

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

# مهارت آموزی

پایه اول

جلد ۳

۱۳۹۷

## وزارت آموزش و پرورش

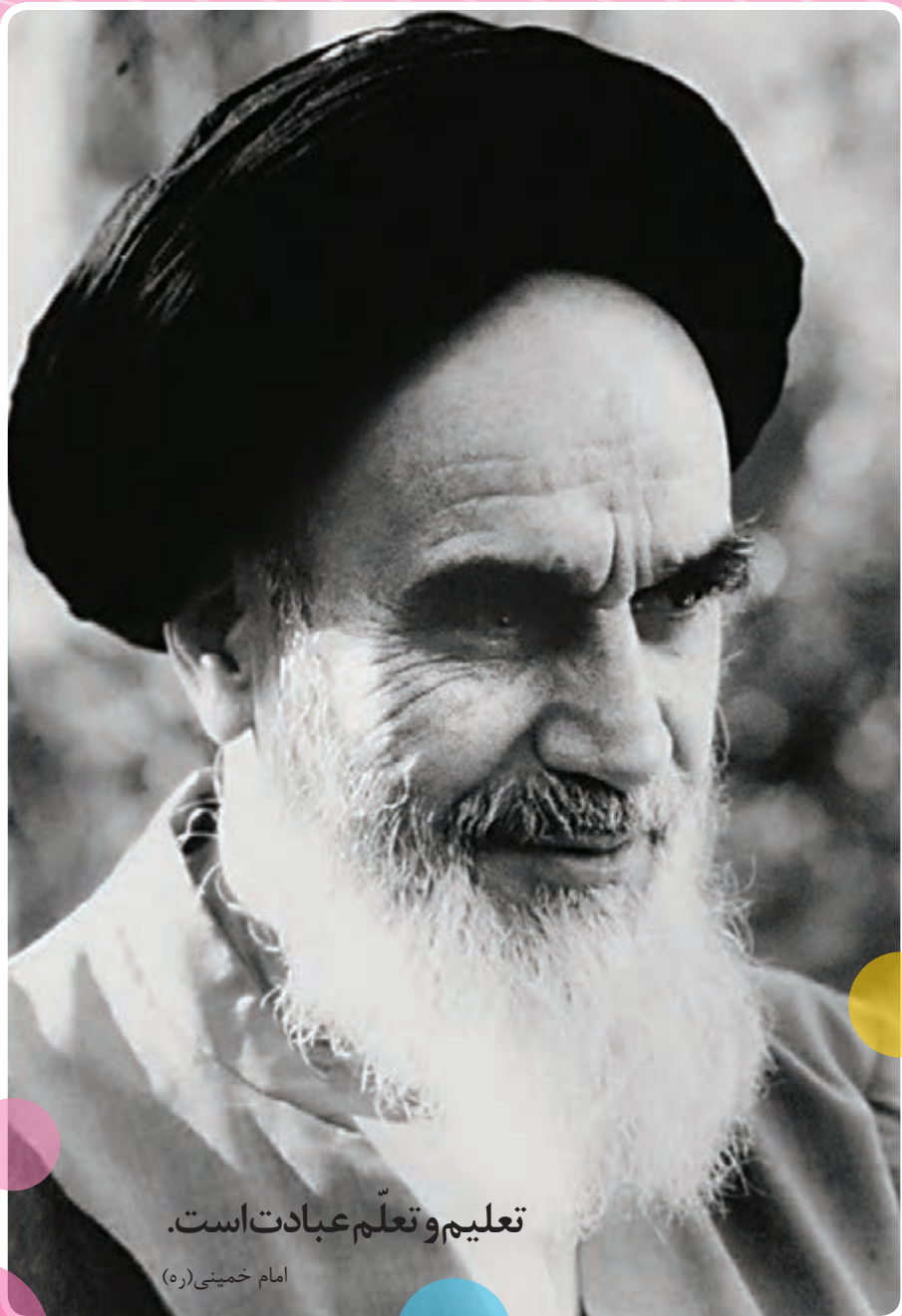
### سازمان آموزش و پرورش استثنایی کشور

|                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| نام کتاب:                         | مهارت آموزشی پایه اول (جلد ۳) کد ۴۱۳۶۳  |
| پدیدآورنده:                       | سازمان آموزش و پرورش استثنایی کشور  |
| مدیریت برنامه ریزی و تألیف:       | معاونت برنامه ریزی آموزشی و توانبخشی  |
| شناسه افزوده برنامه ریزی و تألیف: | محسن غفوریان، منیره عزیزی، (اعضای شورای برنامه ریزی)<br>منیره عزیزی، پری گلایی، معصومه واحد مطلق (اعضای گروه تألیف)                                       |
| مدیریت آماده سازی هنری:           | اداره ی چاپ و انتشارات سازمان آموزش و پرورش استثنایی کشور   |
| شناسه افزوده آماده سازی:          | مجید ذاکری یونسی (مدیر هنری) - محمدعباسی (نگاشتارگر [طراح گرافیک]، زهرا بیگدلو (تصویرگر)<br>محمد عباسی (صفحه آرا- طراح جلد)                               |
| نشانی سازمان:                     | تهران: خیابان انقلاب خیابان برادران شهید مظفر - شماره ۶۶<br>تلفن: ۰۴۵۵-۶۶۹۷۰۷۷۸، دورنگار: ۰۶۶۹۷۰۷۷۸، کدپستی: ۱۴۱۶۹۳۵۶۸۴                                   |
| ناشر:                             | شرکت چاپ و نشر کتاب های درسی ایران تهران: کیلومتر ۱۷ جاده مخصوص کرج - خیابان ۶۱<br>(داروپخش) تلفن: ۰۵-۴۴۹۸۵۱۶۱، دورنگار: ۰۴۴۹۸۵۱۶۰، صندوق پستی: ۱۳۹-۳۷۵۱۵ |
| چاپخانه:                          | شرکت چاپ و نشر کتاب های درسی ایران «سهامی خاص»<br>چاپ اول ۱۳۹۷  |
| سال انتشار و نوبت چاپ:            |   |

حق چاپ محفوظ است.

شابک ۱-۳۲۹۱-۰۵-۹۶۴-۹۷۸ ISBN 978-964-05-3291-1

کلیه حقوق مادی و معنوی این کتاب متعلق به سازمان آموزش و پرورش استثنایی کشور است و هرگونه استفاده از کتاب و اجزای آن به صورت چاپی و الکترونیکی و ارائه در پایگاه های مجازی، نمایش، اقتباس، تلخیص، تبدیل، ترجمه، عکس برداری، نقاشی، تهیه فیلم و تکثیر به هر شکل و نوع بدون کسب مجوز از این سازمان ممنوع است و متخلفان تحت پیگرد قانونی قرار می گیرند.



تعلیم و تعلم عبادت است.

امام خمینی (ره)

## باسمه تعالی

"وَمَنْ أَحْيَاهَا فَكَانَ مِمَّا أَحْيَا النَّاسَ جَمِيعًا" (سوره مائده آیه ۳۲)

فرآیند تولید برنامه‌ی درسی مجموعه فعالیت‌های نظام مند و طرح ریزی شده‌ای است، که تلاش دارد ابعاد چهارگانه زیر نظام برنامه درسی (طراحی، تدوین، اجرا و ارزشیابی) را در یک بافت منسجم و هماهنگ با غایت و اهداف نظام تعلیم و تربیت رسمی ساما ندهی نماید.

در تدوین محتوای کتب دانش آموزان با نیازهای ویژه که بخشی از فرآیند برنامه ریزی درسی است، سعی شده تا ملاحظات ساحت‌های تربیتی حاکم بر فلسفه تعلیم و تربیت که ناظر بر رشد و توانمندی دانش آموزان برای درک و فهم دانش پایه و عمومی، کسب مهارت‌های دانش افزایی، به کارگیری شیوه تفکر علمی و منطقی، توان تفکر انتقادی، آمادگی جهت بروز خلاقیت و نوآوری و نیز کسب دانش، بینش و تفکر فناورانه برای بهبود کیفیت زندگی است، مورد توجه قرار گیرد. این محتوا با فراهم نمودن فرصتهای مناسب برنامه درسی ضمن تأکید بر انعطاف در عین ثبات و همه جانبه نگری و توجه به هویت ویژه متریبان با نیازهای خاص، زمینه ساز دست یابی دانش آموزان به کسب شایستگی‌های لازم توانمندی‌ها، مهارت‌ها می‌باشد. امید است این محتوا در تحقق اهداف مؤثر باشد و معلمان عزیز و گرامی با بهره گیری از این کتاب بتوانند فراگیران را در دستیابی به صلاحیت‌های فردی و اجتماعی یاری نمایند.

این کار بزرگ حاصل همکاری صمیمانه کارشناسان سازمان آموزش و پرورش استثنایی و گروه‌های تالیف کتابهای درسی می‌باشد، شایسته است از تلاش و مساعی تمامی این عزیزان و همکاران سازمان پژوهش و برنامه ریزی آموزشی وزارت متبوع که در مراحل چاپ و آماده سازی ما را یاری داده‌اند، تقدیر و تشکر نماییم.

در اینجا از همه همکاران و صاحب نظران درخواست می‌نمایم، تا نظرات و پیشنهادهای خود را در خصوص این محتوا به این سازمان منعکس نمایند.

**دکتر مجید قدمی**

معاون وزیر و رییس سازمان آموزش و پرورش استثنایی کشور

## سخنی با معلمان عزیز و والدین گرامی

خداوند متعال را سپاس می‌گوییم که به لطف او توانستیم کتاب مهارت آموزی ویژه دانش آموزان با اختلال طیف اتیسم را تولید و به شما تقدیم کنیم. این کتاب بر اساس نیاز کودکان طیف اتیسم و جهت افزایش مهارت‌های خودیاری، ارتباطی و تعاملی و بر اساس حمایت بصری از این گروه از دانش آموزان تدوین گردیده است.

این برنامه سعی می‌کند زمینه‌های تربیت فردی و اجتماعی کودکان و دانش آموزان را در بستر عناصر و عرصه‌های برنامه درسی ملی انطباقی دانش آموزان با نیازهای ویژه مبتنی با رویکرد استقلال و خوداتکایی فراهم آورد. در این کتاب ابتدا از خود دانش آموز شروع می‌شود و سپس ارتباط با والدین و سایر افراد مطرح می‌شود.

رویکرد اصلی کتاب بر اساس آموزش مهارت‌های خودیاری، ارتباطی، تعاملی و اجتماعی بر اساس حمایت‌های بصری است. منطبق این روش بر اساس این اصل بنا نهاده شده است که افراد دارای اتیسم بر اساس مدل‌های بصری بهتر می‌توانند یاد بگیرند.

هدف غایی از آموزش این گروه از دانش آموزان بازگشت به اجتماع و توانایی زندگی در میان جمع است. افراد یک اجتماع بر اساس نوع رفتار و شیوه‌های مورد استفاده برای حل مشکلاتشان مورد قضاوت قرار می‌گیرند. در مورد افراد دارای اتیسم نیز، آموزش نحوه بیان خود، پوشش و انجام تعامل با دیگران امری ضروری است که بطور طبیعی اتفاق نمی‌افتد و نیازمند آموزش‌های مشخص و گاه طولانی مدت است یکی از مهم‌ترین وظایف آموزش و پرورش کمک به جامعه‌پذیری است. هدف اصلی تدریس درس مهارت آموزی این است که افراد، علاوه بر کسب مهارت‌های ارتباطی و اجتماعی از نظر اجتماعی در شرایط مطلوبی موفق به برقراری ارتباط با دیگر افراد جامعه گردند و بتوانند رفتار خود را با الگوهای رفتاری و ارزش‌های متداول و مورد احترام جامعه وفق دهند.

برای آموزش بهتر این کتاب موارد زیر را رعایت کنید:

۱- تفاوت‌های فردی دانش آموزان را در نظر بگیرید. اگر دانش آموزی به روش‌های بصری علاقه مند نیست از سایر روش‌ها و با توجه به ویژگی فردی دانش آموز سر فصل‌ها را آموزش دهید.

۲- در تدوین این کتاب، حفظ مطالب و بازگویی طوطی وار آن، هدف نیست، بلکه دانش آموزان باید ارزش‌ها، هنجارها و مهارت‌های اجتماعی را یاد بگیرند تا قادر باشند همیشه به آن عمل کنند و رفتار اجتماعی خود را با توجه به آن شکل دهند.

۳- جاهای خالی پیش‌بینی شده در کتاب را با توجه به علائق و نیازهای فردی هر دانش آموز تکمیل نمایید.

۴- پس از یادگیری مهارت توسط دانش آموز بر اساس محتوای کتاب، دانش آموز در آن موقعیت قرار داده شود تا به صورت واقعی مهارت را تمرین کند.

۵- برای ارائه درس رو در روی دانش آموز بنشینید و یکبار درس را با صدای بلند بخوانید و برای تاکید به تصاویر اشاره کنید و سپس درس را بخوانید.

۶- زمان کافی را برای هر مرحله منظور کنید. پس از خواندن هر خط توقف کوتاهی داشته باشید. منتظر باشید و قبل از ورود به مرحله بعد واکنش دانش آموز را ببینید.

۷- اغلب کودکان اتیسم در کاربرد ضمیرها مشکل دارند. ما کلمه «من» را در سراسر کتب خیلی زیاد به کار برده ایم و بر همین اساس بر بیان آن تاکید بسیار داشته باشید.

۸- اگر استفاده از ضمیر مانع درک درس برای دانش آموز می‌گردد اسم خود دانش آموز یا تصویر او را به جای کلمه من استفاده گردد.

۹- مطمئن گردید که کلمات کتاب برای دانش آموز آشنا و مفهوم است. اگر مفاهیم یا تصاویری برای دانش آموز گیج کننده بود می‌توانید با یک کاغذ سفید بقیه درس را بپوشانید و سپس آن را خط به خط برای دانش آموز بخوانید.

۱۰- کلمات و جملات را با سطح فهم و درک دانش آموز انطباق دهید.

۱۱- در صورت لزوم برای کوتاهی جملات برخی کلمات و تصاویر را حذف کنید.

۱۲- اطمینان بیابند که رفتار آموخته شده اجتماعی به موقعیت‌های مختلف قابل انتقال است. پیش از قراردادن دانش آموز در موقعیت‌های واقعی مربوط به شرایط اجتماعی باید از یادگیری مهارت‌های اجتماعی اطمینان حاصل شود

۱۳- برای ارزشیابی از روی صفحات کپی بگیرید و سپس آن را با قیچی جدا نموده و از دانش آموز بخواهید که مراحل را به ترتیب چیده و سپس به صورت عملی انجام دهد.

۱۴- مشارکت خانواده‌ها را جلب کنید. مهارت‌های زندگی باید در محیط خانواده گسترش و پرورش یابند. لذا توجه خانواده‌ها در این زمینه ضروری است و شایسته است جلسات مداوم با آن‌ها برگزار شود و موارد لازم که در کتاب درج شده است در اختیار آن‌ها قرار گیرد.

امید است شما معلمان عزیز با به کارگیری روش‌های مناسب ملزومات حضور هر چه بهتر دانش آموزان با اختلال طیف اتیسم را در جامعه فراهم نمایید.

۱۵- درس‌هایی که با عنوان «من این کار را نمی‌کنم»، اگر این رفتار در دانش آموز مشاهده نمی‌شود، آن درس برای دانش آموز مذکور حذف گردد.

۱۶- بعضی از مهارت‌های خودیاری مانند (دستشویی رفتن، حمام کردن و...) امکان استفاده از تصویر و عکس در کتاب وجود ندارد، لذا معلمین گرامی این بخش از آموزش رو به صورت شماتیک طراحی نمایید و رفتار مورد نظر را به دانش آموز آموزش دهید. در ضمن این تصاویر در اختیار خانواده نیز قرار داده شود تا در راستای تکمیل آموزش مهارت‌های مذکور به فرزندشان از آن استفاده نمایند.

# فهرست

فصل اول : بهداشت و سلامت ..... ۱

خوردن ..... ۲

مسواک زدن ..... ۳

مرتب کردن موها ..... ۴

توالت رفتن ..... ۵

لباس پوشیدن ..... ۶

فصل دوم : تعامل و ارتباط ..... ۷

تقاضای کمک از معلم ..... ۸

من کسی را اذیت نمی کنم ..... ۹

خدا حافظی کردن ..... ۱۰

این کار را نکن (۱) ..... ۱۱

این کار را نکن (۲) ..... ۱۲

فصل سوم : مدیریت رفتار ..... ۱۳

درک احساسات (۱) ترس ..... ۱۴

درک احساسات (۲) تعجب ..... ۱۵

درک احساسات (۳) خستگی ..... ۱۶

وسایل من ..... ۱۷

اجرای دستورات معلم ..... ۱۸

فصل اول

بهداشت و سلامت



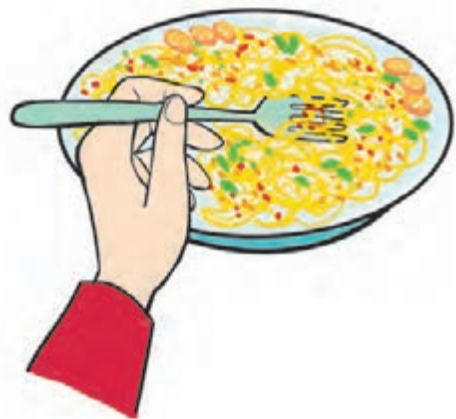
من با قاشق غذا می خورم.



من غذا می خورم.



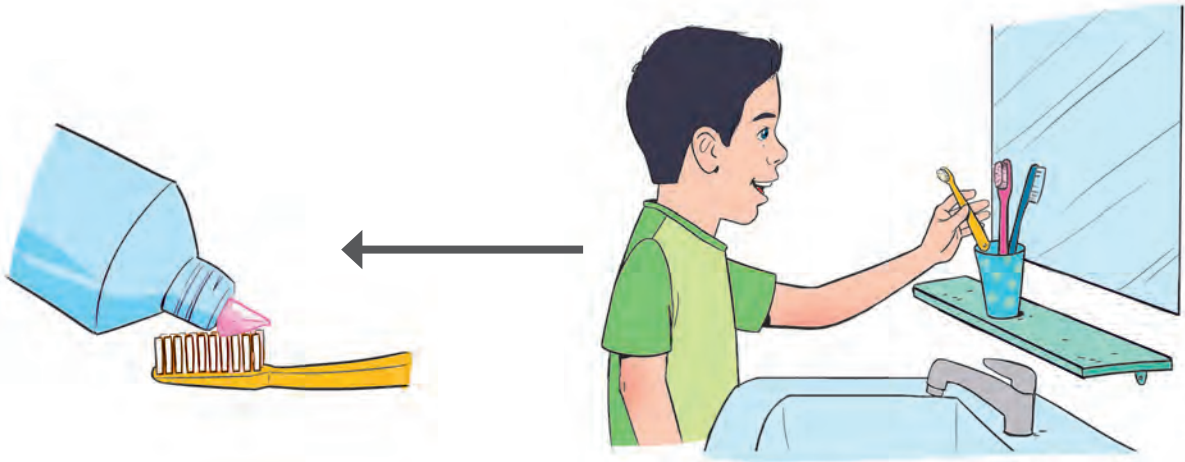
من دهانم را تمیز می کنم.



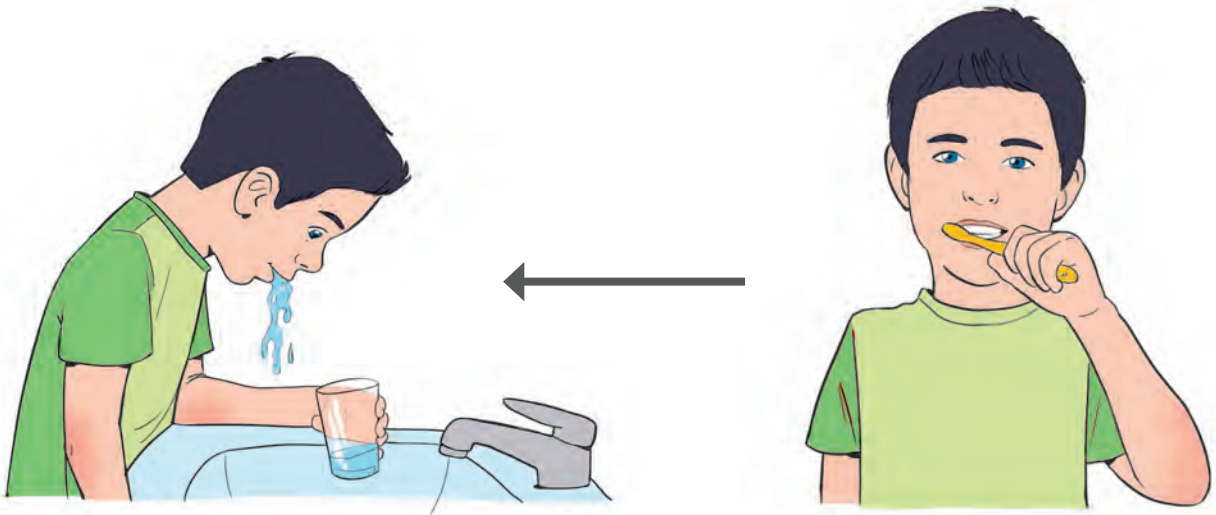
من از چنگال استفاده می کنم.



## ● مسواک زدن



من مسواک خودم را برمی دارم روی آن خمیر دندان می گذارم.



دهانم را با آب می شویم.

دندانم را مسواک می زنم.

● مرتب کردن موها



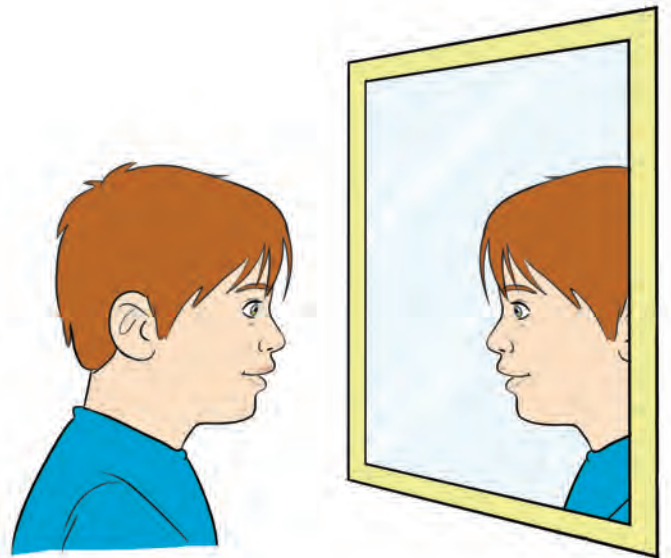
موهایم را شانه می‌زنم.



من بُرس خودم را برمی‌دارم.

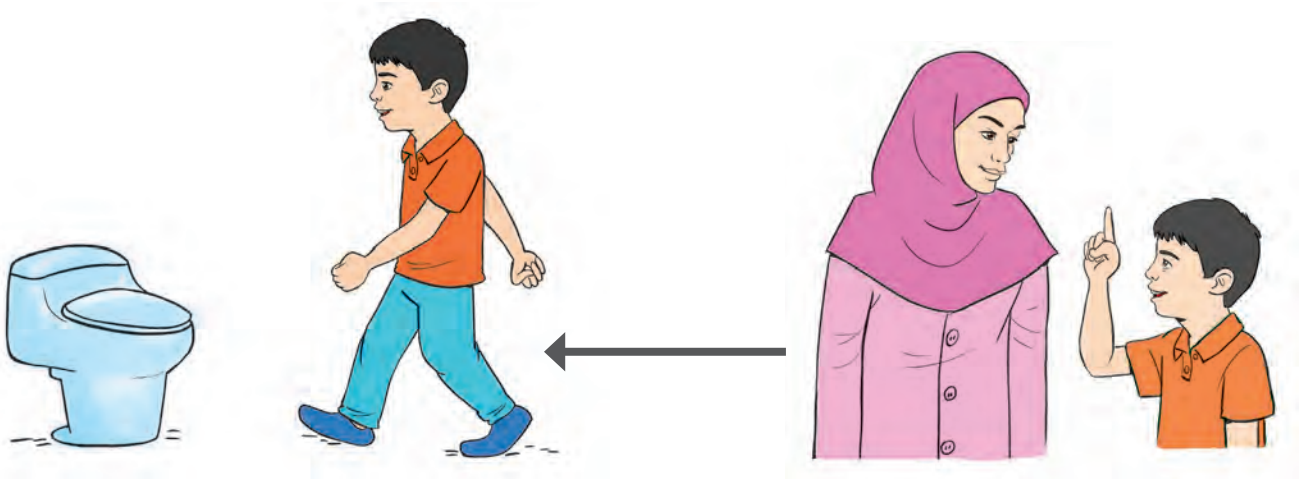


مرتب بودن خوب است.

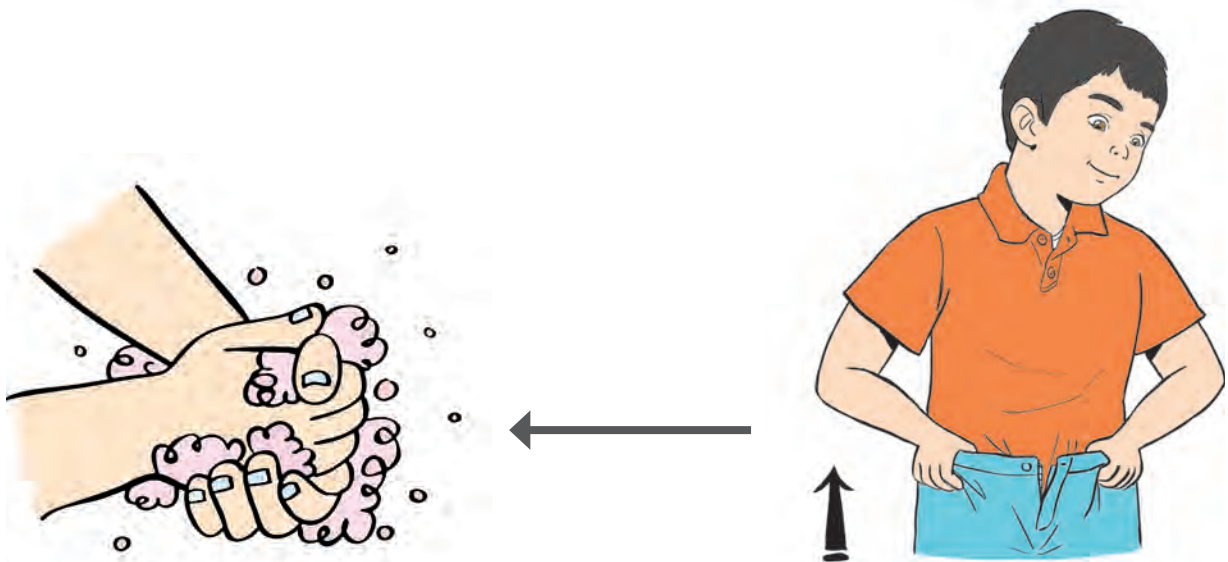


در آینه نگاه می‌کنم.

## ● تواله رفتن



وقتی دستشویی دارم به معلم می گویم. من در تواله دستشویی می کنم.



دست هایم را می شویم.

لباسم را مرتب می کنم.



خودم شلوارم را می پوشم.



من پیراهن خودم را می پوشم.



خودم کفشم را می پوشم.



خودم کاپشنم را می پوشم.

فصل دوم

تعامل و ارتباط

● تقاضای کمک از معلم



به معلم می‌گویم.



اگر کسی مرا بزند،



به معلم می‌گویم.



اگر کسی به وسایلم دست بزند،



به معلم می‌گویم.



وقتی درد دارم،



به معلم می‌گویم.

.....  
کاری که نمی‌توانم انجام بدهم،

● من کسی را اذیت نمی‌کنم



دردش می‌آید.



من کسی را نمی‌زنم،



دردش می‌آید.



من کسی را گاز نمی‌گیرم،



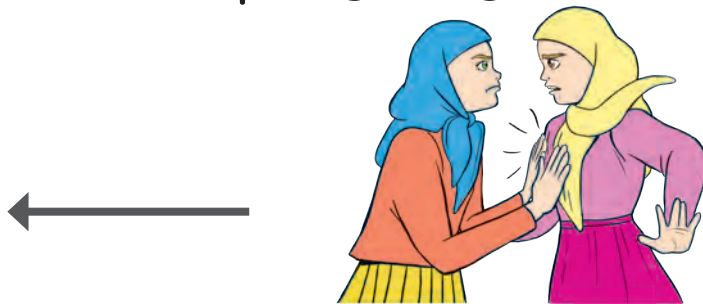
دردش می‌آید.



من موی کسی را نمی‌کشم،



می‌افتد.



من کسی را هل نمی‌دهم،



من وقتی از خانه بیرون می آیم، مادر را می بوسم. می گویم: خداحافظ



من وقتی از کلاس بیرون می آیم، به معلم می گویم: خداحافظ

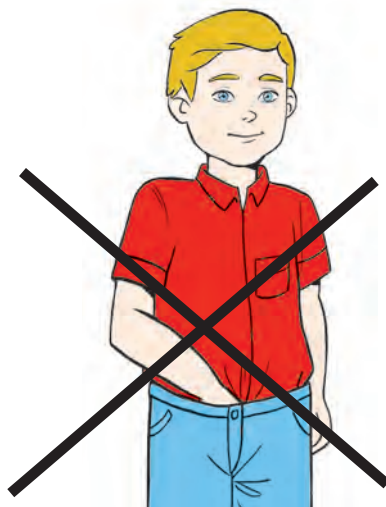


من وقتی از کسی جدا می شوم، می گویم: خداحافظ



من خداحافظی می کنم.





دست در شلوارم نمی‌کنم.



به زباله دست نمی‌زنم.



باد معده نمی‌زنم.



آب دهانم را نمی‌ریزم.



من دست توی بینی‌ام نمی‌کنم.



فحش نمی‌دهم.

فصل سوم

مدیریت رفتار

● درک احساسات (۱) ترس



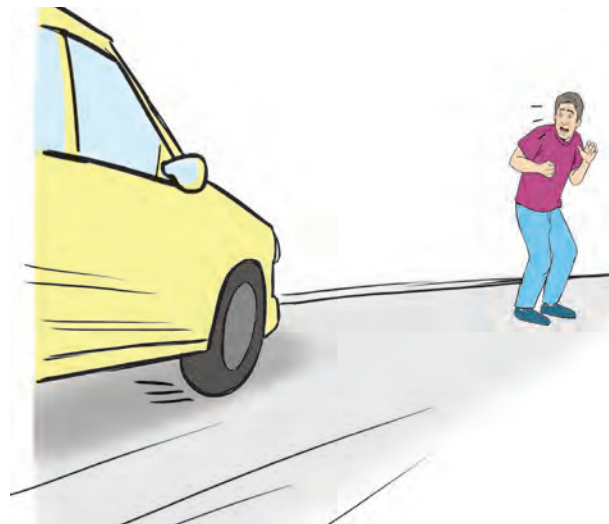
من از افتادن اشیای می ترسم.



من از صدای بلند می ترسم.



ترسیدن اشکالی ندارد.

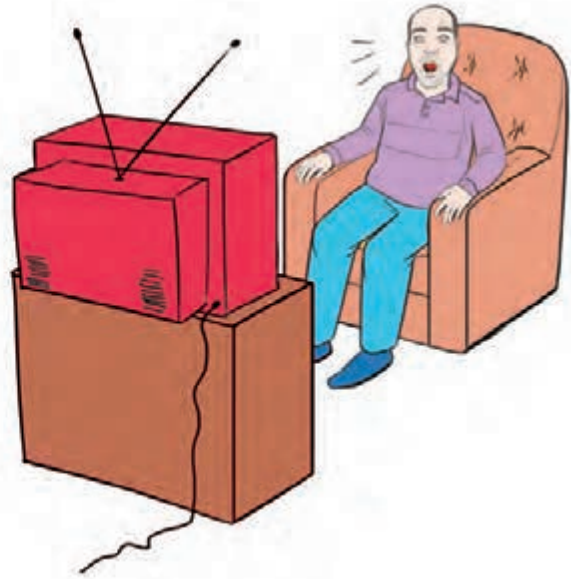


من از تصادف با ماشین می ترسم.

● درک احساسات (۲) تعجب



مادر تعجب کرده است.



پدر تعجب کرده است.



من هم گاهی تعجب می‌کنم.



معلم تعجب کرده است.



معلم خسته می شود.



مادر خسته می شود.



اشکالی ندارد.

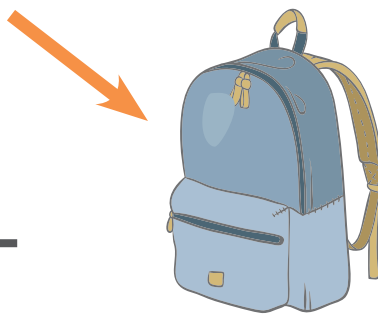


من خسته می شوم.

وسایل من



مال من است.



این کیف



مال من نیستند.



این کیف ها



کیف خودم را برمی دارم.



من

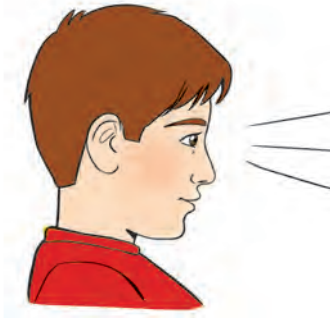


به وسایل دیگران دست نمی زنم.



من

● اجرای دستورات معلّم



معلّم می گوید: به من نگاه کن. من به معلم نگاه می کنم.



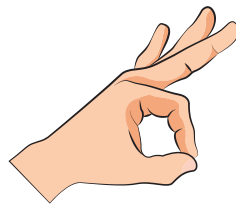
من می نویسم.

معلّم می گوید: بنویس!



من نقاشی می کشم.

معلّم می گوید: نقاشی بکش!



به حرف معلّم گوش دادن خوبه