

Výchova a vzdelávanie žiakov s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia

Metodická príručka pre prácu so žiakmi
so zdravotným znevýhodnením a žiakmi
so všeobecným intelektovým nadaním

Zväzok 7

Výchova a vzdelávanie žiakov s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia

Autorky

PaedDr. Karina Gažiová

Mgr. Zuzana Jurčová

Obsah

Obsah.....	3
Výchova a vzdelávanie žiakov s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia	5
1. Charakteristika žiaka s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia	6
1.1 Definícia a kategorizácia ľahkého stupňa mentálneho postihnutia	6
1.2 Dôležité princípy inkluzívneho vzdelávania žiakov s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia.....	8
1.3 Kognitívne osobitosti žiakov s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia	12
2. Postupy, ktorými sa dopĺňa obsah vzdelávania žiakov s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia.....	16
2.1 Komunikačná schopnosť	16
2.1.1 Ciele a obsah v 1. cykle vzdelávania	21
2.1.2 Ciele a obsah v 2. cykle vzdelávania	23
2.1.3 Ciele a obsah v 3. cykle vzdelávania	25
2.2 Kompenzačné mechanizmy	26
2.2.1 Charakteristika oblasti podpory – 1. cyklus.....	26
2.2.2. Charakteristika oblasti podpory – 2. cyklus.....	27
2.2.3 Charakteristika oblasti podpory – 3. cyklus.....	28
2. 3 Sociálna autonómia.....	30
2.3.1 Charakteristika oblasti podpory – 1. cyklus vzdelávania	30
2.3.2 Charakteristika oblasti podpory – 2. cyklus vzdelávania	32
2.3.3 Charakteristika oblasti podpory – 3. cyklus vzdelávania	35
2.4 Pracovné zručnosti a profesijná orientácia	38
2.4.1 Ciele a obsah pre 1. cyklus vzdelávania.....	39
2.4.2 Ciele a obsah pre 2. cyklus vzdelávania.....	42
2.4.3 Ciele a obsah pre 3. cyklus vzdelávania.....	44
3. Metódy a postupy vo výchove a vzdelávaní žiakov s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia.....	47
3.1 Metódy a postupy zamerané na podporu komunikačnej schopnosti	47
3.2 Metódy a postupy, zamerané na kompenzáciu deficitov v rôznych oblastiach výchovno-vzdelávacieho procesu	58
3.3 Príklady využitia kompenzačných stratégií na hodinách matematiky v 1. cykle	59
3.4 Príklady využitia kompenzačných stratégií v predmete matematika v 2. cykle	62

3.5 Príklady využitia kompenzačných stratégií v predmete matematika v 3. cykle	63
3.4 Vizualizačné metódy a postupy	65
3.5 Hmatateľné kompenzačné pomôcky a nástroje	67
3.6 Spôsoby implementácie pomôcok a kompenzačných stratégií v triede	67
Modifikácia učebných materiálov	67
3.6.1 Digitálne technológie a aplikácie	68
3.6.2 Metódy a postupy rozvoja priestorovej a časovej orientácie	70
3.6.3 Metódy rozvoja sociálnej inklúzie	71
3.6.4 Techniky pre rozvoj pozornosti	72
3.6.5 Techniky pre posilnenie pracovnej pamäti	73
3.6.6 Kompenzácia prípadných senzomotorických deficitov	74
3.6.7 Metódy kompenzácie ťažkostí v oblasti psychického prežívania žiakov	74
3.6.8 Metódy a postupy zamerané na podporu sociálneho vývinu	74
3.6.9 Metodické postupy so zameraním na motorické a pracovné zručnosti	80
3.6.10 Špecifiká metodiky vzdelávania žiakov s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia v 3. cykle vzdelávania	81
3.6.11 Hodnotenie žiakov s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia	82
4. Spolupráca a podpora	86
Zoznam literatúry	88
Prílohy	89
Príloha 1	90
Príloha 2	92
Príloha 3	93
Príloha 4	94
Príloha 5	95
Príloha 6	96
Príloha 7	98

Výchova a vzdelávanie žiakov s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia

Základom inkluzívneho vzdelávania je snaha poskytnúť všetkým deťom bez rozdielu čo najlepšiu úroveň vzdelávania s ohľadom na ich individuálne možnosti a schopnosti. Metodická príručka je koncipovaná tak, aby pomohla hlavne pedagógom bez špeciálnopedagogického vzdelania zorientovať sa v osobitostiach výchovy a vzdelávania žiakov s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia. Publikácia neprináša vyčerpávajúce odporúčania, je pomôckou vytvoriť inkluzívny vzťah, podporu a inkluzívne prostredie pre všetkých aktérov vo vzdelávacom procese.

1. Charakteristika žiaka s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia

1.1 Definícia a kategorizácia ľahkého stupňa mentálneho postihnutia

Žiak s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia (ďalej ľahký stupeň MP) je v edukačnom kontexte vnímaný ako žiak so špecifickým vývinovým profilom, ktorý sa prejavuje v oblasti kognitívnych, rečových, motorických a sociálnych zručností. V zmysle § 2 písm. Zákona č. 245/2008 Z. z. o výchove a vzdelávaní (školský zákon) je tento žiak súčasťou skupiny žiakov so špeciálnymi výchovno-vzdelávacími potrebami (ŠVVP).

Posledná aktualizácia Medzinárodnej klasifikácie chorôb kategorizuje toto znevýhodnenie ako poruchu intelektového vývinu. Táto aktualizácia v čase tvorby metodiky nie je platná na Slovensku. Pre účely tohto dokumentu budeme využívať pojem platný v školskej legislatíve – mentálne postihnutie.

Špeciálna výchovno-vzdelávacia potreba v tomto kontexte definuje požiadavku na úpravu podmienok, obsahu a foriem vzdelávania. Táto požiadavka je na základe diagnostiky v zariadení poradenstva a prevencie realizovaná prostredníctvom podporných opatrení. Tie slúžia ako nástroj na odstraňovanie bariér a zabezpečenie plnohodnotnej participácie žiaka na edukačnom procese s ohľadom na jeho individuálny potenciál.

Žiak s ľahkým stupňom MP predstavuje jedinečnú osobnosť s individuálnym vývinovým profilom. Jeho vzdelávacia cesta v rámci nového Štátneho vzdelávacieho programu smeruje k dosiahnutiu maximálnej možnej miery samostatnosti a sociálnej inklúzie. Vzhľadom na vysokú mieru variability individuálnych osobitostí nie je možné špecifiká týchto žiakov generalizovať. Každý žiak si vyžaduje individuálne prispôsobený prístup reflektujúci jeho silné stránky a limity.

Hoci je vzdelávanie koncipované s cieľom dosiahnuť úroveň nižšieho sekundárneho vzdelania, kľúčovým faktorom zostáva rešpektovanie individuálneho tempa a limitov žiaka. U niektorých žiakov, vzhľadom na ich špecifický vývinový profil, nemusí byť dosiahnutie tejto formálnej úrovne prioritným cieľom.

Za úspech sa v týchto prípadoch považuje miera dosiahnutého progresu, rozvoj funkčnej gramotnosti a zručností pre praktický život, ktoré žiakovi umožnia čo najvyššiu mieru sociálnej inklúzie. Nová štruktúra vzdelávania v cykloch vytvára potrebný časový a metodický priestor

na postupné dozrievanie kognitívnych funkcií. Umožňuje tak žiakovi dosahovať pokroky v gramotnosti v súlade s jeho aktuálnymi možnosťami, čím sa vzdelávací proces stáva flexibilným a zameraným na reálny progres jednotlivca.

Pri cielenom pedagogickom vedení a rešpektovaní individuálnych potrieb sa žiaci s ľahkým stupňom MP stávajú plnohodnotnými a stabilnými členmi spoločnosti i pracovných kolektívov. Väčšina z nich dosahuje vysokú mieru nezávislosti v sebaobsluže a v bežných praktických činnostiach, hoci ich vývinová krivka môže vyžadovať dlhší čas a špecifickú metodickú podporu.

Tabuľka 1: Charakteristika žiaka s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia

Neuropsychický vývin	Neuropsychický vývin u žiaka s ľahkým stupňom MP je oneskorený a obmedzený oproti norme. Žiak vývinom dospeje až k schopnosti abstraktného myslenia, v ktorom však nedosiahne úroveň žiakov bez ŠVVP.
Reč	Reč je na začiatku oneskorená o jeden až dva roky v porovnaní s normou. Môžu sa objaviť problémy vo výslovnosti, v artikulačnej obratnosti, problémy vo formulácii myšlienok do slov.
City a vôľa	U žiaka sa prejavuje emocionálna nezrelosť, afektívna labilita, impulzivnosť, úzkosť.
Motorické zručnosti	V období školskej dochádzky pretrváva oneskorenie jemnej motoriky a celkovej koordinácie pohybov.
Sebaobsluha	Žiak s ľahkým stupňom MP dosiahne úplnú nezávislosť v tejto oblasti, jeho vývin je však pomalší.
Sociabilita	Sociálna nezrelosť sa prejavuje v problémoch s prispôbovaním sa tradíciám, normám. Uplatnenie žiakov je prevažne v oblasti manuálnych prác.

V edukačnom procese sa výzvy koncentrujú najmä v oblastiach vyžadujúcich vyššiu mieru abstrakcie a teoretickej práce, čo sa môže prejavovať pri osvojovaní si techník čítania a písania. Efektívnym nástrojom podpory je preto vzdelávanie zamerané na rozvoj funkčných zručností a využívanie kompenzačných mechanizmov, ktoré eliminujú bariéry v učení. V profesijnej oblasti nachádzajú títo jednotlivci uplatnenie najmä v povolaniach s praktickým zameraním, kde môžu naplno využiť svoj potenciál a manuálne zručnosti.

1.2 Dôležité princípy inkluzívneho vzdelávania žiakov s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia

Zmena v systéme školstva – nový vzdelávací program, legislatívne zmeny, zmeny vo vzdelávacom obsahu – dávajú možnosť vzdelávať sa v hlavnom prúde vzdelávania aj žiakom s ľahkým stupňom MP. Je pochopiteľné, že nastáva obava, ako takéhoto žiaka v triede zvládnuť, ako mu vytvoriť čo najvhodnejšie podmienky pre jeho rozvoj. Cieľom inklúzie ale nie je naučiť všetkých to isté, ale dať každému šancu napredovať podľa jeho vlastných možností.

Kľúčové faktory

Žiaci sa neučia to isté (Individualizovaný prístup)

Obsah vzdelávania sa u žiaka s ľahkým stupňom MP prispôsobuje jeho možnostiam. V rámci učiva o percentách sa môže žiak učiť rozlíšiť polovicu od celku. Zároveň žiak s vysokou úrovňou matematických schopností rieši ťažšie slovné úlohy s percentuálnym počtom, alebo uvažuje o tom, čo sú promile a aký je ich vzťah s percentami.

Čo je to Minimálny učebný výstup (MUV)?

Minimálny učebný výstup (ďalej MUV) slúži na hodnotenie žiakov. Predstavuje takú kvalitatívnu úroveň vedomostí, zručností a postojov žiakov, ktorá im umožňuje získať príslušný stupeň vzdelania a reprezentuje „dolnú hranicu“ pri hodnotení žiaka. Znamená to, že ak žiak dosiahne túto úroveň spôsobilostí, spĺňa základné kritériá pre úspešné ukončenie vzdelávacieho cyklu, priznanie stupňa vzdelania a postup do ďalšieho vzdelávacieho cyklu alebo stupňa vzdelávania. Je potrebné ho odlišovať od vzdelávacích cieľov, ktoré by mali byť nastavené vždy tak, aby každý žiak mohol dosahovať svoje osobné maximum. Minimálny učebný výstup pomáha vo veľkej miere aj žiakom so ŠVVP dosiahnuť optimálnu úroveň vedomostí a zručností, a byť tak súčasťou inkluzívneho vzdelávania. Zavedenie MUV na konci vzdelávacích cyklov predstavuje reakciu na dlhodobý problém, kedy časť žiakov so špeciálnymi výchovno-vzdelávacími potrebami, najmä žiakov s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia, opakovane nevedela ukončiť povinnú školskú dochádzku.

MUV vznikli preto ako kritérium:

- zabezpečenia spravodlivého hodnotenia pokroku žiakov s odlišnými vzdelávacíminosťami,

- vytvorenia realistickej a dosiahnuteľnej hranice vzdelávacieho minima,
- predchádzania predčasnemu zlyhaniu alebo vylúčeniu zo systému vzdelávania.

Minimálne výstupy tak plnia funkciu „záchranné siete“ v systéme pre žiakov so ŠVVP a poskytujú oporu tým žiakom, ktorí by inak formálne nedosiahli základné vzdelanie, hoci sú schopní ďalšieho vzdelávania.

Príklad: Vzdelávacia oblasť Jazyk a komunikácia

Vzdelávací štandard:

Žiak dokáže plynule a s porozumením prečítať primeraný umelecký text a samostatne reprodukovat' jeho obsah.

Minimálny učebný výstup:

- Čítanie: Žiak po opakovanom čítaní (aj s pomocou učiteľa) rozpozná v texte hlavné postavy a miesto deja.
- Písanie: Žiak dokáže odpísať krátky text bez vážnejších chýb, ktoré by menili zmysel slov, pričom grafomotoricky zvláda tvary písmen.
- Rozprávanie: Žiak vie jednoduchými vetami sformulovať odpoveď na otázku učiteľa týkajúcu sa prečítaného úryvku.

Dôležitou otázkou je aj: "Ako takéhoto žiaka známkovať?"

Hodnotiť pokrok, nie normu

- Hodnotiť, či sa žiak posunul vzhľadom na svoje vlastné ciele i ciele v individuálnom vzdelávacom programe (ďalej IVP).

Slovné hodnotenie

- Pri žiakoch s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia je v bežnej triede najvhodnejšie a najspravodlivejšie využívať slovné hodnotenie. Opisuje, čo žiak dosiahol, v čom sa snažil a kde urobil pokrok.

Kritériá

- Známkby by sa mali odvíjať od upravených nárokov. Ak žiak splnil úlohu prispôsobenú priamo pre neho na 100 %, má dostať jednotku podľa týchto jasne definovaných kritérií.

Znevýhodnenie žiaka s ľahkým stupňom MP kladie špecifické nároky na adaptáciu prostredia a metód práce – názornosť, štruktúra, emočná podpora. Avšak pri správnom nastavení inkluzívneho vzdelávania nie je primárnym činiteľom diagnóza, ale nastavenie podporných opatrení, ktoré vedú k prežitiu plnohodnotného, sociálne integrovaného a pracovne úspešného života.

Tabuľka 2 Vzdelávanie u žiakov s ľahkým stupňom MP pred a po reforme

Oblasť	Pred reformou (pôvodný ŠVP)	Po reforme (nový ŠVP 2023+)
Postavenie A variantu	Jasne definovaný variant vzdelávania pre žiakov s ľahkým stupňom MP.	Školy pracujú s úpravami a individualizáciou podľa potrieb žiaka.
Obsah vzdelávania	Znížené nároky, upravené učivo, pomalšie tempo.	Obsah je flexibilnejší, dôraz na kľúčové kompetencie, nie na memorovanie.
Hodnotenie žiakov	Tradičné známkovanie, menej dôrazu na formatívne hodnotenie.	Silný dôraz na formatívne hodnotenie, spätnú väzbu a individuálny pokrok.
Metódy výučby	Frontálne vyučovanie, menej diferenciácie.	Dôraz na inkluzívne metódy, diferenciáciu, projektové učenie.
Učebnice a materiály	Špeciálne učebnice pre A variant.	Nové digitálne a univerzálne učebnice, ktoré sa dajú prispôsobiť úrovni žiaka.
Podpora žiakov	Pedagogický asistent podľa možností školy.	Posilnená podpora – odborné tímy, školskí špeciálni pedagógovia, asistenti, individuálne plány.
Ciele vzdelávania	Zvládnutie základného učiva podľa znížených štandardov.	Rozvoj funkčnej gramotnosti, samostatnosti a praktických zručností.
Prechod na ďalší stupeň	Obmedzené možnosti, často odborné učilišťa.	Väčší dôraz na kariérové poradenstvo a individuálne smerovanie žiaka.
Prístup k učivu	Silná orientácia na učivo, memorovanie, nižšia flexibilita.	Dôraz na rozvoj gramotností, kompetencií a praktických zručností.

Oblasť	Pred reformou (pôvodný ŠVP)	Po reforme (nový ŠVP 2023+)
Individualizácia	Závislá najmä od školy a učiteľa; rozdielna kvalita.	Posilnená individualizácia, dôraz na podporu žiakov so ŠVVP v rámci nového ŠVP.
Kurikulum	Stabilné, málo prepojené s potrebami 21. storočia.	Nový štátny vzdelávací program, digitálna verzia, metodická podpora
Podporné opatrenia	Existovali, ale ich aplikácia bola nerovnomerná.	Posilnené metodické usmernenia, mentoring, väčšia dostupnosť odborníkov.
Práca asistenta	Často nedostatočná kapacita.	Reforma kladie dôraz na podporu škôl pri implementácii – vrátane personálnej podpory.
Individualizované učebné plány	Používané, ale menej prepojené s modernými kompetenciami.	Nové kurikulum umožňuje flexibilnejšie prispôsobenie obsahu a metód.
Metódy učenia	Tradičné, frontálne vyučovanie.	Dôraz na aktívne učenie, projekty, praktické úlohy.
Hodnotenie	Prevažne sumatívne (známky).	Posilnené formatívne hodnotenie – spätná väzba, rozvoj žiaka.
Digitálne kompetencie	Doplňkové.	Kľúčová súčasť nového ŠVP
Zavádzanie zmien	Stabilný systém bez veľkých zmien.	Postupné zavádzanie nového ŠVP od 2023 do 2027, všetky školy prejdú na nový program.
Podpora škôl	Obmedzená.	Mentoring, metodické materiály, školenia pre učiteľov.

1.3 Kognitívne osobitosti žiakov s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia

Kognitívne (poznávacie) procesy, prostredníctvom ktorých sa žiak učí, premýšľa a poznáva svet sa u žiaka s ľahkým stupňom MP v dôsledku funkčného oslabenia centrálnej nervovej sústavy vyvíjajú nerovnomerne a obmedzene. Edukačné procesy však môžu formovať aktivitu a činnosť CNS. Kognitívne funkcie sú ovplyvňované intervenciou t.j. sú spôsobilé modifikovať a meniť sa. Učiteľ by mal byť teda presvedčený o možnosti rozvoja žiaka s ľahkým stupňom MP, premýšľať o konkrétnych prejavoch jeho jednotlivých kognitívnych procesov, ktoré u žiaka potom trénuje, posilňuje a rozvíja.

Efektivita kognitívnych operácií závisí na kvalite pozornosti, koncentrácia pozornosti ovplyvňuje spracovanie informácií, ich zapamätanie a opätovné využívanie. Špecifickou zvláštnosťou žiakov s ľahkým stupňom MP je obmedzená schopnosť eliminovať rušivé vplyvy, nízky rozsah a nestálosť pozornosti, vrátane obmedzenej schopnosti deliť pozornosť na viac činností (Procházka, In. Valenta, Michalik, Lečbych a kol. 2012).

Pamäť je u žiakov s ľahkým stupňom MP prevažne mechanická, konkrétna a krátkodobá, žiaci potrebujú viac času na zapamätanie si, častejšie opakovanie poznatkov. To všetko negatívne ovplyvňuje osvojovanie si nových poznatkov a vybavovanie si učebnej látky. Vnímanie predstavuje nevyhnutnú súčasť školskej práce, keďže je predpokladom vzájomného kontaktu žiaka a učiteľa. Na to, aby žiak s ľahkým stupňom MP mohol informácie prijímať, musí dosiahnuť určitú vývinovú úroveň. U žiakov s ľahkým stupňom MP zaznamenávame spomalenosť tempa vnímania, zúžený rozsah vnímania, nedostatočnú diferenciáciu detailov a celkov, inaktivitu.

Vizuálne (zrakové) vnímanie má zásadný význam pre rozvoj psychických funkcií a orientáciu v prostredí. U žiaka s ľahkým stupňom MP je narušená schopnosť vnímať komplexne, vnímať celok ako súbor detailov a ich vzťahy. Pripája sa aj často nesystematická koordinácia očných pohybov, čo sa prejavuje u žiaka s ľahkým stupňom MP pri čítaní (napr. žiak preskakuje riadok v texte), pri písaní (napr. žiak nepíše do línie riadku). Auditívne (sluchové) vnímanie úzko súvisí s rozvojom reči. U týchto žiakov dochádza k pomalému utváraniu podmienených spojov a dynamického stereotypu, čo má za dôsledok nedostatočné a oneskorené rozlišovanie foném, oneskorené dozrievanie fonematického sluchu, sluchovej analýzy a syntézy, oneskorené utváranie reči. U žiakov s ľahkým stupňom MP, ktorí sú adekvátne vzdelávaní

a vychovávaní bez sociálnej izolácie, sa neočakáva závažné narušenie orientačných funkcií – orientácia v priestore a čase, ale môžu sa prejavovať problémy v odhade vzdialenosti a v priestore a vo vnímaní vlastnej schémy tela (pravá a ľavá strana, predomnou, za mnou).

Ďalej sú u týchto žiakov zjavné deficity v čiastkových kognitívnych funkciách, ktoré sa prejavujú hlavne v oblastiach:

- **Vizuálne členenie** (diferenciácia figúry a pozadia) – umožňuje zamerať sa na najdôležitejšiu časť z celku a odpútať sa od iných častí, u žiakov s ľahkým stupňom MP sa prejavuje obmedzenosť v diskriminácii figúry a pozadia, napr. pri odlíšení obrázkov z pozadia či písmen v texte.
- **Vizuálna diferenciácia** – umožňuje rozlišovať prvky, ktoré sú podobné ale nie rovnaké, tj. rozlíšiť, ktoré časti sú zhodné a ktoré nie, odlíšiť ich v polohe. Je dôležitá pre použitie pre čitateľskú kompetenciu.
- **Vizuálna pamäť** – umožňuje správne si zapamätať symboly ako písmená či číslice.
- **Auditívne členenie (diferenciácia figúry a pozadia)** – umožňuje zamerať pozornosť a vyčleniť dané zvuky z pozadia, u žiakov s ľahkým stupňom MP sa prejavuje sluchová nepozornosť ako sústredenie sa na hlas učiteľa, pričom sa často rozptýlia inými zvukmi.
- **Auditívna diferenciácia** – schopnosť analyzovať komplexnú zostavu hlások. Žiaci s ľahkým stupňom MP disponujú nízkou úrovňou fonologického uvedomovania (sluchová analýza) a fonemického uvedomovania (rozlíšenie podobnej znejúcej hlásky), ku ktorému dospieva oneskorene oproti norme (vo veku 4,5–6 rokov).
- **Auditívna pamäť** – umožňuje zachytiť, spracovať a uchovávať informácie prichádzajúce sluchovou cestou, žiaci s ľahkým stupňom MP slovo, vetu, ktorú niekto vysloví, vo väčšine neudržia v krátkodobej pamäti.
- **Intermodálne vzťahy** – umožňujú spájať obsahy jednej zmyslovej oblasti s obsahmi inej oblasti, v škole to znamená, aby sa žiak naučil spojiť tvar písmena, ktorú vidí so zvukom, ktorý k danému písmenu patrí, aby spojil počutú hlásku s videným písmenom. Tento proces u žiakov s ľahkým stupňom MP prebieha pomalšie a s obmedzením.
- **Vnímanie časového sledu – serialita** – čas plynie v čase, zážitky prebiehajú v následnosti, slová sa zakladajú na správnom poradí písmen alebo poradí čísel, pričom žiak s ľahkým stupňom MP často nedodrží postupnosť hlások, písmen.

- **Taktilno-kinestické vnímanie** – schéma tela a orientácia v priestore. Kinestické vnímanie podmieňuje vnímanie schémy tela a následnej schopnosti vnímať polohu v priestore.

Ak sa u žiaka zistí deficit v oblasti už prvotnej bazálnej funkcie vizuálneho členenia, je možné očakávať, že následne spôsobí aj deficit vo vizuálnej diferenciacii a vizuálnej pamäti (Hlebová, B., Ďordovičová, J., & Palková, V., 2015).

Deficity čiastkových funkcií výrazne sťažujú učenie. Ich ovplyvnenie v procese vzdelávania si vyžaduje kombináciu špecifického tréningu a úpravy prístupu. Medzi kľúčové spôsoby, ktoré pomáhajú deficitom kompenzovať a zmierniť ich dopad zaradujeme:

a) Cielový tréning – Nestačí sa len učiť viac, treba posilniť "nástroje" vnímania. Často sa využívajú metódy ako:

- Tréning fonematického uvedomovania: Cvičenia na rozlišovanie hlások, slabík a dĺžok (kľúčové pre čítanie a pravopis).
- Vizuálna diferenciacia: Cvičenia na rozlíšenie tvarov, figúry a pozadia (pomáha pri zámene písmen b/d, p/b).
- Intermodálne kódovanie: Prepájanie zrkovného vnemu so sluchovým (napr. vidím písmeno – vyslovím hlásku).

b) Úprava vyučovacích metód (Diferenciácia)

- Multisenzoriálny prístup: Zapojenie viacerých zmyslov naraz. Ak má dieťa oslabený sluch, informáciu musí aj vidieť (nákres) alebo si ju ohmatať (model).
- Kúskovanie informácií: Delenie učiva na malé, logické celky, aby nedošlo k preťaženiu pracovnej pamäte.
- Vizuálna podpora: Používanie piktogramov, farebné odlišovanie dôležitých častí textu a grafické organizéry.

c) Kompenzačné mechanizmy

- Ak tréning nestačí, nastupuje cielená podpora:
- Technické pomôcky: Audio knihy pre žiakov s oslabenou vizuálnou cestou, alebo čítacie okienka pre lepšiu orientáciu v riadku.
- Tolerancia formy: Uprednostnenie ústneho skúšania pred písomným (pri poruchách grafomotoriky) alebo poskytnutie pomocných tabuliek a vzorcov.

d) Psychologický aspekt

- Eliminácia stresu: Deti s DČF pracujú s oveľa vyšším úsilím než rovesníci. Je dôležité hodnotiť snahu a individuálny pokrok, nie len absolútny výkon v porovnaní s triedou.
- Zameranie na silné stránky: Ak má dieťa deficit v priestorovej orientácii, ale vyniká v logike, treba mu dovoliť využívať logické postupy na obchádzanie deficitu.

Zhrnutie

Pri práci so žiakom s ľahkým stupňom MP je potrebné poznať v prvom rade jeho individuálne osobitosti, deficity čiastkových funkcií. Eliminovanie deficitov si vyžaduje dlhú a pravidelnú reedukáciu, ktorú na školách môžu zabezpečiť predovšetkým školskí špeciálni pedagógovia. Trénovanie a posilnenie oslabených funkcií zlepší motiváciu žiaka na vyučovaní, vyvolá u neho záujem o získanie nových vedomostí a uľahčí cestu vzdelávania. Preto je potrebná spolupráca všetkých zúčastnených osôb vo vzdelávaní žiaka.

2. Postupy, ktorými sa dopĺňa obsah vzdelávania žiakov s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia

Žiaci s ľahkým stupňom MP majú špecifické vzdelávacie potreby, vyžadujú si cielené, systematické a dlhodobé rozvíjanie oblastí, ktoré u žiakov bez ŠVVP dozrievajú prirodzene. Špecifické postupy nepredstavujú externý doplnok k vzdelávaciemu obsahu, ale uplatňujú sa kontinuálne ako integrálna súčasť edukačného procesu.

Postupy, ktoré dopĺňajú vzdelávací obsah u žiakov s ľahkým stupňom MP sú zamerané na špecifické oblasti podpory:

- Komunikačnú schopnosť
- Kompenzačné mechanizmy
- Sociálnu autonómiu
- Pracovné zručnosti a profesijnú orientáciu.

2.1 Komunikačná schopnosť

Charakteristika

Komunikačné schopnosti žiakov s ľahkým stupňom MP sú ovplyvnené ich celkovým kognitívnym vývinom, čo sa prejavuje v rôznych aspektoch reči a interakcie. Rozvíjanie schopnosti komunikovať je preto jedným zo základných cieľov výchovno-vzdelávacieho procesu žiakov s ľahkým stupňom MP.

Všeobecná charakteristika komunikačnej schopnosti žiakov s ľahkým stupňom MP:

- **Pomalší vývin reči:** Reč sa u nich vyvíja pomalšie, často s oneskorením. Môžu začať hovoriť neskôr alebo majú obmedzenú slovnú zásobu.
- **Obmedzená slovná zásoba:** Ich aktívna i pasívna slovná zásoba je menšia v porovnaní s intaktnými rovesníkmi. Môžu mať ťažkosti s hľadaním správnych slov na vyjadrenie myšlienok.
- **Ťažkosti s artikuláciou a výslovnosťou:** Často sa vyskytujú poruchy výslovnosti (dyslália), ako sú nesprávna výslovnosť niektorých hlások, zámena hlások alebo vynechávanie slabík.

- **Jednoduchá vetná skladba:** Používajú jednoduchšie a kratšie vety. Môžu mať problém so správnou gramatickou štruktúrou viet, časovaním slovies alebo skloňovaním podstatných mien.
- **Narušená gramatika a syntax:** Často sú prítomné chyby v gramatike, ako sú nesprávne tvary slov, problémy s rodom, číslom a pádom alebo s použitím predložiek.
- **Konkrétne myslenie ovplyvňuje reč:** Ich myslenie je viac konkrétne, čo sa odráža aj v ich reči. Môžu mať problémy s chápaním abstraktných pojmov, metafor alebo irónie.
- **Ťažkosti s porozumením zložitejších inštrukcií:** Ak sú inštrukcie príliš dlhé, viaczložkové alebo obsahujú abstraktné pojmy, môžu mať problém s ich porozumením a následnou realizáciou.
- **Problémy s nadväzovaním a udržiavaním konverzácie:** Môžu mať obmedzené schopnosti v iniciovaní konverzácie, plynulom prechádzaní z témy na tému alebo v udržiavaní dlhšieho dialógu.
- **Znížená schopnosť naratívnych prejavov:** Rozprávanie príbehov, opis udalostí alebo reprodukcia textu môže byť pre nich náročnejšia, často im chýba logická následnosť a súdržnosť.
- **Echolálie a perseverácie:** Niekedy sa môžu objaviť echolálie (opakovanie slov alebo fráz, ktoré počuli) alebo perseverácie (opakované používanie rovnakých slov či myšlienok).
- **Potreba vizuálnej podpory:** Vizuálne pomôcky (obrázky, gestá, demonštrácie) môžu výrazne zlepšiť ich porozumenie a vyjadrovacie schopnosti.
- **Sociálne aspekty komunikácie:** Môžu mať ťažkosti s pochopením neverbálnych signálov (mimika, gestá), s udržiavaním očného kontaktu alebo s adekvátnou reakciou v sociálnych situáciách.

Je dôležité zdôrazniť, že úroveň komunikačných schopností sa môže líšiť u každého žiaka s ľahkým stupňom MP a závisí od viacerých faktorov, vrátane individuálnych schopností, miery podpory, stimulujúceho prostredia a včasnej intervencie. Obsah podpory komunikačnej schopnosti je podstatný pre celé vzdelávanie a výchovu žiakov s ľahkým stupňom MP. Zvládnutie výchovno-vzdelávacích úloh vo vzdelávacej oblasti Jazyk a komunikácia je predpokladom pre splnenie úloh ďalších vzdelávacích oblastí. Cieľom vzdelávacej oblasti Jazyk

a komunikácia je naučiť žiakov jednoducho a zrozumiteľne sa vyjadrovať ústnou a písomnou formou spisovného jazyka, utvoriť návyk správneho hlasného čítania, naučiť ich rozumieť prečítanému textu a z väčšiny žiakov vychovať čitateľov a poslucháčov s kladným vzťahom k literatúre.

Komunikačná schopnosť pokrýva niekoľko oblastí, ktoré sa navzájom prelínajú a špecifickým spôsobom prispievajú k plneniu cieľov vzdelávania: rozvíjajú zmyslovú, emocionálnu, vôľovú a rozumovú stránku osobnosti dieťaťa, spoluutvárajú charakter žiaka a spolu s ostatnými predmetmi posilňujú výchovu k vlastenectvu.

Pri organizácii podmienok výchovy a vzdelávania žiakov s ľahkým stupňom MP je potrebné postupovať v súlade s ich individuálnymi potrebami, rešpektovať výsledky psychologickéj, špeciálno-pedagogickej či medicínskej diagnostiky a spolupracovať so zákonnými zástupcami, pedagogickými a odbornými zamestnancami a príslušným zariadením poradenstva a prevencie.

Charakteristika žiaka s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia

Receptívna komunikácia (porozumenie reči)

Tabuľka 3 Sluchové vnímanie a spracovanie

Schopnosť	Popis	Praktický dopad
Sluchová pozornosť	Skrátená – udrží pozornosť 5–10 minút pri riadenom počúvaní.	Potrebuje časté prestávky, striedanie aktivít.
Sluchová pamäť	Krátkodobá: 3–4 jednotky informácií.	Zabudne začiatok dlhej vety.
Sluchová diferenciácia	Problémy rozlíšiť podobné fonémy (p–b, t–d, s–š).	Chyby pri diktátoch, počúvaní s porozumením.
Sluchová sekvencia	Ťažkosti zapamätať si poradie (napr. dni, mesiace).	Problémy s postupnými pokynmi.
Filtrovanie rôznych zvukových podnetov	Nevie odfiltrovať rušivé zvuky v pozadí	V hlučnej triede, kde sú rôzne sluchové podnety nerozumie učiteľovi.

Tabuľka 4 Porozumenie vetám

Typ lingvistickej štruktúry	Úroveň chápania	Príklad
Jednoduchá veta	Vysoká	„Mama varí obed.“
Veta s 1 doplnkom	Dobrá	"Mama varí obed v kuchyni."
Zložené súvetie (2 súvetia)	Obmedzená	"Mama varí obed a otec čaká v obývačke."
Otázky zatvorené (áno/nie)	Vysoká	„Chceš vodu?“
Otázky WH– (kto, čo, kde)	Dobrá	„Kde je mama?“
Otázky WH– (prečo, ako)	Slabá	„Prečo to myslíš?“

Tabuľka 5 Porozumenie slovám (lexikálna úroveň)

Slovné druhy	Úroveň porozumenia, chápania	Príklad
Konkrétne podstatné mená	Vysoká	mama, stôl, pes, škola, jablko
Abstraktné podstatné mená	Veľmi nízke	sloboda, zodpovednosť, demokracia
Slovesá – základné	Dobrá	ísť, jesť, spať, hrať sa, čítať
Zložitejšie slovesá	Obmedzená	premýšľať, porovnávať, analyzovať
Prídavné mená	Základné dobré	veľký, malý, červený
Prídavné mená – menej opisné	Obmedzená	sklamáný, hrdý, zodpovedný
Príslovky	Premenlivá	rýchlo, pomaly – dobrá, ale bohužiaľ, nanešťastie – nízka
Predložky, spojky	Častá zámena predložiek, základné spojky dobré	v, na, do, z – často zamieňa a, ale – dobrá, hoci, napriek tomu – nízka

Expresívna komunikácia (vyjadrovanie)

Tabuľka 6 Orientačná slovná zásoba podľa veku

Vek	Pasívna slovná zásoba	Aktívna slovná zásoba
6–7 rokov	500–800 slov	150 – 300 slov
8–10 rokov	1000–1500 slov	400–700 slov
11–14 rokov	1500 – 2500 slov	700–1200 slov
15+ rokov	2000 – 3500+ slov	1000–2000+ slov

Tabuľka 7 Pragmatická úroveň, používanie jazyka v sociálnom kontexte – konverzačné zručnosti

Zručnosť	Úroveň	Charakteristika
Iniciovanie rozhovoru	Obmedzené	Zriedka sám.
Reakcia na iniciáciu	Dobrá	Odpovie, keď sa ho niekto opýta.
Udržiavanie témy	Problém	Po 2–3 výmenách odbočuje od témy. Náhle mení tému bez signálu.
Oprava nedorozumenia	Slabá	Nevie vysvetliť, keď mu iní nerozumejú.
Ukončenie rozhovoru	Obmedzené	Často odíde z konverzácie bez rozlúčenia.
Monitorovanie partnerov	Slabé	Nevšimne si, že partner nerozumie zo strany ich konverzácie.

Rozvinutá komunikačná schopnosť je dôležitá, pretože je prostriedkom vyjadrovania potrieb, nadväzovania kontaktov, výmeny informácií a neskôr aj vyjadrovania vlastných emocionálnych stavov a ich spoznávania v správaní iných ľudí. Nezávisle od spôsobu komunikácie žiaka, je

potrebné rozvíjať jestvujúcu schopnosť komunikácie v zmysle sociálnej komunikácie s cieľom dosiahnutia vyššej vývinovej úrovne a generalizácie osvojených schopností na nové situácie. Prvoradým cieľom výchovy a vzdelávania je sociálne správanie zodpovedajúce veku tohto žiaka, aby bolo na úrovni jeho schopností, resp. rozvíjanie a učenie základných predpokladov týchto zručností.

Špecifická podpora sa orientuje na:

- rozvíjanie komunikačnej schopnosti žiakov;
- rozvíjanie grafomotorických zručností žiakov – preferuje sa v 1. cykle.

2.1.1 Ciele a obsah v 1. cykle vzdelávania

Rozvíjanie komunikačnej schopnosti žiakov

Ciele

- Porozumieť jednoduchej verbálnej a neverbálnej komunikácii.
- Vyjadriť svoje potreby, pocity a myšlienky primeraným spôsobom.
- Viesť krátky rozhovor v bežných sociálnych situáciách.
- Rozšíriť slovnú zásobu prostredníctvom praktických komunikačných aktivít.
- Vhodne používať komunikačné pravidlá v skupine.
- Aktívne počúvať a reagovať na jednoduché pokyny.
- Vytvoriť pozitívny vzťah ku komunikácii a spolupráci s rovesníkmi.
- Vhodne využívať alternatívne a augmentatívne formy komunikácie podľa potreby.

Postupy a činnosti

Verbálna komunikácia:

- rozširovanie slovnej zásoby;
- pomenúvanie predmetov, osôb a činností;
- tvorenie jednoduchých viet;
- opisovanie známych situácií;
- precvičovanie správnej výslovnosti.

Sociálna komunikácia:

- dodržiavanie komunikačných pravidiel;
- striedanie sa v rozhovore;

- nadväzovanie kontaktu s rovesníkmi;
- vyjadrovanie potrieb a pocitov;
- reagovanie na jednoduché otázky.

Rečová percepcia:

- počúvanie a plnenie jednoduchých pokynov;
- porozumenie krátkym príbehom a textom;
- rozlišovanie zvukov, slov a viet;
- sledovanie hovoriaceho a udržiavanie pozornosti.

Neverbálna komunikácia:

- používanie gest, mimiky a postojov;
- rozpoznávanie neverbálnych signálov;
- vyjadrovanie emócií neverbálnymi prostriedkami.

Rozvíjanie grafomotorických zručností žiakov

Ciele

- Správne uchopiť písacie náčinie a manipulovať ním pri kreslení a písaní.
- Koordinovať oko–ruka pri vykonávaní grafických činností.
- Písať základné grafické tvary a línie potrebné pre nácvik písania.
- Pracovať v primeranom tempe a sústrediť sa na grafomotorickú úlohu.
- Orientovať sa na ploche.
- Samostatne si pripraviť pomôcky.

Postupy a činnosti

Rozvoj jemnej motoriky:

- tréning úchopu písacieho náčinia;
- posilňovanie svalov prstov a zápästia;
- manipulovanie s drobnými predmetmi;
- modelovanie a tvarovanie plastelíny.

Základné grafické činnosti:

- kreslenie čiar rôzneho smeru;
- obťahovanie predkreslených tvarov;

- vyfarbovanie obrázkov v ohraničenom priestore;
- dokresľovanie chýbajúcich častí.

Grafické tvary a línie:

- Kreslenie zvislých, vodorovných a šikmých čiar;
- vytváranie oblúkov, vln a slučiek;
- spájanie bodov do línie;
- tvorenie jednoduchých geometrických tvarov.

Vizuomotorická koordinácia:

- sledovanie línie očami a rukou;
- orientovanie sa na pracovnom liste;
- rozlišovanie tvarov a veľkostí;
- priradovanie rovnakých tvarov.

Priestorová orientácia:

- orientovanie sa na ploche papiera;
- určovanie smeru pohybu ruky;
- umiestňovanie prvkov do priestoru;
- práca s pojmi hore–dole, vľavo–vpravo.

Pracovné návyky:

- príprava pracovných pomôcok;
- udržiavanie poriadku na pracovnom mieste;
- dodržiavanie pracovného postupu;
- dokončovanie zadanej úlohy.

2.1.2 Ciele a obsah v 2. cykle vzdelávania

Rozvíjanie komunikačnej schopnosti žiakov

Ciele

- Viest jednoduchý rozhovor v bežných sociálnych situáciách.
- Vyjadrovať svoje názory, potreby a pocity primeraným spôsobom.
- Porozumieť dlhším verbálnym prejavom a reagovať na ne.

- Používať komunikačné pravidlá v skupinovej interakcii.
- Aktívne počúvať a primerane reagovať na hovorený text.
- Využívať slovnú zásobu žiakov v oblastiach každodenného života.
- Využívať komunikačné stratégie pri riešení jednoduchých problémových situácií.
- Používať neverbálne prostriedky komunikácie na doplnenie verbálneho prejavu.
- Využívať alternatívne a augmentatívne formy komunikácie.

Postupy a činnosti

Verbálna komunikácia:

- rozširovanie aktívnej a pasívnej slovnej zásoby;
- tvorenie jednoduchých a rozvitých viet;
- opisovanie predmetov, osôb a situácií;
- formulovanie otázok a odpovedí;

Sociálna komunikácia:

- dodržiavanie komunikačných pravidiel v skupine;
- striedanie sa v rozhovore;
- nadväzovanie a ukončovanie rozhovoru;
- vyjadrovanie súhlasu a nesúhlasu;
- riešenie jednoduchých sociálnych situácií.

Rečová percepcia:

- počúvanie dlhších pokynov a ich plnenie;
- porozumenie krátkym príbehom a rozprávaniu;
- sledovanie hovoreného prejavu a reagovanie naň.

Neverbálna komunikácia:

- používanie gest, mimiky a postojov;
- rozpoznávanie neverbálnych signálov u iných;
- dopĺňanie verbálneho prejavu neverbálnymi prostriedkami.

Komunikačné stratégie:

- využívanie jednoduchých fráz na riešenie problémových situácií;
- vyhľadávanie informácií prostredníctvom otázok;

2.1.3 Ciele a obsah v 3. cykle vzdelávania

Rozvíjanie komunikačnej schopnosti žiakov

Ciele

- Samostatne a zrozumiteľne vyjadrovať svoje myšlienky, názory a potreby v rôznych komunikačných situáciách.
- Porozumieť dlhším hovoreným prejavom a primerane na ne reagovať.
- Používať komunikačné pravidlá v sociálnych interakciách a skupinovej práci.
- Aktívne počúvať, analyzovať a interpretovať hovorený text.
- Riešiť jednoduché komunikačné nedorozumenia a používať vhodné komunikačné stratégie.
- Využívať neverbálne prostriedky komunikácie na doplnenie a podporu verbálneho prejavu.
- Používať alternatívne a augmentatívne formy komunikácie.
- Orientovať sa v jednoduchých informačných textoch a komunikovať o nich.

Postupy a činnosti

Verbálna komunikácia:

- rozširovanie slovnej zásoby v praktických životných situáciách;
- tvorenie súvislých viet a krátkych hovorených prejavov;
- opisovanie udalostí, zážitkov a skúseností;
- formulovanie otázok a odpovedí v rôznych situáciách;
- reprodukovanie jednoduchých textov a informácií.

Sociálna komunikácia:

- dodržiavanie komunikačných pravidiel v skupine;
- nadväzovanie, vedenie a ukončovanie rozhovoru;
- vyjadrovanie súhlasu, nesúhlasu a vlastného názoru;
- riešenie jednoduchých sociálnych a komunikačných situácií;
- spolupracovanie v párových a skupinových aktivitách.

Rečová percepcia:

- počúvanie dlhších pokynov a ich plnenie;
- porozumenie hovoreným textom primeranej dĺžky;

- rozlišovanie významu slov podľa kontextu;
- sledovanie hovoreného prejavu a reagovanie naň.

Neverbálna komunikácia:

- používanie gest, mimiky a postojov na podporu komunikácie;
- rozpoznávanie neverbálnych signálov u iných osôb;
- dopĺňanie verbálneho prejavu neverbálnymi prostriedkami.

Alternatívna a augmentatívna komunikácia (AAK):

- používanie obrázkových a symbolových kariet;
- využívanie komunikačných tabuliek a jednoduchých digitálnych nástrojov;
- tvorenie krátkych komunikačných sekvencií.

Komunikačné stratégie:

- využívanie jednoduchých fráz na riešenie nedorozumení;
- objasňovanie neporozumenia prostredníctvom otázok;
- vyhľadávanie a poskytovanie základných informácií.

2.2 Kompenzačné mechanizmy

2.2.1 Charakteristika oblasti podpory – 1. cyklus

Vzdelávanie žiakov s ľahkým stupňom mentálneho znevýhodnenia v 1. cykle základnej školy stavia na rozvoji ich individuálneho potenciálu prostredníctvom špecifických podporných mechanizmov. Identifikácia a zavedenie personalizovaných kompenzačných stratégií hneď v úvode školskej dochádzky posilňuje motiváciu žiakov a ich chuť učiť sa. Cieľom týchto opatrení je prispôbiť podmienky v bežnej triede tak, aby plne rešpektovali špeciálne výchovno-vzdelávacie potreby každého žiaka. Nástupom do školy prechádza každé dieťa z hry na riadené učenie.

U žiakov s ľahkým stupňom MP sú typické tieto prejavy :

- Žiaci potrebujú viac času na spracovanie inštrukcie aj na samotné vykonanie úlohy.
- Žiaci majú problém s abstrakciou. Pojmy ako „číslo“ alebo „hláska“ potrebujú vidieť alebo chytiť.
- Pre žiakov je typická krátkodobá koncentrácia a rýchla únava kognitívnych funkcií.
- Typický sa vyskytuje rýchlejšie zabúdanie naučeného.

- Žiaci s ľahkým stupňom MP majú nižšiu slovnú zásobu a ťažkosti s vyjadrovaním vlastných myšlienok.

Ciele

- Zvládnuť prechod na školské prostredie a osvojiť si rolu žiaka.
- Používať elementárne názorné pomôcky.
- Vyjadriť potrebu a porozumenie pokynom.
- Využívať a upevňovať predčitateľské a predmatematické zručnosti pri jednotlivých činnostiach.

Kompenzačné postupy:

- používanie piktogramov, vizuálnych rozvrhov hodín a farebného kódovania zošitov;
- využívanie hmatu a sluchu pri nácviku písmen a čísl;
- používanie číselných osí, počítadiel, tabuliek s násobkami alebo názorných modelov telies;
- využívanie obrázkových slovníkov, komunikačných kartičiek alebo schém pre tvorbu viet;
- používanie denného režimu v obrázkoch;
- požiadanie o pomoc;
- orientovanie sa v sociálnych situáciách;
- dopĺňanie kľúčových slov namiesto písania celých viet.

2.2.2. Charakteristika oblasti podpory – 2. cyklus

V 2. cykle vzdelávania nastupujú náročnejšie vzdelávacie predmety. Učivo sa stáva abstraktnejším, objem textov narastá a nároky na samostatnosť sa zvyšujú. Kým v 1. cykle vzdelávania išlo najmä o osvojenie základov (čítanie, písanie, počítanie), v 2. cykle vzdelávania sa tieto zručnosti stávajú nástrojom na získavanie vedomostí z ďalších predmetov.

U žiakov s ľahkým stupňom MP sa prejavuje:

- Problém s abstrakciou: Žiak stále potrebuje oporu v realite. Pojmy ako "storočie", "vesmír" alebo "gramatický pád" sú preňho menej uchopiteľné.
- Čítanie s porozumením: Žiak môže text prečítať technicky správne, ale môže mu unikať hlbší zmysel, súvislosti a hlavná myšlienka.

- Sociálna zrelosť: V tomto veku sa začínajú prehľbovať rozdiely v sociálnej zrelosti medzi žiakom s ľahkým stupňom MP a rovesníkmi bez MP, čo môže viesť k pocitom izolácie.
- Únava z kognitívnej záťaže: Vyšší počet hodín a náročnejšie predmety vedú k rýchlejšiemu vyčerpaniu pozornosti.

Ciele

- Samostatne využívať kompenzačné pomôcky pri riešení praktických úloh.
- Rozpoznať, kedy zadaniu nerozumiem a vypýtať si pomoc alebo použiť naučený postup.
- Zvládať emócie v zložitejších sociálnych situáciách.
- Spolupracovať pri skupinových prácach v menšej skupine.
- Prebrať zodpovednosť za svoje učenie prostredníctvom vizualizácie úloh.
- Vyjadriť svoje potreby a vedomosti v sociálnom kontakte prostredníctvom alternatívnych foriem komunikácie.
- Posúdiť svoj vlastný pokrok a identifikovať, ktoré stratégie pri učení pomáhajú najviac.

Kompenzačné postupy:

- používanie kalkulačky, tabuliek násobkov, gramatických prehľadov (ťahákov) a bzučiacich pri čítaní;
- používanie myšlienkových máp alebo schém na pochopenie vzťahov;
- používanie „záložiek s otázkami“, ktoré žiaka vedú textom (kto? kde? kedy? čo urobil?);
- využívanie nahrávok, digitálnych prostriedkov pri učení sa;
- osvojenie postupov ako zvládnuť školský deň.

2.2.3 Charakteristika oblasti podpory – 3. cyklus

Vzdelávanie žiakov s ľahkým stupňom MP v 3. cykle ZŠ sa posúva od osvojovania základných vedomostí a zručností k rozvoju funkčných zručností pre život. Učivo sa stáva viac abstraktným (predmety: fyzika, chémia, dejepis, biológia, geografia) a dôraz sa presúva na prípravu pre budúce povolanie a praktický život.

Namiesto porovnávania rozsahu teoretických vedomostí s rovesníkmi bez MP stavia vzdelávanie žiakov s ľahkým mentálnym znevýhodnením na ich individuálnych silných stránkach a pozitívnych vlastnostiach. Obsah výučby je preto citlivo prispôsobený tak, aby

uprednostnil rozvoj funkčnej gramotnosti a zručností dôležitých pre každodenný život pred encyklopedickými poznatkami.

Ciele

- Využívať digitálne zariadenia (tablet, smartfón, PC) ako primárny nástroj na kompenzáciu svojich ťažkostí (napr. kontrola pravopisu, hlasové zadávanie textu, používanie plánovačov).
- Samostatne vyhľadať potrebné informácie v rôznych zdrojoch (internet, slovníky, návody) a spracovať ich pomocou vizuálnych opôr (schémy, tabuľky).
- Vedome uplatňovať pravidlá zdvorilej a funkčnej komunikácie v rôznych situáciách (napr. pri vybavovaní na úrade, v obchode alebo v budúcom zamestnaní).
- Používať vlastné stratégie na organizáciu dňa a plnenie školských či domácich povinností (napr. kontrolné zoznamy, pripomienky v mobile).
- Preniesť naučené kompenzačné techniky zo školy do reálneho života, napríklad pri orientácii v cestovnom poriadku, správe osobných financií alebo pri príprave jednoduchého písomného prejavu (žiadosť, e-mail).
- Uvedomiť si svoje silné a slabé stránky a vybrať taký postup práce, ktorý zaručí úspech napriek obmedzeniam.

Kompenzačné postupy:

- vypočutie si výkladu z nahrávky alebo inštruktážneho videa;
- vytváranie “vizuálnej kostry” učiva s použitím máp a schém;
- používanie upravených učebných materiálov;
- využívanie aplikácií na prevod reči na text;
- písanie testov s možnosťou odpovedí;
- učenie sa sebaobhajobe;
- orientovanie sa v cestovných poriadkoch, vyplňanie jednoduchých tlačív a práca s peniazmi pomocou digitálnych nástrojov;
- nacvičovanie typických reálnych situácií “nanečisto”.

2. 3 Sociálna autonómia

Podporná oblasť Sociálna autonómia je zameraná na postupné nadobúdanie nezávislosti žiaka od pomoci okolia a na jeho úspešné začlenenie do školského i širšieho sociálneho prostredia. Inklúzia posúva tému sociálnej autonómie na vyššiu úroveň. Žiak funguje v reálnom spoločenskom mikrosvete. Cieľom inklúzie je, aby sa žiak cítil ako rovnocenný člen kolektívu. Sociálna autonómia nie je izolovaná zručnosť. Je to paleta schopností, ktoré umožňujú primeranú interakciu medzi ľuďmi. Zahŕňa sebaobsluhu, sociálno-komunikačné zručnosti, rozhodovanie a sociálnu orientáciu.

Oblasť podpory sa člení na časti:

- Sebaobsluha a starostlivosť o zdravie
- Sociálne vzťahy a spoločenská etiketa
- Orientácia v čase a priestore
- Bezpečnosť a praktický život v komunite

2.3.1 Charakteristika oblasti podpory – 1. cyklus vzdelávania

Metodické postupy pre rozvoj sociálnej autonómie v 1. cykle sú zamerané na postupné osamostatňovanie žiaka v bežných životných situáciách. Prioritou je prechod od závislosti na dospelom k vlastnej aktivite.

Sebaobsluha a starostlivosť o zdravie

Ciele

- Dodržiavať zásady osobnej hygieny a sebaobsluhy v každodenných rutinných úkonoch.
- Vhodne sa obliecť a dodržiavať denný režim ako prevenciu pred úrazmi a chorobami.

Činnosti a aktivity

- vykonávanie sebaobslužných činností: hygiena tela, rúk, vlasov a zubov;
- udržiavanie čistoty prostredia: triedy, domova, v školskej jedálni;
- vytvorenie vhodného denného režimu zamestnania a oddychu;
- uplatňovanie zdravej životosprávy: uprednostňovanie ovocia a zeleniny, rozlišovanie zdravých a nezdravých potravín;
- účelné obliekanie: voľba odevu podľa počasia a aktuálnej aktivity.

Sociálne vzťahy a spoločenská etiketa

Ciele

- Pomenovať svoje osobné údaje a posilňovať vedomie vlastnej identity.
- Identifikovať členov rodiny a rozvíjať úctu a pozitívny vzťah k blízkym príbuzným.
- Dodržiavať základné spoločenské konvencie a pravidlá kultúrneho správania v rôznych situáciách.
- Rešpektovať stanovené pravidlá triedy a budovať korektné vzťahy.
- Organizovať vlastnú prácu.
- Staráť sa o osobné vlastníctvo.

Činnosti a aktivity:

- identifikovanie osobných údajov: meno, priezvisko, adresa bydliska;
- rozlišovanie príbuzenských vzťahov – otec, matka, súrodenci, teta, strýko, bratranci a sesternice;
- chápanie úlohy rodiny, prejavy úcty, rešpektu a pomoci v spoločnej domácnosti;
- nadväzovanie sociálnych kontaktov – pozdravy, víťanie, lúčenie sa, zdvorilé požiadanie a poďakovanie;
- rozpoznávanie zamestnancov školy – riaditeľ, zástupca, učiteľ, vychovávateľ, školník a iní zamestnanci;
- dodržiavanie spoločenských pravidiel – hlásenie sa o slovo, správne postavenie, posadenie a zoradenie v tichosti;
- ukladanie pomôcok, udržiavanie poriadku v aktovke a na lavici;
- rozlišovanie vlastníctva, pochopenie rozdielu medzi spoločnou vecou a osobnou vecou.

Orientácia v čase a priestore

Ciele

- Orientovať sa v čase prostredníctvom pomenovania cyklických jednotiek a dôležitých medzníkov roka.
- Orientovať sa v známom priestore školy a jej okolia.
- Používať vizuálne a priestorové oporné body pre zvýšenie samostatnosti pri presune.

Činnosti a aktivity:

- určovanie časových následností ako kalendárny a školský rok, dni v týždni, mesiace, ročné obdobia;
- porovnávanie časových jednotiek hodina, deň, týždeň, mesiac, rok;
- orientovanie sa v priestore školy – trieda, zariadenie triedy, budova školy, mestský a obecný úrad;
- poznávanie objektov v okolí školy, určovanie polohy vzhľadom na zvolený bod.

Bezpečnosť a život v komunite

Ciele

- Uplatňovať návyky bezpečného správania sa v doprave a pri pohybe vo verejnom priestore.
- Chápať funkčnú hodnotu peňazí a zvládať základné úkony finančnej gramotnosti.
- Reagovať adekvátnym spôsobom na zmeny s využitím adaptačných stratégií.
- Rozpoznať kritické situácie a dokázať zrozumiteľne požiadať o pomoc inú osobu.

Činnosti a aktivity:

- bezpečné prechádzanie cez cestu, používanie priechodu, nácvik prechodu cez križovatku, svetelná signalizácia;
- poznávanie dôležitých dopravných značiek pre chodcov a cyklistov, umiestnenie značiek;
- nastupovanie a vystupovanie z dopravného prostriedku;
- rozoznávanie obchodov podľa zamerania, komunikácia v obchode;
- využívanie adaptačných stratégií pri reagovaní na zmeny v dennom režime, znižovanie neistoty v novom prostredí;
- žiadanie o pomoc, rozpoznanie situácie vyžadujúcej intervenciu, jasná komunikácia potreby.

2.3.2 Charakteristika oblasti podpory – 2. cyklus vzdelávania

Oblasť podpory sa v druhom cykle posúva od základnej sebaobsluhy k rozvoju praktických životných zručností a schopnosti fungovať v širšom sociálnom prostredí. Kľúčové je prepojenie teoretických vedomostí s ich využitím v reálnych situáciách s cieľom dosiahnuť čo najvyššiu

mieru samostatnosti. Pozornosť sa presúva od základnej sebaobsluhy k zložitejším sociálnym zručnostiam, ktoré žiakovi umožňujú byť rovnocenným členom kolektívu.

Sebaobsluha a starostlivosť o zdravie

Ciele

- Dodržiavať hygienické návyky.
- Aplikovať zásady osobnej hygieny a sebaobsluhy do každodenných rutinných úkonov.
- Dodržiavať správnu životosprávu.
- Definovať stav zdravia a choroby.
- Udržiavať čistotu a poriadok okolo seba.

Činnosti a aktivity:

- samostatné umývanie rúk, tváre, celého tela a starostlivosť o vlasy;
- správne čistenie zubov;
- pomenovanie častí ľudského tela (hlava, trup, končatiny) a tváre (oči, nos, ústa);
- rozlišovanie stavu zdravia a choroby.

Sociálne vzťahy a spoločenská etiketa

Ciele

- Správne pozdraviť pri kontakte so známymi či neznámymi osobami.
- Aplikovať základné spoločenské konvencie a pravidlá kultúrneho správania v rôznych situáciách
- Správne používať pravidlá slušného správania sa v rôznom prostredí.
- Rešpektovať názory iných.
- Rozpoznávať emócie u seba a u druhých.

Činnosti a aktivity:

- nadväzovanie sociálnych kontaktov – pozdravy, víťanie, lúčenie sa, zdvorilé požiadanie a poďakovanie;
- dodržiavanie spoločenských pravidiel v známom i neznámom prostredí;
- rešpektovanie názoru iných;
- rozpoznávanie emócií u seba a druhých, nácvik empatie a primeranej reakcie na pocity iných;

- rozlišovanie vlastníctva, pochopenie rozdielu medzi spoločnou vecou a osobnou vecou;
- vedenie telefonického rozhovoru, slušné vyjadrovanie sa do telefónu;
- dodržiavanie pravidiel v komunikácii na internete.

Orientácia v čase a priestore

Ciele

- Pochopiť sled udalostí.
- Plánovať si čas.
- Používať časové pojmy .
- Prepojiť abstraktný čas s konkrétnou aktivitou.
- Orientovať sa v širšom prostredí.
- Orientovať sa v neznámom prostredí.

Činnosti a aktivity:

- rozlišovanie medzi pracovným dňom a víkendom/prázdninami;
- používanie pojmov: predvčerom, pozajtra, o hodinu, o štvrtýhodinu;
- čítanie digitálnych hodín;
- zaznamenávanie narodenín, výletov alebo návštevy lekára do kalendára;
- odpočítavanie dní do dôležitej udalosti (vizualizácia plynutia času);
- pochopenie pojmov včera, dnes, zajtra, pozajtra;
- precvičovanie odhadu, koľko trvá 5, 15 alebo 30 minút (využitie presýpacích hodín alebo vizuálnych časovačov);
- rozpoznávanie celých hodín a štvrtýhodín v praktickom živote (napr. "kedy nám ide spoj?);
- precvičovanie orientácie na ploche papiera, v lavici a v učebnici (vľavo, vpravo, hore, dole, v strede);
- samostatné pohybovanie sa medzi učebňami, jedálňou a toaletami bez sprievodu;
- orientovanie sa na ceste do školy, domov a do dôležitých inštitúcií v okolí (obchod, zastávka);
- čítanie jednoduchých piktogramov a orientačných tabúl (vchod, východ, wc, informácie).

Bezpečnosť a praktický život v komunite

Ciele

- Dodržiavať pravidlá v bežných situáciách.
- Samostatnejšie sa presúvať v známom i neznámom priestore.
- Zapájať sa do spoločných aktivít.

Činnosti a aktivity:

- zadávanie osobných údajov pri telefonickej komunikácii;
- bezpečné manipulovanie s domácimi elektrospotrebičmi;
- ošetrovanie drobných poranení;
- rozlíšenie vhodného a nevhodného správania od inej osoby voči mne;
- samostatné prechádzanie cez cestu;
- poznanie a ovládanie trasy;
- vyhľadávanie spojov;
- dodržiavanie etikety v dopravných prostriedkoch;
- zrealizovanie nákupu;
- poznanie hodnoty peňazí;
- vybavenie jednoduchej úlohy napr. na pošte ;
- bezpečné správanie na sociálnych sieťach (nezdieľať heslá, osobné údaje), rozpoznanie kyberšikany;
- správne reagovanie v nepredvídaných situáciách.

2.3.3 Charakteristika oblasti podpory – 3. cyklus vzdelávania

V 3. cykle sa pri žiakoch s ľahkým stupňom MP zameriavame na maximálnu možnú mieru nezávislosti. Hlavným cieľom je “vedieť to urobiť sám a nieť zodpovednosť”. Žiaci sa pripravujú na prijatie na strednú školu. Rozvoj sociálnej autonómie je teda kľúčovou súčasťou ich prípravy na praktický život a integráciu do spoločnosti. V tomto štádiu sa pozornosť presúva od základných sebaobslužných návykov k zložitejším sociálnym zručnostiam a schopnosti rozhodovať sa.

Sebaobsluha a starostlivosť o zdravie

Ciele

- Vybudovať si pozitívne návyky a rutiny denného režimu, podporujúce zdravý životný štýl.
- Postarať o seba v domácom prostredí.
- Byť zodpovedný za vlastné zdravie.

Činnosti a aktivity:

- upevňovanie pravidelných hygienických návykov (sprchovanie, kúpanie, umývanie vlasov) so zameraním na samostatnosť;
- dodržiavanie starostlivosti o pleť, pleťová hygiena v období dospievania (akné, používanie dezodorantov);
- upevňovanie návykov v starostlivosti o chrup;
- poznanie zásad zdravej výživy, zostavenie jednoduchého jedálneho lístka;
- dodržiavanie hygieny pri stolovaní;
- poznanie ľudského tela a jeho základných funkcií (aj v súvislosti s reprodukčným zdravím);
- ošetrovanie drobných poranení (prvá pomoc – náplasť, obväz);
- dodržiavanie zásad pri návšteve lekára, poznanie vlastnej zdravotnej dokumentácie;
- orientovanie sa v čase (kalendár, plánovanie dňa, návštevy lekára);
- bezpečné správanie sa v cestnej premávke, na verejnosti a doma;
- dodržiavanie ochrany pred návykovými látkami (fajčenie, alkohol, drogy).

Sociálne vzťahy a spoločenská etiketa

Ciele

- Primerane sa správať v spoločnosti.
- Spolupracovať a rešpektovať názory iných.
- Dodržiavať zásady slušného správania sa v spoločnosti.

Činnosti a aktivity:

- ovládanie spoločenskej etikety pri pozdravení sa;
- dodržiavanie kultúry stolovania v reštaurácii;
- rozlíšenie vhodného oblečenia podľa príležitosti;

- rozlišovanie medzi povrchným známym (na internete) a skutočným priateľom;
- dodržiavanie základov slušného dvorenia, rešpektovanie názoru iných;
- tolerovanie druhých;
- komunikovanie na internete, dodržiavanie pravidiel;
- dodržiavanie asertívneho správania.

Orientácia v čase a priestore

Ciele

- Zostaviť si plán a režim dňa.
- Orientovať sa v mesiacoch a roku.
- Porozumieť jednoduchým schémam.
- Orientovať vo viacposchodových budovách, používať výťah.
- Orientovať sa podľa svetových strán a využívať dominanty ako orientačné body (kostol, vysoká budova, rieka) na návrat domov.
- Orientovať sa v jednoduchých plánoch (školy, obce)

Činnosti a aktivity:

- presné určovanie času;
- plánovanie termínov v kalendári;
- čítanie mapy a plánov;
- vyhľadávanie spojov na internete;
- orientovanie sa v neznámom prostredí.

Bezpečnosť a praktický život v komunite

Ciele

- Byť samostatnejší pri riešení bežných životných situácií a v orientácii v službách.
- Osvojiť si pravidlá ochrany zdravia a bezpečného správania v cestnej premávke, pri mimoriadnej udalosti.
- Efektívne komunikovať v rodine aj širšej komunite, rešpektovať pravidlá spolužitia a prejavovať empatiu.
- Budovať kladný vzťah k životnému prostrediu v mieste bydliska a budovať úctu k vlasti a regiónu.

Činnosti a aktivity:

- využívanie verejnej hromadnej dopravy;
- orientovanie sa na mape;
- nacvičovanie privolania záchranných zložiek (112), ošetrovanie drobných poranení;
- orientovanie sa v obci, v meste, na úradoch;
- praktické využívanie pošty (balíky, poukážky), návšteva knižnice, vybavenie jednoduchých úradných tlačív;
- riešenie konfliktov, rozpoznanie šikany a kyberšikany, rešpektovanie súkromia iných;
- bezpečné správanie na sociálnych sieťach;
- formálne a neformálne vystupovanie (ako osloviť neznámu osobu, ako si pýtať informáciu);
- triedenie odpadu, šetrenie energiami a vodou, brigády na skrášlenie okolia školy alebo obce.

2.4 Pracovné zručnosti a profesijná orientácia

Charakteristika

Vzdelávanie žiakov s ľahkým stupňom MP si vyžaduje špecifické nastavenie edukačných priorít, ktoré reflektujú ich individuálne kognitívne a motorické charakteristiky. Kľúčovým pilierom tohto procesu je posilnená časová dotácia a cieľavedomé prepojenie rozvoja motoriky, pracovných návykov a kariérnej orientácie. Táto zložka nie je len doplnkovou aktivitou, ale integrujúcim prvkom celého vzdelávania, ktorý priamo podmieňuje kvalitu dospelého života žiaka.

Rozvoj jemnej a hrubej motoriky vnímame ako východiskový bod pre stimuláciu psychických funkcií. Keďže u žiakov s ľahkým stupňom MP dochádza k rozvoju poznania primárne cez názornú, manipulačnú a praktickú činnosť, je nevyhnutné venovať týmto aktivitám zvýšený rozsah vyučovacích hodín. Systematický nácvik motorických zručností vedie k zlepšeniu pozornosti, priestorovej orientácie a logického uvažovania, čím sa vytvára kognitívny základ pre ďalšie vzdelávanie.

Príprava na budúce povolanie je v tomto kontexte chápaná ako dlhodobý proces formovania identity žiaka. Špecifický obsah sa zameriava na budovanie výdrže, zodpovednosti a disciplíny, schopnosť kooperácie v tíme a prijímanie inštrukcií od autority a prepojenie získaných

manuálnych zručností s konkrétnymi možnosťami uplatnenia na chránenom alebo voľnom trhu práce. Cieľom nie je len pasívne osvojenie vedomostí, ale aktívna príprava na prechod zo školského prostredia do otvoreného sociálneho a pracovného sveta.

Metodika práce musí preto uprednostňovať pravidelné praktické aktivity, zážitkovosť a individuálne tempo, čo je realizovateľné len pri dostatočnom časovom priestore vyhradenom pre tieto oblasti. Vzdelávanie žiakov s ľahkým stupňom MP v oblasti pracovných zručností sa metodicky vyznačuje predovšetkým dôrazom na vizualizáciu algoritmov, kompenzáciu oslabených exekutívnych funkcií a automatizáciu sebaobslužných činností.

2.4.1 Ciele a obsah pre 1. cyklus vzdelávania

Oblasť podpory sa člení na časti:

- Podpora jemnej motoriky a senzomotoriky;
- Starostlivosť o pracovný a životný priestor;
- Stolovanie a príprava pokrmov;
- Spracovanie materiálov a technické zručnosti;
- Kognitívna podpora a organizácia práce.

Podpora jemnej motoriky a senzomotoriky

Ciele

- Manipulovať s rôznymi druhmi materiálov na úrovni koordinácie oka a ruky.
- Rozpoznať vlastnosti predmetov pomocou hmatovej diskriminácie a zmyslovej pamäti.
- Vykonať presné pohyby rúk potrebné na úspešné zvládnutie konštrukčných úloh.
- Zvládnuť základné techniky strihania a tvarovania materiálov pre rozvoj sily svalstva ruky.

Činnosti a aktivity:

- manipulovanie s drobnými predmetmi a ich vkladanie do otvorov;
- tvarovanie plastickej hmoty hnetením, váľaním a otláčaním;
- vytrhávanie kúskov papiera a ich lepenie na plochu pinzetovým úchopom;
- navliekanie korálok a prevliekanie šnúrok cez otvory;
- strihanie papiera po priamej čiare a obstrihovanie jednoduchých tvarov.

Starostlivosť o životný a pracovný priestor

Ciele

- Vykonať aktivity denného života a hygienické návyky smerujúce k osobnej nezávislosti.
- Zvládnuť samostatné obliekanie a úpravu zovňajšku s využitím funkčných zapínaní na odeve.
- Udržať poriadok vo svojom bezprostrednom okolí a starať sa o svoje školské pomôcky.
- Dokončiť každú aktivitu uprataním pracovného miesta a organizáciou vecí.
- Triediť odpad ako základný prejav environmentálnej zodpovednosti.

Činnosti a aktivity

- umývanie a utieranie rúk podľa vizuálneho postupu;
- dodržiavanie správnej postupnosti obliekania jednotlivých kusov odevu s využitím piktogramov;
- funkčné využívanie rôznych druhov zapínania na reálnom oblečení;
- manipulovanie s osobnými hygienickými potrebami v praktických situáciách;
- ukladanie hračiek a osobných vecí podľa obrázkového kódovania úložných priestorov;
- udržiavanie poriadku v školskej taške podľa vizuálneho zoznamu;
- triedenie odpadu na papier, plast a sklo podľa farebných schém na nádobách.

Stolovanie a príprava pokrmov

Ciele

- Dodržiavať kultúrne návyky pri stolovaní s využitím vizuálnych kompenzačných pomôcok.
- Manipulovať bezpečne s kuchynským riadom a potravinami pri príprave občerstvenia.
- Pripraviť jednoduché jedlo v súlade s hygienickými pravidlami.
- Odhadnúť primeranú porciu jedla a zabezpečiť upratanie riadu po konzumácii.

Činnosti a aktivity:

- prestieranie stola podľa stabilnej šablóny;
- bezpečné manipulovanie s pohárom pri nalievaní a prenášaní tekutín;
- používanie príboru pri konzumácii rôznych druhov potravín;
- odpratávanie zvyškov jedla a špinavého riadu na určené miesto;
- odhadovanie primeranej porcie jedla.

Spracovanie materiálov a technické zručnosti

Ciele

- Dodržiavať pravidlá bezpečnosti pri práci s vybranými nástrojmi v domácnosti a dielni.
- Kategorizovať technické predmety na základe ich funkčného účelu.
- Pracovať podľa názorného obrázkového postupu a algoritmu pri montáži dielov.
- Skladať a spájať materiály pri tvorbe projektov.
- Reagovať bezpečne na kontakt s poškodeným alebo nebezpečným materiálom.

Činnosti a aktivity

- spájanie stavebnicových dielov s dôrazom na presnosť pohybu;
- využívanie techniky skladania papiera na polovicu a štvrtinu;
- realizovanie tvorivých projektov formou koláží z rôznorodých textúr;
- aplikovanie vizuálnych algoritmov pri montážnych činnostiach podľa farebných krokov;
- triedenie technických predmetov podľa funkčného účelu;
- bezpečné reagovanie pri kontakte s poškodeným nástrojom alebo nebezpečným materiálom.

Kognitívna podpora a organizácia práce

Ciele

- Triediť predmety podľa kľúčových vlastností.
- Spolupracovať v skupine a včas signalizovať potrebu pomoci pri riešení problému.
- Orientovať sa v čase a v priestore na pracovnej ploche pri plnení úloh.
- Postupovať podľa procesných schém a obrázkových návodov pri realizácii činností.

Činnosti a aktivity:

- využívanie procesných schém pri opakujúcich sa denných činnostiach;
- priradovanie činnosti k fázam dňa pre lepšiu orientáciu v čase;
- rozlišovanie pojmov hore, dole, vpravo a vľavo na pracovnej ploche;
- čítanie jednoduchých obrázkových návodov na zloženie výrobku;
- signalizovanie potreby pomoci pri plnení zadanej úlohy.

2.4.2 Ciele a obsah pre 2. cyklus vzdelávania

Oblasť podpory sa člení na časti:

- Práca s technickými materiálmi a nástrojmi
- Pestovateľské práce a starostlivosť o prírodu
- Domáce práce a príprava jedál
- Kognitívne zručnosti a pracovná disciplína

Práca s technickými materiálmi a nástrojmi

Ciele

- Používať nástroje a náradia vyžadujúce vyššiu mieru koordinácie a sily pri zachovaní technickej presnosti.
- Interpretovať jednoduché technické náčrty a procesné postupy v rámci rozvoja funkčnej gramotnosti.
- Dodržiavať zásady bezpečnosti v dielenskom prostredí a preberať zodpovednosť za pridelené pracovné povinnosti.
- Vyrobiť jednoduchý úžitkový predmet podľa vopred stanoveného technologického postupu.

Činnosti a aktivity:

- používanie základných nástrojov na opracovanie dreva, plastu a kovu so zameraním na správnu techniku držania;
- spájanie materiálov pomocou skrutiek, klinec a lepidiel podľa technologického postupu;
- brúsenie povrchov a nanášanie ochranných náterov na hotové výrobky;
- vyrábanie jednoduchých úžitkových predmetov podľa zjednodušeného technického náčrtu s vizuálnymi kótami;
- dodržiavanie bezpečnej zóny a používanie ochranných pracovných prostriedkov.

Pestovateľské práce a starostlivosť o prírodu

Ciele

- Staráť sa o rastliny a okolie školy v rámci budovania environmentálneho povedomia.
- Realizovať sezónne práce v exteriéri s dôrazom na rozvoj hrubej motoriky a fyzickej vytrvalosti.

- Identifikovať zložky ekologického kolobehu prostredníctvom praktického nakladania s biologickým odpadom.
- Rozpoznať, pomenovať a využiť základné záhradkárske náradie.

Činnosti a aktivity:

- pestovanie nenáročnej zeleniny, bylín a okrasných rastlín na školskom záhone;
- manipulovanie so základným záhradkárskym náradím pri príprave pôdy a ošetrovaní rastlín;
- sledovanie a zaznamenávanie životného cyklu rastlín pomocou obrázkového denníka;
- nakladanie s biologickým odpadom a jeho umiestňovanie do kompostoviska;
- vykonávanie úprav okolia školy ako hrabanie lístia alebo zametanie chodníkov.

Domáce práce a príprava jedál

Ciele

- Pripraviť jednoduché pokrmy.
- Obsluhovať bežné domáce spotrebiče bezpečne a v súlade s ich účelom.
- Triediť komunálny odpad v domácom prostredí na úrovni rutinného návyku.
- Realizovať drobné ručné opravy textílií.

Činnosti a aktivity:

- pripravovanie jednoduchých studených a tepelne upravených pokrmov podľa obrázkového receptára;
- bezpečné obsluhovanie rýchlovarnej kanvice, hriankovača a sporáka;
- čistenie a ručné umývanie kuchynského riadu alebo jeho ukladanie do umývačky;
- prišívanie gombíka a drobné opravovanie poškodených textílií ručným šitím;
- triedenie komunálneho odpadu podľa pravidiel domácnosti.

Kognitívne zručnosti a pracovná disciplína

Ciele

- Realizovať prácu podľa návodu a odhadnúť potrebnú spotrebu materiálu.
- Hodnotiť kvalitu vlastnej práce a opraviť chyby podľa inštrukcií.
- Použiť meradlá a digitálne váhy v rámci využitia matematickej gramotnosti.
- Dodržať stanovený časový harmonogram od prípravy až po upratanie pracoviska.

Činnosti a aktivity:

- rozlišovanie materiálov podľa ich vlastností a posudzovanie ich vhodnosti pre konkrétne použitie;
- meranie dĺžky a váženie surovín s využitím dĺžkových meradiel a digitálnych váh;
- vytváranie jednoduchých rozpočtov na nákup materiálu alebo potravín s pomocou kalkulačky;
- dodržiavanie časového harmonogramu práce;
- vyhodnocovanie bezpečnosti pracovného prostredia a kontrolovanie kvality výrobku podľa vzoru.

2.4.3 Ciele a obsah pre 3. cyklus vzdelávania

Oblasť podpory sa člení na časti:

- Praktické zručnosti a domáce hospodárenie;
- Technické činnosti a údržba okolia;
- Kariérna orientácia a príprava na povolanie.

Praktické zručnosti a domáce hospodárenie

Ciele

- Hospodáriť v domácnosti s využitím praktických zručností a finančnej gramotnosti.
- Realizovať komplexné úlohy spojené s chodom domácnosti podľa vopred pripraveného plánu.
- Riešiť krízové a neočakávané situácie v domácom prostredí bezpečným spôsobom.
- Pripravovať teplé jedlá pri dodržaní zásad zdravej výživy a úspory energií.

Činnosti a aktivity:

- zostavovanie denného a mesačného nákupného zoznamu;
- realizovanie platieb v hotovosti aj platobnou kartou, vrátane kontroly výdavku;
- plánovanie a pripravovanie teplých jedál s dôrazom na zdravú výživu a úsporu energií;
- obsluhovanie a vykonávanie bežnej údržby práčky, vysávača a mikrovlnnej rúry;
- riešenie modelových situácií pri poruche vody, elektriny alebo úniku plynu.

Technické činnosti a údržba okolia

Ciele

- Zvládnuť náročnejšie technologické postupy a obsluhu elektrických ručných náradí pod dohľadom.
- Realizovať pracovné projekty od prvotného náčrtu až po finálny produkt.
- Prijímať konštruktívnu spätnú väzbu a kriticky hodnotiť výsledky svojej činnosti.
- Vykonať drobné opravy a údržbu interiéru a areálu školy.

Činnosti a aktivity:

- vykonávanie zložitejších montážnych a demontážnych prác podľa montážnych schém;
- realizovanie drobných opráv v interiéri, ako maľovanie stien alebo oprava kovania na nábytku;
- vykonávanie sezónnych prác v záhrade a komplexná starostlivosť o areál školy;
- manipulovanie s recyklovanými materiálmi a ich tvorivé premieňanie na nové úžitkové predmety;
- uplatňovanie noriem bezpečnosti a správne používanie osobných ochranných pracovných prostriedkov.

Kariérna orientácia a príprava na povolanie

Ciele

- Identifikovať vlastné predpoklady vzhľadom na požiadavky vybraných povolání.
- Uplatňovať princípy bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci v reálnych podmienkach.
- Používať digitálne zručnosti pri vyhľadávaní informácií a vybavovaní úradných záležitostí.
- Orientovať sa v systéme inštitúcií potrebných pre samostatný život a vstup na trh práce.

Činnosti a aktivity:

- spoznávanie profesií vhodných pre absolventov s mentálnym postihnutím formou exkurzií;
- orientovanie sa v ponuke učebných odborov vzhľadom na vlastné zručnosti;
- realizovanie simulačných hier na tému pracovná zmluva a dodržiavanie dochvilnosti;
- pripravovanie portfólia vlastných prác a dokumentovanie praktických zručností;

- nacvičovanie bezpečnej komunikácie prostredníctvom e-mailu a sociálnych sietí v profesionálnom kontexte;
- orientovanie sa v kompetenciách pošty, banky, lekára a úradu práce;
- vyplňanie jednoduchých formulárov, žiadostí a poštových poukážok v papierovej aj elektronickej podobe.

PRACOVNÁ VERZIA

3. Metódy a postupy vo výchove a vzdelávaní žiakov s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia

3.1 Metódy a postupy zamerané na podporu komunikačnej schopnosti

Výchovno-vzdelávací proces žiaka s ľahkým stupňom MP v oblasti komunikačnej schopnosti si vyžaduje prispôsobenie metód a postupov individuálnym potrebám žiaka.

Je dôležité:

- používať funkčné formy komunikácie vrátane neverbálnych prostriedkov na zrozumiteľné vyjadrenie svojich základných potrieb, prání a jasného odmietnutia;
- využívať osvojené sociálne schémy a komunikačné rutiny pri nadväzovaní, udržiavaní a ukončovaní kontaktov v rozmanitých sociálnych situáciách;
- vytvárať podmienky na rozvíjanie komunikačnej schopnosti;
- poskytovať dostatok času na vyjadrenie;
- nereagovať za žiaka;
- oceňovať snahu a zameriavať sa nielen na výsledok, ale aj na proces riešenia;
- vzhľadom na individuálne komunikačné obmedzenia a ťažkosti, je dôležité používať jasné, jednoduché inštrukcie a overovať porozumenie zadania, najmä ak je výkon hodnotený;
- viackrokové pokyny je vhodné rozdeliť na menšie časti a v prípade potreby ich zopakovať;
- počas samostatnej práce je odporúčané žiaka priebežne kontrolovať, upozorniť ho na možné chyby a podporiť správny postup;
- v rámci vyučovania rozvíjať slovnú zásobu s dôrazom na prepojenie nových slov so slovami, ktoré žiak už pozná;
- využívať vhodné situácie vo vyučovaní na rozvíjanie gramatického citu (uvedomovanie si gramatiky);
- v rámci jednotlivých predmetov rozvíjať i porozumenie reči názornými pomôckami, ktoré pomenuje a významovo vloží do kontextu vety, (význam niektorých slov mu je potrebné doslovne vysvetliť a objasniť);

- žiakovi dať priestor na rozvoj syntaktických zručností, tvorbu viet a otázok, nácvik správneho slovosledu (napr. hrami s vetnou štruktúrou);
- často zaraďovať aktivity na rozvoj rozprávačských a dialogických zručností;
- podporiť komunikačnú oblasť z vizuálnej stránky (obrázky, schémy, sémantické mapy, videá, prehľady);
- krok po kroku ukázať, znázorniť postupy riešenia úloh, používať vizuálne pomôcky, vzorové odpovede, konkrétne predmety či gestá;
- pri čítaní pracovať s kľúčovými slovami, orientovať sa v texte pomocou vizuálnych pomôcok a dlhšie texty rozdeliť na kratšie celky;
- z hľadiska rozvoja a zlepšenia čitateľských a pisateľských zručností sa zamerať aj na rozvoj fonematického uvedomovania (orientácie v hláskovej štruktúre slova);
- pri verbálnej aj neverbálnej komunikácii (napr. pri odpovediach) žiakovi pomáhať pomocnými otázkami a prispôbením foriem odpovedí (písomná, ústna, výber z možností a pod.);
- umožniť žiakovi pri komunikácii uplatňovať adekvátnu mimiku, prirodzené gestá a telovú schému na posilnenie zrozumiteľnosti a obsahu komunikácie v bežnom sociálnom styku;
- integrovať prvky augmentatívnej a alternatívnej komunikácie (AAK) do každodenných interakcií v prípade narušenej komunikačnej schopnosti;
- reagovať primeraným spôsobom na verbálne aj neverbálne podnety z okolia s cieľom dosiahnuť funkčnú interakciu.

Dôvody potreby špecifických komunikačných stratégií

- Zníženie jazykovej bariéry – uľahčujú pochopenie učiva a inštrukcií.
- Podpora sociálnej inklúzie – umožňuje aktívnym žiakom zapájať sa do triednej komunikácie a tímových aktivít.
- Rozvoj sebaregulácie – pomáhajú deťom spoznávať a sledovať svoje potreby a pocity.
- Znižuje množstvo nepochopených úloh a zvyšuje motiváciu.

Komunikačné stratégie žiakov s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia

Tabuľka 8 Charakteristika žiakov s ľahkým stupňom MP v komunikačných stratégiách v 1. cykle vzdelávania

Oblasť	Typické prejavy	Vplyv na komunikáciu
Kognitívna	Problémy s pracovnou pamäťou, nižšia rýchlosť spracovania	Ťažkosti s pochopením komplexných inštrukcií a udržiavaním pozornosti
Rečová	Nižšia slovná zásoba, problémy s artikuláciou, syntaktické chyby	Kratšie a menej presné výstupy, bežne používané neformálne alebo neverbálne signály
Sociálno- emocionálna	Obavy z konfliktov, menšia motivácia k interakcii, častejšia úzkosť	Vyhýbanie sa rozhovorom, potreba štruktúrovaných sociálnych situácií
Motorická	Ťažkosti s jemnou motorikou (písanie, kreslenie)	Oslabená podpora gestom a písomnými doplnkami

Tabuľka 9 Základné princípy komunikačných stratégií

Princíp	Praktický význam vo vzdelávaní
Jednoduchosť a konkrétnosť	Iba krátke vety, konkrétne podnety (napr. „Polož si pero na stôl.“).
Multimodalita	Kombinujte verbálny prejav s vizuálnymi (obrázky, piktogramy) a gestickými podnetmi.
Predvídateľnosť	Vytvárajte rutinné časti (napr. každodenná kontrola „čo dnes robíme“).
Posilňovanie úspechu	Okamžitá a špecifická spätná väzba („Skvelé, že si použil správne slovo „kocka.““).
Prispôsobenie tempa	Dajte žiakovi dostatok času na spracovanie a odpoveď (často 3–5 s).

Konkrétne komunikačné stratégie

Tabuľka 10 Slovné stratégie

Stratégia	Popis	Príklad z praxe
Jednoduché inštrukcie	Rozdeľte úlohu na 1–2 kroky, zadajte kľúčové slová.	Teraz otvor knihu.“ → „Nájd stranu 12.“
Opakovanie a parafrázovanie	Požiadajte žiaka, nech vlastnými slovami zopakuje informáciu.	Učiteľ: „Čo sme práve prečítali?“ Žiak: „Žiaci idú do parku.“
Použitie otázok s výberom	Namiesto otvorených otázok ponúknite dve, tri možnosti.	„Aká farba je na obrázku? (červená / modrá)“
Modelovanie a rozšírenie	Učiteľ najprv modeluje správny jazyk, potom ho rozšíri.	Ja idem do školy. – (Žiak) idem do školy.“ → „Ďakujem, idem do školy s babkou.“
Postupné odsúhlasenie krokov	Učiteľ najprv opíše, čo chce, potom povedie žiaka slovami „Môžem...?“ (žiada povolenie).	„Môžem ti dať obrázok?“ – žiak odpovie áno/nie.

Tabuľka 11 Neverbálne a vizuálne stratégie

Stratégia	Popis	Praktické nástroje
Piktogramy a symboly	Obrázkové karty reprezentujúce činnosti, objekty, pocity.	PECS (Systém komunikácie na výmenu obrázkov).
Vizualizačné rozvrhy	Denný alebo týždenný rozvrh s obrázkami.	Tabule, magnetické karty, digitálne aplikácie (napr. ClassDojo).
Gestá a mimika	Systematické používanie ukazovacích a podporných gest	„Ukáž na (objekt)...“, „Zdvihni ruku, ak máš otázku.“
Farbenie a farebné kódy	Zvýraznenie dôležitých častí textu (červená = varovanie, zelená = povolené).	Zvýrazňovače, farebné obálky, podčiarkovanie.

Stratégie	Popis	Praktické nástroje
Komunikačné dosky	Stojaca tabuľa s "často používanými vetami".	„Môžem ísť na toaletu“, „Potrebujem pomoc“, atď.

Tabuľka 12 Augmentatívno- alternatívna komunikácia (AAK)

Typ	Kedy je vhodný	Príklady nástrojov
Piktogramy, tabuľky	Ľahká potreba, málo rozvinutá verbálna komunikácia.	PECS, komunikačné knihy, "Môj komunikátor".
Komunikačné aplikácie na tablete	Potreba rýchleho výberu a interaktivity.	„Proloquo2Go“, „TouchChat“, „CoughDrop“.
Syntetizéry reči, eye-tracking)	Veľký jazykový deficit, motorické obmedzenia.	„Tobii Dynavox“, „PRC–Touch“.

Tabuľka 13 Pedagogické a organizačné stratégie

Prístup	Ako ho realizovať
Diferenciálna výučba	Prispôbte úlohy na úrovni jazykovej kompetencie (napr. úprava textu, zjednodušené zadania).
Kooperatívna výučba (spoluvyučovanie)	Člen ŠPT – špeciálny pedagóg, pedagogický asistent a triedny učiteľ spoločne plánujú a realizujú hodiny.
Skupinové rozdelenie podľa úrovne	V rámci rovnakých aktivít rozdeľte deti do menších podskupín s rôznymi podpornými materiálmi.
Skúšobné a kontrolné momenty	Krátke, neformálne overenie pochopenia (napr. "povedz mi jedným slovom, čo sme práve robili").
Spätná väzba a sebareflexia	Po každej aktivite sformulujte, čo sa podarilo a čo treba zlepšiť, a dajte žiakom možnosť sledovať svoj pohľad.

Komunikačné stratégie žiakov s ľahkým stupňom MP v 2.cykle vzdelávania

Tabuľka 14 Charakteristika žiaka s ľahkým stupňom MP v 2. cykle vzdelávania

Oblasť	Typické prejavy	Vplyv na komunikáciu
Kognitívna	Nižšia pracovná pamäť, pomalšie spracovanie informácií. Ťažkosti s abstraktným myslením.	Potreba podávania inštrukcií krok po kroku, časté opakovanie.
Jazyková	Nižšia slovná zásoba (≈ 200–400 slov). Chyby vo vetnej štruktúre, nepresná artikulácia.	Podpora vizuálnych a neverbálnych podnetov, modelovanie správnych vzorov vetného usporiadania slov. Názorná dejová postupnosť.
Sociálno-emocionálna	Strach z chýb, nízka motivácia na aktívnu účasť pri plnení vzdelávacích úloh. Ľahko sa unaví v hlučnom prostredí triedy, skupiny.	Štruktúrované spoločné/skupinové vzdelávacie aktivity, jasné inštrukcie pre žiaka s ĽMP v skupine.
Motorická	Ľahké problémy s jemnou motorikou (písanie, manipulácia s pomôckami)	Použitie alternatívnych výstupov (tablet, piktogramy, stručné odpovede „áno/nie“).
Senzorická	Preťaženie zvukom, svetlom alebo dotykom.	Predvídateľné prostredie, senzorické prestávky.

Tabuľka 15 Základné princípy komunikačných stratégií

Princíp	Praktický význam vo vzdelávaní
Jednoduchosť a konkrétnosť	Krátke vety (max. 7–8 slov), jasný predmet – sloveso – objekt.
Multimodalita	Kombinácia verbálnych, vizuálnych (obrázky, symboly), haptických podnetov a gest.
Predvídateľná štruktúra	Rutinná štruktúra vyučovacej hodiny úvod – hlavná časť – záver, podľa potreby vizuálny rozvrh hodín v triede.
Časová podpora	Žiak vidí, vie, koľko času má na odpoveď.
Okamžitá a špecifická spätná väzba	Okamžitá motivačná spätná väzba pre žiaka, napr. “Výborne, že si povedal slovo kniha. To je správne.”

Princíp	Praktický význam vo vzdelávaní
Posilňovanie sebaúcty	Verbálne aj neverbálne uznanie správnej odpovede žiaka (palec hore, bodovacia tabuľka).
Individualizácia	Žiak má svoj IVP (individuálny vzdelávací program) a zoznam podporujúcich učebných pomôcok.

Konkrétne komunikačné stratégie

Tabuľka 16 Slovné stratégie

Stratégia	Popis	Príklad použitia
Rozdelenie úlohy na malé kroky	Každú inštrukciu rozdeľte na 1 – 2 jednoduché kroky.	„Najprv si otvor učebnicu na strane 24. Potom si pozri cvičenie 2 ...“
Otázky s výberom	Namiesto otvorenej otázky ponúknite 2 – 3 možnosti.	„Ktoré zviera patrí medzi cicavce – korytnačka, veverička alebo ryba?“
Modelovanie a rozšírenie	Učiteľ najprv povie/modeluje vetu, žiak ju zopakuje, potom učiteľ rozvinie vetu.	„Ja som čítal kapitolu. – (žiak) Čítal som kapitolu.“ → „Čítal som kapitolu o lesnom ekosystéme.“
Reframing (parafrázovanie)	Žiakovu odpoveď opakuje vlastnými slovami učiteľ, aby overil pochopenie u žiaka.	Učiteľ: „Čo si počul?“ Žiak: „Zvieratá.“ Učiteľ: „Máš na mysli, že sme sa učili o zvieratách?“
Krátko uzavreté repliky pre kontrolu pochopenia komunikačného zámeru	Učiteľ kladie otázky, na ktoré je možné odpovedať „áno/nie“ alebo jednoslovne.	„Je dnes slnečno?“

Tabuľka 17 Neverbálne a vizuálne stratégie

Stratégia	Popis	Praktické pomôcky
Piktogramy a symboly (SNA/PECS)	Obrázkové karty reprezentujúce slová, činnosti, pocity.	PECS – výmena piktogramov ARASAAC vlastné triedne sady
Vizualizačný rozvrh	Denný/týždenný rozvrh s obrázkami jednotlivých aktivít.	Magnetické tabule, plastové ikonky, papierové gombíky.
Farebné kódovanie	Používanie farieb na zvýraznenie kľúčových informácií.	Zelená = povolené Červená = zakázané Žltá = dôležité
Gestá a mimika	Systematické gestá na podporu verbálneho prejavu.	„ukázanie prstom“, „zdvihnutie ruky“, „prikývnutie“.
Senzorické pomôcky	Taktické predmety na podporu pozornosti.	Dotykové písmená, gumové loptičky, puzzle.
Digitálne podporné aplikácie	Tabletová alebo počítačová podpora komunikácie.	Interaktívny šlabikár

Tabuľka 18 Sociálno-komunikačné stratégie

Stratégia	Cieľ	Ako ju realizovať
Systém kamarátov	Zvýšiť sociálnu integráciu a podporu pri úlohách.	Žiak s ľahkým stupňom MP má „priateľa“ zo spolužiakov v triede (napr. v partnerstve pri čítaní).
Sociálne príbehy	Trénovať konkrétne sociálne situácie (napr. „čo povedať, keď niečo neviem“).	Dve, tri stránky s obrázkami a jednoduchými vetami, čítané pred aktivitou.
Kruhová diskusia	Štruktúrované rozprávanie – každý má šancu povedať.	Moderátor (učiteľ) dá signál, kedy môže žiak hovoriť, používajú sa aj gestá „povolený mikrofón“ (napr. kartička, gesto...).

Stratégia	Cieľ	Ako ju realizovať
Hranie rolí / scénické	Rozvíjať komunikačné schopnosti, konverzačné vzorce v reálnych situáciách.	Scénka „v obchode“ – žiak si objedná a zaplatí, ostatní hrajú zákazníkov.
Emočná karta	Pomôcť spoznať a pomenovať pocity.	Kartičky s tvármi (šťastná, nahnevaná, smutná). Žiak si vyberie, keď sa tak cíti.

Komunikačné stratégie žiakov s ľahkým stupňom MP v 3. cykle vzdelávania

Tabuľka 19 Charakteristika žiaka s ľahkým stupňom MP v 3. cykle vzdelávania

Oblasť	Typické prejavy	Vplyv na komunikáciu
Kognitívna	Pomalšie spracovanie informácií, nižšia pracovná pamäť (2–3 úseky), problémy s abstraktným myslením.	Potreba častého opakovania inštrukcií krok po kroku, a využívanie externých pomôcok (piktogramy, zápisky)
Jazyková	Slovná zásoba 300–600 slov, častejšie chyby v morfológii a syntaxe, niekedy slabá artikulácia.	Modelovanie správnych tvarov, parafrázovanie, a vizuálny zápis (slová, frázy)
Sociálno-emocionálna	Úzkosť pri nových alebo náročných úlohách, potreba štruktúrovanej sociálnej interakcie, náchylnosť na preťaženie.	Jasné signály, „peer–buddies“, sociálne príbehy a predvídateľné rutiny.
Motorická	Ľahké problémy s jemnou motorikou (písanie, manipulácia s malými predmetmi).	Použitie digitálnych vstupov (tablet, klávesnica) alebo alternatívnych výstupov (dotykové piktogramy).
Senzorická	Preťaženie hlukom v skupine spolužiakov v triede, svetlom alebo dotykom pri dlhších aktivitách.	Senzorické prestávky, nízka stimulácia v kľúčových častiach hodiny.

Tabuľka 20 Základné princípy komunikačných stratégií

Princíp	Praktický význam vo vzdelávaní
Jednoduchosť a konkrétnosť	Krátke vety (max. 8–10 slov), konkrétne podnety (napr. „Napíš číslo 27“ namiesto „Zadaj hodnotu“).
Multimodalita	Používať súčasne verbálne, vizuálne (piktogram, diagram), haptické podnety a gestá .
Predvídateľná štruktúra	Každá hodina má úvod, hlavnú časť, záver s vizuálnym rozvrhom na tabuli.
Časová podpora	Použitie časovača – žiak vidí, koľko má na odpoveď (2 min, 5 min).
Okamžitá a špecifická spätná väzba	„Skvelé, použil si slovo <i>krajina</i> v správnom tvare.“
Posilňovanie sebaúcty	Verbálne uznanie + neverbálne (palec hore, bodovacia tabuľka).
Individualizácia	Žiak má IVP (Individuálny vzdelávací program) s konkrétnym zoznamom podporných opatrení.

Konkrétne komunikačné stratégie

Tabuľka 21 Verbálne a kognitívne stratégie

Stratégia	Popis ako ju používať	Príklad použitia
Rozdelenie úlohy na malé kroky	Inštrukcie → 1–2 kroky, každá s jasným verbálnym a vizuálnym podnetom.	„Najprv si otvorte učebnicu na str. 64. Potom podčiarknite podnadpis „Vlhkosť“.“
Otázky s výberom	Odpoveď „áno/nie“ alebo výber A/B/C znižuje kognitívnu záťaž.	„Ktorý zo zvyškov je najmenší : 12 cm, 7 cm alebo 15 cm?“
Modelovanie a rozšírenie	Učiteľ najprv demonštruje vetu, žiak opakuje, potom učiteľ rozšíri.	„Ja som spočítal $23 + 12 = 35$.“ → Žiak: „Spočítal som $23 + 12$.“ → Učiteľ: „A výsledok je 35.“
Reframing (parafrázovanie)	Učiteľ preformuluje žiakovu odpoveď, aby preveril pochopenie.	Žiak: „Môžeme ísť von.“ Učiteľ: „Chceš povedať, že by sme šli na prechádzku?“
„Čakajúci čas“	Po otázke nechajte 3–5 s. pred ďalším komentárom.	Pri písomnom cvičení: „Napíšte, prečo sa turisti rozhodnú navštíviť historické centrum.“ (čakajte)

Tabuľka 22 Neverbálne a vizuálne stratégie

Stratégia	Popis	Praktické pomôcky
Piktogramy a symboly	Rýchle označenie požiadaviek, otázok, hodín.	Vlastné triedne karty, PECS–tabuľa.
Vizualizačný rozvrh	Zobrazenie denného programu a krokov úlohy.	Magnetické ikony, plastové gombíky, digitálny rozvrh.
Farebné kódovanie	Zvýraznenie dôležitých informácií (červená – varovanie, zelená – povolené, modrá – ďalšia časť).	Zvýrazňovače, farebné okraje v pracovných listoch.
Gestá a mimika	Systematické podporné gestá (ukazovanie, „ok“ signál, zdvihnutie ruky).	„Poznámka“ – napr.: učiteľ zdvihne ruku, keď má žiak povolenie hovoriť.
Digitálne podporné aplikácie	Interaktívne prezentácie, audiotext, automatické čítanie.	Aktuálne ponúkané digitálne učebné zdroje.

Tabuľka 23 Sociálno-komunikačné stratégie

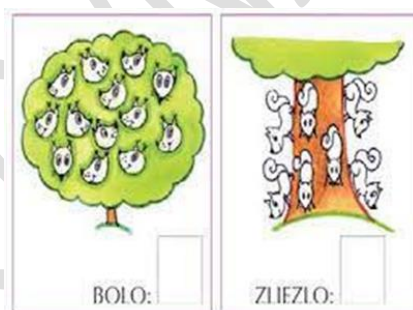
Stratégia	Cieľ	Ako ju realizovať
Systém kamarátov – „Buddy systém“	Znižovať sociálnu úzkosť, poskytovať okamžitú pomoc.	Je vhodné, aby každý žiak s ľahkým stupňom MP mal partnera.
Sociálne príbehy	Tréning konkrétnych situácií (napr. „Ako sa zapojiť do skupinovej diskusie“).	Príbeh s obrázkami, čítaný deň pred aktivitou.
Kruhovú diskusiu	Udržiavať poriadok a rovnosť príležitostí v rozprávaní.	Kartička „Mikrofón“ – keď drží žiak, môže hovoriť; ostatní počúvajú.
Hranie rolí	Rozvíjať jazykové a sociálne vzorce.	Scénka „v knižnici“ – žiak požiadava o knihu, buddy kamarát mu pomáha.
Emočná karta	Rozpoznávanie a vyjadrenie pocitov.	Sada 6–8 piktogramov (šťastný, nahneváný, úzkostný, unavený). Žiak po aktivite vyberie, ako sa cítil.

3.2 Metódy a postupy, zamerané na kompenzáciu deficitov v rôznych oblastiach výchovno-vzdelávacieho procesu

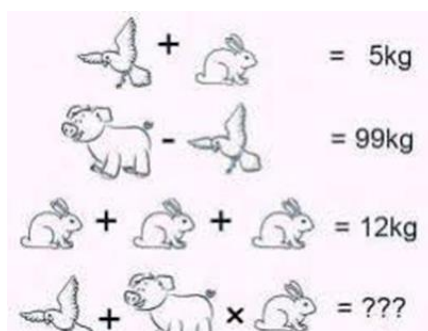
Využívanie kompenzačných stratégií u žiakov s ľahkým stupňom MP nie je o "uľahčení" života, ale o budovaní ich autonómie a sebavedomia. Medzi kompenzačné stratégie zameriavajúce sa na zmenu spôsobu v prístupe k úlohe patrí vizuálna podpora: Používanie fotografií, piktogramov alebo videa na znázornenie postupu úlohy pomáha žiakom posilňovať pracovnú pamäť a dlhšie uchovávať poznatky v pamäti.

Žiaci si viac zapamätajú, ak nielen počujú, ale aj vidia. Vhodné sú prezentácie, krátke videá, obrázkové slovníky, pracovné listy. Vizuálna podpora je pre žiakov s MP v škole kľúčová, pretože obraz spravidla spracujú oveľa rýchlejšie a s menšou námahou než hovorené slovo. Pomáha im orientovať sa v čase, priestore a požiadavkách učiteľa, čím výrazne znižuje ich úzkosť a frustráciu.

Medzi vizualizovanú podporu učenia možno zaradiť aj obrázkové čítanie, vizualizáciu časovej postupnosti, vizualizáciu slovných úloh, rôzne grafy a pojmové, myšlienkové a vizuomotorické mapy.



Obrázok 1 Vizualizácia slovných úloh
Černek, P., Rýcgllová, J., Bednářová S. (2012). Matematika pre 1. ročník ZŠ. AITEC



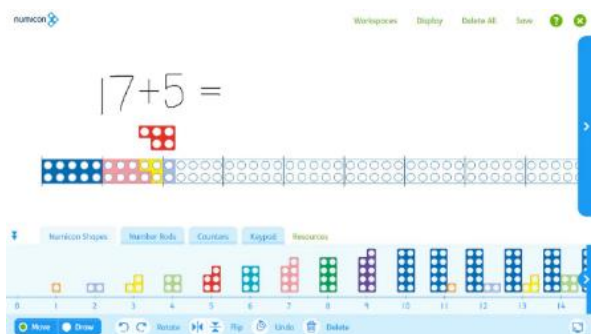
Obrázok 2 Vizuálna podpora matematického príkladu.
Verešová, J. (2020) Využitie metód vizualizácie a kompenzačných prostriedkov

3.3 Príklady využitia kompenzačných stratégií na hodinách matematiky v 1. cykle

Spracovanie abstrakcie prostredníctvom modelov

Žiak s ľahkým stupňom MP potrebuje "vidieť a chytiť" číslo, aby pochopil jeho hodnotu.

Numicon: Jedna z najúčinnějších pomôcok. Ide o ploché tvary s otvormi, kde každý tvar reprezentuje číslo od 1 do 10. Žiak vidí, že 4 je "väčšia" ako 2 nielen podľa názvu, ale aj podľa fyzickej veľkosti a počtu otvorov.



Obrázok 3 Numicon.

Zdroj : Numicon Digital online and Interactive Whiteboard Software – SkyRocket Maths



Obrázok 4 Farebné tyčinky

Zdroj: autori

Štruktúrované počítadlá: Namiesto klasického guľôčkového počítadla sa používajú žetóny dvoch farieb (napr. červená a modrá), ktoré pomáhajú pri rozklade čísla (napr. 5 sú 3 červené a 2 modré).

Cuisenairove hranoly: Farebné tyčinky rôznych dĺžok, ktoré pomáhajú pochopiť sčítanie a odčítanie ako prikladanie dĺžok k sebe.

Vizuálne a hmatové stratégie pre operácie

Pri riešení príkladov žiak nevyužíva len pamäť, ale vizuálnu oporu.

- **Číselná os na lavici:** Každý žiak má pred sebou nalepenú číselnú os (0–10 alebo 0–20). Pri sčítaní "skáče" prstom doprava, pri odčítaní doľava.
- **Pracovné listy s "bodkovaním":** Číslice v príkladoch majú na sebe naznačené body. Žiak pri sčítaní počíta body priamo na tele číslice, čo nahrádza počítanie na prstoch.
- **Šablóny na zápis:** Štvorčeková sieť v zošite je zvýraznená farbami, aby žiak vedel, kam presne napísať jednotky a kam desiatky (prevencia vizuálnej dezorientácie).
- **Geometria a priestorová orientácia:** Geometria je pre žiakov s ľahkým stupňom MP často najobľúbenejšia časť na hodinách matematiky, ak je podaná hmatovo.

- **Geodosky:** Drevené dosky s kolíkmi a gumičkami. Žiak nevytvára štvorec kreslením (čo je motoricky náročné), ale natáľhovaním gumičiek.
- **Trojrozmerné modely:** Telesá sa neučia z obrázkov, ale z reálnych predmetov (kocka = hracia kocka, guľa = loptička).
- **Praktická matematika (Peniaze a čas):** U žiakov s ľahkým stupňom MP je cieľom funkčná gramotnosť. Využívame napr. reálne makety platidiel: Triedenie mincí podľa veľkosti a farby, simulácia nákupu v "školskom obchode".

Strategické narábánie s textom

Využívajú sa metódy na zjednodušenie toku informácií:

- **Metóda "Easy-to-read":** Prepisovanie a úprava textov v učebniciach do krátkych viet, používanie známych slov a veľkého písma. Používame krátke a priame vety, známe slová, nepoužívame obrazné pomenovania .
- **Audio-vizuálna podpora:** Využívanie krátkych edukačných videí pred samotným čítaním textu.
- **Grafické organizéry:** Používanie pojmových máp, ktoré vizualizujú vzťahy medzi informáciami.

Kompenzácia porúch pamäte a pozornosti

- **Povolené "ťaháky":** Tabuľky s malou násobilkou, prehľady vybraných slov alebo vzorov podstatných mien neustále k dispozícii na lavici.
- **Časová vizualizácia:** Používanie presýpacích hodín alebo digitálnych časovačov na vizualizáciu toho, koľko času zostáva do konca úlohy.

Praktické a činnostné učenie

Teoretické poznatky z náukových predmetov by sa mali kompenzovať zážitkom:

- **Projektové vyučovanie:** Namiesto učenia sa o rastlinách z knihy, žiak vytvára herbár alebo sa stará o triednu rastlinu.
- **Matematika v praxi:** Počítanie s peniazmi (fiktívny nákup), meranie dĺžky chodby metrom, váženie ingrediencií pri pečení.
- **Technické a materiálne kompenzácie:** Ide hlavne o pomôcky, ktoré pomáhajú žiakovi prekonať bariéry v jemnej motorike a pamäti.
- **Upravené písacie potreby**

- **Šablóny a okienka:** Využívané hlavne "čítacie okienko".
- **Interaktívne zošity:** Žiak má vlepovacie materiály, kde len priraduje správne odpovede.

Kalkulačka

- Špeciálne kalkulačky
- Kalkulačky s veľkými tlačidlami a hlasovým výstupom.

Tabuľka násobkov

- Namiesto pamäťového učenia má žiak na lavici laminovanú tabuľku (Pytagorova tabuľka), kde hľadá prienik riadka a stĺpca.



Obrázok 5 Zlomky. Zdroj: autori



Obrázok 6 Magnetická sada zlomky
Zdroj: autori

Vizualizácia zlomkov a častí celku

Zlomky sú pre žiakov s ľahkým stupňom MP náročné, pretože väčšie číslo v menovateli zmenšuje zlomok.

- **Zlomkové pizze/kruhy:** Fyzické modely rozdelené na polovice, štvrtiny, osminy. Žiak vidí, že čím viac častí, tým sú menšie.
- **Magnetické zlomkové pásy:** Pomáhajú porovnávať veľkosť zlomkov vedľa seba na magnetickej tabuli.
- **Využitie peňazí:** Zlomky vysvetľujeme cez centy a eurá (50 centov je polovica eura).

Podporné postupy pri riešení slovných úloh

Slovné úlohy sú bariérou kvôli porozumeniu textu.

- **Metóda "Kľúčových slov":** Žiak má zoznam slov, ktoré mu napovedia operáciu (napr. spolu = +, rozdelil = : o menej = -).
- **Vizualizácia zadania:** Každú slovnú úlohu musí žiak najprv nakresliť (krúžky, čiarky) alebo nasimulovať s pomôckami.

3.4 Príklady využitia kompenzačných stratégií v predmete matematika v 2. cykle

Geometria a meranie v praxi

V 2. cykle vzdelávania sa zameriavame na meranie, ktoré žiak využije v živote.

- **Adaptované meradlá:** Pravítka s výrezmi, digitálne váhy s jasným displejom, odmerky s farebnými ryskami.
- **Uhlový kruh:** Namiesto klasického uhlomera (ktorý je malý a neprehľadný) sa používa veľký farebný kruh, kde sú uhly znázornené ako výrezy (ako "otváranie dverí").
- **Skladačky telies:** Rozložiteľné siete telies (kocka, kváder), ktoré sa dajú poskladať pomocou suchého zipsu.

Práca s dátami a časom

- **Digitálne versus analógové:** Ak žiak nezvláda ručičkové hodiny, prioritou je kompenzácia cez digitálny čas a prácu s časovým harmonogramom (napr. "Cesta autobusom trvá 20 minút").
- **Piktogramové grafy:** Namiesto stĺpcových grafov používame obrázky (napr. graf obľúbeného ovocia v triede, kde 1 jablko = 1 obrázok jablka).

Príklad

Úprava témy "Obvod obdĺžnika"

Žiak bez ŠVVP: Naučí sa vzorec $o = 2(a + b)$.

Žiak s ľahkým stupňom MP (Kompenzácia): Dostane reálnu krabičku. Obloží ju dookola šnúrkou. Šnúrkou vyrovná a odmeria ju pravítkom. Zápis: Strana A + Strana B + Strana A + Strana B (vyhne sa násobeniu a zátvorkám, ak sú preňho bariérou).

3.5 Príklady využitia kompenzačných stratégií v predmete matematika v 3. cykle

V 3. cykle vzdelávania sa matematika presúva do roviny maximálnej funkčnosti. Cieľom nie je teoretické zvládnutie učiva, ale príprava žiaka na praktický život, profesijné odborné učilište a samostatnosť.

Kľúčové kompenzačné stratégie a technológie pre túto cieľovú skupinu sú:

Digitálna gramotnosť ako náhrada počítania

V tomto veku je dôležitejšie vedieť použiť nástroj než ovládať algoritmus výpočtu.

- **Smartfón ako multifunkčná pomôcka:** Návzik používania natívnych aplikácií (Kalkulačka, Prevodník jednotiek, Kalendár, Poznámky).
- **Aplikácie na správu peňazí:** Jednoduché simulátory rozpočtu (napr. *Spendee* v zjednodušenom režime), kde si žiak vizuálne sleduje príjmy a výdavky.
- **QR kódy v priestore:** Na chodbách alebo v školskej kuchynke môžu byť QR kódy, ktoré po naskenovaní otvoria video s postupom výpočtu (napr. „Ako vypočítať 20 % zľavu v obchode“).

Percentá a financie (Hospodárenie)

Percentá sú pre žiakov s ľahkým stupňom MP príliš abstraktné. Kompenzujeme ich vizuálnym delením celku.

- **Stĺpcové vizualizéry zliav:** Používanie „teplomerov“ alebo pásov, kde 100 % je plný pás a žiak fyzicky zakrýva časti pri výpočte zliav (10 %, 20 %, 50 %).
- **Práca s reálnymi letákmi:** Kompenzácia spočíva v tom, že žiak nerieši príklady z učebnice, ale reálne porovnáva ceny masla v dvoch rôznych letákoch pomocou kalkulačky.
- **Bankové aplikácie (Demo):** Návzik práce s bankomatom alebo internetbankingom cez zjednodušené simulátory, aby žiak pochopil hodnotu „virtuálnych“ peňazí na karte.

Geometria pre prax (Meranie a odhad)

Namiesto rysovania zložitých telies sa zameriavame na meranie v 3D priestore.

- **Laserové merače:** Ak má žiak problémy s jemnou motorikou (držanie pásma), laserový merač mu umožní odmerať rozmery triedy stlačením jedného tlačidla.

- **Aplikácie s rozšírenou realitou (AR):** Použitie aplikácií ako *Measure* (Meradlo) v iPhone/Androide, ktoré žiakovi ukážu rozmery predmetov priamo cez kameru telefónu.
- **Skladačky reálnych objektov:** Výpočet obsahu cez dláždenie podlahy štvorcami papiera. Žiak vidí, koľko „štvorčekov“ sa reálne zmestí na plochu stola.

Práca s dátami a časová logistika

Žiak v 3. cykle vzdelávania sa má vedieť orientovať v grafoch a cestovných poriadkoch.

- **Infografiky namiesto tabuliek.** Kompenzujeme husté číselné tabuľky prehľadnými infografikami s piktogramami (napr. spotreba elektriny v domácnosti zobrazená cez veľkosť ikony blesku).
- **Plánovače trás (CP.sk, Google Maps).** Matematika sa mení na logistiku – „Koľko minút trvá cesta?“, „Ktorý spoj ide skôr?“.
- **Vizuálne recepty.** Prepojenie matematiky s varením (váženie surovín, prepočet množstva pre 2 vs. 4 osoby).

Tabuľka 8 Porovnanie cieľov 3. cyklu vzdelávania

Téma	Akademický cieľ (Žiak bez ŠVVP)	Funkčný cieľ (Žiak s ľahkým stupňom MP)
Pytagorova veta	Výpočet prepony trojuholníka.	Zistenie, či sa skriňa zmestí do rohu izby (praktický odhad).
Percentá	Výpočet úroku v banke.	Výpočet sumy po zľave v obchode pomocou kalkulačky.
Štatistika	Výpočet aritmetického priemeru.	Čítanie jednoduchého grafu vývoja teploty alebo cien.

Kompenzačný "Survival Kit" (balíček prežitia)

Žiak by mal mať na konci štúdia vytvorený vlastný zošit/šekovú knižku pomôcok, ktorú si vezme do života:

- Tabuľka prevodov jednotiek (napr. obrázok 1l fľaša = 10 dl pohárov).
- Vzory dôležitých tlačív (poštová poukážka, výberový lístok).
- Karta s núdzovými číslami a dôležitými číselnými údajmi o sebe (dátum narodenia, rodné číslo, PIN ku karte – ak je schopný ho bezpečne chrániť).

3.4 Vizualizačné metódy a postupy

Žiaci s ľahkým stupňom MP majú často problém s konceptom „o hodinu“ alebo „potom“. Potrebujú vidieť následnosť činností. Možnosti vizuálneho rozvrhu sú podobné ako u žiakov s poruchou autistického spektra.

Najnižšou formou zviditeľnenia činnosti v čase je používanie konkrétnych predmetov. Jednotlivé činnosti znázorníme pomocou zástupných predmetov (jedlo znázorníme plastovým tanierom, pitie hrnčekom, pracovnú činnosť krabičkou, prechádzku pomocou topánky, a pod.). Pokiaľ sú žiaci schopní priradiť predmet k obrázku, môžeme k časovej vizualizácii používať rôzne formy obrázkov

Piktogramový pás: Vertikálny alebo horizontálny pás s obrázkami (Matematika, Desiata, Prestávka, Telesná výchova). Vytvára sa veľmi ľahko pomocou suchých zipsov a zalaminovaných obrázkov, dá sa prispôbiť aj zmenám rozvrhu počas školského roka.

- **Systém „Hotovo“:** Vedľa rozvrhu je prázdna krabica. Keď činnosť skončí, žiak sám odlepí piktogram (suchý zip) a hodí ho do krabice.



Obrázok 7 Vizualizácia následnosti. Zdroj: autori



Obrázok 8 Rozvrh hodín. Zdroj: autori

- **Vizuálne algoritmy (Pracovná štruktúra):** Pomáhajú žiakovi dokončiť úlohu bez neustálej pomoci asistenta.
- **Schéma „Teraz – Potom“:** Jednoduchá karta rozdelená na dve polovice. *Teraz:* Počítanie (obrázok kalkulačky). *Potom:* Odmena/hra (obrázok hračky).
- **Postupové karty pri aktivitách:** Ak má žiak napríklad lepiť koláž, má pred sebou piktogramový návod: natrieť lepidlom – priložiť papier – pritlačiť dlane.
- **Vizuálne hranice na papieri:** Farebné ohraničenie miesta, kam má žiak nalepiť vystrihnutý tvar (napr. červený rámček pre trojuholník).

Vizuálne pravidlá správania a komunikácie

Sociálne situácie sú abstraktné, vizualizácia ich robí konkrétnymi.

- **Vizuálny tichomer:** Obrázok semafora. Zelená – môžeš rozprávať. Oranžová – priprav sa. Červená – musíš byť ticho.
- **Karty potrieb:** Malé kartičky, ktoré má žiak na lavici. Ak niečo potrebuje, namiesto kričania ukáže piktogram: „Pomoc“, „Záchod“, „Piť“, „Pauza“.
- **Sociálne príbehy:** Krátke komiksy, ktoré ukazujú, čo sa stane, ak napr. žiak niekomu zoberie hračku a ako to napraviť.
- **Priestorová navigácia:** Vizuálna podpora pomáha žiakovi pochopiť účel miesta v triede.
- **Siluety pomôcok:** Na skrinke, kde sú odložené nožnice a lepidlá, sú nalepené ich presné siluety. Žiak tak pri upratovaní vie presne, kam čo vložiť (využitie jeho schopnosti presného vkladania).

Vizualizácia a štruktúra menia abstraktné inštrukcie na konkrétne a pochopiteľné očakávania. Príklad: V prípade, že nastane zmena v rozvrhu, žiak bez vizualizácie zvyčajne kričí, je nespokojný, v prípade vizualizácie učiteľ ukáže piktogram/kartičku „Zmena“ a nahradí starú kartu novou. Žiak situáciu prijme. V prípade, že si žiak nevie zapnúť pri skrinke vetrovku, ostane nervózny, odmieta činnosť. V prípade, že na skrinke má kartičky s procesnou schémou, postupuje podľa nich a vetrovku si v pokoji zapne.

- **Dekompozícia úloh:** Rozdelenie zložitej činnosti na malé, zvládnuteľné kroky. Krok za krokom znázorňujú zložité činnosti, ako je umývanie rúk alebo príprava jednoduchého jedla. V rámci jednotlivých krokov sa využívajú rôzne techniky:
- **Sociálne príbehy:** Krátke ilustrované texty, ktoré vysvetľujú sociálne situácie a vhodné správanie v nich. Pomáhajú pochopiť „prečo“ sa ľudia správajú určitým spôsobom.
- **Mnemotechnické pomôcky:** Používanie rýmov, farieb alebo asociácií na zapamätanie si dôležitých informácií (napr. červená farba pre "stop"). Farebné kódovanie: červená – nebezpečenstvo, STOP; zelená – bezpečné, ŠTART. Auditívne rýmy: Jednoduché básničky a pesničky– (napr. Jeden, dva, tri, štyri, päť... De, te,ne,le,di,ti,ni,li, mäčkene sa potratili...). Asociácie tvarov: „Číslo 2 vyzerá ako labuť“, „ číslo 4 ako stolička“.

- **Asistenčné technológie (Digitálne riešenia):** Moderné technológie dnes nahrádzajú mnohé kognitívne funkcie.
- **Alternatívna a augmentatívna komunikácia (AAK):** Aplikácie (napr. GoTalk NOW, Snap Core First), ktoré menia obrázky na reč. Tablety so špeciálnym softvérom pre neverbálnych používateľov.

3.5 Hmatateľné kompenzačné pomôcky a nástroje

Sem zaraďujeme klasické pomôcky, ktoré pomáhajú v bežnom živote.

- **Časová orientácia** – presýpacie hodiny, vizuálne časovače (Time Timer), kalendáre.
- **Sebaobsluha** – adaptovaný príbor, suché zipsy, dávkovače liekov so zvukom.
- **Vzdelávanie** – čítačky textu, hovoriace perá, hmatové knihy.
- **Senzorická regulácia** – záťažové deky, antistresové pomôcky na zvládanie emócií.

Kľúčové zásady pri výbere

- **Individualizácia:** Čo funguje u jedného, nemusí u druhého. Pomôcka musí zodpovedať mentálnemu veku a jemnej motorike.
- **Nácvik:** Technológia sama o sebe problém nevyrieši. Používateľ sa s ňou musí naučiť pracovať v bezpečnom prostredí.
- **Dôstojnosť:** Pomôcky by mali byť čo najmenej stigmatizujúce (napr. aplikácia v bežnom iPade pôsobí prirodzenejšie než masívny špeciálny prístroj).
- **Stálosť:** Ak sa zavedie určitá technológia alebo piktogram, nemali by sa často meniť, aby nedošlo k dezorientácii.

3.6 Spôsoby implementácie pomôcok a kompenzačných stratégií v triede

Modifikácia učebných materiálov

Texty v učebniciach sú pre žiakov s ľahkým stupňom MP často príliš abstraktné. Preto je potrebné ich meniť, dopĺňať, prispôbovať žiakovi.

- **Prepisovanie učiva do krátkych viet:** Používame krátke a priame vety, známe slová, nepoužívame obrazné pomenovania. Namiesto dlhého úseku používame odrážky, zvýrazníme kľúčové slová. Pojmy sú podané jasne a zrozumiteľne.

- **Piktogramové osnovy:** Nahradenie dlhého textu sériou obrázkov, ktoré logicky nadväzujú (napr. pri postupe v matematike alebo dejepisnej udalosti).
- **Hovoriace perá a knihy:** Žiak si priložením pera k obrázku alebo textu vypočuje audio nahrávku s vysvetlením.

Príklad úpravy textu metódou Easy to read

Pôvodný text

Literatúra sa delí na tri základné literárne druhy: epiku, lyriku a drámu. Epika je literárny druh, ktorý sa vyznačuje prítomnosťou deja, rozprávača a využíva prozaickú reč, pričom diela sú zamerané na vonkajšiu skutočnosť. Lyrika naopak vyjadruje subjektívne pocity, myšlienky a nálady autora, pričom dej často absentuje. Dráma je špecifická dialógmi a je určená na javiskové stvárnenie.

Upravený text

Literatúra sa delí na tri hlavné druhy

1. Epika
 - má dej
 - príbeh má rozprávača

Príklad: román, poviedka

2. Lyrika
 - Nemá dej
 - Autor vyjadruje svoje pocity, nálady

Príklad: básne, piesne

3. Dráma
 - Má dej
 - Je určená na hranie v divadle

3.6.1 Digitálne technológie a aplikácie

Ak žiak preferuje digitálne technológie, tieto nástroje mu výrazne uľahčia kompenzáciu jeho znevýhodnenia.

Vizuálne plánovanie a organizácia:

- Google Calendar / Pripomienky: Nastavenie notifikácií na písomky a projekty (žiakovi "pípne" mobil/hodinky).

Podpora čítania a písania:

- Dictation (Diktovanie v MS Word/Google Docs): Žiak text neťuká, ale nahovorí ho. Program ho prevedie na písmo.
- Immersive Reader (Pohlcajúca čítačka): Nástroj v Office 365, ktorý žiakovi predčíta text, zvyrazňuje slová a umožňuje meniť farbu pozadia (zlepšuje sústredenie).

Matematické pomôcky:

- Photomath: Nie na odpisovanie výsledkov, ale na kontrolu postupu (žiak vidí jednotlivé kroky riešenia).
- Digitálne počítadlo/Interaktívna číselná os: Aplikácie, ktoré simulujú fyzické pomôcky priamo na tablete.

Komunikácia a pohoda:

- Daylio: Jednoduchý "náladovník", kde žiak ikonkami zaznamená, ako sa v škole cítil (pomáha pri sociálnej kompenzácii a spätnej väzbe pre učiteľa/rodiča).
- Digitálne nástroje v procese učenia fungujú ako povestný „dobrý sluha, ale zlý pán“. Rozdiel medzi podporou a rizikom obchádzania spočíva v tom, či nástroj kognitívne sily uvoľňuje pre vyššie ciele, alebo ich úplne nahrádza.

Digitálny nástroj ako podpora

Nástroj je podporou vtedy, ak funguje ako lešenie, ktoré žiakovi umožní zvládnuť komplexnú úlohu, na ktorú by pre konkrétny deficit inak nestačil. U žiakov s ľahkým stupňom MP sú nástroje kľúčové na preklopenie priepasti medzi ich schopnosťami a požiadavkami okolia.

- **Vizualizácia a názornosť:** Žiaci majú problém s abstraktným myslením. Tablet s interaktívnou animáciou (napr. kolobeh vody alebo rozklad čísla) premení neuchopiteľný pojem na konkrétny obraz.
- **Motivácia a odbúranie strachu z chyby:** Digitálne prostredie je trpezlivé. Ak aplikácia dovolí žiakovi pokus–omyl bez negatívneho hodnotenia učiteľa, zvyšuje to jeho chuť skúšať znova, čo je pri variante A kľúčové.
- **Rozvoj komunikačných zručností:** Pre žiakov s pridruženými poruchami reči sú tablety s komunikačnými tabuľkami (VOKS) jediným spôsobom, ako sa zapojiť do vyučovania.

- **Tréning praktických zručností:** Aplikácie na simuláciu nákupu, orientáciu v čase (hodiny) alebo v priestore (mapy) pripravujú žiaka na reálny život, kde by bez technológie zlyhal.

Digitálny nástroj ako rizikový faktor

Nástroj sa stáva rizikom v momente, keď žiak rezignuje na rozvoj základnej funkcie, ktorú by pri správnom vedení mohol posilniť. Riziko nastáva aj vtedy, ak nástroj žiakovi odoberie potrebu vykonávať činnosti, ktoré sú v jeho silách a ktoré rozvíjajú jeho mozog.

- **Atrofia jemnej motoriky:** Ak žiak s ľahkým stupňom MP prestane písať rukou a len „ťuká“ do tabletu, stráca dôležité prepojenie medzi rukou a mozgom, ktoré je nevyhnutné pre rozvoj grafomotoriky a sebaobsluhy.
- **Pasívne prijímanie informácií:** Digitálny nástroj sa stáva „televízorom“. Žiak sleduje obrazovku, ale kognitívne nespracováva obsah. Učivo mu len „pretečie“ pred očami bez pochopenia súvislostí.
- **Závislosť na hotovom výsledku:** Ak kalkulačka alebo AI vyrieši príklad/úlohu hneď, žiak stráca schopnosť vyvinúť mentálne úsilie. Pri týchto žiakoch je proces (cesta k výsledku) dôležitejší než výsledok samotný.
- **Sociálna izolácia:** Títo žiaci potrebujú sociálne učenie a kontakt. Ak sa digitálny nástroj stane „vychovávateľom“, žiak prichádza o kľúčové interakcie s učiteľom a spolužiakmi.

3.6.2 Metódy a postupy rozvoja priestorovej a časovej orientácie

Štruktúrácia prostredia je dôležitým terapeutickým a vzdelávacím prístupom pre osoby s ľahkým stupňom MP (význam je ešte vyšší u žiakov s kombináciou s poruchami autistického spektra), ktorý využíva princípy ako jasné členenie priestoru, vizualizácia a pevný denný režim.

Tento prístup, často inšpirovaný metodikou TEACCH, pomáha znižovať úzkosť, predchádzať problémom v správaní a zvyšovať samostatnosť.

Kľúčové prvky štruktúrovaného prostredia

Fyzická štruktúra (členenie priestoru) – Jasné vymedzenie priestoru podľa jeho účelu (napr. kútik na prácu, kútik na relax, miesto na jedenie). Pomáha osobe pochopiť, čo sa od nej na danom mieste očakáva. Primeraná vizualizácia priestoru by mala umocniť prehľadnosť priestorového usporiadania a zvýšiť mieru samostatnosti konkrétneho žiaka pri orientácii v priestore (Dubovská, 2002). K realizácii priestorovej vizualizácie v praxi používame skrinky, police, koberce, farebné pásy, paravány, farebné nátery a pod. Ak už máme priestor, v ktorom sa žiak bude pohybovať, vhodne sprehľadnený, potom pokračujeme s vizualizáciou času.

Vizuálna podpora (vizualizácia) – Používanie symbolov, obrázkov, fotografií alebo predmetov na zobrazenie úloh, pravidiel alebo časového plánu. Vizuálne informácie sú pre žiakov s MP zrozumiteľnejšie ako verbálne pokyny. V triedach využívame obrázkový rozvrh, kartičky, obrázkové ohodnotenie správania aj výkonov (napr. čierne a červené body, smutný a veselý smajlík).

Vizualizácia času – Čadilová a Žampachová (2008) uvádzajú, že najnižšou formou zviditeľnenia činnosti v čase je používanie konkrétnych predmetov. Jednotlivé činnosti znázorníme pomocou zástupných predmetov (jedlo znázorníme plastovým tanierom, pitie hrnčekom, pracovnú činnosť krabičkou, prechádzku pomocou topánky, a pod.). Pokiaľ sú žiaci schopní priradiť predmet k obrázku, môžeme k časovej vizualizácii používať rôzne formy obrázkov. Po osvojení funkčného čítania je možné používať denný režim vytvorený slovnými obrazmi.

Denný režim (rozvrh) – Pevný, predvídateľný sled činností, ktorý znižuje úzkosť z neznámeho a pomáha pri prechodoch medzi aktivitami.

Štruktúra úloh (pracovný systém) – Jasné určenie, koľko práce sa má urobiť, aký je postup, kedy je úloha hotová a čo bude nasledovať potom.

3.6.3 Metódy rozvoja sociálnej inklúzie

Kompenzácia sociálneho deficitu je rovnako dôležitá ako učenie.

1. **Vizuálne scenáre** – Kartičky s otázkami a odpoveďami, ktoré žiakovi pomáhajú začať rozhovor so spolužiakom počas prestávky.
2. **Komunikačné tabuľky (PECS)** – Ak je žiak používa len neverbálnu komunikáciu, komunikuje so strojom alebo učiteľom pomocou výmeny obrázkov.

3.6.4 Techniky pre rozvoj pozornosti

Cielené techniky na stimuláciu pozornosti a pracovnej pamäti u žiakov s ľahkým stupňom MP sa zameriavajú na zjednodušenie informácií, vizualizáciu, opakovanie a využívanie multisenzorického prístupu. Tieto metódy pomáhajú zvyšovať schopnosť udržať pozornosť a zlepšovať spracovanie informácií v krátkodobej pamäti.

Štruktúrované prostredie a rutina.

Štruktúrované prostredie – Vytvorenie predvídateľného dňa s jasným vizuálnym rozvrhom znižuje úzkosť a pomáha udržať pozornosť na aktuálnej úlohe. Štruktúrované prostredie znamená jasné členenie priestoru podľa jeho účelu, dieťa má v triede vyčlenené miesto na prácu, na oddych, na hranie, ktoré môže mať označené nejakým obrázkom, znakom. Rovnako má vyčlenené poličky, boxy. Štruktúrované prostredie slúži na to, aby žiaci mali jasné usporiadanie a poriadok vo svojom okolí. Tento prístup podporuje orientáciu, samostatnosť a istotu v každodenných činnostiach.

Výhody štruktúrovaného prostredia :

- poskytuje prehľadnosť a jasné pravidlá, ktoré znižujú stres a neistotu;
- pomáha lepšie porozumieť času a priestoru (čo, kde a kedy sa bude robiť);
- podporuje samostatnosť a zodpovednosť pri vykonávaní úloh;
- uľahčuje sústredenie a organizáciu práce;
- vytvára pocit bezpečia a istoty;
- umožňuje rozvoj komunikačných a sociálnych zručností.

Rutina – pravidelný spôsob vykonávania činností kompenzuje nedostatky pri riešení bežných situácií (systém práce zľava doprava alebo zhora nadol).

Odstránenie rušivých vplyvov – Minimalizácia vizuálneho a sluchového hluku v miestnosti, kde prebieha učenie alebo aktivita. Nie je vhodné, aby žiak sedel v poslednej lavici alebo na inom vzdialenom mieste, v blízkosti okna alebo dverí, kde je veľa rušivých vplyvov okolia. Vhodné miesto je v blízkosti učiteľa, najlepšie v prvej lavici, aby s ním učiteľ mohol ľahko nadviazať očný kontakt. V prípade prítomnosti asistenta je vhodné, aby mal asistent možnosť sedieť pred dieťaťom, pričom by mu nebránil vo výhľade na tabuľu, a možnosť postaviť sa aj za žiaka, pokiaľ to situácia bude vyžadovať.

Technika "stop–signál"– Pomocou jasných vizuálnych signálov, najčastejšie obrázkov, sa žiak učí, kedy je začiatok a kedy koniec aktivity, kedy môže hovoriť, kedy odpovedajú iní.

Interaktívne hry – Vhodné sú hry na hľadanie rozdielov, priraďovanie párov (Pexeso), triedenie predmetov podľa farby/tvaru, ktoré vyžadujú zameranie pozornosti.

„Fidget“ hračky – Sú to špeciálne hračky vyvinuté na lepšie sústredenie a relax, pomáhajú odbúravať stres, môžu zvyšovať koncentráciu.

3.6.5 Techniky pre posilnenie pracovnej pamäti

Kúskovanie – Metóda rozdelenia na časti je technika zapamätania, ktorá spočíva v rozdelení veľkých blokov informácií na menšie časti. Tieto časti môžete vytvárať na základe podobností, osobných asociácií alebo vizuálnych signálov. Príkladom kúskovania v bežnom živote je rozdelenie komplexných pokynov alebo informácií na malé, zvládnuteľné časti (napr. namiesto "Umy si ruky, utri ich a pod' ješ", povedať len "Umy si ruky"). Príkladom tejto metódy pri učení je napr. rozdelenie textu na odstavce a následná reprodukcia prečítaného textu, rozklad čísel a pod. Pomocou kúskovania rozdeľujeme dlhšie úlohy na menšie celky.

Vizuálna podpora a modely – Používanie fotografií, piktogramov alebo videa na znázornenie postupu úlohy pomáha žiakom posilňovať pracovnú pamäť a dlhšie uchovávať poznatky v pamäti. Žiaci si viac zapamätajú, ak nielen počujú, ale aj vidia. Vhodné sú prezentácie, krátke videá, obrázkové slovníky, pracovné listy.

Rehabilitačné opakovanie (Rehearsal) – Cielené opakovanie informácií (nahlas alebo v duchu) na zabránenie rýchlemu vyprchaniu informácie z pamäti.

Mnemotechnické pomôcky – Využívanie rýmov, pesničiek alebo skratiek pre ľahšie zapamätanie.

Cielené aktivity a hry:

- Pexeso a priraďovacie karty – Zamerané na vizuálnu pamäť a pozornosť.
- Stolové hry – Človeče, nehnevaj sa (dodržiavanie poradia, pozornosť na hru).
- Skladačky a puzzle – Drevené vkladačky, puzzle s väčšími dielikmi na podporu vizuokonštrukčných schopností.
- Digitálne aplikácie – Využívanie špecializovaných vzdelávacích programov a hier na tablete, ktoré umožňujú nastavenie úrovne náročnosti.

Pedagogické prístupy

- Pozitívne posilňovanie – Motivácia prostredníctvom odmen za udržanie pozornosti.
- Metóda "krok za krokom" – Učenie sa zručnosti po častiach.
- Opakovanie a konzistentnosť – Časté opakovanie pokynov a tréning v pravidelných intervaloch.

3.6.6 Kompenzácia prípadných senzomotorických deficitov

Problémom u žiakov s ľahkým stupňom MP je priestorová orientácia a jemná motorika. Na kompenzáciu a elimináciu nedostatkov v tejto oblasti je vhodné používanie trojhranných ceruziek a farbičiek, násadiet na perá, vyvýšených podložiek na písanie či modelovacích pomôcok (hlavne na modelovanie písmen a číslíc). Farebné označenie lavice a miesta, obrázkový, resp. piktogramový, rozvrh hodín, štruktúrovaný priestor.

3.6.7 Metódy kompenzácie ťažkostí v oblasti psychického prežívania žiakov

Najmä u žiakov v treťom cykle vzdelávania dochádza k problémom v sociálnej oblasti, uvedomovaní si odlišnosti, čo môže viesť k frustrácii a sociálnej izolácii.

Využívame:

- Relaxačné kútiky
- Možnosť krátkeho oddychu v miestnosti na to určenej (napr. Snoezelen miestnosť).
- Vizualizácia odmeny
Žiak vie, že po dosiahnutí napr. istého počtu kladných bodov nasleduje aktivita, ktorú má rád.
- Prítomnosť asistenta, člena školského podporného tímu
Ten usmerňuje pozornosť žiaka, pomáha mu nadviazať kontakt so spolužiakmi, riešiť jeho osobnostné problémy a pod.

3.6.8 Metódy a postupy zamerané na podporu sociálneho vývinu

Rozvoj sociálnej autonómie musí byť postupný a štruktúrovaný. Môžeme využiť metódu vizualizácie krokov.

Hlavné stratégie:

- **Štruktúra a predvídateľnosť** – Žiaci sa cítia bezpečnejšie, ak vedia, čo nasleduje. Režim dňa im dáva istotu, v ktorej môžu skúšať nové veci.

- **Metóda malých krokov** – Každú aktivitu (napr. umývanie rúk) je vhodné rozdeliť na drobné úkony. Ak žiak zvládne prvý krok, k zvládnutiu ďalších má väčšiu motiváciu a viac sebadôvery.
- **Primerané riziko** – Nechať žiaka urobiť chybu je najlepší spôsob učenia. Napríklad nechať ho vybrať si nevhodné oblečenie a pocítiť chlad, aby nabudúce lepšie vyhodnotil situáciu.
- **Aktivity v komunite** – Rozvíjať sociálnu autonómiu musíme čo najčastejšie v reálnom prostredí. Autonómia sa nedá naučiť "v izolácii" doma. Dôležitým faktorom je aj postoj a pomoc komunity. "Pomôž mi, aby som to urobil sám" nie je len motto pedagogiky Montessoriovej, ale aj kľúčový moment k rozvoju samostatnosti žiaka s akýmkoľvek postihnutím.
- **Sociálne zrkadlenie a napodobňovanie** – Žiakovi s ľahkým stupňom MP poskytujú prirodzené vzory správania rovesníci. Žiak vidí, ako sa spolužiaci pýtajú, ako reagujú, ako komunikujú medzi sebou, ako riešia konflikty, ako spolupracujú v skupine. Autonómia sa buduje hlavne cez pozorovanie.
- **Úloha pedagogického asistenta** – „Neviditeľná podpora“. V inklúzii je asistent dôležitým podporným činiteľom. Platí to aj pri rozvoji sociálnej autonómie. Asistent by nemal riešiť problémy žiaka s postihnutím za neho – odpovedať, riešiť úlohy, sociálne situácie, vstupovať do role obhajcu. Mal by žiakovi vytvoriť podmienky, aby sám začal komunikovať, spolupracovať a zapájať sa do kolektívu.
- **Participácia na aktivitách triedy** – Autonómia rastie s pocitom kompetencie. Žiak by mal byť súčasťou kolektívu, spolupracovať s ním. Dôležité je zadať mu adekvátne úlohy. Využívame modifikované úlohy – dieťa rieši úlohy, súvisiace s činnosťou v triede
- **Nácvik sebaobsluhy a hygieny**
 - Postupný útlm pomoci. Učiteľ začína s plnou fyzickou pomocou (vedenie ruky), ktorú postupne mení na gestá a nakoniec len na slovný pokyn.
 - Upevňovanie stereotypov. Pravidelné opakovanie činností v rovnakom čase a poradí vytvára u žiaka pocit istoty a predvídateľnosti.

– **Rozvoj sociálnej komunikácie a orientácie**

- Hranie rolí .Nacvičovanie situácií ako „Pozdrav dospelého“, „Požiadanie o pomoc“ alebo „Nákup v obchode“.
- Práca v skupine. Vedenie žiaka k tolerancii a akceptovaniu pravidiel, čo je kľúčové pre fungovanie v kolektíve.

– **Sebahodnotenie a podpora**

- Kufrík sebahodnotenia – Pomôcka na sledovanie toho, čo už žiak dokáže urobiť sám (napr. zbieranie nálepiek za samostatne zvládnuté úlohy).
- Pozitívne posilňovanie – Okamžitá pochvala za prejavenu snahu o samostatnosť, čím sa buduje zdravé sebavedomie.

Tabuľka 25 Podpora autonómie

Oblasť	Čo robí žiak s ľahkým stupňom MP (cieľ)	Ako ho podporuje prostredie
Prestávky	Zapája sa do hry alebo komunikácie s rovesníkmi.	Spolužiaci sú vedení k empatii (nie k opatrovaniu).
Práca v skupine	Má pridelenú konkrétnu čiastkovú rolu (napr. lepenie, kreslenie).	Učiteľ štruktúruje skupinovú prácu tak, aby mal žiak úspech.
Sebahodnotenie	Vie povedať, čo sa mu dnes podarilo (pomocou smajlíkov/kariet).	Učiteľ mu dáva priestor vyjadriť sa pred celou triedou.

U žiakov s ľahkým stupňom MP sa kladie dôraz na praktické využitie zručností v reálnom živote a pochopenie súvislostí medzi hygienou a zdravím. Namiesto porovnávania rozsahu teoretických vedomostí s rovesníkmi stavia vzdelávanie žiakov s ľahkým mentálnym znevýhodnením na ich individuálnych silných stránkach a pozitívnych vlastnostiach.

Obsah výučby je preto citlivo prispôsobený tak, aby uprednostnil rozvoj funkčnej gramotnosti a zručností dôležitých pre každodenný život pred encyklopedickými poznatkami. praktický nácvik, vizualizáciu a zjednodušenie informácií.

- **Demonštračné metódy** – Nácvik umývania rúk, čistenia zubov či ošetrenia drobného poranenia priamo v triede.

- **Projektové vyučovanie** – Témy ako „Pyramída zdravej výživy“ alebo „Deň bez sladkostí“ sú vhodné na fixáciu návykov
- **Interaktívne úlohy** – Pre žiakov s ľahkým stupňom MP sú vhodné vizuálne úlohy (triedenie zdravých a nezdravých potravín, priradovanie oblečenia k ročnému obdobiu), ktoré je možné realizovať aj cez interaktívnu tabuľu.
- **Metodika "Filip na vyučovaní"** – Známy súbor materiálov pre primárne vzdelávanie zameraný na zdravý životný štýl
- **Sociálne hry a dramatizácia** – Modelovanie reálnych situácií (napr. v obchode) formou scénok.
- **Vizuálne scenáre** – Používanie kariet s piktogramami, ktoré zobrazujú správne vs. nesprávne správanie.
- **Reflexia** – Krátke rozhovory o tom, ako sa žiak cítil v konkrétnej sociálnej situácii.
- **Spoločné aktivity** – Dôležité je zapájať žiakov do spoločných aktivít s rovesníkmi, v ktorých prebieha prirodzené sociálne učenie.

Využívané postupy:

- umiestnenie farebne odlíšených rozvrhov a piktogramov na chodbách školy;
- vizuálne kontrolné zoznamy („check-listy“): pred odchodom z triedy žiak skontroluje zoznam (mám kľúče? mám mobil? mám tašku?);
- metóda "Buddy": spolužiak (asistent) nerobí veci za žiaka, ale kladie otázky: "kam ideme teraz podľa rozvrhu?" alebo "ktorým smerom je jedáleň?";
- aplikácie v mobilnom telefóne: využitie Google máp na základnú orientáciu alebo kalendára s pripomienkami, ktoré žiakovi "pípnu", keď sa má začať chystať;
- nácviky: pravidelné prechádzky s dôrazom na vnímanie orientačných bodov.
- Hranie rolí (scénka v obchode, u lekára).
- Terénne vyučovanie (reálne vychádzky do obce/mesta).

Využitie princípu názornosti a praktického precvičovania v reálnych situáciách:

- **Demonštrácia a nácvik** – Prakticky nácvik činnosti (napr. simulácia návštevy lekára, príprava desiaty).
- **Individualizovaný prístup** – Obsah sa prispôsobuje aktuálnej úrovni schopností konkrétneho žiaka.

- **Multisenzoriálne učenie** – Využívanie názorných pomôcok, modelov ľudského tela, videí a pracovných listov. Pracovné listy kombinujú jednoduchý text s výraznými ilustráciami.
- **Pozitívna motivácia** – Pri každom úspešnom kroku k samostatnosti nezabúdame na pochvalu a povzbudenie.

Ďalšie postupy na rozvoj zručností:

Sociálne príbehy – Krátke texty o tom, ako sa zachovať v konkrétnej situácii. Sociálny príbeh: Ideme do kina Túto činnosť nacvičujeme v škole, pred návštevou kina. Žiaci sa učia postupnosti krokov na základe vysvetlenia pravidiel, realizácie príbehu i obrázkov

- **Zážitkové učenie** – Návšteva rôznych inštitúcií: cukráreň, reštaurácia, pošta a pod.
- **Videotréninky** – Pomocou videí si žiak osvojí potrebné zručnosti.

Pri nácviku činnosti využívame: Sociálne hry, zážitkové učenie, aplikácie, simulácie a nácviky, piktogramy Žiaci sa učia poznať a dodržiavať jednotlivé úkony v správnom poradí, nachádzať riešenie. Využíva sa skúsenosť, názornosť a transfer do reality. Preferujeme využitie modelových situácií napr. „Stratil som sa v meste a vybil sa mi mobil.“ Žiaci v skupinách hľadajú riešenie (koho osloviť, kde hľadať pomoc), simulácie rozhovoru na pošte, v obchode a pod.

Ďalšou možnosťou sú vychádzky s cieľom, práca s reálnymi artefaktami (tlačivá, cestovné poriadky). Využívame zásadu názornosti: každý pracovný postup je potrebné predviesť krok za krokom, individuálny prístup, pri ktorom rešpektujeme mieru postihnutia a individuálne osobitosti žiaka, pozitívne hodnotenie aj čiastkových úspechov a striedanie činnosti vzhľadom na rýchlu únavu.

Tabuľka 9 Sociálny príbeh

Činnosť	Obrázok
Kupujeme si lístok a občerstvenie	Postava stojaca v rade pred pokladňou s nápisom KINO
Vstup do sály	Ruka podávajúca lístok pracovníkovi kina
Moje sedadlo	Sedadlo v kine s číslom (napr. Rad 5, Sedadlo 10)
Používanie mobilného telefónu	Preškrtnutý svietiaci mobilný telefón v tmavej sále
Sledovanie filmu	Postava so zdvihnutým prstom na ústach
Koniec filmu a predstavenia	Postava, ktorá hádže prázdny pohár do smetného koša.



Obrázok 7 Komunikačné kartičky.
Zdroj autori

3.6.9 Metodické postupy so zameraním na motorické a pracovné zručnosti

K základným metodickým postupom patrí:

- Práca podľa vzoru/modelu – Žiak dokáže pracovať podľa hotového vzorkovníka.
- Slovná inštrukcia – Postupne sa prechádza od názornej ukážky k slovnému zadaniu úloh.
- Kooperatívna práca a dôraz na bezpečnosť – Žiaci začínajú pracovať v dvojiciach alebo malých skupinách, čím sa rozvíjajú sociálne zručnosti (podaj mi, podrž mi).

Postupy:

- predvádzanie a následná imitácia – učiteľ ukáže správny úchop pílky či kladivka a žiak ho opakuje pod dohľadom;
- obrázkové recepty;
- praktické skúšanie rolí.

Činnosti:

- projektové vyučovanie: žiaci pracujú na dlhodobej úlohe;
- samostatná práca podľa návodu: žiak sa učí čítať postup z textu, obrázkového receptu alebo technického náčrtu;
- pracovná simulácia: modelovanie situácií z bežného života (nákup potravín na varenie, komunikácia s majstrom v dielni);
- exkurzie a prax: návštevy stredných škôl, aby žiaci spoznali konkrétne učebné odbory.

Súčasťou vzdelávacieho procesu v tejto oblasti, najmä v 3. cykle, je systematické pozorovanie žiaka.

- Diagnostika záujmov: sledovanie, v ktorej oblasti (dielňa, kuchyňa, záhrada) je žiak najúspešnejší.
- Konzultácie s rodičmi: spoločné hľadanie vhodného ďalšieho vzdelávania.
- Príprava portfólia: zhromažďovanie fotografií a ukážok najlepších výrobkov žiaka.

3.6.10 Špecifiká metodiky vzdelávania žiakov s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia v 3. cykle vzdelávania

V tomto veku nastupuje puberta, čo prináša emočnú labilitu, ale aj zvýšenú potrebu patriť do kolektívu.

- **Abstrakcia ako bariéra** – Predmety ako chémia či fyzika sú postavené na modeloch a neviditeľných javoch. Žiak s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia má problém pochopiť koncepty (napr. „atómy“ „vzorce“), ak nie sú demonštrované pokusom.
- **Problém s kauzalitou** – Žiak má ťažkosti pri hľadaní príčin a následkov.
- **Sociálna izolácia** – Žiak si uvedomuje svoju odlišnosť, čo môže viesť k rezignácii na učenie („ja to aj tak neviem“).
- **Priorita praktickosti** – Teoretické vedomosti, ktoré žiak nevidí v reálnom využití, rýchlo vytesňuje.

Využívame konkretizáciu vo forme:

- **Myšlienkových máp** – Hlavne v predmetoch ako dejepis, geografia využívame vizuálne schémy. Vzťahy znázorňujeme šípkami a farbami.
- **Kľúčových slov** – Žiak má k dispozícii zoznam 5–10 pojmov, ktoré má priradiť k obrázkom.
- **Štruktúrovaného učenia** – Každá hodina má rovnakú štruktúru (opakovanie – nové učivo – praktické cvičenie – zhrnutie učiva).

Technické a materiálne pomôcky

Ide o nástroje, ktoré pomáhajú žiakovi sústrediť sa na úlohu.

- **Digitálne technológie** – Využívanie kalkulačiek, tabletov s aplikáciami.
- **Kompenzačné zošity a upravené texty** – Zošit s tabuľkami, vzorcami, gramatickými pravidlami, do ktorého môže vždy nahliadnuť.

Spolupráca v kolektíve

- Diferenciácia úloh
- Extra čas a prestávky
- Zapojenie spolužiakov ako partnerov pri skupinovej práci

Praktické tipy pre učiteľa a odporúčaná organizácia triedy

- Žiaci s ľahkým stupňom MP by mali sedieť v triede blízko učiteľa;
- je potrebné minimalizovať rušivé podnety (okná, dvere);
- všetky dôležité informácie (inštrukcie, rozvrh, pravidlá) prezentovať žiakovi aspoň dvoma spôsobmi (text + obrázok);
- počas individuálnej práce žiaka používať slúchadlá s bielym šumom na elimináciu rušivých podnetov z triedy;
- každých 15–20 min je vhodné včleniť 2-minutovú „move-and-stretch“ aktivitu (činnosti s loptičkami, malé strečingové cviky, dýchacie cvičenia);
- používať digitálne nástroje napr. tablet, ktorý zobrazuje piktogramy aj slová;
- v pracovných listoch je vhodné používať väčšiu veľkosť písma, kontrastné farby, možnosť podčiarknutia alebo vyfarbenia kľúčových slov;
- pred každou hodinou si pripraviť 3 – 4 “kľúčové podporné karty” (piktogramy, gestá, ukážky) k téme a obsahu preberaného učiva na vyučovacej hodine.
- používať “čakajúci čas” – nechať žiakovi 4 sekundy čas po položení otázky a položiť mu kontrolnú otázku „Akú otázku si počul?“ Ide o spätnú väzbu pre učiteľa, či žiak správne počul – vnímal otázku;
- zriadiť “pokojný kútik” – miesto, kam môže žiak na chvíľu odísť, ak sa cíti preťažený;
- pravidelne aktualizovať a rozširovať databázu piktogramov, predovšetkým pri používaní AAK u žiaka – vo fáze, keď sa rozširuje slovná zásoba, dopĺňať nové obrázky;
- sledovať u žiaka “signály únavy” – červená tvár, výraznejšie hýbanie sa v lavici alebo “ukladanie sa na lavicu”, únik očí; je potrebné ponúknuť žiakovi krátku prestávku.

3.6.11 Hodnotenie žiakov s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia

Hodnotenie žiaka sa vykonáva v súlade so zákonom č. 245/2008 Z. z. o výchove a vzdelávaní a s vyhláškou Ministerstva školstva, vedy, výskumu a športu Slovenskej republiky č. 223/2022 Z. z. o základnej škole (ďalej „vyhláška o ZŠ“), ktoré ustanovujú zásady hodnotenia a klasifikácie žiakov v základnej škole. Tieto právne normy umožňujú slovné hodnotenie, klasifikáciu, kombináciu slovného hodnotenia a klasifikácie alebo hodnotenie inou formou, ktorá je v súlade s princípmi a cieľmi výchovy a vzdelávania. Pri hodnotení žiakov s ľahkým

stupňom MP sa riadime platnou legislatívou, pričom zohľadňujeme tempo učenia, úroveň porozumenia, schopnosť aplikovať učivo v praktických situáciách a mieru potrebnej podpory. Hodnotí sa miera dosiahnutia očakávaných učebných výstupov primerane možnostiam žiakov.

Hodnotenie sa zameriava na rozvoj kľúčových funkčných spôsobilostí, najmä na:

- porozumenie základným pojmom a inštrukciám,
- používanie naučených postupov v každodenných situáciách,
- rozvoj pracovných návykov, vytrvalosti a dokončovania úloh,
- základnú sebareguláciu a spoluprácu v skupine.

Pri hodnotení sa systematicky sleduje individuálny pokrok v čase, schopnosť prenášať nadobudnuté zručnosti do praktických činností a miera samostatnosti pri riešení úloh. Hodnotí sa proces učenia, snaha a zapojenie do činností, nielen výsledok. U žiakov s ľahkým stupňom MP sa uplatňujú úpravy hodnotenia, ktoré sa týkajú najmä formy overovania výkonu, rozsahu a štruktúry úloh, časových podmienok a miery podpory. Overovanie vedomostí a zručností sa realizuje prednostne prostredníctvom praktických úloh, pozorovania práce žiakov a priebežného overovania porozumenia, nie výlučne písomnými alebo ústnymi skúškami.

Súčasťou hodnotenia je poskytovanie konkrétnej, zrozumiteľnej a posilňujúcej spätnej väzby, ktorá žiakovi pomáha pochopiť, čo sa mu darí a na čom má ďalej pracovať.

- **Úpravy formy overovania výkonu, hodnotenie praktických ukážok zručnosti, napr. meranie, triedenie, manipulácia s pomôckami;**
 - uprednostňovanie praktického overovania namiesto abstraktných úloh;
 - riešenie úloh v reálnych alebo modelových situáciách;
 - práca s obrázkami, schémami a predmetmi;
 - praktické použitie zručností; viac kratších úloh počas vyučovania;
 - priebežné hodnotenie jednotlivých krokov postupu;
 - hodnotenie postupného zvládania krokov, nie jednorazového výkonu;
 - možnosť opravy a opakovania.
- **Úpravy podmienok hodnotenia**
 - predĺžený čas na vypracovanie úloh;
 - možnosť prestávok pri dlhších činnostiach;

- individuálne tempo práce bez časového tlaku;
 - hodnotenie v menšej skupine alebo individuálne;
 - prostredie s nižším množstvom rušivých podnetov.
- **. Úpravy spôsobu hodnotenia**
- sledovanie, ako žiaci postupujú pri riešení úlohy;
 - oceňuje sa snaha a vytrvalosť;
 - poskytuje sa priebežná spätná väzba počas práce;
 - hodnotenie akademického výkonu sa neviaže na momentálne správanie žiakov;
 - správanie sa rieši výchovnými opatreniami, nie znížením známky z vyučovacieho predmetu.

Komunikácia výsledkov hodnotenia so žiakom je dôležitým aspektom hodnotenia a spätnou väzbou pre žiaka.

Pravidlá, ktoré by mali byť uplatňované:

- komunikovať primerane úrovni porozumenia žiaka
- zdôrazniť konkrétne úspechy žiaka,
- zamerať sa na pokrok, nie na porovnanie s ostatnými žiakmi.

Tabuľka 10 Úprava v hodnotení a prístupe

Oblasť	Opatrenie
Forma skúšania	Uprednostňovanie ústneho skúšania alebo testov s možnosťou výberu z možností (eliminácia stresu z písania dlhých textov).
Diferenciácia úloh	Pri písaní slohu žiak dopĺňa chýbajúce slová do vopred pripraveného textu s pomocnou bankou slov.
Spätná väzba	Zameranie na individuálny progres (porovnávanie žiaka s ním samým v minulosti, nie s priemerom triedy).

Tabuľka 28 Známk/motivačné hodnotenie

Tradičné hodnotenie (Demotivačné)	Motivačné hodnotenie (Podporné)
Päťka za diktát (20 chýb).	Slovné vyjadrenie: „Zlepšil si sa v písaní veľkých písmen, v ďalšom diktáte sa zameriame na vybrané slová.“
Nedostatočná z chémie (nevie naspamäť periodickú tabuľku).	Hodnotenie praktickej zručnosti: „Výborne si pripravil pomôcky na pokus a dodržal bezpečnosť.“
Poznámka za nepozornosť.	Pozitívna spätná väzba: „Dnes si sa dokázal sústrediť 15 minút v kuse, to je dobrý základ.“

4. Spolupráca a podpora

Hlavné piliere spolupráce zahŕňajú:

- Žiak – škola /školský podporný tím/ – Na vzdelávanie žiaka má vplyv nielen triedny učiteľ či vyučujúci učiteľ, ale všetci členovia školského podporného tímu. Škola okrem sprostredkovania učiva má byť aj prostredím, ktoré sprostredkuje sociálne skúsenosti. Veľmi dôležitá je akceptácia žiaka so zdravotným postihnutím, poznanie jeho osobitosti. Nezastupiteľnú úlohu v škole plní školský podporný tím.
- Školský špeciálny pedagóg – Priamo pracuje so žiakom na rozvoji kognitívnych funkcií.
- Pedagogický asistent – Pomáha žiakovi priamo na vyučovacích hodinách s porozumením inštrukciám a adaptáciou.
- Školský psychológ – Monitoruje sociálne začlenenie žiaka v triede a pomáha predchádzať šikane.
- Žiak – rodina – škola – Každé dieťa je prijímané rodinou s určitým očakávaním. Poznanie, že dieťa má špeciálne potreby môže byť pre rodinu ťažkým otrasom. Bez súčinnosti s rodičmi je vzdelávanie neefektívne.

Spolupráca má základné pravidlá:

- **Pravidelná komunikácia** – Výmena informácií o domácej príprave a aktuálnom stave dieťaťa.
- **Jednotný prístup** – Pri výchove a vzdelávaní aj pri režime dňa.
- **Súhlas s opatreniami** – Rodič musí byť informovaný o všetkých formách podpory a písomne súhlasiť s inkluzívnym vzdelávaním alebo zmenou formy vzdelávania.

Ministerstvo školstva, výskumu, vývoja a mládeže Slovenskej republiky vydalo v roku 2025 Príručku pre spoluprácu školy a rodiny. Táto príručka vznikla ako praktická pomôcka pre školy a učiteľov, ktorí hľadajú oporu pri budovaní vzájomne prospešnej komunikácie a spolupráce s rodičmi.

Ponúka konkrétne, overené nástroje, ktoré pomáhajú pri budovaní spolupráce a riešení konkrétnych situácií v rámci zapájania rodičov. Príručka tiež priamo reaguje na najčastejšie otázky z praxe a ukazuje, že rodičov je možné zapojiť na rôznych úrovniach – od jednoduchých až po hlbšie formy spolupráce a spolurozhodovania.

- **Spolupráca s poradenskými zariadeniami** – Škola je zo zákona povinná spolupracovať s poradenskými zariadeniami. Spolupráca je rozvíjaná v oblasti pomoci pri výchove a vzdelávaní – podporné opatrenia, pri realizácii preventívnych a podporných programov, pri metodickom usmernení.
- **Rovesnícka podpora v triede** – Dôležitou súčasťou je triedny žiacky kolektív, ale aj ostatní žiaci v škole. Žiaci často nepotrebujú poznať osobitosti vzdelávania a mať všetky informácie o znevýhodnení svojho spolužiaka. Dôležité je pomôcť ostatným rozvíjať prijatie prostredníctvom empatie, akceptácie a vhodnej komunikácie. Podstatné je aj zapájanie žiaka do všetkých triednych aktivít, výletov a projektov s primeranou úpravou náročnosti.

Zoznam literatúry

Čadilová, V., & Žampachová, Z.(2018). *Strukturované učení*. Portál.

Hlebová, B., Ďordovičová, J., & Palková, V. (2015). *Kognitívna stimulácia čitateľskej kompetencie žiakov s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia v školskej integrácii*. Vydavateľstvo Prešovskej univerzity.

Krnáčová. Z., (2023). Budovanie spolupráce s rodičom – Tvorba bezpečia vo vzťahoch
<https://vudpap.sk/wp-content/uploads/2023/03/BUDOVANIE-SPOLUPRACE-S-RODICOM.pdf>.

Požár, L.(1987). *Patopsychológia postihnutého dieťaťa*. Univerzita Komenského

Ministerstvo školstva, výskumu, vývoja a mládeže Slovenskej republiky. (2025). *Príručka pre spoluprácu školy a rodiny*. Učíme – metodický portál.
<https://ucime.vzdelavanie21.sk/prirucka-pre-spolupracu-skoly-a-rodiny/>

Valenta. M., Michalík.J., & Lečbych. M. (2012) *Mentální postižení v pedagogickém, psychologickém a sociálně - právním kontextu*. Grada

Prílohy

Zoznam príloh

Príloha 1 Integrovaný kontrolný zoznam a pozorovací hárok pre vzdelávanie žiakov s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia

Príloha 2 Úroveň slovnej zásoby žiaka s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia - 1. cyklus vzdelávania v základnej škole - kontrolný zoznam

Príloha 3 Sociálna komunikácia žiaka s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia - 1. cyklus vzdelávania v ZŠ - pozorovací hárok

Príloha 4 Sociálna komunikácia žiaka s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia - 2. cyklus vzdelávania v základnej škole- pozorovací hárok

Príloha 5 Sociálna komunikácia žiaka s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia 3. cyklus vzdelávania v základnej škole - pozorovací hárok

Príloha 6 Prípadové štúdie

Príloha 7 Príklady slovného hodnotenia žiakov

Príloha 1

Integrovaný kontrolný zoznam a pozorovací hárok pre vzdelávanie žiakov s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia

Meno žiaka: _____

Dátum pozorovania: _____

Škála hodnotenia:

- 1 – Bariéra: Výrazné ťažkosti, vyžaduje sústavnú pomoc a modifikáciu úloh.
- 2 – Čiastočná pomoc: Žiak zvláda úlohu s občasným usmernením alebo vizuálnou pomôckou.
- 3 – Silná stránka: Žiak funguje samostatne alebo na úrovni primeranej jeho veku a kultúrnej norme.

Súhrnné zhodnotenie pre záznamový list alebo individuálny výchovno-vzdelávací program:

Slabé stránky - priority pre podporu:

Silné stránky - o čo sa opierame:

Odporúčané úpravy:

Iné záznamy

Metodický komentár k vyplneniu:

Tento hárok umožní sledovať dynamiku vývinu. Ak žiak v oblasti Komunikácia dosahuje "2", viete, že rozumie obsahu, ale forma (agramatizmus) mu bráni v "3". V pedagogickej stratégii sa preto zameriame na to, aby dostával úlohy s možnosťou označenia správnej odpovede, namiesto zložitej písomnej formulácie.

Oblasť / Zložka	Škála (1-2-3)	Čo môže byť problém (Bariéra)	Čo býva silnou stránkou	Návrh pedagogickej stratégie
Pamäť		Krátkodobá pamäť, rýchle zabúdanie inštrukcií.	Dlhodobá pamäť na zážitky a rutiny.	Vizuálne opory, mnemotechnické pomôcky.
Pozornosť		Nestálosť, rýchla unaviteľnosť, hluk.	Sústredenie na emočne zaujímavú tému.	Striedať činnosti (15–20 min.), pauzy.
Priestorová orientácia		Pojmy vpravo/vľavo, zrkadlové písanie.	Orientácia v známom fyzickom priestore.	Označovať strany, procesné schémy.
Komunikácia		Agramatizmus, chudobná slovná zásoba.	Funkčné vyjadrenie potrieb, empatia.	Jednoznačné inštrukcie, overovanie.
Myslenie		Logika, dedukcia, zovšeobecňovanie.	Praktické myslenie zamerané na život.	Rozklad komplexných javov na kroky.
Jemná motorika		Tlak na pero, grafomotorika.	Praktická manipulácia (dielňa, práce).	Kompenzačné pomôcky, násadky.
Hrubá motorika		Ľahká neobratnosť, horšia koordinácia.	Fyzická sila, vytrvalosť, radosť z pohybu.	Pohybové hry na uvoľnenie a koordináciu.
Sebaobsluha		Pomalé tempo, potreba dohľadu.	Samostatnosť v bežných rutinách.	Vizuálne algoritmy (karty s krokmi).
Analýza a syntéza		Rozklad slova na hlásky; celku na časti.	Vnímanie celku, nápodoba vzoru.	Skladačky, šablóny, názorné pomôcky.
Emočná stabilita		Frustrácia z chyby, impulzivita.	Úprimnosť, silná empatia, vyššie city.	Oceňovanie snahy, splniteľné požiadavky.
Sluchová diferenciácia.		Rozlišovanie podobných hlások.	Citlivosť na rytmus a intonáciu.	Rytmizácia učiva, vytlieskanie.
Sociálna adaptácia		Adaptabilita v nových situáciách.	Snaha o kooperáciu, ústretovosť.	Skupinové práce, príprava kolektívu.

Príloha 2

Kontrolný zoznam: Úroveň slovnej zásoby žiaka s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia – 1. cyklus vzdelávania v základnej škole

Oblasť hodnotenia	Indikátor správania/výkonu	Áno	Čiastočne	Nie	Poznámky učiteľa
Pomenovanie predmetov	Žiak správne pomenuje bežné predmety z okolia (hračky, školské potreby, potraviny).				
Pomenovanie osôb a činností	Žiak pomenuje známe osoby (mama, učiteľ, kamarát). Žiak pomenuje základné činnosti (jesť, spať, kresliť).				
Rozširovanie slovnej zásoby	Žiak používa nové slová po nácviku. Žiak rozumie významu bežných slov v kontexte.				
Opisovanie	Žiak dokáže opísať jednoduchý obrázok 1–2 slovami. Žiak dokáže opísať predmet pomocou základných vlastností (farba, veľkosť).				
Tvorenie viet	Žiak používa jednoslovné odpovede. Žiak tvorí jednoduché dvoj- až trojslovné vety.				
Porozumenie slovám	Žiak ukáže predmet podľa pomenovania. Žiak splní jednoduchý pokyn obsahujúci známe slová.				
Kategorizácia slov	Žiak triedi predmety podľa kategórie (zvieratá, jedlo, hračky). Žiak priraduje predmet k správnej skupine podľa obrázka.				
Používanie slov v komunikácii	Žiak spontánne používa slová v rozhovore. Žiak používa slová na vyjadrenie potrieb a pocitov.				

Príloha 3

Pozorovací hárok: Sociálna komunikácia žiaka s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia – 1. cyklus

Oblasť hodnotenia	Indikátor správania / výkonu	0	1	2	3	Poznámka učiteľa
Kontakt s rovesníkmi	Žiak nadviaže očný kontakt.	☐	☐	☐	☐	
	Žiak reaguje na oslovenie menom.	☐	☐	☐	☐	
Základné komunikačné pravidlá	Žiak počká, kým druhý dohovorí.	☐	☐	☐	☐	
	Žiak strieda komunikačné ťahy (odpoveď–otázka).	☐	☐	☐	☐	
Vyjadrovanie potrieb	Žiak vyjadrí základnú potrebu (smäd, WC, pomoc).	☐	☐	☐	☐	
	Žiak požiada o pomoc jednoduchou vetou.	☐	☐	☐	☐	
Reakcie v komunikácii	Žiak odpovedá na jednoduché otázky.	☐	☐	☐	☐	
	Žiak reaguje na jednoduché pokyny.	☐	☐	☐	☐	
Neverbálna komunikácia	Žiak používa gestá a mimiku primerane situácii.	☐	☐	☐	☐	
	Žiak rozpozná základné emócie u iných.	☐	☐	☐	☐	

Hodnotiacia škála (0–3 body)

Body	Popis úrovne výkonu
0	Správanie sa nevyskytuje ani po podpore.
1	Správanie sa objavuje len s výraznou pomocou alebo pripomenutím.
2	Správanie sa objavuje s čiastočnou pomocou alebo usmernením.
3	Správanie sa objavuje samostatne a stabilne.

Príloha 4

Pozorovací hárok: Sociálna komunikácia žiaka s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia – 2. cyklus

Oblasť hodnotenia	Indikátor správania / výkonu	0	1	2	3	Poznámka učiteľa
Kontakt a interakcia	Žiak aktívne nadviaže rozhovor.	☐	☐	☐	☐	
	Žiak primerane reaguje na pozdrav a rozlúčku.	☐	☐	☐	☐	
Komunikačné pravidlá	Žiak dodržiava striedanie v rozhovore.	☐	☐	☐	☐	
	Žiak rešpektuje osobný priestor iných.	☐	☐	☐	☐	
Vyjadrovanie potrieb a názorov	Žiak vyjadrí svoj názor jednoduchou vetou.	☐	☐	☐	☐	
	Žiak dokáže odmietnuť nevhodnú požiadavku.	☐	☐	☐	☐	
Reakcie v komunikácii	Žiak odpovedá na otázky typu kto/čo/kde.	☐	☐	☐	☐	
	Žiak reaguje na viacstupňové pokyny.	☐	☐	☐	☐	
Neverbálna komunikácia	Žiak používa gestá na podporu komunikácie.	☐	☐	☐	☐	
	Žiak rozpozná emócie podľa mimiky a hlasu.	☐	☐	☐	☐	

Hodnotiaci škála (0–3 body)

Body	Popis úrovne výkonu
0	Správanie sa nevyskytuje ani po podpore.
1	Správanie sa objavuje len s výraznou pomocou alebo pripomenutím.
2	Správanie sa objavuje s čiastočnou pomocou alebo usmernením.
3	Správanie sa objavuje samostatne a stabilne.

Príloha 5

Pozorovací hárok: Sociálna komunikácia žiaka s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia - 3. cyklus

Oblasť hodnotenia	Indikátor správania / výkonu	0	1	2	3	Poznámka učiteľa
Kontakt a interakcia	Žiak samostatne nadviaže a udrží krátky rozhovor.	☐	☐	☐	☐	
	Žiak primerane reaguje v bežných sociálnych situáciách.	☐	☐	☐	☐	
Komunikačné pravidlá	Žiak rešpektuje pravidlá rozhovoru (počúvanie, striedanie).	☐	☐	☐	☐	
	Žiak dokáže ukončiť rozhovor vhodným spôsobom.	☐	☐	☐	☐	
Vyjadrovanie potrieb a názorov	Žiak vyjadrí svoj názor súvislou vetou.	☐	☐	☐	☐	
	Žiak dokáže vysvetliť jednoduchý problém.	☐	☐	☐	☐	
Reakcie v komunikácii	Žiak reaguje na otázky typu prečo/ako.	☐	☐	☐	☐	
	Žiak dokáže požiadať o objasnenie, ak nerozumie.	☐	☐	☐	☐	
Neverbálna komunikácia	Žiak používa primeranú mimiku, gestá a tón hlasu.	☐	☐	☐	☐	
	Žiak rozpozná zložitejšie emócie (sklamanie, prekvapenie).	☐	☐	☐	☐	

Hodnotiaci škála (0–3 body)

Body	Popis úrovne výkonu
0	Správanie sa nevyskytuje ani po podpore.
1	Správanie sa objavuje len s výraznou pomocou alebo pripomenutím.
2	Správanie sa objavuje s čiastočnou pomocou alebo usmernením.
3	Správanie sa objavuje samostatne a stabilne.

Príloha 6

Prípadové štúdie

Prípadová štúdia 1

Popis: Žiak s ľahkým stupňom MP, vzdelávaný v bežnej triede – 1. cyklus vzdelávania . Žiak mechanicky číta slová, ale uniká mu význam vety. Má nízku čitateľskú kapacitu a rýchlo sa unaví.

Analýza príčin: ťažkosti s vizuálnym spracovaním písmen, znížená pozornosť, nesystematická koordinácia očných pohybov.

Kompenzačné mechanizmy a pomôcky:

- Vizualizácia pojmov: Pri abstraktných slovách má žiak k dispozícii kartičky s obrázkami.
- Audiovizuálna podpora: Žiak si najprv vypočuje text z nahrávky (audiobook) a následne ho číta očami. Sluchový vnem kompenzuje ťažkosti s vizuálnym spracovaním písmen.
- Čítacie okienko: Jednoduchá šablóna, ktorá odкрýva len jeden riadok alebo jedno slovo. Pomáha kompenzovať poruchy koncentrácie a tendenciu "skákať" očami v texte.
- Namiesto klasických otázok za textom žiak dostane:
 - Chronologické obrázky: Po prečítaní zoradí 3 – 4 obrázky podľa toho, aká bola postupnosť deja.
 - Farebné zvýrazňovače: Žiak v texte hľadá a podčiarkuje konkrétne informácie (napr. mená postáv zelenou, miesto deja modrou).

Výsledok: Vďaka týmto úpravám žiak zažíva v bežnej triede úspech, neodmieta pracovať s textom a dokáže participovať na spoločnej diskusii o prečítanom príbehu s rovesníkmi bez znevýhodnenia.

Prípadová štúdia 2

Popis: Žiak s ľahkým stupňom MP, vzdelávaný v bežnej triede – 1. cyklus vzdelávania. Žiak má problémy v orientácii v budove školy, nevie si samostatne pripraviť pomôcky na hodinu, v čase prestávok zostáva izolovaný v lavici.

Analýza príčin: oslabené plánovacie funkcie, rýchla unaviteľnosť, problémy v priestorovej a časovej orientácii.

Kompenzačné mechanizmy a pomôcky:

- Vizuálny manažment lavice: Na rohu lavice má žiak nalepenú malú schému (fotku) toho, čo má mať pripravené na matematiku, slovenčinu a výtvarnú výchovu. Kompenzuje to jeho neschopnosť reagovať na hromadný pokyn učiteľa.
- Modelovanie sociálneho kontaktu: Asistent, prípadne spolužiak, “buddy” partner, využíva metódu „tieňovania“. Pri prestávke nenahrádza žiaka v hre, ale učí ho jednoduché frázy: „Môžem sa hrať s vami?“ alebo „Požičiaš mi auto?“. Tým sa kompenzuje komunikačná bariéra.
- Pravidelné rituály: Každá činnosť má nemenný postup (napr. príchod do šatne: vyzuť – odložiť do skrinky – obuť prezuvky – zobrať tašku).
- Farebné kódovanie zošitov: Učebnica, zošit a obal na slovenský jazyk sú červené, na matematiku modré. To umožňuje žiakovi autonómne sa pripraviť bez neustáleho pýtania sa: „Ktorý zošit teraz?“.
- Vizuálny časovač (Time Timer): Hodiny, ktoré červenou plochou znázorňujú ubiehajúci čas prestávky. Žiak tak vizuálne vidí, kedy sa končí čas na hru a kedy sa musí vrátiť k práci.

Výsledok: Na konci 1. cyklu je žiak v prostredí školy sebaistejší. Hoci v učení napreduje podľa svojho tempa, v sociálnej oblasti sa stáva plnohodnotným členom triedy, ktorý nepotrebuje neustály dozor asistenta pri bežných úkonoch.

Príloha 7

Príklady slovného hodnotenia žiakov

Všeobecné motivačné formulácie

Slovné hodnotenie na začiatok alebo koniec hodnotenia pre posilnenie sebavedomia:

- „Tvoja snaha na hodinách je príkladná, oceňujem, ako pracuješ na zadaných úlohách.“
- „Vidím veľký pokrok v tvojej samostatnosti pri príprave pomôcok na vyučovanie.“
- „Máš výborný postoj k učeniu, vždy sa snažíš dokončiť prácu.“

Slovenský jazyk a literatúra

Hodnotenie by malo odrážať úroveň podľa individuálneho vzdelávacieho programu (IVP):

- Čítanie: „Čítaš s istotou krátke slová a vety, tvoj prednes sa postupne stáva plynulejším. Dokážeš s mojou pomocou prerozprávať hlavnú myšlienku príbehu.“
- Písanie: „Tvoje písmo je čitateľné. Zvládaš prepis textu, sústreďuješ sa na správne tvary písmen.“
- Komunikácia: „Aktívne sa zapájaš do rozhovorov, tvoja slovná zásoba sa rozširuje. Oceňujem, ako dokážeš vyjadriť svoje pocity z prečítaného textu.“

Matematika

- Počítanie: „S istotou ovládaš sčítanie a odčítanie do 20 s využitím názorných pomôcok. Dokážeš správne zoradiť čísla podľa veľkosti.“
- Geometria: „Úspešne rozoznávaš základné geometrické tvary a vieš ich pomenovať.“
- Praktické úlohy: „Výborne sa orientuješ v určovaní času na celých hodinách a vieš vypočítať jednoduchý nákup v eurách.“

Človek a spoločnosť, Človek a príroda

- „Poznáš rozdiely medzi ročnými obdobiami a vieš vymenovať zmeny v prírode.“
- „Vieš sa samostatne orientovať v bezprostrednom okolí školy a ovládaš základné pravidlá cestnej premávky pre chodcov.“

Príklady pre žiakov, ktorí potrebujú väčšiu mieru podpory

- „Oceňujem tvoju trpezlivosť pri opakovaní úloh a snahu porozumieť novým informáciám.“
- „Tvoje výsledky sú ovplyvnené momentálnym zdravotným stavom, no tvoj záujem o prácu v triede zostáva vysoký“.

Výchova a vzdelávanie žiakov s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia

Autorky

PaedDr. Karina Gažiová

Mgr. Zuzana Jurčová

PodĎakovanie:

Mgr. Paulína Bugárová

Mgr. Michaela Číková

Mgr. Ľubica Jägrová

Mária Kozlíková,

PaedDr. Monika Krammerová

PhDr. Jana Macková

Mgr. Mária Remišová PhD.

Recenzent:

PhDr. Jana Bougdar

Jazyková korektúra:

Mgr. Jana Kožárová, PhD.

Vydal: NIVAM

Vydanie: prvé

Formát: elektronický

Rok vydania: 2026

ISBN: 978-80-565-1716-1

EAN: 9788056517161

