

Ainekava kommunikatiivsed ja motoorsed oskused

Kommunikatiivsed oskused

I arengutase

Kommunikatsiooni eelduste kujunemine. Pilgu fikseerimine täiskasvanu näole, taustast eristuvale esemele. Ümbritsevas toimuva jälgimine pilguga. Reageerimine inimehale (ilmneb elavnemisreaktsioon, nt käte ja jalgade liigutused), hääletsustele, helidele. Silmadega otsimine ja/või pea keeramine heliallika suunas.

Eneseväljendusele ärgitamine. Reageerimine häälele, intonatsioonile, emotsionaalsele miimikale. Näoilmete jälgimine. Pilkkontakti loomine ja lühiajaline hoidmine.

Hääle esilekutsumine. Häälitsemine. Kordamööda häälitsemine – vooruvahetus. Häälitsemine tähelepanu tõmbamiseks. Mõne oma põhivajaduse väljendamine hääletsusega. Hetkeline emotsionaalne reaktsioon situatsioonile, tuttavale häälele, sõnale.

Initsiatiivi võtmise harjutamine: meeldiva tegevuse jätkamiseks liigutuste kordamine või muul moel reageerimine, märku andmine.

Reageerimine liigutusele kui signaalile. Kehaviiped (tehakse koos õpilase kätega), oma kehaga teatud liigutuse tunnetamine ja seostamine järgneva tegevusega (nt söömine).

Reageerimine üksikule esemele kui signaalile. Signaaleset (nt lusikas) nähes seostab seda järgneva tegevusega ja reageerib sellele mingil viisil.

Signaalheli (nt kellukese helin) kuuldes seostab seda järgneva sündmusega.

II arengutase

Füüsilise kontakti võtmine soovitud eseme saamiseks, tegevuse sooritamiseks (nt viib ukse juurde, kui soovib välja minna). Osutamine soovitud eseme saamiseks.

Initsiatiivi võtmise harjutamine: lemmikeseme küsimine õpitud viisil, meeldiva tegevuse (nt mäng) juhendajapoolne katkestamine, et õpilane jätkaks ise.

Suunatud kommunikatsiooni harjutamine (suhtluspartneri leidmine, kellele sõnum edastada), vajaduse korral füüsilise abiga. Näoilmete, erinevate hääletoonide mõistmine ja kasutamine. Tähelepanu jagamine suhtluspartneri ja mõlemat huvitava objekti vahel. Žestile žestiga vastamine (nt lehvitamine). Hääletsuste matkimine.

Esemete kasutamine eneseväljenduseks: toob tassi, et juua paluda; valib signaalesemete seast meelepärase tegevuse tähise (nt müts-õue, pall-võimlema).

Lalinsõnade kasutamine eneseväljenduseks.

Fotokommunikatsiooni kasutamine: fotol enda, pereliikmete, klassikaaslaste ära tundmine, igapäevategevuste ära tundmine ja tegelikkusega seostamine.

Igapäevategevuste seostamine PCS-piltide, piktogrammide, lihtsustatud viibete ja/või signaalsõnadega.

Oma nimele reageerimine.

Jaatuse ja eituse väljendamine õpitud viisil. Lihtsate igapäevaste (žestidega saadetud) korralduste järgimine (nt istu, tule siia, anna). Reageerimine keelule koostevuses (nt katkestab tegevuse vähemalt hetkeks, vabastab haardest ebasoovitava eseme).

III arengutase

Õpitud foto, PCS-pildi, piktogrammi, lihtsustatud viipe või (lalin)sõna situatsioonile vastav kasutamine, sh oma soovide väljendamiseks.

Kahesõnaliste lausungite ja alternatiivsete suhtlusvahendite (nt suhtlustahvli) kasutamine konkreetsetes situatsioonides, sh oma soovide väljendamiseks.

Lihtsamatele igapäevastele küsimustele (nt mis tund sul algab?, mis tundi lähed?) vastamine lausungit või alternatiivset suhtlusvahendit kasutades.

Enda seostamine foto ja nimekaardiga. Oma nime väljendamine.

Lihtsate igapäevaste (sh alternatiivsete suhtlusvahenditega toetatud) korralduste järgimine (nt viska paber prügikasti; too liim; võta tass). Keelule reageerimine, keelatud tegevuse lõpetamine vähemalt

mõneks ajaks.

1.1. Motoorsed oskused I arengutase

Õpilase seisundi kirjeldus: iseseisvalt ei siirdu ega liigu, on ratastoolis, kärus või voodis istuvas või lamavas asendis.

Füüsiline kontakt ja kehatunnetus. Füüsilise kontaktiga harjumine. Füüsilisele kontaktile positiivselt reageerimine. Positiivne reageerimine kehaasendi muutmisele. Reageerimine ebamugavale asendile. Positiivne reageerimine veeprotseduuridele, vibroakustilisele voodile, vesivoodile, resonantslauale, kiigele, teraapiapallile.

Kehatunnetuse arendamine erinevate vahendite abil (kompresioonriided, kehasokk, raskusvest, raskusmansetid vms).

Üldmassaaž, näo ja jäsemete massaaž, passiivsete liigutuste sooritamine füsioterapeudi poolt antud juhiste järgi (kontraktuuride vältimine, lihaspinge vähendamine, toonuse tõstmine).

Asendid. Pea hoidmine, tõstmine, pööramine erinevates asendites (kõhuliasendis, istudes, seisulaua seistes). Kõhuliasendi lühiajaline aktsepteerimine. Toetumine küünarvartele. Asendi säilitamine abiga, iseseisvalt. Käpulasendi aktsepteerimine, säilitamine abiga. Istumine kohandatud ratastoolis, eriistmes, põrandal või toolil (abiga või ilma). Seisimine seisulaua.

Liigutuste sooritamine abiga. Käe sirutamine õlaliigesest, käe kõverdamine, sirutamine küünarliigesest. Jalgade kõverdamine, sirutamine. Keeramine kõhult seljale, seljalt kõhule.

Liikumine selili jalgadega lükates, liikumine kõhuli ebatavalisel viisil.

Liikumine. Aktiivsed liigutused puuduvad või on piiratud, kontrollimatud. Vajab liigutuste sooritamiseks ja asendi muutmiseks kõrvalist abi.

Tasakaal. Oma keharaskuse tunnetamine (teraapiapallil). Kiikumine (ratastoolikiik, kookonkiik vms).

Koordinatsioon. Käte toomine keskjoonele, suu juurde. Kätte antud eseme hoidmine silinderhaardes, suu juurde toomine. Eseme poole küünitamine, rippuva eseme tabamine. Eseme eemale lükkamine. Oma käte jälgimine.

Peenmotoorika. Erinevate materjalide (vesi, liiv, kivid, tõrud, puulehed) kompimine. Erinevate voolimismasside, näpuvärvidega tegutsemine passiivselt. Näpumängud passiivselt.

II arengutase

Õpilase seisundi kirjeldus. Kasutab liikumisel abivahendit (ratastool, rulaator, käimisraam vms), võib vajada abistamist. Kasutab ebatavalist liikumismustrit.

Füüsiline kontakt ja kehatunnetus. Kehaosadele osutamine, patsutamine koostegevuses (nt Knilli meetodil).

Asendid. Istumine ratastoolis, toolil, põrandal. Toengpõlvituses (kápuli), põlvili olemine. Seisimine toe najal, lühiajaliselt iseseisvalt. Pikali asendist istuma ja püsti asendisse siirdumine iseseisvalt või abiga. Soovi korral oma kehaasendi muutmine.

Liigutused. Individuaalsetele eeldustele vastav jäsemete liigutamine. Käe keeramine randmest. Lehvitage, plaksutamine, patsutamine.

Liikumine. Liikumine roomates, rullides, kápuli, põlvili, istuli, püsti toe najal. Liikumine ratastoolis, rulaatoriga, käimisraami abil. Kõndimine (ebatavalisel viisil). Batuudil istudes, põlvili üles-alla hüplemine (abiga).

Tasakaal. Kaitsetoetus ette ja küljele teraapiapallil. Kaitsetoetus istuvas asendis ette ja küljele. Kiikumine turvalisel kiigel.

Koordinatsioon. Eseme haaramine kahe käega. Eseme haaramine ühe käega, vahetamine käest kätte. Esemest lahti laskmine, viskamine. Esemetega sihipärane manipuleerimine (liigutamine, võtmine, andmine, panemine, kopsimine).

Peenmotoorika. Toidu võtmine taldrikult (spetsiaalse) lusikaga, lusika suu juurde viimine (abiga, iseseisvalt). Palli lükkamine jalaga istuvas asendis. Palli veeretamine, viskamine. Tegutsemine voolimismassi, näpuvärvidega, kritseldamine (liigutus õlast) kriidi, pliiatsiga. Esemete lahti tõmbamine aluselt, rebimine kasutades ühte kätt.

III arengutase

Õpilase seisundi kirjeldus. Liigub iseseisvalt. Võib olla motoorselt kohmakas.

Füüsiline kontakt ja kehatunnetus. Osutab enda ja teiste kehaosadele. Sooritab harjutusi paaris või rühmas.

Asendid. Seismine, kükitamine. Seismine ühel jalal (lühiajaliselt). Asendite sujuv vahetamine. Tegevuseks sobiva kehaasendi valimine.

Liigutused. Liigutuste matkimine. Liigutuste sooritamine füüsilise, suulise või visuaalse juhendamise järgi. Liigutuste sooritamine liigutuste tempot ja amplituudi muutes. Esemete korjamine kummardudes või kükitades.

Liikumine. Kõndimine ebatasasel maastikul, takistustest möödumine, nende ületamine. Liikumine trepil, kaldpinnal (vajaduse korral toest kinni hoides). Jooksmine, hüppamine, alla hüppamine madalalt esemelt. Tunnelist läbi roomamine. Kukerpall abiga.

Oma keha tõmbamine ja tõukamine käte abil pingil edasi liikudes, istudes ja kõhuliasendis. Juhendamise korral varbseinal üles-alla ronimine; juurdevõtusammuga. Hüppamine batuudil, vajaduse korral abiga.

Sõitmine veloergomeetril, kolmerattalise ratta või jooksurattaga.

Tasakaal. Seismine esemel (toolil, poomil). Kõndimine poomil ja tasakaalukividel. Keerutamine, kiikumine. Ujumine, uisutamine, suusatamine ja kelgutamine individuaalsel tasemel.

Koordinatsioon. Palli sihipärane viskamine (kaaslasele, korvi, märgi pihta) ja püüdmine. Klotside ladumine. Harjutused võimlemis- ja rütmikavahenditega (rõngas, võimlemislint), riisikotiharjutused.

Liikumine orientiire arvestades (märgile astudes), kaaslastega rivis või ringjoonel. Liikumine edaspidi ja tagurpidi. Liikumine varvastel, kandadel. Tegutsemine mänguväljakul (liumägi jms).

Peenmotoorika. Plastiliini rullimine (alusel, kahe peo vahel), kritseldamine (liigutus küünarnukist pliiatsi või kriidiga (edasi-tagasi, ringselt). Värvimine kriidi või värvidega.

Keeramine (purgikaane keeramine, mutri keeramine poldile vm). Paberi rebimine ja voltimine mõlemat kätt kasutades. Vildipalli veeretamine. Kartongile tikkimine (abiga).