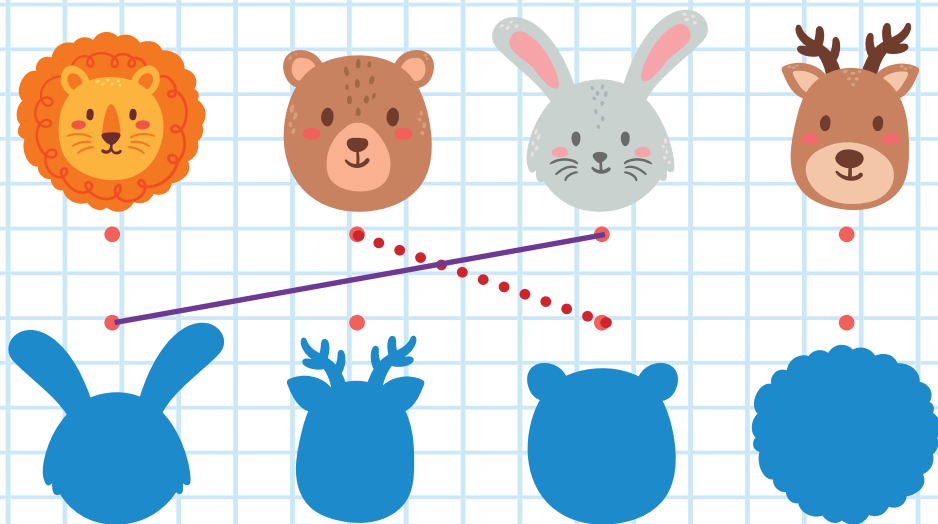




РЕГИОНАЛЕН ЦЕНТЪР
ЗА ПОДКРЕПА НА ПРОЦЕСА
НА ПРИОБЩАВАЩОТО ОБРАЗОВАНИЕ
СОФИЯ-ГРАД



РЪКОВОДСТВО ЗА СЪЗДАВАНЕ НА **АДАПТИРАНИ РАБОТНИ ЛИСТА** ЗА РЕСУРСНИ УЧИТЕЛИ

Технически екип: А и Д Сървис ООД

Авторски екип: РЦПППО-София-град

www.rcsf.bg

2024

Въведение

Работата на ресурсния учител е призвание, което изисква не само дълбоки познания и педагогически умения, но и способност за непрекъсната адаптация и творчество в процеса на обучение. Всеки ученик със специални образователни потребности (СОП) е уникален свят със свои индивидуални нужди, силни страни и предизвикателства. За да бъде обучителният процес наистина ефективен и подкрепящ, той трябва да бъде съобразен именно с тази индивидуалност.

В този контекст, адаптираните работни листа се превръщат в ключов и незаменим инструмент в арсенала на всеки ресурсен учител. Те не са просто допълнителни материали, а мощен механизъм за индивидуализация, който отваря врати към знанието и уменията по начин, достъпен и значим за всяко дете.

Създаването на адаптирани работни листа е процес, който изисква разбиране на специфичните образователни нужди на ученика и познаване на различни стратегии за модификация и диференциация на учебното съдържание и задачи. Правилно адаптираните материали имат силата да:

- Осигурят **достъпност на учебното съдържание**, представяйки информацията по начин, който е лесен за възприемане и обработка от ученика.
- Допринесат съществено за **повишаването на мотивацията за учене**, като правят задачите постижими, интересни и свързани с актуалното ниво и интереси на детето.
- Спомогнат за **постигането на конкретни образователни цели**, декомпозирайки сложни концепции в по-малки, управляеми стъпки.
- Насърчат **развиването на самостоятелност у учениците**, като им предоставят структурирани дейности, които могат да изпълняват с по-малко пряка помощ.

Настоящото ръководство е създадено с мисъл за Вас – ресурсните учители, които всекидневно се изправяте пред предизвикателството да намерите най-добрия път към сърцето и ума на всяко дете. То има за цел да бъде Ваш практически помощник, предлагайки конкретни насоки, техники и идеи за създаване на адаптирани работни листа, които ще обогатят Вашата практика и ще подкрепят максимално развитието и напредъка на Вашите ученици със СОП.

Нека заедно изследваме възможностите, които адаптираните работни листа предлагат, и да отключим пълния потенциал на всяко дете!

Основни принципи при създаването на адаптирани работни листа

Индивидуализация

Работните листа трябва да съответстват на конкретните потребности, интереси и възможности на ученика

Образователни потребности:

- **Ниво на разбиране** - адаптиране на сложността на съдържанието според когнитивното ниво на ученика
- **Ниво на четене** - съобразяване с четивната грамотност (дължина на изреченията, сложност на думите)
- **Темпо на работа** - определяне на подходящ обем задачи, който ученикът може да завърши в рамките на предвиденото време
- **Стил на учене** - визуални, слухови или кинестетични материали според предпочитания начин на учене
- **Комуникационни способности** - включване на алтернативни методи за комуникация при необходимост (символи, картинки, жестов език)

Интереси:

- **Тематични области** - включване на теми, които мотивират ученика (космос, животни, технологии, спорт)
- **Хоби и свободно време** - интегриране на дейности, които ученикът харесва
- **Любими герои и филми** - използване на познати и харесвани от ученика образи
- **Музикални предпочитания** - свързване на задачите с музикални елементи, ако ученикът обича музика
- **Социални интереси** - включване на задачи, свързани със социални взаимодействия, ако това е сфера на интерес

Възможности:

- **Физически Възможности** - адаптиране според моторните умения (размер на пространството за писане, тип задачи)
- **Продължителност на Внимание** - съобразяване с периода, в който ученикът може да поддържа фокус
- **Самостоятелност** - определяне на нивото на подкрепа, което ученикът ще изисква

Съобразяване със силните страни и предизвикателствата на всеки ученик

Идентифициране и използване на силните страни:

- **Визуална памет** - за ученици с добра визуална памет включване на повече диаграми, карти и визуални схеми
- **Вербални умения** - за ученици с добри вербални способности включване на дискусии въпроси и възможности за изразяване
- **Логическо мислене** - за ученици с аналитични способности включване на задачи за решаване на проблеми и логически загадки
- **Творчески умения** - за креативни ученици включване на задачи за рисуване, разказване на истории, създаване
- **Социални умения** - за социално ориентирани ученици включване на групови или партньорски дейности

Агресиране на предизвикателствата:

- **Дефицит на внимание** - разделяне на работния лист на ясни секции, използване на таймери и визуални напомняния
- **Затруднения в четенето** - аудио подкрепа, опростен текст, придружаващи картинки към инструкциите
- **Затруднения в писането** - предоставяне на алтернативни начини за отговор (заграждане, свързване, използване на стикери)
- **Езикови бариери** - двузични инструкции, използване на универсални символи и пиктограми
- **Сензорна чувствителност** - избягване на прекалено ярки цветове или гразнещи текстури за ученици със сензорни проблеми

Достъпност

Използване на ясен и разбираем език

Лексикални аспекти:

- **Конкретна лексика** - използване на конкретни, а не абстрактни термини
- **Познати думи** - избягване на жаргон и сложна терминология, освен ако не е част от целта на обучението
- **Консистентна терминология** - използване на едни и същи термини за означаване на едни и същи понятия
- **Ясни дефиниции** - обясняване на непознати думи чрез определения, примери или картинки
- **Кратки изречения** - ограничаване на дължината на изреченията до 10-15 думи

Синтактични аспекти:

- **Активен залог** - предпочитане на активен пред пасивен залог («Реша задачата» вместо «Задачата трябва да бъде решена»)
- **Утвърдителни формулировки** - избягване на двойни отрицания и сложни условни изречения
- **Директни инструкции** - използване на императив за ясни указания («Подчертай», «Огради», «Напиши»)
- **Стъпка по стъпка** - номериране на последователността на действията

Инструкции:

- **Последователност** - представяне на инструкциите в логичен ред
- **Видимост** - ясно открояване на инструкциите от останалото съдържание
- **Примери** - включване на образец за всеки тип задача
- **Проверка на разбирането** - включване на въпроси за проверка дали ученикът е разбрал какво се изисква

Подходящо Визуално оформление (шрифт, размер, цвят, контраст)

Шрифт:

- **Четивност** - използване на четивни шрифтове без украшения (sans-serif като Arial, Verdana, Calibri)
- **Специализирани шрифтове** - използване на шрифтове, подходящи за дислексия (OpenDyslexic, Dyslexie) при нужда
- **Размер** - минимум 12-14pt за основен текст, 16-18pt за заглавия
- **Форматиране** - умерено използване на удебелен и наклонен текст за подчертаване на важна информация
- **Консистентност** - използване на не повече от 2-3 различни шрифта в един работен лист

Цвят и контраст:

- **Висок контраст** - осигуряване на добър контраст между текст и фон (черно на бяло, тъмно синьо на светло жълто)
- **Избягване на неонов цвят** - използване на по-мекки тонове, които не натоварват зрението
- **Смислено цвetoво кодиране** - последователно използване на цвят за обозначаване на категории или важност
- **Алтернативна информация** - предоставяне на информацията и чрез други средства, не само чрез цвят (за ученици с цвetoва слепота)
- **Печатен аспект** - съобразяване дали работният лист ще се разпечатва черно-бяло или цветно

Графични елементи:

- **Граници и рамки** - използване за визуално разделяне на секции
- **Бяло пространство** - осигуряване на достатъчно празно пространство между елементите
- **Подравняване** - консистентно подравняване на елементите за по-добра ориентация
- **Маркери за ориентация** - използване на символи или икони за обозначаване на различни типове задачи

Балансирано количество информация на страница

Организация на съдържанието:

- **Ограничен обем** - включване само на необходимата информация, без излишни детайли
- **Блокове** - организиране на информацията в ясно разграничени блокове
- **Йерархия** - установяване на визуална йерархия чрез размер, цвят и разположение
- **Фокусни точки** - осигуряване на ясни фокусни точки, които насочват вниманието

Практически съображения:

- **Плътност на информацията** - избягване на претрупани страници (не повече от 50% запълненост)
- **Разстояние между редовете** - използване на по-голямо разстояние (1.5 или двоен интервал)
- **Поле за отговори** - осигуряване на достатъчно пространство за писане
- **Разделители** - използване на линии, точки или други разделители между секциите
- **Номериране на страници** - ясно номериране при многостранични работни листа

Структурираност

Ясна и логична последователност на задачите

Организационни принципи:

- **Тематично групиране** - организиране на задачите по тематични области
- **Последователност на уменията** - проследяване на естествената последователност на развитие на уменията
- **Взаимосвързаност** - осигуряване на логическа връзка между задачите
- **Видове мислене** - редуване на задачи, изискващи различни видове мислене (конвергентно/дивергентно)
- **Визуална навигация** - създаване на визуални пътеки, които водят ученика през работния лист

Прегледност на структурата:

- **Заглавия и подзаглавия** - ясно обозначавање на различните секции
- **Визуални маркери** - използване на икони, символи или цветове за обозначавање на типовете задачи
- **Пътна карта** - включване на опростена схема на работния лист в началото
- **Отметки за прогрес** - добавяне на кутийки за отмятане при завършване на всяка задача
- **Таблично представяне** - използване на таблици за организиране на свързана информация
- **Преминаване от по-лесни към по-сложни задачи**

Градиране на трудността:

- **Започване с успех** - започване с лесни задачи, които ученикът със сигурност може да изпълни успешно
- **Постепенно увеличаване на сложността** - плавно преминаване към по-сложни концепции
- **Скаффолдинг** - осигуряване на повече подкрепа в началото и постепенно ѝ намаляване
- **Автоматизация** - включване на задачи за упражняване до автоматизиране, преди преминаване към по-сложни
- **Предвидими предизвикателства** - планиране на очакваните трудности и подготовка за тях
- **Приложение на принципа:**
- **Образци за решение** - предоставяне на примерно решение за първата задача от всеки тип
- **Премахване на опорите** - постепенно премахване на подкрепящите елементи
- **Адаптивни нива** - създаване на различни нива на трудност в рамките на един работен лист
- **Разклоняващ се път** - даване на възможност за избор на различни пътища според справянето с предишните задачи
- **Зони на комфорт и предизвикателство** - балансиране между задачи в зоната на комфорт и в зоната на близкото развитие

Разделяне на по-сложните задачи на по-малки стъпки

Техники за декомпозиция:

- **Анализ на задачата** - идентифициране на всички компоненти и подумения, необходими за изпълнение
- **Последователни стъпки** - номериране на стъпките за изпълнение
- **Контролни точки** - установяване на ключови моменти за проверка на напредъка
- **Примери** - илюстриране на всяка стъпка с конкретен пример
- **Визуални насоки** - използване на стрелки, диаграми или схеми, показващи последователността

Стратегии за подкрепа:

- **Частично попълнени примери** - предоставяне на частични решения, които ученикът да допълни
- **Подсказки** - включване на насочващи въпроси или подсказки за всяка стъпка
- **Тюториал режим** - първоначално преминаване през процеса с максимална подкрепа
- **Метод на изследването** - постепенно намаляване на подкрепата с всяка следваща подобна задача
- **Визуализация на процеса** - представяне на целия процес в началото, за да се види крайната цел

Ангажираност

Включване на интересни за ученика теми и мотиви

Персонализиране на съдържанието:

- **Интервю за интереси** - провеждане на предварителен разговор с ученика за неговите интереси
- **Въпросник за предпочитания** - използване на формални или неформални въпросници
- **Наблюдение** - отчитане на темите, които предизвикват положителна реакция
- **Съвременни теми** - включване на актуални за възрастта и културния контекст теми

- **Лични връзки** - създаване на задачи, свързани с живота на ученика (семејство, приятели, квартал)

Мотивиращи елементи:

- **Герои и истории** - възраждане на задачите в интересен наратив
- **Фантазия и въображение** - включване на елементи на фантастика и въображение
- **Хумор** - добавяне на подходящи хумористични елементи
- **Релевантност** - демонстриране на практическото приложение на наученото
- **Културно специфично съдържание** - съобразяване с културния контекст на ученика

Разнообразни и интерактивни задачи

Видове задачи:

- **Затворени въпроси** - въпроси с множествен избор, вярно/невярно, съпоставяне
- **Отворени въпроси** - въпроси с кратък или разширен отговор, творчески задачи
- **Практически дейности** - изрязване, лепене, оцветяване, сгъване
- **Игрови елементи** - пъзели, кръстословици, лабиринти, игри с карти
- **Цифрови компоненти** - QR кодове, насочващи към онлайн ресурси (видео, игри)

Интерактивни техники:

- **Манипулативи** - елементи, които учениците могат физически да преместват или манипулират
- **Подвижни части** - сгъваеми секции, отваряеми прозорчета, подвижни стрелки
- **Аудио компоненти** - инструкции или съдържание, които могат да се слушат
- **Отворени завършеци** - задачи, които позволяват множество верни решения
- **Разкриващи се отговори** - скрити отговори, които учениците могат да проверят (с невидимо мастило, под отлепящи се стикери)

Възможност за избор между различни дейности

Структуриране на избора:

- **Меню от дейности** - предоставяне на списък с различни дейности, от които ученикът избира
- **Пътища за учене** - създаване на различни пътища за достигане до същите образователни цели
- **Гъвкави крайни срокове** - даване на възможност за различна продължителност на изпълнение
- **Диференцирани нива** - предлагане на различни нива на трудност за една и съща задача
- **„Трябва“ и „може“ задачи** - ясно разграничаване между задължителни и опционални дейности

Практически подходи за избор:

- **Бордове за избор** - създаване на матрица от задачи, от които ученикът трябва да избере определен брой
- **Станции за учене** - организиране на различни учебни станции, между които ученикът избира
- **Договори за учене** - установяване на договори, в които ученикът участва в избора на задачи
- **Проектно-базирано учене** - даване на възможност за избор на различни аспекти на проект
- **Алтернативни продукти** - предлагане на различни начини за демонстриране на наученото

Мултисензорен подход

Комбиниране на различни модалности (визуална, слухова, тактилна)

Визуални елементи:

- **Изображения** - включване на снимки, илюстрации, икони и картинки
- **Визуална организация** - използване на диаграми, графики, карти на мисълта, времеви линии
- **Цветово кодиране** - систематично използване на цветове за категоризиране на информация

- **Видео материали** - Включване на линкове към видео материали (чрез QR кодове)
- **Анимации** - използване на флип-буци или прости анимации чрез последователни картинки

Слухови елементи:

- **Аудио инструкции** - записани инструкции, достъпни чрез QR кодове или други средства
- **Звукови подсказки** - използване на определени звуци като сигнали за различни дейности
- **Ритмични модели** - Включване на ритми и музикални елементи за запомняне
- **Вербализация** - насърчаване на ученика да прочете инструкциите на глас
- **Песни и римувани стихове** - използване на музикални или поетични елементи за подпомагане на запомнянето

Тактилни и кинестетични елементи:

- **Текстури** - Включване на различни повърхности за докосване и разпознаване
- **Манипулативи** - обекти, които могат да се движат, сортират, подреждат
- **Движения на тялото** - интегриране на жестове или движения към задачите
- **Писане и чертане** - задачи, изискващи физическо писане или рисуване
- **Конструиране** - Включване на елементи за изрязване, сгъване или сглобяване

Интегриран подход:

- **Мултисензорни последователности** - планиране на дейности, които активират последователно различни сетива
- **Избор на модалност** - даване на възможност на ученика да избере предпочитана сензорна модалност
- **Подкрепа на слабостите** - използване на силните сензорни канали за компенсиране на по-слабите
- **Регуване на модалностите** - системно регулиране на сензорните входове за поддържане на ангажираността

- **Синхронни мултисензорни дейности** - проектиране на дейности, които едновременно стимулират различни сетива
- **Включване на картинки, диаграми, символи и тактилни елементи**

Видове визуални елементи:

- **Реалистични изображения** - фотографии на реални обекти и ситуации
- **Схематични изображения** - опростени рисунки, подчертаващи ключови характеристики
- **Графични организатори** - диаграми на Вен, мисловни карти, таблици, йерархични структури
- **Символи и пиктограми** - универсални символи или системи като PECS (Picture Exchange Communication System)
- **Комикси и стриптийзи** - последователни изображения, които разказват история или процес

Функции на визуалните елементи:

- **Илюстративна** - визуализиране на концепции и идеи
- **Организационна** - структуриране на информацията
- **Мнемонична** - подпомагане на запомнянето
- **Комуникационна** - подкрепа за ученици с комуникационни затруднения
- **Мотивационна** - повишаване на интереса и ангажираността

Тактилни елементи:

- **Релефни изображения** - издигнати линии и форми, които могат да се проследят с пръсти
- **Текстурирани материали** - различни повърхности за разпознаване чрез допир
- **3D компоненти** - обемни елементи, които могат да се манипулират
- **Сензорни джобове** - малки торбички с различни материали
- **Брайлова азбука** - тактилни символи за ученици с нарушено зрение

Практически стратегии за интеграция:

- **Балансиране** - постигане на баланс между текст и визуални елементи

- **Последователност** - системно използване на една и съща визуална система
- **Яснота** - избягване на претрупани или двусмислени визуални елементи
- **Културна чувствителност** - съобразяване с културния контекст на визуалните елементи
- **Техническо качество** - осигуряване на ясни, с добро качество изображения и тактилни елементи

Създаване на собствени материали:

- **Дигитални библиотеки** - създаване на персонализирана библиотека с изображения
- **Лесни за адаптиране шаблони** - разработване на шаблони, които могат бързо да се персонализират
- **Съвместно създаване** - включване на ученика в процеса на създаване на визуални елементи
- **Устойчивост** - използване на ламиниране или други методи за увеличаване на дълготрайността
- **Ефективно производство** - методи за бързо и ефективно създаване на визуални и тактилни материали

Практически съвети за прилагане на основните принципи

Планиране:

- Създайте шаблони, които отразяват основните принципи и могат лесно да се адаптират
- Поддържайте банка с ресурси (изображения, символи, текстове), групирани по теми и нива
- Планирайте времето за адаптация на материалите като неразделна част от подготовката

Рефлексия и оценка:

- Систематично наблюдавайте как ученикът взаимодейства с работния лист
- Документирайте кои адаптации работят най-добре и защо
- Редовно преразглеждайте и актуализирайте подхода въз основа на обратната връзка и прогреса

Сътрудничество:

- Работете с другите членове на екипа (учители, психолози, логопеди, родители)
- Включвайте ученика в процеса на създаване и адаптиране на материалите
- Споделяйте ресурси и добри практики с други ресурсни учители

Технологични решения:

- Използвайте дигитални инструменти за създаване и адаптиране на материали
- Интегрирайте аналогови и дигитални ресурси за максимална гъвкавост
- Следете за нови технологии и подходи в областта на адаптираните учебни материали

Балансиране на приоритетите:

- Фокусирайте се върху ключовите образователни цели и необходимите адаптации
- Намерете баланс между стандартизацията (системен подход) и персонализацията

- Преценете времето и ресурсите, необходими за различните видове адаптации
- Прилагането на тези основни принципи в създаването на адаптирани работни листа не само подобрява достъпността на образователното съдържание, но и значително повишава ангажираността и мотивацията на учениците със специални образователни потребности, което води до по-добри образователни резултати и по-пълноценно включване в учебния процес.

Чудесно, нека развием тази секция, като обясним по-подробно защо всяка адаптация е важна за конкретната група ученици и как може да бъде приложена.

Видове адаптации според специфичните потребности

Успехът в адаптирането на работни листа зависи пряко от разбирането на уникалните нужди и стилове на учене на всеки ученик. Различните специални образователни потребности изискват различен акцент и специфични стратегии при модифицирането на учебните материали. В тази секция ще разгледаме най-често срещаните типове затруднения и конкретни адаптации, които могат да бъдат изключително полезни при работа с ученици от тези групи.

За ученици с интелектуални затруднения

Тези ученици често срещат трудности при усвояването на абстрактни понятия, генерализацията на знанията, работната памет и скоростта на обработка на информация. Адаптациите за тях имат за цел да направят учебното съдържание по-конкретно, достъпно и лесно за възприемане.

- **Опростен език и инструкции.** Използвайте кратки, ясни изречения, познати думи и избягвайте двусмислици или сложен академичен език. Инструкциите трябва да са стъпка по стъпка и максимално конкретни. Това намалява когнитивното натоварване и гарантира, че ученикът разбира какво се очаква от него.
- **Повече визуални опори.** Картинки, символи (като PECS или други), диаграми, реални обекти или техните снимки трябва да съпътстват текстовата информация или да я заместват изцяло. Визуалният канал често е по-силен и предоставя конкретна представа за понятията и задачите.
- **По-малко задачи и повече пространство за отговори.** Намалете общия брой задачи на една страница или в работния лист. Увеличете размера на полетата за писане или рисуване. Това предотвратява чувството за претоварване, позволява на ученика да се фокусира и осигурява достатъчно място за физическото изпълнение на задачата, което може да е предизвикателство при фина моторика.

- **Включване на конкретни, а не абстрактни примери.** Вместо да говорите за «плодове по принцип», използвайте снимки или рисунки на конкретни плодове (ябълка, банан). При математика използвайте реални обекти или картинки за броене и събиране, преди да преминете към работа само с цифри. Конкретните примери свързват новото знание с познатия свят на ученика.
- **Възможност за използване на помощни средства.** Разрешете и насърчете използването на калкулатори, числови редици, мощни таблици (напр. таблица за умножение), списъци с често използвани думи (word banks) или визуални таймери. Тези средства компенсират дефицити в определени умения и позволяват на ученика да се фокусира върху основната учебна цел.

За ученици с аутистичен спектър

Учениците с аутистичен спектър често се нуждаят от структура, предвидимост и яснота. Те могат да бъдат силно чувствителни към сензорни стимули и да имат затруднения с разбирането на абстрактна, небуквална или социално натоварена информация.

- **Ясна визуална структура и предвидимост.** Работният лист трябва да има последователно и предвидимо оформление. Използвайте ясни граници между секциите, последователност в задачите (напр. винаги започваме отгоре надолу, отляво надясно). Това намалява тревожността, свързана с несигурността, и помага на ученика да се ориентира в материала.
- **Минимизиране на отвличащите стимули.** Дизайнът трябва да бъде изчистен – без излишни картинки, декорации или претрупано оформление. Използвайте достатъчно бяло пространство. Сензорната претовареност може силно да попречи на концентрацията.
- **Конкретни и еднозначни инструкции.** Избягвайте идиоми, метафори, сарказъм или въпроси с двоен смисъл. Инструкциите трябва да казват точно какво се очаква, без възможност за различно тълкуване. Например, Вместо «Напиши нещо за...», «Напиши едно изречение за...», или «Свържи с линия думата с картинката».
- **Визуални разписания и подсказки.** Включете малки визуални символи или картинки, които показват последователността на стъпките в една задача, или какво се очаква след приключване на

работния лист («След като свършиш, остави листа в кошницата»). Визуалните подсказки могат да напомнят за правила или очаквания.

- **Включване на специални интереси в задачите.** Ако ученикът има силен интерес към динозаври, влакове, космос или определени герои, интегрирайте тези теми в задачите. Например, текстовете за четене за динозаври, математически задачи с влакове, или рисуване на планети. Това повишава мотивацията и ангажираността.

За ученици с дислексия и други специфични нарушения на способността за учене (напр. дисграфия, дискалкулия)

Тези нарушения засягат специфични области на учене, често свързани с езиковите умения (четене, писане, спелуване) или математиката. Адаптациите имат за цел да компенсират тези дефицити и да предоставят алтернативни начини за достъп и изразяване на информацията.

- **По-голям шрифт с подходящи разстояния между редовете.** Използвайте шрифт с размер поне 14-16 пункта. Увеличете разстоянието между редовете (поне 1.5 или двойно). Това намалява т.нар. «визуално струпване» и улеснява проследяването на текста.
- **Използване на шрифтове, подходящи за дислексия.** Шрифтове като OpenDyslexic или други sans-serif шрифтове (Arial, Verdana, Calibri) са често по-лесни за четене, тъй като имат по-ясни и отличителни форми на буквите и цифрите.
- **Цветово кодиране на важна информация.** Използвайте различни цветове за открояване на ключови думи, инструкции, дати, имена или различни части на изречението/задачата. Това помага за визуалното структуриране и по-лесното намиране на важна информация.
- **Аудио опори към писмените задачи.** Предоставете аудио записи на инструкциите, текстовете за четене или въпросите. Това може да стане чрез предварително записан звук или използване на софтуер за четене на текст. Аудио опорите позволяват на ученика да се концентрира върху разбирането на съдържанието,

без да се бори с процеса на декодиране на текста.

- **Графични организатори за структуриране на информацията.** Предварително подготвени схеми като мисловни карти, Вен диаграми, таблици, времеви линии или последователни схеми могат да бъдат включени в работния лист или да бъдат предоставени отделно. Те помагат на ученика да организира мислите си, да планира писането и да визуализира връзките между идеите.

За ученици с дефицит на внимание и хиперактивност (СДВХ)

Основните предизвикателства при тези ученици са поддържането на вниманието, импулсивността, организацията и необходимостта от движение. Адаптациите трябва да помагат за фокусирането, структурирането на задачите и управлението на поведението.

- **Кратки и ясни задачи.** Разбийте по-големите задачи на по-малки, управляеми стъпки. Не претрупвайте една задача с много елементи. Краткостта улеснява стартирането и завършването на дейността.
- **Регуване на пасивни и активни дейности.** Проектирайте работния лист така, че да включва различни видове дейности – писане, свързване, оцветяване, изрязване, залепване. Можете да добавите кратки «двигателни почивки» между секциите (напр. «След тази задача, стани и направи 5 подскока»).
- **Ограничаване на информацията на страницата.** Използвайте повече страници с по-малко съдържание на всяка. Големите полета и достатъчното бяло пространство намаляват визуалното разсейване. Ученикът вижда по-малко задачи наведнъж, което може да е по-малко демотивиращо.
- **Цветово открояване на важни елементи.** Използвайте умерено цвят за акцентирание на инструкции, ключови думи, заглавия или полета за отговори. Цветът насочва вниманието към най-важната информация, но трябва да се използва пестеливо, за да не се превърне в разсейващ фактор.
- **Включване на двигателни компоненти в задачите.** Включете дейности, които изискват физическо действие – изрязване на картинки за подреждане, сортиране на физически картички с думи или изображения, използване на пластилин или други мате-

риали като част от отговора. Движението може да помогне за регулиране на вниманието и енергията.

За ученици със сензорни нарушения

Тези ученици имат специфични трудности при обработката на информация, получена чрез зрението или слуха. Адаптациите целят да предоставят информацията по начин, който е достъпен за останалите им сетива или да компенсират липсващата сензорна информация.

За зрителни нарушения:

- **Увеличен шрифт, повишен контраст.** Използвайте много голям шрифт (18+ пункта, дори 24 или 36), удебелен текст и силно контрастни цветове (черно на бяло, жълто на черно). Избягвайте шарени фонове или картинки под текста. Целта е текстът да бъде максимално видим.
- **Тактилни елементи.** При възможност, включете елементи, които могат да бъдат разпознати с докосване – повдигнати линии, различни текстури за разграничаване на секции или елементи, обекти, които трябва да бъдат манипулирани успоредно със задачата.

За слухови нарушения:

- **Визуални опори към всички инструкции.** Всяка инструкция, дори ако се дава и устно, трябва да има ясно визуално представяне – картинка, символ, снимка, диаграма. Ученикът трябва да може да разбере какво се иска само като погледне работния лист.
- **Използване на символи и жестов език.** Интегрирайте символи (като PCS) или прости илюстрации на жестове, които съответстват на ключови думи или действия в инструкциите. Това предоставя алтернативен комуникационен канал и подкрепя разбирането.

Разбира се, често учениците имат комбинация от потребности, което налага комбинирането на различни видове адаптации в един работен лист. Ключово е винаги да се изхожда от индивидуалния профил и нужди на конкретното дете при планирането и създаването на адаптираните материали.

Разбира се, нека разширим секцията за стъпките при изготвяне на адаптирани работни листа.

Стъпки за изготвяне на адаптирани работни листа

Създаването на ефективен адаптиран работен лист е целенасочен процес, който изисква планиране, творчество и рефлексия. Следването на определени стъпки гарантира, че крайният продукт ще бъде максимално полезен, адекватен на нуждите на ученика и ще допринесе за постигането на образователните цели. Ето основните етапи в този процес:

Стъпка 1: Анализ на потребностите и възможностите

Това е първата и най-важна стъпка, която представлява основата за всяка адаптация. Тя изисква задълбочено познаване на ученика.

- **Оценка на текущото ниво на функциониране на ученика.** Преди да адаптирате материал, трябва да знаете къде се намира ученикът в момента по отношение на академични умения (четене, писане, смятане), когнитивни способности (внимание, памет, мислене), комуникация, фина и груба моторика, социално-емоционално развитие. Тази информация може да се събере чрез наблюдение, тестове, анализ на предходна работа и информация от други специалисти и родители.
- **Идентифициране на образователните цели.** Адаптираният работен лист трябва да служи на конкретна цел. Тези цели произтичат от Индивидуалния план за подкрепа на ученика и/или от текущите теми и цели на общообразователната учебна програма, съобразени с възможностите на детето. Важно е целите да са конкретни и измерими.
- **Определяне на силните страни и предизвикателствата.** Всеки ученик има области, в които е силен, и такива, в които среща трудности. Идентифицирането им помага да се изгради адаптацията така, че да награжда силните страни (което повишава мотивацията и увереността) и същевременно да предоставя необходимата подкрепа в зоните на затруднение.

Стъпка 2: Определяне на темата и конкретните цели на работния лист

След като имате ясна представа за ученика, преминете към планиране на конкретния работен лист.

- **Съобразяване с учебната програма и индивидуалния план.** Изберете тема или умение, което е актуално според учебния план на класа или е заложено като цел в ИОП на ученика. Адаптираният материал трябва да бъде релевантен.
- **Формулиране на конкретни цели (знания, умения, компетентности) за работния лист.** Задайте си въпроса: «Какво конкретно искам ученикът да знае или да може да направи след изпълнението на този работен лист?». Целите трябва да са специфични, постижими и свързани с избраната тема/умение. Например, «Ученикът ще свърже три картинки на животни с техните имена», или «Ученикът ще реши две задачи за събиране с двуцифрени числа без преминаване».
- **Определяне на необходимите адаптации.** Въз основа на анализа от Стъпка 1 и конкретните цели за този работен лист, решете какви точно адаптации ще бъдат необходими. Ще трябва ли да опростите езика? Да добавите визуални опори? Да намалите броя на задачите? Да промените шрифта или оформлението? Тази стъпка свързва потребностите на ученика с конкретните дизайнерски решения.

Стъпка 3: Разработване на съдържанието

Това е същинската фаза на създаване на задачите и материалите.

- **Подбор на подходящи задачи и упражнения.** Изберете или създайте задачи, които пряко адресират формулираните цели (Стъпка 2) и са на подходящо ниво на трудност за ученика (Стъпка 1). Задачите трябва да бъдат разнообразни, за да поддържат интереса, но и последователни.
- **Адаптиране на инструкциите и материалите.** Преформулирайте инструкциите според нуждите на ученика (опростен език, по-малко стъпки). Адаптирайте самото съдържание – съкратете текстовете, заменете абстрактни понятия с конкретни при-

мери, променете формата на отговорите (напр. Вместо писане, използвайте ограждане, свързване, посочване).

- **Включване на визуални и други опори.** Интегрирайте визуалните, аудио, тактилни или дъгвателни опори, които сте определили като необходими в Стъпка 2. Добавете картинки, символи, графични организатори, цветно кодиране, Връзки към аудио файлове или други помощни елементи.

Стъпка 4: Оформяне на работния лист

Визуалното представяне и структурата са критични за достъпността и разбирането.

- **Балансирано визуално представяне.** Избягвайте претрупването на страницата. Използвайте достатъчно бяло пространство. Шрифтовете трябва да са четливи и с подходящ размер. Цветовете (ако се използват) трябва да са функционални, а не просто декоративни.
- **Подходящо структуриране на пространството.** Ясно отделите различните задачи. Използвайте заглавия, подзаглавия, рамки или линии. Определете ясно местата за писане или отговори. Уверете се, че има достатъчно място за писане, особено ако ученикът среща трудности с фината моторика.
- **Логична последователност на задачите.** Разположете задачите в логичен ред – от по-лесни към по-трудни, в последователност, отговаряща на процеса на мислене или стъпките на изпълнение на дадено умение.

Стъпка 5: Проверка и ревизия

Преди да дадете работния лист на ученика, прегледайте го критично.

- **Оценка на съответствието с целите и потребностите.** Върнете се към целите от Стъпка 2 и анализа от Стъпка 1. Отговаря ли работният лист на нуждите на ученика? Ще му помогне ли да постигне целите? Адаптацията приложени ли са правилно?
- **Преглед на яснотата и достъпността.** Прочетете инструкциите като ученик. Лесни ли са за разбиране? Ясно ли е какво трябва

Ва да се направи? Всички визуални опори разбираеми ли са? Има ли нещо, което може да обърка ученика?

- **Коригиране при необходимост.** Направете нужните корекции в текста, оформлението или задачите. По-добре е да отделите още малко време за ревизия, отколкото ученикът да се затрудни или демотивира от неясен или неподходящ материал.

Стъпка 6: Прилагане и оценка на ефективността

Тази стъпка се случва по време и след работата на ученика с работния лист. Тя предоставя ценна обратна връзка за бъдещи адаптации.

- **Наблюдение на работата на ученика с материала.** Докато ученикът работи, наблюдавайте. Справя ли се лесно или среща трудности? Къде се спъва? Разбира ли инструкциите? Поддържат ли адаптациите вниманието и ангажираността му?
- **Отчитане на постигнатите резултати.** След като ученикът приключи, оценете работата му спрямо конкретните цели, поставени в Стъпка 2. Достигна ли целите? С каква степен на самостоятелност?
- **Адаптиране за бъдеща употреба.** Въз основа на наблюдението и резултатите, направете изводи. Кои адаптации бяха ефективни? Кои не толкова? Какво може да се подобри следващия път? Тази информация е ключова за подобряване на бъдещите адаптирани материали и за по-точно планиране на подкрепата за ученика.

Следването на тези стъпки превръща създаването на адаптиран работен лист от интуитивно действие в структуриран и целенасочен процес, който води до по-добри резултати за учениците.

ПРИМЕРНИ РАБОТНИ ЛИСТА ЗА РЕСУРСНИ УЧИТЕЛИ

1. Работен лист за ученици с лека интелектуална недостатъчност

Клас: 2 клас

Тема: Домашни животни

Адаптации:

- Опростени инструкции, придружени с пиктограми
- Ограничен брой задачи (3 задачи)
- Големи и ясни изображения
- Място за оцветяване като награда за свършена работа

Задача 1: Свържи животното с неговия дом

Инструкция: Свържи всяко животно с неговото място за живеене, като използваш линия.

(Вмъкнати картинки на: крава, кокошка, куче, кон и отделно: обор, курник, кучешка къщичка, конюшня)



Използвай различен цвят за всяка линия!

Задача 2: Кои животни дават мляко? 🥛🐑

Инструкция: Огради с молив животните, които дават мляко.
(вмъкнати 6 картинки: крава, овца, кокошка, котка, коза, куче)



✎ Огради внимателно! Можеш да ползваш помощ от учителя.

Задача 3: Назови и постави стикери 🏷️🐾

Инструкция: Залепи стикерите с имената на животните под правилната картинка.
(вмъкнати картинки: прасе, кон, кокошка, куче)

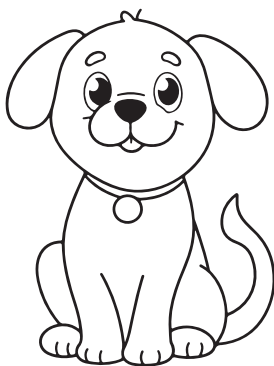


(отделни етикети със следните думи: “прасе”, “кон”, “кокошка”, “куче”)

📌 Ако нямаш стикери – напиши думите с помощ от учителя.

🎉 **Награда:** Оцвети любимото си домашно животно! 🎨
(вмъкната голяма картинка за оцветяване – например котка или куче)

✎ Избери си любим цвят и оцвети внимателно!



2. Работен лист за ученик с дислексия

Клас: 4 клас

Тема: Частии на речта

Адаптации:

- Шрифт OpenDyslexic, размер 14pt
- Повишен контраст и разредени редове
- Цветово кодиране (съществителни - синьо, глаголи - червено)
- Графични организатори и таблици

Задача 1: Оцвети частите на речта в текста

Легенда: Съществителни (синьо), Глаголи (червено)

*Момчето **играе** в парка.*

Задача 2: Групирай гумите по части на речта

Разпредели гумите в таблицата: куче, тича, маса, пише, топка, скача

Съществителни	Глаголи	Други

Задача 3: Допълни изреченията

Използвай гумите от списъка, за да допълниш изреченията:

[играе, пише, топка]

Той _____ с приятелите си.

Момичето _____ на гъската.

Аз имам _____.

3. Работен лист за ученик с аутистичен спектър

Клас: 6 клас

Тема: Дроби

Адаптации:

- Ясна Визуална структура с номерирани стъпки
- Конкретни примери с Визуализация
- Включване на специален интерес (например космос)
- Ясно обозначено място за начало и край на Всяка задача

Задача 1: Идентифициране на гроби чрез оцветяване

 Начало на задачата

Оцвети частите на космическите кораби според гробите:

1. Оцвети $\frac{1}{2}$ от първия кораб в синьо.
2. Оцвети $\frac{3}{4}$ от втория кораб в червено.
3. Оцвети $\frac{2}{3}$ от третия кораб в зелено.

(Вмъкнати изображения на три кораба, разделени на равни части)

 Край на задачата

Задача 2: Подреждане на гроби по големина

 Начало на задачата

Използвай Визуалната скала с планети, за да подредиш гробите от най-малка до най-голяма:

$\frac{1}{4}$, $\frac{3}{8}$, $\frac{1}{2}$, $\frac{2}{3}$

(Вмъкната Визуална скала с планети, номерирани за подреждане)

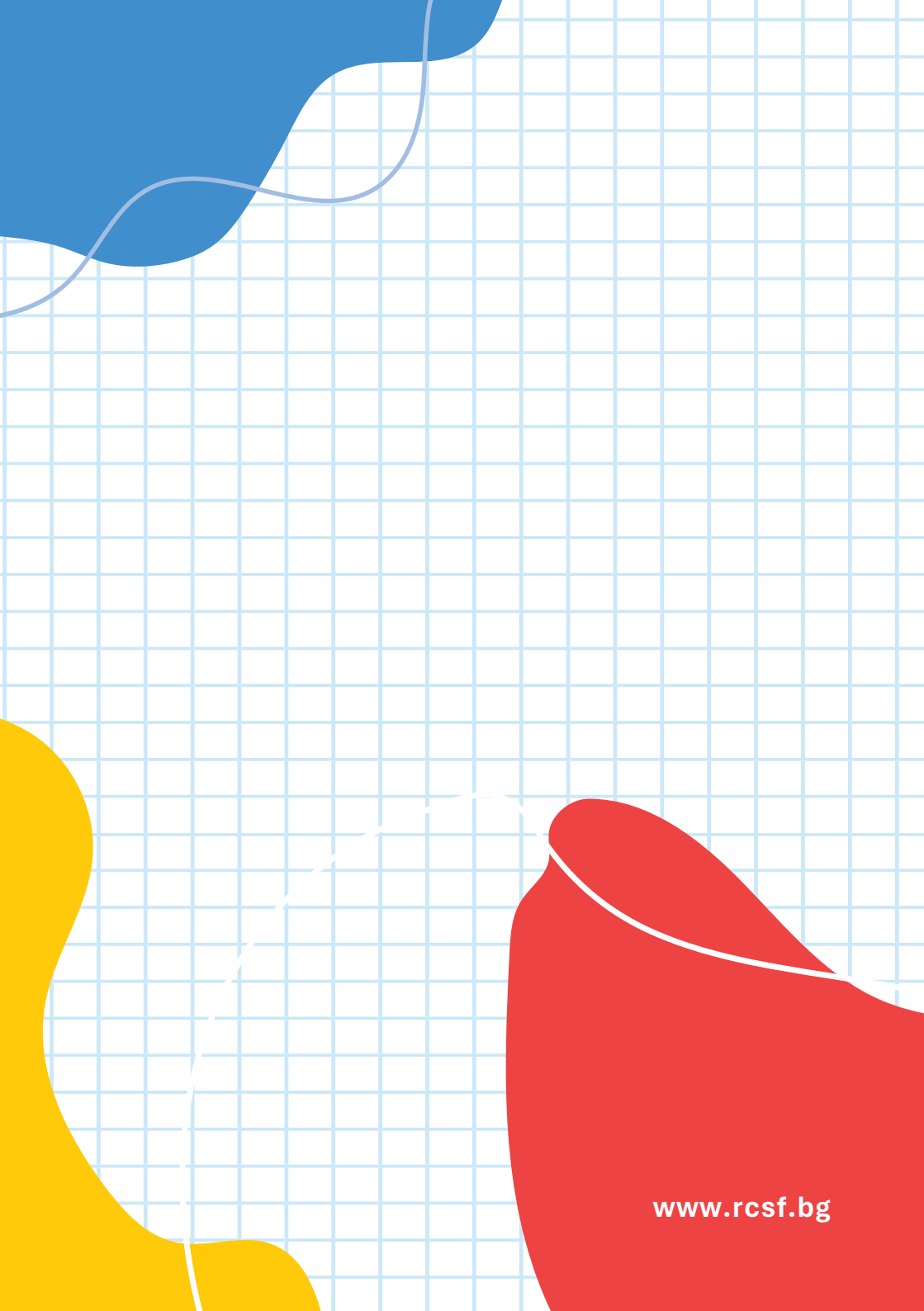
 Край на задачата

Задача 3: Реши задачите с гроби в космически контекст

● Начало на задачата

1. Космическият кораб използва $\frac{2}{5}$ от горивото си. Колко остава, ако е имал 1 цяло?
2. Астронавтите изядоха $\frac{3}{8}$ от храната. Каква част остана?
3. Ако $\frac{1}{2}$ от кораба е боядисан, колко още трябва да се боядиса?
(може да се използват картинки на резервоар, храна и кораб като визуализация)

● Край на задачата



www.rcsf.bg