZVEZI S HIGIENO**
- D. OPRAVILA V ZVEZI S PREHRANO**

PREDŠOLSKI ODDELEK, 1. in 2. RAZRED (70 ur)

A. OSNOVNA OTROKOVA OPRAVILA

1. Odpiranje in zapiranje vrat (trkanje, pozdravljanje)
2. Hoja po stopnicah (desno pravilo)
3. Odgrinjanje in postiljanje postelje (zlaganje pižame ali spalne srajce)
4. Uporaba sanitarij (toaletnega papirja, splakovanje straniščne školjke)
5. Pobiranje in zlaganje igrač
6. Osnove kulturnega obnašanja (uporaba besed prosim-hvala, pozdravljanje)

B. OPRAVILA V ZVEZI Z OSEBNIM UREJANJEM

1. Pripravi obleko
2. Se obleče sam (zapne gumbe, zadrgo)
3. Se sleče (obesi obleko na obešalnik, zloži perilo, zloži jopico, pulover)
4. Obuje čevlje (1. desna, leva
2. zaveze vezalke, pospravi obutev)

C. OPRAVILA V ZVEZI Z OSEBNO HIGIENO

1. Umiva roke (pred jedjo, po opravljeni potrebi, umivanje obraza, vratu, nog, zlaganje - odlaganje brisače, uporaba pipe, mila)
2. Čisti zobe (po vsakem obroku)
3. Čisti očala
4. Opravlja večerno in jutranjo nego
5. Uporaba robčka (papirnatega in tekstilnega), Kje nosimo robček? (levi žep, torbica)
6. Česanje (čiščenje in pospravljanje glavnika, ščetke, krtačke in las)

D. OPRAVILA V ZVEZI S PREHRANO

1. Sedenje in obnašanje pri mizi

2. Uporaba jedilnega pribora (žlica, vilica)
3. Kulturno obnašanje pri mizi (1. cmokanje, 2. odpiranje ust, 3. srebanje, 4. pogovor, uživanje kruha, nalivanje pijač, držanje skodelice, kozarca, brisanje ust)

3.,4.,5. RAZRED (105 ur)

A. OSNOVNA OTROKOVA OPRAVILA

1. Samostojno postiljanje postelje (zračenje in preoblačenje in preoblačenje posteljnine, zlaganje odeje)
2. Zračenje prostora (spalnice, igralnice)
3. Pometanje bivalnega prostora (metla, omelo, smetišnica, sesalnik, krpe za brisanje prahu)

B. OPRAVILA V ZVEZI Z OSEBNIM UREJANJEM

1. Samostojno oblačenje perila in obleke (zapenjanje gumbov, natančno obuvanje nogavic, zlaganje po slačenju, obešanje na obešalnik, ščetkanje, prišivanje gumbov, trakcev, zank, pritiskačev in obesnih trakov); uporaba in shranjevanje šivalnega pribora
2. Odlaganje umazanega perila (redno preoblačenje sp. hlač)
3. Dnevno in sezonsko vzdrževanje obutve (zračenje, pranje, mazanje, odlaganje: red v omarici za čevlje in v garderobi)
4. Pranje nogavic (vsak dan po uporabi)

C. OPRAVILA V ZVEZI Z OSEBNO HIGIENO

1. Umivanje do pasu, prhanje, striženje nohtov na rokah in nogah, umivanje in sušenje glave, umivanje intimnih delov telesa (uporaba in nega umivalne vrečke, brisače, pospravljanje in urejanje prostora po vsakokratnem umivanju: čiščenje umivalnih korit, pribora za osebno nego)

D. OPRAVILA V ZVEZI S PREHRANO

1. Družinski in samopostrežni način postrežbe (nošenje pladnja, zajemanje, postrežba gostu)
2. Rezanje kruha, lupljenje sadja, nalivanje pijač, mazanje namazov, oblaganje z nadevi, razporejanje jedi na krožniku

6.,7.,8. RAZRED (105 ur)

A. OSNOVNA OTROKOVA OPRAVILA

1. Vzdrževanje bivalnih prostorov (pometanje, brisanje prahu, vlažno brisanje tal, čiščenje pohištva, stenskih oblog, idr...)
2. Oskrba lončnic in rezanega cvetja

B. OPRAVILA V ZVEZI Z OSEBNIM UREJANJEM

1. Vsakodnevna skrb in nega lastne garderobe (preoblačenje perila, izbira ustrezne obleke glede na letni čas, vremenske razmere in delo, dnevna nega oblačil: čiščenje madežev, prišivanje zank, robov, žepov, šivov)
2. Dnevna nega obutve (sprotno brisanje prahu, odstranjevanje blata, mazanje, sušenje)
3. Estetska dopolnitev pri oblačenju (izbira rut, kravate, torbice, okrasnih predmetov, čevljev, bluže glede na barve, postavo, namen, letni čas in vreme)
4. Priprava garderobe za potovanje (izbira, količina, način pakiranja glede na letni čas, čas trajanja in namen)

C. OPRAVILA V ZVEZI Z OSEBNO HIGIENO

1. Kopanje celega telesa (razporejanje vseh potrebnih toaletnih pripomočkov in orientacija)
2. Nega intimnih delov telesa (menstruacija, polucija)
3. Samostojno in osebno urejanje (ličenje, nega protez, friziranje, manikiranje)
4. Urejanje in vzdrževanje kopalnice in pripomočkov za friziranje
5. Priprava toaletne torbice za potovanje

D. OPRAVILA V ZVEZI S PREHRANO

1. Priprava hrane za potovanje (izbira, nakup, pakiranje, obnašanje v naravi, v javnem prometu, idr...., pospravljanje embalaže, varstvo okolja)

POJASNILA:

Vsebine iz področja SAMOUREJANJA so razporejene po težavnosti v 3 kategorije:

- a) za predšolske otroke in učencev 1. in 2. razredov
- b) za učence 3., 4., in 5. razreda in
- c) za starejše, to je učence 6., 7., 8. razredov

Učitelj pripravi LETNO PRIPRAVO glede na razvojne in druge posebnosti populacije. Predloženi program je orientacijski. Učitelj iz njega izbira vsebine, jih prilagaja učenčevim sposobnostim in potrebam, vendar v danem okviru.

Učenci se samourejanja učijo v okviru drugega vzgojno-izobraževalnega dela, trenirajo pa vsak dan pri jutranji in večerni negi ter preko dneva. Učitelj gospodinjstva je mentor drugega vzgojno-izobraževalnega dela vsem drugim učiteljem, varuhinjam - varuhom.

Letni delovni načrt zato skupaj obravnavajo, preverajo med letom realizacijo ter skupaj ugotavljajo dosežene rezultate pri samostojnosti otrok.

Vsebine učnega načrta GO, SAMOUREJANJA in družbeno potrebnega dela so medsebojno povezane. Učitelj v letnih pripravah za posamezna področja to povezanost po možnosti upošteva in jih oblikuje tako, da si vsebine sledijo v smiselnem zaporedju (npr. pri GO v 6. razredu pri področju OSEBNA HIGIENA obravnavamo UMIVANJE LASIŠČA. Pri samourejanju si učenci v tem času organizirano in pravilno umivajo lase. V domu pa učenci prav tako v tem času urejajo umivalnice, kopalnice in toaletne pripomočke).

NAVODILA ZA ORGANIZACIJO DELA

Okvara vida preprečuje in zavira sprejemanje zunanjih pobud in vtisov. Zato je potrebno, da tiflopedagog otroka vsak gib nauči in ga trenira. Otrok postopoma nadzoruje svoje kretnje in spretnosti. Otrok prek igre, ponavljanja in utrjevanja osvoji določene navade, spretnosti in privajenosti.

Pri vsem delu skušamo odpravljati značilne razvade slepih in slabovidnih otrok.

Program samourejanja se izvaja po skupinah glede na starost, po potrebi pa tudi individualno ter v drugih aktivnostih v okviru programa celodnevne organizacije življenja in dela. CILJ dela pri SAMOUREJANJU je doseči, da otrok izvaja določeno opravilo na taki stopnji izurjenosti, ki je običajna za tisto vrsto dela.

Učitelj gospodinjstva pri začetnem uvajanju nekega dela porabi več časa, drugi strokovni delavci, ki obravnavajo otroka, pa ta čas po dogovoru z učiteljem gospodinjstva skrajšujejo in otroka nenehno motivirajo ter ga spodbujajo k čedalje hitrejšemu in samostojnemu opravljanju določenega dela.

Otrokov napredek se sproti zapisuje, tako da so lahko učitelji in varuhi seznanjeni z njim. Ko je določena navada osvojena do izurjenosti, ji ne posvečamo več posebne pozornosti.

O doseženih uspehih razrednik sproti obvešča starše ali skrbnike, da otrok to delo tudi doma samostojno opravlja.

22. PISANJE, BRANJE IN BRANJE Z OPTAKONOM (197,5 ur)

SMOTRI

Smoter pouka pisanja in branja pisane in tiskane abecede (latini-
nice) za slepe učence z ostankom vida je:

- učenci se navajajo na pravilno pisanje in branje,
- usposobijo se za kontakt z okoljem s pisanjem in branjem,
- razvijajo sposobnost praktične uporabe preostalega vida,
- usposabljaajo se za zavestno opazovanje in odpravljajo pasiv-
nost gledanja.

Slepi otroci pri pouku pisanja in branja:

- spoznavajo grafične črke v reliefni obliki, jih oblikujejo in
pišejo: na folijo, Heboldovo tablico in na specialni papir za
slepe,
- učijo se branja z elektronsko napravo - optakonom;
- naučijo se podpisati.

VSEBINA

1. stopnja (17,5 ur)

S poukom pisanja začnemo v 2. polletju, potem ko učenci spoz-
najo večino črk Braillove pisave.

Pripravljalne vaje:

- vaje vida: opazovanje, ocenjevanje razdalj, spoznavanje barv itd.,
- vaje orientacije v prostoru in na ploskvi ter vaje motorike
roke (veliki gibi v zraku, na tabli, na listih).

Pisanje števil:

Ob pisanju števil naj učenci tudi rišejo (ponazarjanje števil).

2. stopnja (70 ur)

Obraznava velikih tiskanih in malih tiskanih črk.

Vzporedno z vajami pisanja učenci rišejo enostavne risbe. Za branje uporabljamo slikanice z velikim tiskom in berila za slabovidne.

3. stopnja (70 ur)

Obravnava malih pisanih črk - za slepe učence z ostankom vida. Navajanje na pisanje na folijo in na pisanje s pomočjo Heboldove tablice - za slepe.

Slepi učenci, ki obvladajo tiskane črke, se uvajajo v branje z optakonom.

4. stopnja (70 ur)

Obravnava velikih pisanih črk - za slepe z ostankom vida.

Slepi učenci se učijo branja z optakonom.

5. stopnja (70 ur)

Utrjevanje pridobljene spretnosti pisanja in branja.

N A V O D I L A

Slepi učenci z ostanki vida imajo iz predšolskega obdobja pre malo izkušenj, iz vaj za branje in pisanje grafične pisave. Zaradi različnih ostankov vida in drugih pogojev se individualne razlike med njimi velike. Te razlike upoštevamo na vseh stopnjah, zato je delo individualizirano. K pouku pisanja in branja latinice so vključeni slepi otroci in slepi otroci z ostankom vida.

Učenje pisanja in branja za slepe teče počasneje kot za tiste, ki vidijo, in sicer od 1. do 4. razreda. V 1. razredu se izvajajo predvsem pripravljalne vaje za pisanje in vaje vida za učence z ostankom vida, učenci spoznajo tudi številke. Črke začnejo osvajati v 2. razredu. Sam pouk pisanja poteka postopoma zaradi prilagojenega metodičnega postopka in tudi zato, ker imajo otroci različne psihomotorične sposobnosti. Delo je individualizirano.

Otrok spoznava modele črk najprej s tipom, jih na različne načine oblikuje, nastavlja z žeblički ipd., nastavlja črke in besede.

Vzporedno z vajami pisanja učenci rišejo enostavne risbe. Za branje uporabljamo slikanice z velikim tiskom in berila za slabovidne.

3. stopnja (70 ur)

Obravnava malih pisanih črk - za slepe učence z ostankom vida. Navajanje na pisanje na folijo in na pisanje s pomočjo Heboldove tablice - za slepe.

Slepi učenci, ki obvladajo tiskane črke, se uvajajo v branje z optakonom.

4. stopnja (70 ur)

Obravnava velikih pisanih črk - za slepe z ostankom vida. Slepi učenci se učijo branja z optakonom.

5. stopnja (70 ur)

Utrjevanje pridobljene spretnosti pisanja in branja.

N A V O D I L A

Slepi učenci z ostanki vida imajo iz predšolskega obdobja pre malo izkušenj, iz vaj za branje in pisanje grafične pisave. Zaradi različnih ostankov vida in drugih pogojev so individualne razlike med njimi velika. Te razlike upoštevamo na vseh stopnjah, zato je delo tudi individualizirano.

K pouku pisanaj in branja latinice so vključeni slepi otroci in slepi otroci z ostankov vida.

Učenje pisanja in branja za slepe teče počasneje kot za tiste, ki vidijo, in sicer od 1. do 4. razreda. V 1.razredu se izvajajo predvsem pripravljalne vaje za pisanje in vaje vida za učence z ostankom vida, učenci spoznajo tudi številke. Črke začnejo osvajati v 2.razredu. Sam pouk pisanja poteka postopoma zaradi prilagojenega metodičnega postopka in tudi zato, ker imajo otroci različne psihomotorične sposobnosti. Delo je individualizirano.

Otrok spoznava modele črk najprej s tipom, jih na različne načine oblikuje, nastavlja z žeblički ipd., nastavlja črke in besede

na stavnico. Slepí pišejo na folijo, na specialni papir in na različne tablice. Slepí z ostanki vida pa pišejo s flomastri na specialni papir z okrepljenimi črtami in velikimi vrstnimi razmaki. Motorično manj spretni imajo več problemov z držo pisala in z orientacijo na ploskvi. Velikost črk oziroma pisave je odvisna od vidne zmogljivosti posameznega učenca.

Učenci se pri urah pisanja in branja navajajo na uporabo leč, premične mizne plošče ter pravilno osvetlitev.

Učenci se navajajo na higieno vida: čuvanje vida, kako dolgo smejo pisati in brati, nošenje, čiščenje in shranjevanje očal, osvetlitev (naravna, umetna).

Branje z optakonom obvladajo lahko tisti učenci, ki imajo dovolj razvit tip prstov, psihomotorične sposobnosti in koncentracijo.

Pouk pisanja in branja je v 1. razredu po pol ure tedensko v 2. polletju, od 2. do 5. razreda pa 2 uri tedensko vse leto. Potrebno je več utrjevanja, ker učenci pri rednem šolskem delu tega pisanja ne uporabljajo oziroma le občasno.

23. STROJEPIŠJE (168 ur)

SMOTRI

Učenci:

- se pripravljajo za samostojno življenje, ker jim znanje strojepisja olajšuje komunikacijo z okoljem (jim nudi možnost posredovanja pisnih sporočil),
- se seznanijo z uporabnostjo pisalnega stroja ter z njegovim delovanjem,
- pridobivajo tehniko tipkanja po desetprstni in slepi metodi,
- urijo spretnost tipkanja s pisanjem po nareku, s prepisovanjem in z lastnim narekom,
- osvojijo osnovna načela za oblikovanje tipkanega besedila (moderna in klasična oblika, pisanje naslova, poudarjanje besedila, pisanje enostavnih dokumentov in dopisov),
- navajajo se na pazljivost, koncentracijo in redoljubnost ter utrjujejo ročne spretnosti in znanje pravopisja.

VSEBINA

6. r a z r e d (70 ur)

1. Glavni deli pisalnega stroja in delovanje. Uporabnost strojepisja v življenju slepe in slabovidne osebe.
2. Osnovna lega prstov na tipkovnici, pravilna drža pri tipkanju.
3. Prijemi malih in velikih črk slovenske abecede. Pisanje besed in enostavnih stavkov: vejica, pika, pisanje po nareku.
4. Poudarjanje besedila
5. Pisanje naslova v besedilu.
6. Moderna in klasična oblika oblikovanja besedila.

7. r a z r e d (66 ur)

Prijemi tujih črk in pisanje srbohrvatskega in angleškega besedila.



2. Pisanje ločil, arabskih in rimskih števil, merskih enot, računskih znakov in nekaterih kombiniranih znakov s premikom valja.
 3. Utrjevanje tehnike tipkanja, pridobivanje natančnosti in hitrosti s pisanjem po nareku in s prepisovanjem.
 4. Pisanje seznama, zapisnika in pisma.
8. r a z r e d (32 ur)

1. Utrjevanje prijemov in pridobivanje na točnosti in hitrosti prijemov z vrstnimi vajami, pisanjem po nareku in s prepisovanjem.
2. Osnove oblikovanja dopisov: pisanje nekaterih preprostih dokumentov (življenjepis, opravičilo, vabilo, prošnja).

NAVODILA

K pouku strojepisja so vključeni slepi in slabovidni učenci od 6. razreda dalje.

Pouk se izvaja v strojepisnici.

Učenci se navajajo na desetprstni sistem tipkanja, tako da s prsti hitro najdejo premik iz osnovnega položaja na tipkovnici na druge tipke, zato morajo pridobiti celotno tipkovnico v spomin. Vadijo v enotnem ritmu, prehod na individualni ritem je postopen. Navajajo se pisati z enakomernim ritmom, tekoče. Navajajo se na pravilno držo telesa pri tipkanju. Opozorila učitelja glede tehnike tipkanja, držo telesa in rok, ritma, čistosti vaj morajo biti stalna, splošna in individualna.

Učenci odlagajo svoje izdelke v mape ter se navajajo na urejenost in preglednost izdelkov.



24. SOCIALIZACIJA (65 ur)

SMOTRI IN NALOGE

Učenci:

- se usposabljaajo za samostojnost v različnih situacijah,
- varno in samostojno hodijo po opravkih v mestu in upoštevajo prometne predpise,
- uporabljajo javna prometna sredstva,
- so samostojni in odločni pri komuniciranju v vsakodnevem življenju,
- se vključujejo v vsakodnevne aktivnosti, ki jih narekuje življenje,
- nudijo okolju po svojih sposobnostih in od okolja pričakujejo pomoč na področjih, ki jih zaradi okvare vida na obvladujejo,
- se čim več vključujejo v vsakdanje življenjsko okolje.

VSEBINA

1. Uporaba telefona in telefonske govornice.
2. Pod do avtobusne postaje, izbor ustreznega avtobusa, nakup vozovnice in vstop v avtobus.
3. Pot na železniško postajo, nakup vozovnice in vstop v določen vlak.
4. Pot do samopostrežne trgovine s hrano, izbor določenih izdelkov in plačilo pri blagajni.
5. Pot v specializirano trgovino s tekstilom, izbor oblačila in plačilo pri blagajni.
6. Pot v veleblagovnico, izbor izdelkov na treh različnih oddelkih in plačilo.
7. Pot v slaščičarno, iskanje prostora pri mizi, naročilo, (obnašanje pri mizi) in plačilo.
8. Pot v samostrežno restavracijo, izbor jedi, plačilo, iskanje primernega prostora ter prenašanje kupljene hrane.
9. Pot v restavracijo, iskanje prostora, pregled jedilnega lista (ob pomoči), naročilo, plačilo računa.

10. Pot na tržnico, informiranje o cenah in nakup določenih proizvodov.
11. Pot na občino, urejanje zadev kot je na primer izpolnitev obrazca za osebno izkaznico itd.
12. Pot v knjižnico, informacije o željeni knjigi in izposoja.
13. Pot v banko, izpolnjevanje nakazila za polog ali dvig denarja.
14. Pot na pošto, izpolnjevanje nakazila za paket ali denar, priporočene pošiljke in podobno.
15. Pot v gledališče, rezervacija in nakup vstopnice, informiranje o svojem prostoru, oddaja garderobe, iskanje sedeža (obnašanje v odmoru).
16. Pot na koncert, nakup vstopnice, oddaja garderobe, iskanje sedeža (vedenje med prireditvijo).
17. Ples, priprava za ples, obnašanje med plesom, vračanje s plesišča, odhod domov.
18. Odhod na športno prireditev, iskanje primerne prostora, odhod iz dvorane ali stadiona.
19. Odhod v čistilnico, obrtniško delavnico, k čevljarju, krojaču, k prodajalcu časopisov in podobno.
20. Priprava na izlet, odhod, vključevanje v primerno družbo, navezovanje stika in razgovora z neznanimi osebami ipd.
21. Sprejem gostov na domu, postrežba in navezovanje prijetnega pogovora.

NAVODILA

K vajam iz socializacije so vključeni učenci 7. in 8. razreda. Vaje potekajo v tečajni obliki po programu, ki je oblikovan glede na potrebe učencev. Učenci nalogo opravijo posamično, v dvojicah ali skupinsko. Pred vsako vajo dobijo temeljita in konkretna navodila, Po izvedbi naloge sledi analiza opravljenega dela.

Za vse situacije je potrebno pripraviti učenca, da je urejen in da pripravi pripomočke. Če učenec ne opravi naloge, kar lahko povzroči negotovost in nelagodnost, je zanj potrebno

organizirati dodatne vaje, mu dati točna navodila in ga močnejše motivirati za samostojno izvedbo naloge.

Postopek za obvladovanje posameznih nalog je naslednji:

- opis situacije, v katero vodimo učenca, in posebnosti, na katere bo verjetno naletel,
- odhod v situacijo v skupini z inštruktorjem,
- inštruktor med situacijo sproti svetuje in pojasnjuje,
- analiza detajlov doživete akcije po izpolnjeni nalogi.

Pozitivne izkušnje takih vaj napotijo učence, da iščejo nove stike, pridobivajo vse več življenjskih izkušenj, s katerimi bodo kompenzirali prizadeti vid v stikih z okoljem.

Po sistematičnem izvajanju treninga socializacije se učenci zavejo svojih sposobnosti in da si lahko v marsičem pomagajo sami, če poznajo specifičnost svoje vizuelne percepcije ob uporabi tehničnih pripomočkov, ker si tako zagotavljajo uspešnost v življenju in pri delu.

25. ORIENTACIJA IN MOBILNOST (137,5 ur)

SMOTRI

Učenci:

- se usposobijo v gibanju, obvladovanju svojega telesa, prostora in širšega okolja,
- se usposobijo za čim bolj samostojno življenje,
- posebej razvijajo in urijo čutila (tip, voh, sluh, čutilo za toploto, ravnotežje in gibalne občutke),
- razvijajo si občutek varnosti in samozavesti,
- krepijo si voljo in interes za samostojno hojo s pripomočki,
- vzpostavljajo stik z okoljem na čim bolj naraven in običajen način,
- usposabljaajo se za zavesten in aktiven odnos do okolja in v medsebojnih človeških odnosih,
- razvijajo in urijo si spomin, večajo koncentracijo in utrjujejo samostojnost in zanesljivost pri opravljanju vsakodnevnih opravil.

VZGOJNOIZOBRAŽEVALNA VSEBINA

1. Razumevanje okolja:

- shema telesa,
- spoznavanje predmetov v okolju,
- spoznavanje nespremenljivega okolja,
- spoznavanje premičnih predmetov,
- spoznavanje predmetov, ki se gibljejo,
- spoznavanje raznih lastnosti tal,
- dojemanje šumov in zvokov,
- dojemanje raznih vonjav in toplotnih vtisov.

2. Urjenje čutil:

- a) sluh (zvok, šum, odmev, zvočne sence),
- b) tip (roka, noga, obraz in posrednje tipne zaznave),
- c) vonj (prepoznavanje različnih vonjav, prepoznavanje prostorov glede na namembnost),
- č) toplotni vtisi (vplivi vremena),
- d) občutek za gibanje in ravnotežje.

3. Tehnika gibanja:

- hoja z videčim spremljevalcem,
- samostojna hoja brez pripomočkov,
- samostojna hoja s palico in drugimi pripomočki.

4. Preizkus spretnosti in znanja, ki jih pričakujemo od slepega:

- prilagoditev videčemu spremljevalcu (tehnika vodenja),
- tehnika samostojnega gibanja in hoja brez palice in drugih pripomočkov,
- sposobnosti gibanja in orientacije v znanih prostorih in znanem ožjem okolju,
- uporaba preprostih zemljevidov in načrtov.

5. Orientacija in gibanje v prostoru:

- privajanje na promet,
- privajanje na cestne razmere,
- označevanje smeri udeležencev v prometu,
- lokalizacija šumov in zvokov v prometu,
- lega predmetov v okolici.

6. Dolga palica in njena uporaba v prostoru (zgradbi):

- seznanitev z dolgo palico,
- drža palice,
- diagonalna tehnika hoje z dolgo palico,
- nihalna (drsna) tehnika hoje z dolgo palico,
- način nošenja in shranjevanje dolge palice,
- način hoje z dolgo palico po stopnicah in skozi vrata,
- izogibanje ovir,
- hoja po vodilnih črtah,
- hoja z dolgo palico po navodilih v znani zgradbi,
- način hoje z dolgo palico v neznan zgradbi.

7. Orientacija - hoja z dolgo palico zunaj na prostem:

- mirna mestna četrt,
- prečkanje prehoda za pešce,
- hoja vzdolž zelo prometne ceste,
- prečkanje ulice v križišču, kjer ni semaforja,
- prečkanje ulice v križišču s semaforjem,
- vaje v prometnem - trgovskem delu mesta,
- vaje v neznanem delu mesta,
- uporaba mestnega prometa (avtobus, taxi, vlak), premičnih stopnic in dvigal.

8. Orientacija na delovnem mestu:

- poč do delovne organizacije in vrnitev.
- orientacija od vhoda delovne organizacije do delovnega mesta,
- orientacija na delovnem mestu (prostor in delovna sredstva),
- spoznavanje sodelavcev,
- orientacija v odmoru (restavracija, WC),
- vključevanje v samoupravno življenje v organizaciji združenega dela in v KS.

9. Prosvetljevanje okolja (svojci, sodelavci v delovni organizaciji, sokrajani v KS).

NAVODILA

Orientacija in mobilnost je individualna oblika usposabljanja za na vidu prizadete učence, ki potrebujejo to obliko usposabljanja po sklepu strokovne skupine vzgojnoizobraževalne organizacije. Strokovna skupina vzgojnoizobraževalne organizacije izdelava za učence individualni program usposabljanja ter določi obliko usposabljanja. Na vidu prizadeti učenec izvaja orientacijo in mobilnost po individualnem programu usposabljanja v okviru pouka in individualnih vaj orientacije in mobilnosti. Individualno obliko vaj orientacije in mobilnosti izvajajo slepi učenci 20' - 30' dnevno, tako da ima učenec tedensko najmanj 2 uri individualnega usposabljanja v okviru medicinske rehabilitacije.

Ker slepi in slabovidni otroci nimajo ustreznih predstav ali pa so pomanjkljive, je pri njih močno ali delno zmanjšana sposobnost orientacije in mobilnosti. Najprej si morajo ustvariti čimveč in čim bolj jasnih in popolnih predstav na osnovi predhodnih zaznav. To dosežemo z načrtnim urjenjem čutil in z zavestnim tolmačenjem čutnih zaznav.

Med vajami orientacije in mobilnosti se slepi učenec s pomočjo učitelja nauči ocenjevati in obvladovati probleme odkrivanja ovir in spoznavanje predmetov. Nauči se spoznavati svoje okolje in pridobiva prostorske predstave. Te predstave kasneje preverja pri samostojnem gibanju. Potek vaj je metodično zasnovan od lažjega k težjemu.

Z vajami začnemo v znanem okolju (dom, šola). Pridobljeno znanje uporabi slepi učenec v neznanih prostorih in neznanem okolju (stanovanjske zgradbe, prometna sredstva).

Pri otrocih, ki so močno slabovidni ali praktično slepi, a pri orientaciji še uporabljajo vid, skušamo z vajo izboljšati to sposobnost. Urimo tudi taktilno, kinestetično in akustično zaznavanje.

Orientacija in mobilnost sta namenjeni predvsem znajdenju v prostoru. Gre za popolno orientacijo v igralnem in delovnem okolju, v stanovanju, razredu, na cesti, v domačem kraju. Otrok se navaja na uporabo pripomočkov za samostojno gibanje (bela palica, elektronski pripomočki in drugo).

Orientacija in mobilnost temeljita na sposobnostih čutnega zaznavanja in gibalnih sposobnostih, povezana pa je tudi z intelektualnimi zmogljivostmi otroka. Veliko večjo sposobnost samostojnega gibanja imajo otroci, ki so vzpostavili pristen čustven stik s starši in drugimi osebami, ki se z njimi ukvarjajo, kar jim daje občutek varnosti in dovolj vzpodbud za aktivno raziskovanje okolja.

Otrok osvaja predstavo prostora z opisovanjem, z gibanjem po prostoru, s pomočjo maket in reliefnih skic. Pri vajah orientacije se seznanjajo s specialnimi pripomočki za slepe (ura, kompas, zvoneča žoga, reliefni tloris).

Tehnični pripomočki (palica, senzorska očala, pes vodič) olajšajo samostojno gibanje in hojo. Slep je bolj varen in siguran. Vsi pripomočki omogočajo večje območje gibanja. Dopusčajo natančnejšo lokalizacijo predmetov. Omogočajo zaznavo predmetov in zaprek ne glede na pogoje okolja in vremena (sneg, močan hrup, jarek...).

Literatura za učitelje

- Gradivo s seminarja iz orientacije in mobilnosti leta 1975 - v knjižnici Zavoda za slepo in slabovidno mladino, Ljubljana, Langusova 16,
- Prevod člankov o orientaciji in mobilnosti - v knjižnici Zavoda za slepo in slabovidno mladino, Ljubljana, Langusova 16
- Florjančič S. - Poročilo o tečaju o orientaciji in mobilnosti na Danskem - v knjižnici Zavoda za slepo in slabovidno mladino, Ljubljana, Langusova 16,
- Članki o orientaciji in mobilnosti - v strokovni reviji Socialna misao.

POGOJI ZA URESNIČEVANJE UČNEGA NAČRTA

1. Vrste in stopnje strokovne izobrazbe učiteljev za izvajanje učnega načrta:

Orientacijo in mobilnost izvaja po individualnem programu usposabljanja specialni pedagog za usposabljanje slepih in slabovidnih učencev - tiflopedagog, ki ima najmanj višjo izobrazbo in tečaj za strokovno usposabljanje iz orientacije in mobilnosti.

2. Pripomočki za vaje iz orientacije in mobilnosti

Ustrezni prostori z odgovarjajočo opremo: palica, senzorska očala, kasetofon, magnetofon, folija za pozitivno risanje, reliefni zemljevidi in skice, modeli.

Strokovna literatura za učitelje in vzgojitelje

1. Arselin M.: Pouk strojepisja, ZSSM, Ljubljana 1961
2. Blinden freund, leto 1972, št. 1,2 (o duševno prizadetih slepih - prevod)
3. Braillov točkopis: Znaki za slovenski jezik matematiko, geometrijo in kemijo, Zavod za slepo mladino, Ljubljana, 1974
4. Bührlen dr. Karl: Psihologija slepih (izvleček), Leipzig, 1924
5. Čehić Ejub: Specifičnosti u učenju in razvojučnosti djece, Sarajevo, Svjetlost, 1981
6. Felde Hans W.: Malo slijepo dete i njegovi pokreti, Tiflološki muzej, 1962, Zagreb
7. Filipi Ante: Šport za slepe (diplomsko delo), ZSSM, Ljubljana, 1967
8. Gisseni Fred: Grammerov abak za slijepe, Savezna tiflol. sekcija, Beograd
9. Glavič Vali: Poklicno - interesna usmerjenost slepe in slabovidne mladine (diplomsko delo), ZSSM, Ljubljana, 1967
10. Heslinga dr. Z.: Osposobljavanje slijepe djece za svakodnevni život, Savez slijepih Hrvatske, 1979
11. Janežič-Mikeš Teja: Matematika v osnovni šoli za slepe (skripta), ZSSM, Ljubljana
12. Kavčič Roman: Stanje telesnega razvoja ter določene psihofizične sposobnosti slepih in slabovidnih otrok v komparaciji z normalno vidnimi v osnovnošolskem obdobju (diplomsko delo), ZSSM, Ljubljana, 1971
13. Kebe Anton: Družbena skrb za slepe v SRS (diplomsko delo), ZSSM, Ljubljana, 1965
14. Minić Vojislav: U svetlu škole i knjige, Sistem obrazovanja slepih 1784 - 1984, Beograd, 1984
15. Orientacija (za interno uporabo - prevodi iz angleščine), ZSSM, Ljubljana, 1980
16. Orientacija (prevodi iz Blindenfreund, l. 1973, št. 5), ZSSM, Ljubljana, 1973
17. Petromić: Metodika rada s decom oštećene vida, I. deo, Beograd, 1968

18. Raskidamo okove tame (zgodovina razvoja skrbi za slepe v Jugoslaviji), Beograd, 1952
19. Razvoj perceptivno-motoričnih sposobnosti slepih otrok (skripta), več avtorjev, ZSSM, Ljubljana
20. Rožanec Franc: Profesionalno prosvetljavanje in profesionalna orientacija v Zavodu za slepo mladino (diplomska naloga), ZSSM, Ljubljana, 1964
21. Savjetovanje o reformi vaspitanja i obrazovanja slijepe i slabovide djece i omladine u Splitu 15. - 17.1.1979, Sarajevo, 1979
22. Savić prof. Lj.: Sluh kod slepih, Socialna misao, Zagreb, 1958
23. Skaberne Minka: Skrb za slepce, ZSSM, Ljubljana, 1919
24. Stančić Vladimir: Adaptivni potencial i integracija slijepih, Fakultet za defektologiju, Zagreb, 1981
25. Stančić, Tonković, Zovko: Profesionalna integracija slijepih, Zagreb, 1979
26. Sverlov V.S.: Prostorno orijentisanje slepih, Zemun, 1973
27. Svetloba izpodriva temo, Zbornik slepih Slovenije, Ljubljana, 1969
28. Učimo se, Prikaz dela v Zavodu za slepo in slabovidno mladino v Ljubljani, ZSSM, Ljubljana, 1975
29. Ulaga Jan: Zadovoljstvo slepih pri delu (diplomsko delo), ZSSM, Ljubljana, 1972
30. Villey Pierre: Pedagogika slepih (skripta)
31. Zbirka članaka iz područja Pedagogije osobe sa smetnjama u razvoju I. (oštećenja vida), Zagreb, 1984
32. Žutić D. - Petrović Ž.: Škola - put u život, Beograd, 1956
33. Wanacek Ottokar: Povijest pedagogije slijepih SDD Jugoslavije, Beograd, 1973
34. Usposabljanje slabovidne mladine v predpoklicnem obdobju, ZSSM, Ljubljana, 1976

Strokovne revije:

1. Defektologija, Zagreb
2. Socijalna misao, Zagreb
3. Defektološka teorija i praksa, Beograd

4. Review (v štirih evropskih jezikih) Louis Braille
5. Blind Sehbehindert "Der Blindenfreund", Hannover
6. Visual Impairment Blindness, New York
7. Die Gegenwart, DDR, Leipzig

Seznam avtorjev prilagoditvenega programa življenja in dela osnovne šole za osmovne šole za osnovno šolo za slepe in slabovidne učence

1. Avtorji Zavoda za slepe in slabovidne učence Ljubljana:
Stane FLORJANČIČ, Ivo GERBEC, Jožica KLUN, Marija GOLOB,
Vera PRIMAR, Cene ZOREC, Alenka, FERKO, Roman BRVAR,
Kristina LOTRIČ, Eva LENASSI, Mojca FLORJANČIČ, Milena
GERBEC, Marta ZUPANČIČ, Janja MATIJEVIČ, Milena STROVS,
Helica PUCNIK, Vili BEŽGOVSEK, Damijana URSIČ-SKITARELIČ,
2. Avtorji Zavoda SR Slovenije za šolstvo: (pedagoški svetovalci)
Marta HROVATIN, Helana HERCE, Marjan TOMŠIČ, Martin ROZMAN,
Nevenka SELISKAR, Prvenka TURK, Iva MUTEČ, Stanko SIMENC,
Darinka ŠKERJANC, Ela TERAN, Seta OBLAK, Aljoša VODNIK.
Janko Hamler.







