

Авторски екун: РЦПППО – София-град

2024

Въведение

Стимулните зарчета представляват иновативен комплект от осем висококачествени гървени кубчета с богат набор от разнообразни изображения, специално разработени от детски психолози и специални педагози за целенасочена работа с деца със специални образователни потребности (СОП). Изработени от естествена гървесина с гладко полирани ръбове и ярки, устойчиви на избледняване цветове, тези кубчета предлагат тактилно и визуално стимулиращо преживяване за детето. Всяко зарче има страни с размери 5 x 5 см – достатъчно големи за лесно манипулиране от малки детски ръце, но същевременно достатъчно компактни, за да не претоварват сензорно чувствителните деца.

Уникалният формат от 8 зарчета, организирани в конфигурация 4+4, е внимателно балансиран, за да предложи оптимално разнообразие от визуални стимули без да причинява свръхстимулация при децата със сензорни особености. Този комплект е специфично фокусиран върху разпознаването и диференцирането на основните човешки емоции, развитието на нюансирана емоционална интелигентност и изграждането на фундаментални социални умения чрез игрово взаимодействие. На различните страни от зарчетата са представени умело подбрани и професионално илюстрирани лица на деца с различни етнически характеристики, изразяващи широка гама от емоционални състояния – от базови емоции като радост, тъга, страх и гняв, до по-сложни като изненада, смущение, гордост и разочарование.

Освен изображения на лица, комплектът включва допълнителни визуални елементи, като любими на децата животни (например жаба, еднорог), предмети от образователната среда (книга, черна дъска) и фантазийни или приказни персонажи (дете с крила, митологични същества). Това разнообразие позволява създаването на богати наративни контексти, в които емоциите могат да бъдат изследвани и разбирани от децата в безопасна и структурирана среда.

Зарчетата са подходящи за деца на възраст над 3 години, когато когнитивното и емоционалното развитие позволява начално разпознаване и диференциране на емоционални състояния. Клиничният опит и педагогическите изследвания показват, че най-голяма ефективност материалите имат при работа с деца със СОП на възраст между 4 и 10 години – критичен период за развитие на емоционална осъзнатост и социални компетенции. В тази възрастова група стимулните зарчета служат като мост между абстрактните емоционални концепции и конкретния визуален опит, който е особено ценен за деца с различни типове неввродевелопментални особености.

Описание на комплекта

Комплектът се състои от осем гървени зарчета с цветни илюстрации на различни страни, които включват:

- Детски лица, изразяващи различни емоции (радост, тъга, изненада, страх и гр.)
- Животни (жаба, еднорог и гр.)
- Предмети с образователна насоченост (книга, черна гъска)
- Фантазийни персонажи (дете с крила)

Цели на стимулните зарчета

- Разпознаване и назоваване на базови и сложни емоции
- Развитие на емпатия и емоционална интелигентност
- Подобряване на речевите и комуникативни умения
- Стимулиране на въображението и творческото мислене
- Развитие на социални умения и междуличностни взаимодействия
- Създаване на възможности за структурирана игра и обучение

Подходящи за работа с деца със следните специални образователни потребности:

- Разстройства от аутистичния спектър
- Езиково-говорни нарушения
- Синдром на дефицит на вниманието и хиперактивност (ХАДВ)
- Леки интелектуални затруднения
- Емоционални и поведенчески разстройства
- Сензорни нарушения

Методически насоки за използване

1. Оpozнаване на зарчетата

Цел: Запознаване с материала и създаване на първоначален интерес

Дейност:

- Представете зарчетата на детето, като му позволите да ги разгледа, докосне и манипулира свободно
- Назовавайте заедно картинките на различните страни
- Нека детето избере любимата си картинка и говорете за нея

За деца със сензорни нарушения: Позволете им да опипат текстурата на гървото, да усетят тежестта на зарчетата и да ги изследват чрез всички сензорни канали.

2. Разпознаване на основни емоции

Цел: Идентифициране и назоваване на базови емоции

Дейност:

- Хвърлете зарче и назовете емоцията на изпадналото лице
- Помолете детето да имитира тази емоция
- Задайте въпроси: „Кога се чувстваш така?“, „Какво те кара да се чувстваш _____ (емоция)?“
- Създайте картички с надписани емоции и нека детето свърже зарчето с правилната картичка

Адаптация: За невербални деца използвайте картички с емоции, които детето може да посочи, за да идентифицира емоцията.

3. Разказване на истории с емоции

Цел: Развитие на наративни умения и разбиране на емоциите в контекст

Дейност:

- Хвърлете 2-3 зарчета и заедно създайте кратка история, включваща изпадналите картинки
- Насочете вниманието към емоциите на героите в историята
- Задавайте въпроси като: „Защо детето се чувства тъжно?“, „Какво би направило жабчето, за да помогне?“

За деца с комуникативни затруднения: Използвайте визуални опори и започнете с много прости истории от 1-2 изречения, постепенно увеличавайте сложността.

4. Емоционално лото

Цел: Съпоставяне на емоции и ситуации

Материали: Стимулните зарчета и картички със ситуации

Дейност:

- Създайте картички с различни ситуации (например: „Получаване на подарък“, „Загуба на играчка“)
- Детето хвърля зарче и трябва да свърже емоцията със съответната ситуация
- Обсъдете защо тази емоция е подходяща за ситуацията

За деца с трудности в обработването на информация: Започнете с много ясни, еднозначни ситуации и постепенно въвеждайте по-сложни или нюансирани.

5. Емоционален театър

Цел: Развитие на умения за ролева игра и емпатия

Дейност:

- Хвърлете зарче и нека детето изиграе кратка сценка, изразяваща съответната емоция
- Обсъдете физическите признаци на емоцията (изражение на лицето, език на тялото)
- За по-големи деца: нека измислят ситуация, в която биха изпитали тази емоция

За деца с аутизъм: Предварително моделирайте изразяването на емоцията, използвайте огледало, за да могат да видят собствените си изразжения.

6. Емоционален барометър

Цел: Развитие на самоосъзнатост и емоционална регулация

Дейност:

- В началото на сесията, помолете детето да избере зарче с емоция, която отразява как се чувства днес
- В края на сесията, повторете избора и обсъдете дали и защо емоцията се е променила
- Говорете за стратегии за справяне с трудни емоции

Адаптация: Създайте визуален „емоционален барометър“ с картинки от зарчетата, където детето може да поставя щипка или магнит, за да покаже как се чувства.

7. Игра „Какво би направил ти?“

Цел: Развитие на умения за решаване на проблеми и социална компетентност

Дейност:

- Хвърлете едно зарче с емоция и едно с предмет или животно
- Създайте проблемна ситуация свързана с двете картинки
- Попитайте детето: „Какво би направил ти в тази ситуация?“
- Обсъдете различни решения и тяхното въздействие

За деца с трудности в изпълнителните функции: Предложете няколко възможни решения и помогнете на детето да анализира всяко от тях.

Специфични стратегии за работа с деца със специални образователни потребности

Принципи на приобщаващото образование

За деца с разстройства от аутистичния спектър

- Започнете с ясно структурирани дейности с минимални социални изисквания
- Използвайте визуални опори и ясни инструкции
- Фокусирайте се първо върху разпознаването на основни емоции, преди да преминете към по-сложни
- Свържете емоциите с конкретни физически характеристики (усмивка = щастие)
- Използвайте социални истории за обяснение на емоциите в контекст

За деца с ХАДВ

- Провеждайте кратки, динамични сесии
- Включвайте физическа активност (например: „Хвърли зарчето и подскочи толкова пъти, колкото показва броят на очите на жабата“)
- Използвайте таймер за структуриране на дейностите
- Осигурете незабавна и конкретна обратна връзка
- Регувайте спокойни и по-активни дейности

За деца с езиково-говорни нарушения

- Комбинирайте зарчетата с жестове или картинки за алтернативна комуникация
- Моделирайте прости фрази, свързани с емоциите
- Използвайте техники на разширяване на изказванията на детето
- Фокусирайте се върху разбирането преди изразяването
- Дайте достатъчно време за обработка и отговор

За деца с интелектуални затруднения

- Разделете дейностите на малки, постижими стъпки
- Използвайте многократно повторение и затвърждаване
- Осигурете много положително подкрепление
- Свързвайте новите понятия с познати преживявания от ежедневието на детето
- Използвайте конкретни примери вместо абстрактни обяснения

Препоръки за организиране на терапевтичните сесии

Продължителност и честота:

- За деца 3-5 години: 15-20 минути, 2-3 пъти седмично
- За деца 6-8 години: 20-30 минути, 2-3 пъти седмично
- За деца над 8 години: 30-40 минути, 1-2 пъти седмично

Структура на сесията:

1. Встъпителна част (2-5 мин):

- Поздрав и настройване
- Избор на „емоция на деня“ със зарчетата
- Кратък преглед на предишната сесия

2. Основна част (10-30 мин):

- 1-3 дейности с постепенно повишаване на сложността
- Регуване на пасивни и активни дейности
- Осигуряване на кратки почивки при необходимост

3. Заключителна част (3-5 мин):

- Обобщение на наученото
- Положителна обратна връзка
- Избор на „емоция за довиждане“ със зарчетата

Среда за провеждане:

- Тиха стая с минимални разсейващи фактори
- Удобно място за сядане (маса и столове или килим)
- Добро осветление
- По възможност – едно и също място за провеждане на сесиите

Мониторинг на прогреса

Проследяване на развитието

Водете дневник на сесиите, отбелязвайки:

- Използвани дейности
- Реакции на детето
- Постижения и трудности
- Нови умения

На всеки 2-3 месеца правете оценка на напредъка в следните области:

- Разпознаване на емоции
- Изразяване на емоции
- Емпатия
- Социални умения
- Речеви и комуникативни умения

Примерна карта за оценка:

Умение	Начално ниво	След 3 месеца	След 6 месеца
Разпознава основни емоции			
Назовава емоции			
Свързва емоции със ситуации			
Изразява собствени емоции			
Проявява емпатия			

Включване на родителите

- Демонстрирайте на родителите как да използват зарчетата у дома
- Предложете прости дейности за затвърждаване на наученото в ежедневието
- Насърчавайте ги да говорят за емоции в различни ситуации
- Споделяйте редовно напредъка и предизвикателствата
- Предоставете работни листове или допълнителни материали за домашна работа

Стимулните зарчета за разпознаване на емоции са ефективен и гъвкав инструмент за работа с деца със СОП. Те създават игрива и приятна среда за развитие на ключови социално-емоционални умения, които са от решаващо значение за успешната адаптация и функциониране в обществото. Чрез систематична и последователна работа с тези материали, специалистите и родителите могат да помогнат на децата да развият по-добро разбиране на собствените си и чуждите емоции, подобрявайки тяхната комуникация, социални взаимодействия и емоционална регулация.

Настоящото ръководство е разработено като помощен материал за специални педагози, психолози, логопеди, ерготерапевти и родители на деца със специални образователни потребности.

Приложение: Работни листове за деца със специални образователни потребности

Работен лист 1: Моята емоционална гъска

Инструкции за специалисти и родители:

1. Отпечатайте този работен лист на формат А4 или по-голям (препоръчително А3).
2. Изрежете емоционалните кръгчета в долната част на листа.
3. Помогнете на детето да разпознае всяка емоция и да я залепи в съответния кръг на гъската.
4. За всяка емоция, насърчете детето да нарисува или опише (с Ваша помощ) ситуация, в която изпитва тази емоция.
5. Използвайте отворени въпроси като:
 - о „Кога се чувстваш щастлив/а?“
 - о „Какво те кара да се чувстваш така?“
 - о „Можеш ли да си спомниш кога последно се почувства изненадан/а?“
6. Записвайте отговорите на детето, ако то не може да пише самостоятелно.
7. Окачете емоционалната гъска на видимо място и се връщайте към нея редовно.

МОЯТА ЕМОЦИОНАЛНА ДЪСКА

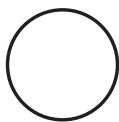
Име: _____

Дата: _____

![Емоционална дъска с кръгове]

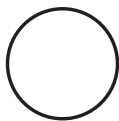
ЩАСТИЕ

Нарисувай или напиши кога се чувстваш щастлив/а



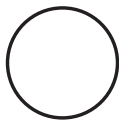
ТЪГА

Нарисувай или напиши кога се чувстваш тъжен/а



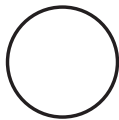
СТРАХ

Нарисувай или напиши кога се чувстваш уплашен/а



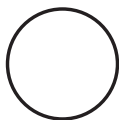
ИЗНЕНАДА

Нарисувай или напиши кога се чувстваш изненадан/а



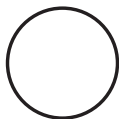
СПОКОЙСТВИЕ

Нарисувай или напиши кога се чувстваш спокоен/а



ВЪЛНЕНИЕ

Нарисувай или напиши кога се чувстваш развълнуван/а



Емоции за изразване



ЩАСТИЕ



ИЗНЕНАДА



ТЪГА



СПОКОЙСТВИЕ



СТРАХ



ВЪЛНЕНИЕ

Въпроси за обсъждане:

- Коя е твоята любима емоция? Защо?
- Коя емоция е трудна за теб?
- Какво правиш, когато се чувстваш тъжен/а?
- Кой ти помага, когато изпитваш страх?
- Как разбираш, че някой друг е щастлив/тъжен/уплашен?

Допълнителни дейности

1. Емоционален детектив

Разгледайте заедно списания или книжки с картинки и нека детето да открива хора, които показват различни емоции.

2. Емоционално огледало

Застанете пред огледало и нека детето да имитира различните емоции, обръщайки внимание на промените в изражението.

3. Емоционални истории

Създайте кратки истории, използвайки ситуацията, която детето е нарисувало или описало.

4. Емоционален календар

Всеки ден отбелязвайте на малък календар основната емоция, която детето е изпитало през деня.

Бележки за напредъка

Дата: _____ Наблюдения: _____

Дата: _____ Наблюдения: _____

Дата: _____ Наблюдения: _____

Този работен лист е част от ръководството за използване на стимулни зарчета 4+4 за деца със СОП

Работен лист 2: Емоционален дневник

Инструкции за специалисти и родители:

1. Отпечатайте страниците на дневника (препоръчително по една страница за всяка седмица).
2. Обяснете на детето целта на емоционалния дневник – да проследи как се чувства в различни моменти.
3. В началото на всяка седмица запишете датите в първата колона.
4. Всеки ден помогнете на детето да идентифицира основната си емоция за деня.
5. Нека детето оцвети кръгчето под съответната емоция или да постави лепенка.
6. За по-големи деца: насърчете ги да запишат или нарисуват в последната колона какво е предизвикало тази емоция.
7. Обсъдете с детето емоционалните модели, които забелязвате през седмицата.
8. Похвалете детето за осъзнаването и споделянето на емоциите си.

МОЯТ ЕМОЦИОНАЛЕН ДНЕВНИК

Име: _____

Седмица от: _____ го: _____

	Щастие 	Тъга 	Гняв 	Страх 	Изненада 	Спокой- ствие 	Защо се чувствах така?
Понеделник	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
Вторник	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
Сряда	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
Четвъртък	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
Петък	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
Събота	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
Неделя	☐	☐	☐	☐	☐	☐	

Моята емоционална седмица

Коя емоция изпитах най-много тази седмица?

Кога се чувствах най-щастлив/а тази седмица?

Имаше ли нещо, което ме натъжи или ядоса?

Как се справих с трудните емоции?

Моите емоционални стратегии

Когато се чувствам **тъжен/а**, мога да:

1. _____

2. _____

Когато се чувствам **ядосан/а**, мога да:

1. _____

2. _____

Когато се чувствам **уплашен/а**, мога да:

1. _____

2. _____

ДНЕВНИК ЗА ЕМОЦИОНАЛНИ МОМЕНТИ

Име: _____

Дата: _____

Днес се случи нещо, което ме накара да се почувствам:

Нарисувай или опиши какво се случи:

Мини-Версия за по-малки деца или за ежедневна употреба

Име: _____

Дата: _____

Днес се **чувствам** :

	Щастие 	Тъга 	Гняв 	Страх 	Изненада 	Спокойствие 
Сутрин	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Обед	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Вечер	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Идеи за допълнителни дейности:

1. Емоционална метеорология

Направете „емоционална прогноза за времето“ – нека детето предвиди как мисли, че ще се чувства утре и защо.

2. Емоционален термометър

Създайте термометър на емоциите от 1 до 5, където детето може да отбележи не само вида, но и силата на емоцията си.

3. Емоционален колаж

В края на седмицата или месеца, направете колаж с картинки от списания, които представят различните емоции, които детето е изпитало.

4. Игра „Преобръщане на емоциите“

Ако детето е имало ден с предимно негативни емоции, играйте игра за намиране на нещо позитивно в ситуацията.

Бележки за напредъка (за специалиста/родителя)

Дата: _____ Наблюдения: _____

Дата: _____ Наблюдения: _____

Коментар за емоционалните модели: : _____

Съвети за използване на емоционалния дневник:

1. Насърчавайте детето да попълва дневника всеки ден по едно и също време.
2. Приемайте всички емоции като валидни и важни, без да критикувате или омаловажавате.
3. Постепенно разширявайте речника на емоциите – например от „щастлив“ към „развълнуван“, „доволен“, „радостен“.

4. Използвайте допълнителни визуални помощни средства за разпознаване на емоциите (емоционални карти, огледало).
5. Помогнете на детето да свърже емоциите с телесни усещания (къде усеща гнева/страха в тялото си).
6. Празнувайте напредъка в емоционалната осъзнатост и регулацията.
7. Не се притеснявайте да адаптирате дневника според нуждите на конкретното дете.

Този работен лист е част от ръководството за използване на стимулни зарчета 4+4 за деца със СОП

Работен лист 3: Карти за свързване на емоции и ситуации

Работен лист за деца със СОП

Инструкции за специалисти и родители:

1. Отпечатайте този работен лист, за предпочитане на по-плътна хартия.
2. Изрежете картите със ситуации и емоционалните карти по пунктираните линии.
3. Ламинирайте картите, ако е възможно, за по-дълготрайна употреба.
4. Представете на детето картите със ситуации една по една.
5. Помолете детето да избере емоционалната карта, която най-добре отговаря на ситуацията.
6. Обсъдете заедно избора и защо ситуацията може да предизвика тази емоция.
7. За по-големи деца или при напреднали умения: използвайте всички карти едновременно и помолете детето да свърже всяка ситуация с подходяща емоция.

КАРТИ СЪС СИТУАЦИИ

Ситуация 1:

Получаване на подарък

[Представете си картинка на дете,
което получава подарък]



Ситуация 2:

Загуба на играчка

[Представете си картинка на дете,
което търси своя играчка]



Ситуация 3 :

Гръмотевична буря

[Представете си картинка на мълния
и дъжд през прозореца]



Ситуация 4 :

Среща с приятел

[Представете си картинка на две деца,
които се поздравяват]



Ситуация 5 :

Нова храна на масата

[Представете си картинка на непознато ястие]



Ситуация 6:

Събуждане от кошмар

[Представете си картинка на дете,
което се събужда през нощта]



Ситуация 7:
Първи учебен ден

[Представете си картинка на училище и ученици]



Ситуация 8:
Някой разрушава твоята конструкция от блокчета

[Представете си картинка на съборени блокчета]



Ситуация 9:
Люлеене на високо

[Представете си картинка на дете на люлка]



Ситуация 10 :
Родител те прегръща

[Представете си картинка на родител и дете в прегръдка]



Ситуация 11:
Изгубване в магазина

[Представете си картинка на дете, което оглежда магазин]



Ситуация 12:
Спечелване на състезание

[Представете си картинка на дете с медал]



ЕМОЦИОНАЛНИ КАРТИ

ЩАСТИЕ



[Изображение на усмихнато лице]

ТЪГА



[Изображение на тъжно лице]

СТРАХ



[Изображение на уплашено лице]

ИЗНЕНАДА



[Изображение на изненадано лице]

ГНЯВ



[Изображение на ядосано лице]

СПОКОЙСТВИЕ



[Изображение на спокойно лице]

ВЪЛНЕНИЕ



[Изображение на развълнувано лице]

СМУЩЕНИЕ



[Изображение на смутено лице]

Таблица за свързване

Ситуация	Емоция	Защо?
Получаване на подарък		
Загуба на играчка		
Гръмотевична буря		
Среща с приятел		
Нова храна на масата		
Събуждане от кошмар		
Първи учебен ден		
Някой разрушава твоята конструкция		
Люлеене на високо		
Родител те презгръща		
Изгубване в магазина		
Спечелване на състезание		

Разширени дейности

1. Емоционален пъзел

Разделете картите със ситуации и картите с емоции. Смесете ги и помолете детето да „сглоби“ правилните комбинации като пъзел.

2. Емоционално лото

Създайте игрална дъска с различни емоции. Детето тегли карта със ситуация и поставя жетон върху подходящата емоция на дъската.

3. „Какво ако?“

Използвайте картите със ситуации като отправна точка и задавайте въпроси: „Какво ако това се случи на твоя приятел вместо на теб? Как би се чувствал той?“

4. Променящи се емоции

За по-напреднали: обсъдете как една и съща ситуация може да предизвика различни емоции при различни хора или как емоцията може да се промени с времето.

Допълнителни ситуации за награждаване

Използвайте тези допълнителни ситуации, когато детето се справя добре с основните карти:

1. Получаване на ваксина
2. Изяждане на любимото лакомство
3. Чакане на опашка за дълго време
4. Забравяне да си вземеш домашното
5. Загубване на любимец
6. Гледане на страшен филм
7. Представяне пред други хора
8. Опитване на нещо ново за пръв път
9. Раздяла с родител за деня
10. Счупване на любима вещ

Бележки за оценка на напредъка:

Име на детето: _____ Дата: _____

Брой правилно свързани карти: _____ от общо _____

Най-лесно разпознати емоции: _____

Най-трудни за разпознаване емоции: _____

Забележки за разбирането на ситуациите: _____

Следващи стъпки: _____

Съвети за работа с карти за деца със СОП

За деца с разстройства от аутистичния спектър:

- Започнете с напълно ясни, еднозначни ситуации
- Използвайте минимален брой карти (2-3) в началото
- Постепенно въвеждайте по-сложни социални ситуации
- Обяснявайте ясно връзката между събитие и емоция

За деца с интелектуални затруднения:

- Използвайте по-големи карти с опростени изображения
- Работете с по-малък брой базови емоции
- Повтаряйте дейностите по-често за затвърждаване

За деца с ХАДВ:

- Направете дейността по-динамична (например формат на игра)
- Разделете я на кратки сесии
- Включете движение в процеса (например: „Покажи как изглежда тази емоция с тялото си“)

За деца с езиково-говорни нарушения:

- Комбинирайте картите с жестове
- Наблегнете на изразяването на емоцията чрез мимика
- Използвайте опростен, конкретен език при обсъждането

Този работен лист е част от ръководството за използване на стимулни зарчета 4+4 за деца със СОП

Бележки

This image shows a single page of white paper with horizontal blue or grey ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page, leaving small margins at the top and bottom. There are no vertical margin lines, text, or other markings on the page.

