



## PODRĘCZNIK NAUCZYCIELA

**BYOD** jako metoda edukacyjna wiodąca do zwiększenia zatrudnienia dorosłych osób z niepełnosprawnością intelektualną

KA2 - Współpraca na rzecz innowacji i dobrych praktyk

KA204 – Edukacja dorosłych - partnerstwa strategiczne



**2019 – 2020**



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

Podręcznik nauczyciela jest wynikiem współpracy partnerów projektu BYOD w programie Erasmus+

**AUTORZY:**

**PSONI (Polska)**

Anna Kwiatkowska, specjalistka IT  
Dorota Tomaszewska, pedagog specjalny

**ActivUm (Północna Macedonia)**

Frosina Simonovska, pedagog specjalny  
Boban Popovski, specjalista IT - nauczyciel  
Svetlana Dimitirevska, pracownik socjalny

**Harran University (Turcja)**

Dr. Mehmet Emin Usta, profesor Uniwersytetu Harran  
Bekir Toy, pedagog specjalny  
Gürkan Çetin, pedagog specjalny  
Irfan Arikan, pedagog specjalny  
Zekai Ayik, pedagog specjalny

**Fundació Espurna (Spain)**

Jose P. Garcia-Sabater, profesor Universitat Politecnica de Valencia  
Amparo Sanfelix Martínez, pedagog specjalny, nauczyciel, trener  
M.Angeles Rodríguez Armesto, psycholog

**MARGARITA VTC (Greece):**

Maria Mouka, terapeutka terapii zajęciowej  
Ilias KalaItzis, psycholog, trener  
Sevi Albani, pedagog specjalny, nauczyciel, trener



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

*Publikacja została zrealizowana przy wsparciu finansowym Komisji Europejskiej. Publikacja odzwierciedla jedynie stanowisko jej autorów i Komisja Europejska oraz Narodowa Agencja Programu Erasmus+ nie ponoszą odpowiedzialności za jej zawartość merytoryczną.*

*PUBLIKACJA BEZPŁATNA*



# Spis treści

SKRÓTY .....	4
1. O PROJEKCIE BYOD .....	6
2. CZYM JEST NIEPEŁNOSPRAWNOŚĆ INTELEKTUALNA .....	11
3. POTRZEBY SZKOLENIOWE DOROSŁYCH OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ INTELEKTUALNĄ.....	18
4. METODY UCZENIA DOROSŁYCH OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ INTELEKTUALNĄ .....	34
5. TECHNOLOGIE MOBILNE .....	38
6. TELEFONY I SMARTFONY .....	45
7. SCENARIUSZE ZAJĘĆ .....	57
<b>1. TRANSPORT: MAPY GOOGLE.....</b>	<b>58</b>
<b>2. KOMUNIKATORY INTERNETOWE: WHATS APP MESSENGER.....</b>	<b>65</b>
<b>3. KOMUNIKACJA ALTERNATYWNA: TIM BE.SAFE .....</b>	<b>69</b>
<b>4. MEDIA SPOŁECZNOŚCIOWE: FACEBOOK .....</b>	<b>75</b>
<b>5. ORGANIZACJA CZASU: KALENDARZ GOOGLE .....</b>	<b>77</b>
<b>6. NARZĘDZIA ŚLEDZENIA (GPS): GEO CACHING.....</b>	<b>82</b>
<b>7. NARZĘDZIA DYDAKTYCZNE: YOUTUBE.....</b>	<b>86</b>
<b>8. POSZUKIWANIE PRACY: INDEED JOB .....</b>	<b>91</b>
<b>9. ROZWÓJ UMIEJĘTNOŚCI MATEMATYCZNYCH: KALKULATOR GOOGLE.....</b>	<b>96</b>
<b>10. FINANSE: MONEY MANAGER .....</b>	<b>100</b>
<b>11. KOMUNIKACJA II: GOOGLE MAIL.....</b>	<b>102</b>
<b>12. NARZĘDZIA DYDAKTYCZNE II: PREZENTACJE INTERAKTYWNE.....</b>	<b>104</b>
8. BIBLIOGRAFIA .....	113



# Skróty

<b>Skrót</b>	<b>Rozwinięcie</b>
AAC	Komunikacja alternatywna i augmentatywna
AAIDD	American Association on Intellectual and Developmental Disabilities
BYOD	Bring Your Own Device
CV	Curriculum Vitae
GPS	Global Positioning System
ICF	International Classification of Functioning, Disability and Health; Międzynarodowa klasyfikacja funkcjonowania, niepełnosprawności i zdrowia
ICT	Information and Communication Technology; technologie informacyjno-komunikacyjne
IQ	iloraz inteligencji
IT	technologie informacyjne
MOOC	Massive Open Online Course (Masowe Otwarte Kursy Online)



OCR	Optical Character Recognition; optyczne rozpoznawanie znaków
OS	system operacyjny
PSONI	Polskie Stowarzyszenie na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną
TTS	Text-to-Speech; zamiana tekstu na mowę
VTC	Vocational Training Center; centrum szkoleń zawodowych
	Wireless Encryption Protocol; protokół enkrypcji
WEP	



Unia Europejska, poprzez swoją politykę, stara się w pełni zintegrować osoby z niepełnosprawnością intelektualną ze społeczeństwem. Według Komisji Europejskiej: „Każdy ma prawo do wysokiej jakości edukacji włączającej, szkolenia i uczenia się przez całe życie, które rozwijają kluczowe kompetencje i podstawowe umiejętności. Kluczowe kompetencje i podstawowe umiejętności są potrzebne wszystkim do samorealizacji i rozwoju, zdolności do zatrudnienia, włączenia społecznego i aktywnego obywatelstwa” (Unia Europejska, 2018).

Czynnikiem determinującym włączenie dorosłych osób z niepełnosprawnością intelektualną jest jakość życia tej grupy. Jakość życia tych osób dotyczy takich dziedzin, jak: niezależne życie, praca, umiejętności interpersonalne i społeczne, bezpieczeństwo i inne.

Dlatego system edukacji i wsparcia dla osób z niepełnosprawnością intelektualną musi być stale rozwijany.

Dzisiejszy świat jest coraz bardziej oparty na Internecie, mediach społecznościowych, sprzęcie cyfrowym i aplikacjach mobilnych. Umiejętność korzystania z Internetu, wyszukiwania informacji, zasobów i interakcji z innymi staje się codzienną koniecznością i podstawową umiejętnością, wymaganą nawet w miejscach pracy, które nie wymagają żadnych szczególnych kwalifikacji. Dorośli z niepełnosprawnością intelektualną (NI), podobnie jak reszta społeczeństwa, używają smartfonów, tabletów, rzadziej inteligentnych zegarków z dostępem do Internetu. Jednak, jak wykazały krótkie badania przeprowadzone przez partnerów, jest mało prawdopodobne, aby urządzenia te były używane w połączeniu z Internetem. Niezwykle ważne jest również to,



że nauczyciele / trenerzy mają naprawdę niską wiedzę na temat tego, jak tę technologię można wykorzystać w procesie edukacyjnym.

BYOD - „Bring Your Own Device” to metoda stosowana w szkolnictwie wyższym i biznesie. Partnerzy projektu uznali tę ideę za obiecującą w edukacji i interwencji w stosunku do osób dorosłych z niepełnosprawnością intelektualną, która prowadzi do wejścia na rynek pracy. Przede wszystkim metoda jest atrakcyjna, motywująca i daje nowe, przydatne i dobrze akceptowane umiejętności społeczne. Po drugie, istnieją aplikacje, które mogą być przydatne nie tylko w poszukiwaniu pracy, ale także w jej utrzymaniu.

**Projekt jest skierowany do dwóch grup docelowych:**

1. Pierwsza grupa to nauczyciele, trenerzy i instruktorzy dorosłych osób z niepełnosprawnością intelektualną. W ramach projektu zakłada się opracowanie nowej metodologii, która zostanie zaproponowana do włączenia w działania aktywizacji zawodowej. Ta grupa zostanie wyposażona w zestaw materiałów i kursów oraz możliwość wymiany doświadczeń z innymi specjalistami.
2. Druga grupa docelowa składa się z osób dorosłych z niepełnosprawnością intelektualną, którzy nie są uczestnikami formalnej edukacji, a ich prośba o pracę na otwartym rynku jest jasno sformułowana.

**Cele projektu to:**

- Tworzenie równych szans - opracowana metodologia stosowania nowych technologii w procesie edukacyjnym zapewni równość w korzystaniu z technologii informacyjnych i komunikacyjnych (ICT);
- Promowanie niezależnego życia - lepsze przygotowanie do pracy, motywowanie i zdolność do utrzymania pracy prowadzi do niezależności w życiu codziennym;
- Dostarczenie nowej metodologii, którą można zastosować w efektywnym kształceniu osób z niepełnosprawnością intelektualną - poprawa



i poszerzenie oferty edukacyjnej różnych ośrodków wspierających osoby z niepełnosprawnością intelektualną;

- Opracowanie nowej metodologii edukacyjnej oraz dostarczenie materiałów i kursów dla obu grup docelowych.

### **W projekcie partnerzy:**

- stworzą podręcznik dla nauczycieli zawierający listę przydatnych aplikacji mobilnych, opis metodologii „BYOD” prowadzącej do zwiększenia szans na zatrudnienie, scenariusze zajęć (przewodnik, który właśnie czytasz). Rozdziały tego podręcznika są następujące:

**1. Wprowadzenie do BYOD**, aby czytelnik mógł dowiedzieć się, czego dotyczy ten program Erasmus +.

**2. Czym jest niepełnosprawność intelektualna**, ponieważ podręcznik nie jest skierowany tylko do trenerów (którzy są bardzo świadomi tego, czym jest niepełnosprawność intelektualna), ale także do wolontariuszy.

**3. Potrzeby szkoleniowe dorosłych osób z niepełnosprawnością intelektualną**, ponieważ jest to konieczne, aby ustalić ramy naszej pracy.

**4. Metodologia edukacji dorosłych osób z niepełnosprawnością intelektualną.**

**5. Technologie mobilne.** Rozdział stanowi podstawowe wprowadzeniem do tematu.

**6. Telefony komórkowe** – kilka zasad dotyczących wykorzystania telefonów w tym programie.

**7. Aplikacje:** scenariusze przypadków, które dadzą czytelnikowi szansę na wykorzystanie ich w praktyce. Rozdział zawiera 10 scenariuszy reprezentujących 10 różnych kategorii aplikacji (wszystkie opisane w tekście łatwym do czytania i zrozumienia i przedstawione w formie wideo w drugim podręczniku), a także 3 scenariusze przydatne dla trenerów, ale nie dla uczestników (są to





narzędzia, które pomogą uczynić proces edukacyjny łatwiejszym i bardziej interesującym).

- stworzą zestaw materiałów w tekście łatwym do czytania i zrozumienia na temat tego, jak i po co możesz korzystać z urządzenia mobilnego **(materiał, który będzie przydatny również dla pierwszej grupy docelowej w połączeniu z tym przewodnikiem)**
- zorganizują kurs dla nauczycieli „W jaki sposób metoda BYOD i sprzęt mobilny mogą zwiększyć szanse na zatrudnienie osób z niepełnosprawnością intelektualną”
- przygotują zestaw webinarów prezentujących sposób korzystania z BYOD w różnych dziedzinach niezależnego życia osób z niepełnosprawnością
- przygotują MOOC dla trenerów, instruktorów, nauczycieli pracujących z dorosłymi osobami z niepełnosprawnością intelektualną oraz przedsiębiorców rozważających zatrudnienie osób z niepełnosprawnością intelektualną.

Partnerstwo składa się z organizacji wspierających osoby z niepełnosprawnością intelektualną w dziedzinie edukacji, stosowanych technologii informacyjno-komunikacyjnych ICT, zatrudnienia i samodzielnego życia.

Skład partnerstwa to:

Nazwa	Państwo	Strona WWW
PSONI (Polskie Stowarzyszenie na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną) - Lider	Polska	<a href="#">PSONI</a> <a href="#">PSONI FB</a>
Zawodowe Centrum Szkoleniowe MARGARITA	Grecja	<a href="#">MARGARITA VTC</a> <a href="#">MARGARITA VTC FB</a>



---

Stowarzyszenie ActivUm	Północna Macedonia	-
Fundacja Espurna	Hiszpania	<a href="#">Fundacio ESPURNA</a> <a href="#">Fundacio ESPURNA FB</a>
Uniwersytet Harran	Turcja	<a href="#">Harran University</a>

---

Zapraszamy na stronę projektu, gdzie można śledzić działania i rezultaty:

<http://byod-project.eu/>

<https://www.facebook.com/byod.pro.1>



## 2. Czym jest niepełnosprawność intelektualna

### Definicja niepełnosprawności intelektualnej

Niepełnosprawność intelektualna (NI) jest definiowana jako „stan zahamowania lub niepełnego rozwoju umysłu, który charakteryzuje się przede wszystkim upośledzeniem umiejętności przejawiających się w okresie rozwojowym, które przyczyniają się do ogólnego poziomu inteligencji, tj. zdolności poznawczych, językowych, motorycznych i społecznych”. (Światowa Organizacja Zdrowia, 1992)

Międzynarodowa Klasyfikacja Funkcjonowania, Niepełnosprawności i Zdrowia (ICF) (Światowa Organizacja Zdrowia, 2001) uzupełniła powyższą definicję i wprowadziła koncepcję niepełnosprawności i adaptacji funkcjonalnej do niepełnosprawności.

Według Amerykańskiego Stowarzyszenia Niepełnosprawności Intelektualnej i Rozwojowej (AAIDD, 2020), (Robert i in., 2010), niepełnosprawność intelektualna charakteryzuje się znacznymi ograniczeniami zarówno w funkcjonowaniu intelektualnym, jak i w zachowaniu adaptacyjnym, które obejmuje wiele codziennych umiejętności społecznych i praktycznych. Niepełnosprawność powstaje przed ukończeniem 18. r.ż.

- Funkcjonowanie intelektualne – zwane również inteligencją – odnosi się do ogólnej zdolności umysłowej, takiej jak uczenie się, rozumowanie, rozwiązywanie problemów, i tak dalej. Jednym ze sposobów pomiaru funkcjonowania intelektualnego jest test IQ. Przyjmuje się, że wynik testu wynoszący ok 70 - 75 wskazuje na ograniczenie funkcjonowania intelektualnego.



- Inne testy określają ograniczenia w zachowaniu adaptacyjnym, które obejmują trzy typy umiejętności: zachowania adaptacyjne to zbiór umiejętności koncepcyjnych, społecznych i praktycznych, których ludzie uczą się i wykonują w codziennym życiu.
  - Umiejętności koncepcyjne – język i umiejętność czytania i pisanie, rozumienie pojęć takich jak pieniądze, czas i liczby, samodzielność.
  - Umiejętności społeczne – umiejętności interpersonalne, społeczna odpowiedzialność, samoocena, ładowierność, naiwność, ostrożność, rozwiązywanie problemów społecznych, umiejętność postępowania zgodnie z zasadami/przestrzeganie prawa i unikanie bycia ofiarą.
  - Umiejętności praktyczne – czynności dnia codziennego (higiena osobista), umiejętności zawodowe, dbałość o zdrowie, podróżowanie/przemieszczanie się, postępowanie zgodnie z harmonogramem i procedurami, bezpieczeństwo, korzystanie z pieniędzy, korzystanie z telefonu
- Standaryzowane testy mogą również określić ograniczenia w zachowaniu adaptacyjnym.

### **Dodatkowe uwagi**

Należy zauważyć, że definicja z 1992 r. jako pierwsza postrzegała niepełnosprawność intelektualną jako stan, który można poprawić poprzez zapewnienie wsparcia, a nie jako stałą właściwość utrzymującą się przez całe życie.

Jednak przy definiowaniu i ocenie niepełnosprawności intelektualnej, Amerykańskie Stowarzyszenie Niepełnosprawności Intelektualnej i Rozwojowej (AAIDD) podkreśla, że należy wziąć pod uwagę dodatkowe czynniki, takie jak środowisko społeczne typowe dla rówieśników i kultury danej osoby. Specjaliści powinni również wziąć pod uwagę różnorodność językową oraz różnice kulturowe w sposobie komunikowania się, poruszania i zachowania się.



Wreszcie, oceny muszą również zakładać, że ograniczenia u osoby często współistnieją z jej mocnymi stronami i że poziom życia danej osoby poprawi się, jeśli zapewni się jej odpowiednie spersonalizowane wsparcie w dłuższym okresie.

Tylko na podstawie takich wielostronnych ocen specjaliści mogą ustalić, czy dana osoba ma niepełnosprawność intelektualną, i dostosować zindywidualizowane plany wsparcia.

Harris (2006) podał, że występowanie niepełnosprawności intelektualnej waha się między 1% a 3% na całym świecie. 85% tej populacji stanowią osoby z lekką niepełnosprawnością intelektualną, 10% to osoby z umiarkowaną niepełnosprawnością intelektualną, 4% to osoby ze znaczną niepełnosprawnością intelektualną, a u 2% osób występuje głęboka niepełnosprawność intelektualną (King, Toth, Hodapp i Dykens, 2009).

Niepełnosprawność intelektualna dotyczy dużej grupy osób. Wpływa na jednostkę, jej najbliższą rodzinę i społeczność, w której żyje. Z niepełnosprawnością intelektualną łączy się szereg zaburzeń psychicznych i fizycznych, które dodatkowo komplikują wspieranie tych osób (Maulik i Harbour, 2010). Ponadto wiążą się z piętnowaniem i dyskryminacją. (Jeevanandam, 2009; Mercadante i in., 2009; Njenga, 2009).

Niepełnosprawność intelektualną można postrzegać jako wczesny poznawczy „meta-syndrom”, analogiczny do zespołu demencji w późniejszym życiu (Salvador-Carulla i Bertelli, 2008). Na oba te stany wpływają różnorodne czynniki, które pociągają za sobą znaczne zaburzenia w podstawowych funkcjach poznawczych wymaganych w codziennym życiu. Proces oceny obu stanów musi uwzględniać czynniki biologiczne, osobiste i środowiskowe.

Nadal nie ma mapy pojęciowej ani hierarchii ważności funkcji poznawczych w niepełnosprawności intelektualnej (Bilder i in., 2009). Różne terminy są często używane dla tych samych funkcji i odwrotnie. Jednak szereg podstawowych funkcji poznawczych jest znacznie ograniczonych u osób



z niepełnosprawnością intelektualną. Te podstawowe funkcje poznawcze obejmują głównie rozumowanie percepcyjne, pamięć roboczą, szybkość przetwarzania i rozumienie werbalne (Deary, 2001; Holdnack i in., 2011).

Ograniczenie funkcji poznawczych u osób z niepełnosprawnością intelektualną ocenia się na ogół za pomocą IQ, wyniku uzyskanego na podstawie testu inteligencji, który powinien być wykorzystywany do diagnozy wyłącznie z uwzględnieniem lokalnych norm.

Zwykle wynik IQ 70 lub niższy ma charakter orientacyjny, ale jest niewystarczający do zdiagnozowania niepełnosprawności intelektualnej. Można zastosować inne alternatywne oceny kliniczne i poznawcze, w tym lokalnie znormalizowane testy rozwojowe. Ocena poznawcza nie powinna ograniczać się do znormalizowanego IQ, ale obejmować również testy neuropsychologiczne, na przykład testy funkcjonowania wykonawczego w celu ustalenia indywidualnego profilu. Ponadto zaleca się ponowić badanie w krytycznych okresach rozwojowych, ponieważ zidentyfikowano wyraźne trajektorie rozwoju poznawczego w różnych aspektach niepełnosprawności intelektualnej. Innym powodem może być obniżenie funkcjonowania poznawczego związanego ze starzeniem się.

Osoby z niepełnosprawnością intelektualną często mają trudności z zarządzaniem swoim zachowaniem, emocjami i relacjami interpersonalnymi oraz utrzymaniem motywacji w procesie uczenia się. Upośledzenie funkcji poznawczych i ograniczenia zachowań adaptacyjnych w niepełnosprawności intelektualnej:

- Niepełnosprawność intelektualna charakteryzuje się znaczną dysfunkcją podstawowych funkcji poznawczych niezbędnych do rozwoju wiedzy, rozumowania i symbolicznej reprezentacji na poziomie oczekiwanym u rówieśników, a także środowiska kulturowego i społecznego. Niemniej jednak występują bardzo różne wzorce upośledzenia funkcji poznawczych w poszczególnych stopniach niepełnosprawności intelektualnej.



- Zasadniczo osoby z niepełnosprawnością intelektualną mają trudności z rozumieniem werbalnym, rozumowaniem percepcyjnym, pamięcią roboczą i szybkością przetwarzania.
- Ograniczenie funkcji poznawczych u osób z niepełnosprawnością intelektualną wiąże się z trudnościami w różnych dziedzinach nauki, w tym z nabywaniem wiedzy akademickiej i praktycznej.
- Osoby z niepełnosprawnością intelektualną wykazują znaczne ograniczenia w zachowaniu adaptacyjnym; to znaczy mają trudności ze spełnieniem wymagań codziennego życia, w porównaniu z realizacją wymagań przez ich rówieśników, środowisko kulturowe i społeczność. Trudności te obejmują ograniczenia odpowiednich umiejętności koncepcyjnych, społecznych i praktycznych.
- Osoby z niepełnosprawnością intelektualną często mają trudności z zarządzaniem swoim zachowaniem, emocjami i relacjami interpersonalnymi oraz utrzymaniem motywacji w procesie uczenia się.
- Jest to długotrwały stan, wymagający uwzględnienia faz rozwojowych i przejść życiowych.

(Światowa Organizacja Zdrowia, 1992)

### Stopnie niepełnosprawności intelektualnej

Według Glucka (2014), wyróżnia się stopnie niepełnosprawności intelektualnej, określone w zależności od ilorazu inteligencji:

#### **Lekki stopień niepełnosprawności intelektualnej (IQ 50-70)**

Ok 85% osób z niepełnosprawnością intelektualną ma lekką niepełnosprawność intelektualną. Wielu z nich osiąga sukcesy akademickie. Rozwój osób z lekką niepełnosprawnością intelektualną jest wolniejszy w różnych obszarach w porównaniu z osobami pełnosprawnymi. Osoby te nie posiadają żadnych charakterystycznych cech fizycznych. Opanowują praktyczne umiejętności życiowe. Na przykład umiejętności czytania



i liczenia oraz umiejętności społeczne. Potrafią funkcjonować w codziennym życiu.

### **Umiarkowana niepełnosprawność intelektualna (IQ 35-49)**

Osoby z umiarkowaną niepełnosprawnością intelektualną mają dość dobre umiejętności komunikacyjne, ale nie mogą komunikować się na złożonych poziomach. Mogą mieć trudności w sytuacjach społecznych, np. z rozumieniem niuansów społecznych lub wydawaniem osądów. Potrafią o siebie zadbać, ale mogą potrzebować więcej instrukcji i wsparcia. Przedstawiciele tej grupy mogą prowadzić niezależne życie. Niektórzy z nich potrzebują jednak wsparcia i zamieszkania w mieszkaniach wspomaganych. Około 10% osób z niepełnosprawnością intelektualną ma umiarkowaną niepełnosprawność intelektualną.

### **Znaczna niepełnosprawność intelektualna (IQ 20-34)**

Tylko około 3 lub 4 % to osoby ze znaczną niepełnosprawnością intelektualną. Osoby te mogą komunikować się tylko na najbardziej podstawowym poziomie. Nie mogą wykonywać samodzielnie wszystkich czynności związanych z samoopieką. Potrzebują codziennego nadzoru i wsparcia. Większość osób ze znaczną niepełnosprawnością intelektualną nie może prowadzić samodzielnego życia.

### **Głęboka niepełnosprawność intelektualna (IQ poniżej 20)**

Osoby z głęboką niepełnosprawnością intelektualną wymagają całodobowego wsparcia i opieki. Są zależne od innych we wszystkich aspektach życia codziennego i mają bardzo ograniczone możliwości komunikacyjne. Często osoby z głęboką niepełnosprawnością intelektualną mają również inne ograniczenia fizyczne. Około 1 lub 2% osób z niepełnosprawnością intelektualną należy do tej grupy.

Niemniej jednak, według Schalocka i in. (2010), zaproponowano wielowymiarowy system klasyfikacji, a zakresy IQ są uważane za niewystarczające, aby być jedyną determinantą funkcjonowania poznawczego





lub poziomu ciężkości klinicznej. Istotne są również różnice w zachowaniu adaptacyjnym, które opisano w następnym rozdziale.



# 3. Potrzeby szkoleniowe dorosłych osób z niepełnosprawnością intelektualną

## **Potrzeby osób z niepełnosprawnością intelektualną**

Obecne ujęcie niepełnosprawności intelektualnej koncentruje się na wyrażeniu ograniczeń funkcjonowania jednostki w kontekście społecznym i wskazuje na istotne problemy jednostki.

Niepełnosprawność w ujęciu społeczno-ekologicznym rozumiana jako właściwość lub cecha osoby (często określana jako „deficyt”) ewoluowała do ujęcia w kategoriach zjawiska ludzkiego mającego źródło w czynnikach organicznych i / lub społecznych (Schalock i Verdugo, 2007).

Te organiczne i społeczne czynniki powodują funkcjonalne ograniczenia, które odzwierciedlają niezdolność lub ograniczenie zarówno ról związanych z wykonywaniem i funkcjonowaniem, jak i zadań oczekiwanych od osoby w środowisku społecznym (Oliver, 1996).

Znaczenie tej ewolucyjnej zmiany w podejściu do niepełnosprawności polega na tym, że niepełnosprawność intelektualna nie jest uważana za absolutną, niezmienną cechę osoby, ale raczej jako ograniczenie ludzkiego funkcjonowania, które stanowi przykład interakcji między osobą a jej otoczeniem. Takie podejście koncentruje się na roli, jaką indywidualne wsparcie może odegrać w poprawie funkcjonowania jednostki i jej jakości życia.

Niepełnosprawność intelektualna charakteryzuje się znacznymi ograniczeniami zarówno w funkcjonowaniu intelektualnym, jak i zachowaniu adaptacyjnym,



które przejawiają się w koncepcyjnych, społecznych oraz praktycznych umiejętnościach adaptacyjnych (Schalock i in., 2007).

Sklasyfikowaliśmy umiejętności, które należy trenować na czterech różnych poziomach. Poziom podstawowy poprzedza wszelkie działania formalne i pozaformalne. Drugi poziom obejmuje te umiejętności, które będą wymagane przy wykonywaniu każdego rodzaju pracy. Trzeci poziom to umiejętności związane z poszukiwaniem pracy i uczestnictwem w pracy, oraz czwarty poziom, nastąpi po uzyskaniu wolności związanej z wejściem na rynek pracy.

Każdy zestaw umiejętności został powiązany z zestawem aplikacji i oprogramowania, które mogą pomóc w rozwoju umiejętności poszczególnych osób.

Rozdział rozpoczyna się od treningu codziennych czynności (zarówno podstawowych, jak i instrumentalnych), umiejętności społecznych, komunikacyjnych oraz umiejętności zarządzania emocjami.

Umiejętności poznawcze, psychomotoryczne i odpowiedzialność będą wymagane i wzmocnione poprzez wprowadzenie osoby z niepełnosprawnością intelektualną na otwarty rynek pracy.

Aby osiągnąć ten cel, osoba z niepełnosprawnością intelektualną powinna wiedzieć jak wziąć udział w procedurze poszukiwania pracy. Wreszcie status uzyskany przez osobę z niepełnosprawnością intelektualną, która wejdzie na rynek pracy, będzie wymagał od niej radzenia sobie z nowymi nawykami żywieniowymi i wypoczynkowymi, związanymi z nową sytuacją ekonomiczną.

Rozdział kończy się podsumowaniem, w którym próbujemy połączyć kategorie aplikacji, do których opracowano scenariusze z różnymi umiejętnościami, które muszą być opanowane aby korzystać z aplikacji oraz tymi, które rozwijają się podczas jej obsługi.

## **1. Czynności dnia codziennego**

Praca nad czynnościami dnia codziennego jest podstawowym filarem rozwoju każdej osoby (Association for Real Change, 2015). Stały trening prowadzony



jest w celu utrzymania i dostosowania zdolności osoby z niepełnosprawnością intelektualną do samodzielnego działania w codziennym życiu, zgodnie z indywidualnymi cechami.

**Trening codziennych czynności** - Czynności dnia codziennego takie jak, jedzenie/picie, prace związane z prowadzeniem domu, czynności higieniczne takie jak kąpiel pod prysznicem, golenie się, higiena osobista, mycie zębów, rąk i twarzy, obcinanie paznokci, stylizacja, stosowanie produktów higienicznych, są niezbędne do zdobycia umiejętności radzenia sobie w życiu.

Obecnie istnieje wiele aplikacji komputerowych i technologicznych pomocnych przy nabywaniu umiejętności dnia codziennego w różnych dziedzinach.

Aplikacje np. ćwiczą rozpoznawanie przedmiotów codziennego użytku i wykonywanie sekwencji czynności życia codziennego stopniowo zwiększając trudność zadań. Szkolenie odbywa się w taki sposób, aby wzmocnić postępy u osoby z niepełnosprawnością i stopniowo zmniejszać wsparcie i jego zakres. Oprócz wcześniejszych objaśnień, prezentacji filmów lub innych dokumentów najlepszym sposobem na nabywanie umiejętności jest ich ćwiczenie i powtarzanie w życiu, ustanowienie procedur dbania o siebie.

Podstawowe czynności dnia codziennego to:

- Jedzenie i picie: picie wody w celu nawodnienia organizmu, prawidłowe żucie i połykanie, rytm jedzenia, przestrzeganie zasad przy stole, prawidłowe użycie sztućców, itp.
- Utrzymywanie higieny osobistej: umiejętności takie jak mycie zębów, rąk i twarzy, prawidłowe czesanie włosów, higiena osobista (użycie szamponu, żelu i dezodorantu), obcinanie paznokci, golenie się, itp. Umiejętności są ćwiczone w naturalnych kontekstach.
- Ubieranie się: dobór odpowiedniej odzieży do aktywności i pory roku, odpowiednie łączenie garderoby, zapinane guzików, zamków oraz zawiązywanie sznurowadeł, itp., jak również prawidłowe zakładanie odzieży.



- wspieranie: skoncentrowanie uwagi na sposobach ubierania się i higienie osób z niepełnosprawnością intelektualną, aby dostrzec, czy noszą ubrania prawidłowo, czy są zadbane i uczesane, czy wieszają płaszcz w szatni, a następnie potrafią go zidentyfikować i odszukać itp.
- prawidłowe korzystanie z toalety, domaganie się lub informowanie o konieczności pójścia do łazienki, czynności higieniczne po skorzystaniu z toalety, nałożenie ubrań/ubranie się po skorzystaniu z toalety.
- przemieszczanie się, chodzenie, wchodzenie i schodzenie po schodach: orientowanie się w otoczeniu podczas krótkich podróży, samodzielne poruszanie się, realizowanie codziennych harmonogramów zajęć i czynności.

Instrumentalne czynności dnia codziennego to:

- Możliwość korzystania z telefonu: zapamiętanie numerów, odebranie połączenia, rozmowa przez telefon.
- Zakupy: wykonywanie zleceń i zakupów przy wsparciu osoby wspierającej.
- Przygotowywanie posiłków: prawidłowe ustawienie stołów w jadalni (ułożenie obrusów, serwetek, przyborów kuchennych, szklanek i dzbanka z wodą na każdym stole). Czynność ta ma na celu rozwinięcie umiejętności motorycznych - obierania, cięcia, przenoszenia - i stymulacji sensorycznej.
- Dbłość o dom: zmiatanie, szorowanie, czyszczenie mebli lub szkła, odkładanie rzeczy na swoje miejsce itp.
- Pranie odzieży: załadowanie pralki, pranie ręczne, rozwieszenie prania, złożenie suchych ubrań
- Korzystanie ze środków transportu: znajomość przystanków, wsiadanie do autobusu, poprawne zachowanie w autobusie lub taksówce oraz znajomość przepisów drogowych
- Odpowiedzialność za przyjmowanie leków: pamiętanie, aby wziąć leki, rozpoznawanie pigułek - ich koloru, kształtu, itp.



- Zarządzanie budżetem: zarządzanie pieniędzmi, robienie małych zakupów itp.

## 2. Umiejętności społeczne i komunikacyjne

Szkolenie w zakresie umiejętności społecznych i komunikacyjnych ma specyficzny charakter.

- Percepcja społeczna i interakcja na podstawie ćwiczeń w rzeczywistych sytuacjach: pliki, obrazy, identyfikacja wyrazu twarzy i emocji, odgrywanie ról, wirtualne gry dotyczące postrzegania społecznego, ekspozycja na sytuacje społeczne i manifestacja emocji, naśladowanie, orientacja i modelowanie w sytuacjach społecznych.
- Trening poprzez powtarzanie wypowiedzi werbalnej i języka niewerbalnego.
- Identyfikacja sytuacji i odczuwanych w nich emocji: Dzielenie się pomysłami, przemyśleniami i uczuciami. Odtwarzanie interakcji między uczestnikami zajęć w celu zilustrowania i modelowania emocji.
- Wprowadzanie osoby z niepełnosprawnością intelektualną w sytuacje społeczne, które wymagają stopniowej komunikacji (np. załatwianie spraw, zadawanie pytań lub proszenie, uzyskiwanie prostych informacji itp.).

Istnieją specjalnie zaprojektowane aplikacje do szkolenia i kształtowania zachowań towarzyskich i komunikacyjnych.

Zarządzanie konfliktami to zestaw wiedzy i umiejętności wprowadzonych w życie w celu zrozumienia sytuacji i dążenia do pokojowego rozwiązywania konfliktów między dwiema lub więcej osobami. Konflikty pojawiają się w wielu sytuacjach, ale szczególnie w środowisku pracy, w którym podobne obowiązki mogą być przypisane różnym osobom.

Procedura szkolenia umiejętności zwykle obejmuje następujące etapy: modelowanie, testowanie, informacje zwrotne i wzmacnianie oraz praktyka w prawdziwym życiu.



### 3. Zarządzanie emocjami i ich identyfikacja

W ostatnich dziesięcioleciach wzrosło zainteresowanie inteligencją emocjonalną. Nadając jej tak duże znaczenie, porównuje się ją do zdolności poznawczych. Ten projekt badawczy koncentrując się na młodzieży z lekką niepełnosprawnością intelektualną, bada, w jakim stopniu rozwój kompetencji emocjonalnych u tych młodych ludzi sprzyja ich dobrobytowi osobistemu i społecznemu, poprzez rozwój umiejętności samowiedzy, kontroli emocjonalnej i/lub umiejętności społecznych, które pozwalają im efektywnie odnosić się do otaczającego ich środowiska i stawić czoła różnym sytuacjom przez całe życie (Orellana, 2017).

Kiedy patrzymy na codzienny świat, ważne jest, aby wejść do naszego wnętrza, w którym w każdej chwili zachodzą ogromne ilości reakcji chemicznych, które nazywamy emocjami, myślami i uczuciami (Perez Scoda et Ribera, 2009). Niezbędna jest ich identyfikacja, modyfikacja w razie potrzeby i właściwe ich używanie w celu odniesienia się do naszego środowiska. Rozpoznawanie emocji i uczuć jest podstawowym elementem, który pozwala nam odnosić się do innych i do siebie.

Umiejętność czytania naszych nastrojów i nastrojów innych implikuje z kolei odpowiednie postępowanie. W tym celu nie wystarczy je zrozumieć, ale trzeba poradzić sobie z nimi, aby móc prawidłowo funkcjonować w zaistniałych okolicznościach.

Inteligencja emocjonalna jest również łączona z myślami, zachowaniami, samoakceptacją, rozwiązaniem sytuacji i relacjami międzyludzkimi.

**Cztery główne filary inteligencji emocjonalnej to:**

1. zrozumienie naszych emocji,
2. samoregulacja,
3. empatia,
4. umiejętności społeczne.

(Robertson i in., 2007)



Strategie pracy nad inteligencją emocjonalną wykorzystują takie pojęcia jak: samoświadomość, autonomia, samoocena, komunikacja, umiejętności społeczne, słuchanie, rozwiązywanie konfliktów, pozytywne myślenie itp.

Celem jest, aby osoby z niepełnosprawnością i/lub mające trudności emocjonalne mogły rozwiązać je w możliwym zakresie, nauczyć się rozpoznawać i radzić sobie ze swoimi ograniczeniami, tak aby nie kończyły się frustracją i destrukcyjnym zachowaniem.

Aby pracować nad tym ważnym aspektem, bardzo przydatne jest poleganie na materiale graficznym, stosowanie aplikacji technologicznych, które ułatwiają i uczą rozpoznawania emocji, ułatwiają aktywne słuchanie. Ponadto wskazują i modelują, aby osoby z niepełnosprawnością intelektualną nauczyły się wyrażać to, co czują i myślą, a także to, czego chcą lub chcą. Istnieje wiele aplikacji poświęconych trenowaniu inteligencji emocjonalnej.

#### **4. Umiejętności poznawcze**

Umiejętności poznawcze, dostosowane do cech każdego użytkownika, mogą być rozwijane podczas treningu funkcjonalnego i będą wymagane podczas korzystania z nowych sposobów pozyskiwania informacji i korzystania z nich.

Trening poznawczy jest działaniem opartym na stymulacji poznawczej (Mayor i in., 1993) rozumianej jako trening zdolności i umiejętności poznawczych w celu poprawy lub utrzymania procesu informacji na poziomie mózgu.

Rozwój takiej aktywności ma podstawowe znaczenie w radzeniu sobie z deficytami poznawczymi, służy poprawie rezerwy poznawczej, zapobiegania zaburzeniom poznawczym i sprzyjania zdrowemu starzeniu się.

- **Pamięć:** rejestrowanie, przechowywanie i wywoływanie różnych doświadczeń: pomysłów, obrazów, wydarzeń, wspomnień itp.
- **Szybkość przetwarzania:** Zdolność określająca związek między wykonywaniem zadania mentalnego a poświęconym na to czasem. Umożliwia szybkie i automatyczne przetwarzanie informacji.





- Kontrola wykonawcza: zdolność do integrowania, organizowania i koordynowania innych zdolności poznawczych.
- Orientacja: Zdolność do bycia świadomym siebie i kontekstu, w którym się znajdujemy, to znaczy bycia świadomym na poziomie osobistym, czasu i miejsca.
- Rozumowanie: Umiejętność rozwiązywania problemów, wyciągania wniosków i świadomego uczenia się na podstawie wydarzeń - ustanawianie związków przyczynowych.
- Rozumienie: Zdolność do zrozumienia, analizy i refleksji na temat otrzymanych informacji.
- Percepcja, uwaga i koncentracja: Umiejętności kodowania, wybierania i utrzymywania koncentracji na pewnych istotnych informacjach i odrzucania innych.

Dzięki plikom, ćwiczeniom, aplikacjom technologicznym i ciągłym powtórzeniom, korzystanie z komputerów, laptopów lub telefonów komórkowych może odgrywać istotną rolę w poprawie lub utrzymaniu umiejętności poznawczych.

## 5. Umiejętności psychomotoryczne

Umiejętności psychomotoryczne powinny być rozwijane za pomocą edukacji, reedukacji i zajęć terapeutycznych, które uwzględniają psychosomatykę jednostki. (Arnaiz, 1991). Psychomotoryka wykorzystuje działanie całego ciała, przez które podmiot wchodzi w relacje ze światem i ma na celu taką pracę z osobą, która poprzez ciało prowadzi do otwartości na komunikację (Sánchez i Llorca, 2003 )

Stymulację i / lub trening psychomotoryczny można wykonywać przy różnych rodzajach aktywności fizycznej i ich intensywności (pływanie, wędrówki, fizjoterapia, uprawianie wielu dyscyplin sportowych, praca i aktywności przed rozpoczęciem pracy).

Oprócz wszystkich opcji pracy, sportu, rehabilitacji lub wypoczynku, dysponujemy wieloma możliwościami w zakresie zastosowań



technologicznych. Istnieje wiele aplikacji pomagających poprawnie działać i wzmacniać umiejętności motoryczne.

W ten sposób, dzięki lekkiemu i łatwemu w użyciu urządzeniu, można wykonywać różne ćwiczenia i techniki stymulacji ruchowej, sprawiając, że ich forma będzie bardziej zabawna.

## **6. Podejmowanie odpowiedzialności**

Działania, które zwiększają zrozumienie pojęcia odpowiedzialność i trenują ją to: ustalanie granic i norm, pozwalanie osobom z niepełnosprawnością intelektualną na przyjmowanie obowiązków zgodnie z ich umiejętnościami (harmonogramy, rzeczy osobiste, przekazywanie informacji, zadania w placówce i domu, higiena itp.), edukowanie z wykorzystaniem przykładów, stosowanie pozytywnych wzmocnień i chwalenie osiągnięć, prezentowanie alternatywnych opcji podejmowania decyzji, ćwiczenie i uczenie korzyści wynikających z dokonywania wyborów.

### **Umiejętności, pozwalające na podjęcie odpowiedzialności:**

- **Zaangażowanie:** Osoba wie jak przyjmować i wypełniać obowiązki, zawsze dostosowane do jej chronologicznego wieku i / lub zdolności.
- **Wytrwałość:** Osoba wie jak realizować swoje cele i plany. Należy tak edukować osobę, aby wiedziała, że należy wywiązać się ze swoich zobowiązań.
- **Podejmowanie decyzji:** Podjęcie określonej decyzji niewątpliwie oznacza przejście odpowiedzialności za jej konsekwencje.
- **Autonomia:** Ważne jest zaoferowanie autonomii osobom z niepełnosprawnością intelektualną, ponieważ jest to klucz do odpowiedzialności.
- **Bezpieczeństwo:** Tylko jeśli pozwolimy osobom z niepełnosprawnością rozwinąć pewność siebie, będą mogli przyjąć obowiązki bez konieczności polegania na innych osobach.



- Stawianie sobie wymagań: Częścią odpowiedzialności jest wiedza, jak iść naprzód i rozwijać swoje cele i projekty, znając ich potencjał i ograniczenia.

Umiejętności dotyczące odpowiedzialności są również rozwijane podczas przygotowywania harmonogramów, planów zadań, umów i treningów ekonomicznych, w których odzwierciedlone są wymagane obowiązki.

## **7. Umiejętności skoncentrowane na pracy i przygotowaniu do pracy**

Jednym z podstawowych obszarów, w których osoby z niepełnosprawnością intelektualną potrzebują wsparcia, wskazówek i szkoleń, są umiejętności związane z wykonywaniem pracy i przygotowaniu do pracy zawodowej. Szkolenia mające na celu znalezienie zatrudnienia przez osobę z niepełnosprawnością intelektualną są niezbędne, aby osiągnąć pełne włączenie.

Poprzez szkolenie, osoby z niepełnosprawnością intelektualną nabywają odpowiednie nawyki, wypracowują punktualność i obowiązkowość, uczą się rytmu pracy, uwagi i koncentracji w zadaniu itp. (Bellver i in., 1993). Wszystko to odbywa się również na miejscu, poprzez modelowanie, edukację, dawanie przykładów i nadzorowanie codziennej pracy, korygowanie w razie potrzeby i ukierunkowanie na osiągnięcie postępów.

Istnieją aplikacje mające na celu poszukiwanie pracy, poprawę funkcji poznawczych, naukę języka, szkolenie umiejętności komunikacyjnych, asertywność i empatię.

Ponadto technologia pozwala osobom z niepełnosprawnością intelektualną na ciągłe i łatwe szkolenie za pomocą różnych urządzeń. Umożliwiają one uczestniczenie w kursach, kontaktowanie się z ekspertami, czytanie, oglądanie i słuchanie filmów dotyczących pracy, uzyskiwanie porad i wskazówek dotyczących dobrych praktyk, poszukiwanie pracy w bliższej i dalszej perspektywie.



Ważne jest, aby tak przeprowadzić szkolenia, aby przyszły pracownik był przygotowany i spełniał minimalne warunki do prawidłowego wykonania zadania. W tym celu istnieje wiele szkoleń poprzedzających zatrudnienie, związanych z nabywaniem umiejętności i wypracowaniem zachowań wymaganych do uzyskania i utrzymania pracy. Te szkolenia prowadzą do uogólnienia uczenia się, a także dostosowania ich do poziomu osoby.

Wykonywanie zadań w pracy wymaga zarówno zaangażowania procesów poznawczych, jak i procesów manipulacyjnych (weryfikacja, klasyfikacja przedmiotów, porządkowanie itp.).

Kursy przygotowujące do pracy przygotowują kandydata do kontaktu ze światem pracy, aby zapewnić mu najbardziej podstawowe umiejętności.

W ten sposób będą stanowić kontakt ze środowiskiem pracy i sposób na zdobycie podstawowych umiejętności niezbędnych do prawidłowego działania.

Innym podstawowym narzędziem jest poradnictwo zawodowe. Polega ono na prowadzeniu, nauczaniu i udzielaniu informacji na temat miejsc, w których osoby z niepełnosprawnością intelektualną mogą podjąć pracę ze wsparciem, w zwykłej firmie lub w specjalnym centrum zatrudnienia. Poradnictwo zawodowe obejmuje:

- klasyfikację firm,
- opracowanie CV,
- przeprowadzenie wywiadu diagnostycznego i stworzenie profilu zawodowego,
- techniki poszukiwania pracy,
- poszukiwanie zatrudnienia w Internecie i dopasowanie ofert do możliwości osób z niepełnosprawnością intelektualną.
- ponadto zapewnia dostęp do wielu uzupełniających zasobów przydatnych do prowadzenia pracy w bardziej zadowalający lub skuteczny sposób (Word, Excel, CV, LinkedIn, YouTube, artykuły naukowe itp.).



## 8. Kreatywność

Kreatywność to umiejętność generowania pomysłów za pomocą różnych technik i narzędzi, które pomagają wyrazić wrodzony potencjał twórczy w każdym człowieku poprzez korzystanie z szerokiego zakresu bodźców. (Sánchez -Montoya, 2002).

Pracując nad kreatywnością naszych użytkowników, rozwijamy szereg kompetencji, takich jak:

- adaptacja, elastyczność umysłowa i refleksja,
- zainteresowanie nauką,
- autonomia i podejmowanie decyzji,
- zainteresowanie poszukiwaniem informacji: ciekawość i obserwacja,
- zdolność do analizy i syntezy,
- pewność siebie,
- inicjatywa,
- orientacja na wyzwanie,
- umiejętności psychomotoryczne.

Umiejętności te można wykorzystać w działaniach artystycznych, takich jak muzyka, taniec, malarstwo, teatr, rzemiosło, dekoracje i recykling itp. Istnieje wiele form i technik, a obecnie tworzonych jest wiele aplikacji, dzięki którym można stymulować i rozwijać ten aspekt: Pinterest, Evernote, GoodNotes, Paper, iBrainstorml, FreeMind, Creative Visualization, Owl Boo, Monsters Band.

## 9. Jedzenie i odżywianie, rozrywka i sport

Karmienie uważane jest za proces, który polega na chwytaniu sztućców / filiżanek / szklanek, wybieraniu jedzenia, dzieleniu go i podawaniu jedzenia lub płynu do ust, a także obejmuje trening dotyczący zrównoważonej i zdrowej diety (Pitetti, 1992).

Można stosować metody szkoleniowe, takie jak: standardowe arkusze robocze, filmy, teksty i interaktywne gry na temat jedzenia i zrównoważonej diety.



Rekomenduje się dokonywanie codziennych lub cotygodniowych zakupów produktów niezbędnych do domu, wspieranie w wyborze zdrowej, odpowiedniej żywności; sporządzanie przepisów i przygotowywanie potraw; modelowanie koniecznego lub wygodnego rodzaju karmienia, wspieranie, nadzór i modelowanie używania sztućców i przyborów niezbędnych do jedzenia; planowanie różnego menu i posiłków oraz odpowiednich harmonogramów posiłków.

Czas wolny i sport to kolejny obszar, w którym osoby z niepełnosprawnością intelektualną potrzebują wsparcia i szkolenia. Mówi się, że najlepszym sposobem na trenowanie w tym obszarze jest aktywne uczestnictwo w zajęciach rekreacyjnych i sportowych. Uczenie się umiejętności sportowych, rozumienia zasad i wartości, nauka gry i uczestnictwa w zespole, kontakty towarzyskie, przebywanie na świeżym powietrzu i wykonywanie ćwiczeń fizycznych.

Technologia w tym obszarze może być również bardzo interesująca, ponieważ zapewnia wsparcie i różne adaptacje lub uzupełnia rekreację i sport. Na przykład istnieją aplikacje do liczenia kroków, które generują spersonalizowane trasy treningowe, generują ćwiczenia dostosowane do danej osoby, motywują, rejestrują dane, doradzają itp. Ponadto istnieje wiele gier i aplikacji dotyczących różnych sportów. Aplikacje i gry zawierają instrukcje, porady, statystyki i wszelkiego rodzaju informacje, aby dowiedzieć się o nich jak najwięcej.

## **10. Powiązanie powyższych umiejętności z aplikacjami i kategoriami**

W projekcie BYOD partnerzy zdefiniowali zestaw kategorii, do których przypisane są proponowane aplikacje mające na celu zmniejszenie barier dla osób z niepełnosprawnością intelektualną podczas wchodzenia na rynek pracy.

Wypracowane kategorie to:

1. transport,
2. komunikacja internetowa,



3. komunikacja alternatywna (AAC),
4. media społecznościowe,
5. zarządzanie czasem,
6. narzędzia śledzące (GPS),
7. narzędzia wspomagające uczenie się,
8. szukanie pracy,
9. rozwój umiejętności matematycznych,
10. finanse.

Każda z kategorii uwzględnia dziesiątki, a nawet setki aplikacji i każda z nich może mieć inne wymagania i prowadzić do różnych wyników. Poniżej przedstawiamy tabelę, która łączy kategorie z umiejętnościami. Dla każdej kombinacji ustalamy, czy istnieje silny związek, który może być dwukierunkowy: (A) aplikacja może rozwijać lub doskonalić umiejętności (B) umiejętności są wymagane do prawidłowego korzystania z aplikacji.

Zależność przedstawiono w tabeli 1:

**Tabela 1.** Tabela relacji między umiejętnościami a kategoriami aplikacji

	1. Transport	2. Komunikacja internetowa	3. Komunikacja alternatywna	4. Media społecznościowe	5. Zarządzanie czasem	6. Narzędzia śledzące (GPS)	7. Narzędzia wspomagające uczenie	8. Szukanie pracy	9. Rozwój umiejętności matematycznych	10. Finanse
Czynności dnia codziennego	A/B	A/B	A/B	A/B			B	A/B		
Umiejętności społeczne i komunikacyjne	B	B	B	B				B		



	1. Transport	2. Komunikacja internetowa	3. Komunikacja alternatywna	4. Media społecznościowe	5. Zarządzanie czasem	6. Narzędzia śledzące (GPS)	7. Narzędzia wspomagające uczenie	8. Szukanie pracy	9. Rozwój umiejętności matematycznych	10. Finance
Zarządzanie emocjami i ich identyfikacja	B	B	B	B				B		
Umiejętności poznawcze	A/B					A/B	A/B	B	A/B	A/B
Umiejętności psychomotoryczne	A					A/B	A/B	B	A/B	A/B
Odpowiedzialność		B			A/B		B	B		A/B
Umiejętności skoncentrowane na pracy i przygotowaniu do pracy		B			A/B		A/B	A/B		A
Kreatywność				A/B			A/B			
Jedzenie i odżywianie, rozrywka i sport					A	A/B	A			

## Wnioski

Technologia może dostarczyć wiele korzyści osobom z niepełnosprawnością intelektualną. Technologie informacyjne i komunikacyjne mogą pomóc w zwiększeniu ich autonomii i rozwiązywaniu problemów.

Ten wzrost autonomii poprawia ich postrzeganie siebie i poczucie własnej wartości. Może jednak wywoływać nowe trudności, które wynikają z nowego





sposobu podejścia do problemów. Ostatecznie, nauczenie się korzystania z nowych narzędzi może przyczynić się do podniesienia jakości życia i poprawy podstawowych umiejętności potrzebnych do uzyskania dostępu do otwartego rynku pracy, a tym samym poprawy ich zdolności do działania i funkcjonowania w świecie.



# 4. Metody uczenia dorosłych osób z niepełnosprawnością intelektualną

Technologie informacyjno-komunikacyjne (ICT) przyniosły głębokie zmiany w naszym świecie oraz w naszych wzajemnych relacjach. Telewizja, telefony komórkowe i korzystanie z Internetu otworzyły nowe perspektywy komunikacji, spędzania wolnego czasu i sposobów edukacji w naszym coraz bardziej zglobalizowanym świecie. Jako takie, nowe technologie znacznie ułatwiły wymianę informacji między osobami, a tym samym przyczyniły się do zniesienia dystansu i barier fizycznych (Gutiérrez i Martorell, 2010). Połączenie nowych technologii z umiejętnościami dydaktycznymi może odegrać rewolucyjną rolę w edukacji osób z niepełnosprawnością intelektualną.

Edukacja dorosłych z niepełnosprawnością intelektualną powinna opierać się na kilku zasadach, które ułatwią działania edukacyjne (Özen, 2018).

- Trenerzy powinni słuchać osób z niepełnosprawnością intelektualną, zachęcać do wyrażania własnego zdania, a także pozostawać w kontakcie z rodziną osoby dorosłej z niepełnosprawnością intelektualną, aby uzyskać pełen obraz sytuacji edukacyjnej i społecznej;
- Trenerzy powinni zadawać pytania w sposób jasny, klarowny używając prostego języka i upewniając się, że wszystkie użyte zwroty są zrozumiałe dla słuchaczy.
- Przygotowane materiały powinny uwzględniać dysfunkcje występujące w grupie – inaczej przygotowuje się materiały,



gdy w grupie są osoby niewidome lub niedowidzące, inaczej, gdy są osoby niesłyszące.

### **Wspieranie dorosłych z niepełnosprawnością intelektualną**

Dorośli z niepełnosprawnością intelektualną mogą uzyskać różne rodzaje wsparcia w zależności od ich sytuacji (Diken i Sucuoğlu, 1999). Ogólnie możemy mówić o 4 systemach wsparcia. To są:

1. Naturalne (zwykłe) wsparcie: jest to wsparcie przyjaciół w pracy lub przyjaciół w szkole;
2. Wsparcie przypadkowe (losowe): wsparcie udzielane okazjonalnie np. w formie zaproszenia na wydarzenie;
3. Wsparcie ogólne: wsparcie za pośrednictwem usług świadczonych wszystkim (transport publiczny itp.)
4. Wsparcie specjalne: obejmuje usługi takie jak terapia zajęciowa i rehabilitacja zawodowa.

Należy pamiętać, że dorośli z niepełnosprawnością intelektualną nie zawsze potrzebują wsparcia. Klasyfikacji można dokonać według czasu, kiedy potrzebują wsparcia:

- osoby, które potrzebują incydentalnego wsparcia - otrzymują jedynie krótkoterminowe świadczenia w okresie przejściowym;
- osoby potrzebujące ograniczonego wsparcia – mają one stałe potrzeby w zakresie pomocy przez pewien czas - np. w celu uzyskania wsparcia podczas przejścia do życia zawodowego;
- osoby, które potrzebują kompleksowego wsparcia, potrzebują pomocy w długoterminowych i specyficznych warunkach - np. regularne wsparcie w placówce lub w domu;
- osoby, które potrzebują powszechnego wsparcia, potrzebują wsparcia przez całe życie.

Gdy konieczna jest stała, intensywna pomoc w różnych warunkach, należy zapewnić odpowiednio liczniejszy personel.



## **Środowiska edukacyjne i programy nauczania dla osób dorosłych z niepełnosprawnością intelektualną**

W przypadku osób z niepełnosprawnością intelektualną głównym celem programów edukacyjnych jest wyposażenie tych osób w umiejętności niezbędne do przygotowania ich do niezależnego życia w społeczeństwie. Niezależne życie zapewniają umiejętności, które można pogrupować w kilka kategorii:

- dbanie o siebie i swój rozwój;
- życie domowe i społeczne;
- praca zawodowa;
- czas wolny;
- korzystanie z transportu.

### **Metodologia**

Edukacja dorosłych z niepełnosprawnością intelektualną powinna koncentrować się na treningu umiejętności. Należy pamiętać o **powtarzaniu nabytych umiejętności lub wiedzy**, a w przypadku edukacji IT – musi ona koniecznie opierać się o praktyczne ćwiczenia.

Zalecenia dla trenerów:

- stosowane metody nie różnią się znacząco od metod stosowanych w kształceniu osób bez niepełnosprawności, ale należy przeznaczyć na nauczanie i powtórki dużo więcej czasu;
- u osób z niepełnosprawnością intelektualną konieczne jest skupienie się na umiejętnościach funkcjonalnych;
- w czasie zajęć z komputerami lub sprzętem mobilnym należy zapewnić odpowiednią liczbę osób wspierających – ich rolą będzie czuwanie nad prawidłowym przebiegiem zajęć praktycznych – gdy jeden trener prowadzi zajęcia i wydaje polecenia, pozostałe osoby pomagają tym ze słuchaczy, którzy



w danym momencie nie radzą sobie ze sprzętem bądź aplikacją;

- wykorzystane materiały powinny być stworzone w tekście łatwym do czytania i zrozumienia (<https://easy-to-read.eu/european-standards/>);
- wszystko, co jest wyświetlane powinno być też głośno odczytane.



Metoda BYOD – Bring Your Own Device – polega na korzystaniu z własnych urządzeń mobilnych, które są dostępne w codziennym życiu - w tym przypadku urządzeń wykorzystywanych przez dorosłe osoby z niepełnosprawnością intelektualną. Aby móc korzystać z przydatnych aplikacji mobilnych, osoby z niepełnosprawnością intelektualną powinny mieć dostęp do internetu.

### **Jakie urządzenie mobilne można wziąć pod uwagę?**

Przede wszystkim można używać każdego smartfona z dostępem do internetu. Zgodnie z doświadczeniem i obserwacją partnerów projektu, bardzo wiele dorosłych osób z niepełnosprawnością intelektualną posiada swój smartfon. Większość z nich korzysta ze smartfonu tylko po to, aby utrzymywać kontakt z rodziną, wykonując połączenia.

Kolejnym dość użytecznym i powszechnym urządzeniem są tablety. Tablety mając zazwyczaj większe ekrany, są wygodniejsze podczas robienia zdjęć, nagrywania filmów, grania. Są wygodniejsze w użyciu do komunikacji przy pomocy alternatywnych sposobów komunikacji (AAC - Alternative and Augmentative Communication).

W niektórych przypadkach, bardzo przydatnym urządzeniem jest smartwatch. Inteligentny zegarek to przenośne urządzenie noszone na nadgarstku. Smartwatche – podobnie jak smartfony – mają dotykowe ekrany, oferują aplikacje oraz często rejestrują tętno. Czasami są wyposażone w GPS. Często mogą być wykorzystywane/używane do bezpośredniej komunikacji z innymi osobami, np. we wsparciu danej



osoby. Smartwatch, kiedy jest połączony ze smartfonem działa jako urządzenie mobilne. Oba urządzenia są połączone przez Bluetooth.

### Konfiguracja urządzenia

Aby jak najlepiej wykorzystać urządzenie, należy je najpierw przygotować (Pinola, 2014). Należy podkreślić, że metoda BYOD rozszerza korzystanie ze smartfona – od roli telefonu do wykonywania połączeń do urządzenia używanego w wielu sytuacjach życia codziennego.

Urządzenie musi mieć dostęp do internetu. Podczas zajęć najlepiej mieć Wi-Fi. W innych przypadkach, każdy uczestnik powinien mieć swój internet (np. podczas ćwiczenia aplikacji do poruszania się w otoczeniu, na zewnątrz). Jednak przed rozpoczęciem zajęć, trenerzy powinni poinformować osoby wspierane o takiej potrzebie, tak aby mieć pewność, że każdy zdaje sobie z kosztów jakie mogą być poniesione.

Większość aplikacji mobilnych można pobrać z Google Play (w przypadku systemu operacyjnego Android) lub AppStore (w przypadku iOS). Aplikacje w tych sklepach są zwykle bezpieczne – są sprawdzone i kontrolowane. Aby móc z nich korzystać, użytkownik musi mieć konto Google lub Apple. W przypadku konta Google nie jest konieczne posiadanie konta Gmail. Konto Gmail ułatwi jednak korzystanie z aplikacji. **Jeśli dorosła osoba z niepełnosprawnością intelektualną posiada konto Google, rekomenduje się sprawdzenie czy użytkownik wprowadził dane karty bankowej. Na rynku są pewne aplikacje, które po wstępnych formalnościach, pobierają pieniądze bez wyraźnej zgody użytkownika.**

Korzystanie z aplikacji mobilnych zwykle wymaga uprzedniego stworzenia konta. Niektóre aplikacje umożliwiają logowanie za pomocą konta Google lub Facebook. Użytkownik musi być naprawdę ostrożny i używać tych metod logowania tylko w dobrze znanych aplikacjach. W przeciwnym razie niektóre niepotrzebne informacje mogą być



opublikowane na tablicy lub profilu użytkownika. Bezpieczniejszym rozwiązaniem jest stworzenie odrębnego konta. Najlepszym rozwiązaniem jest podanie dobrze znanego, ale oficjalnego adresu e-mail jako loginu. Internauci mają do zapamiętania wiele haseł, co jest prawie niewykonalne. Dlatego powszechną dobrą praktyką jest dostarczanie opcji przypominania hasła. Korzystanie z tej opcji jest dość łatwe i szybkie. Jedynym warunkiem jest zapamiętanie loginu.

### **Jak zapewnić dostępność**

Dostępność technologii informatycznych odnosi się do dostępności systemu komputerowego dla wszystkich osób, niezależnie od rodzaju i zakresu niepełnosprawności. Zapewnienie dostępności dla wszystkich rodzajów niepełnosprawności jest niezwykle trudnym i kosztownym zadaniem. W wielu przypadkach łatwiej jest przygotować urządzenie lub aplikację bezpośrednio dla użytkownika lub grupy użytkowników, mając na uwadze rodzaj niepełnosprawności.

Wszystkie wymagania dotyczące dostępności dla wszystkich rodzajów niepełnosprawności są zebrane w Wytycznych dotyczących dostępności w sieci – <https://www.w3.org/WAI/standards-guidelines/wcag/>

Inclusion Europe – organizacja parasolowa dla europejskich organizacji i instytucji wspierających osoby z niepełnosprawnością intelektualną prowadzi serwis związany z kwestiami dostępności - <http://www.inclusion-europe.eu/accessibility/>.

Marie Piggot, była przewodnicząca Inclusion Europe stwierdziła że „Nowe technologie, które mają aplikacje wspomagające mogą być nieocenione dla osób z niepełnosprawnością poznawczą, jeśli są wykorzystywane do wspierania autonomii, dostępu do informacji, nauki, komunikacji, relacji osobistych, złożonych decyzji i codziennych transakcji” (Funka, 2019).





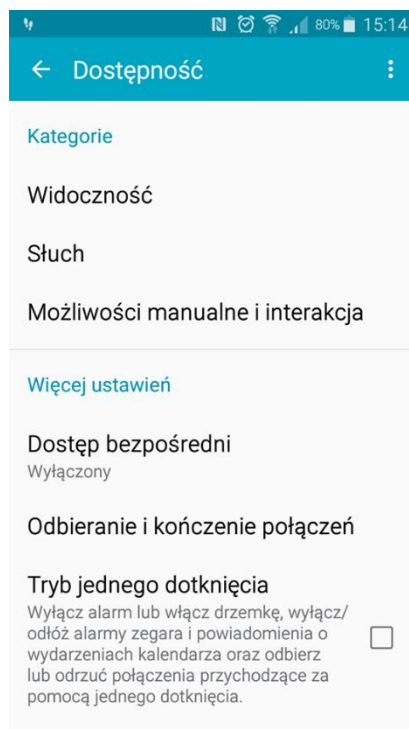


Rys. 1 Tablet

Z technicznego punktu widzenia smartfony i tablety (rys. 1) są znacznie bardziej dostępne niż konwencjonalne komputery, takie jak notebooki. Dzięki ekranom dotykowym wskazanie elementów lub wykonanie niezbędnych operacji może być zrealizowane w dość łatwy i naturalny sposób.

Możliwe problemy z uderzeniem w wybrany obszar ekranu, przewijaniem lub przeciąganiem można rozwiązać, powiększając obrazy lub wyposażając użytkownika we wskaźnik pióra. W przypadku poważniejszej fizycznej niepełnosprawności mogą być rozważone inne sprzęty. Możliwe jest wyposażenie smartfona lub tabletu w joystick USB.

Każdy smartfon i tablet ma tę opcję w menu Ustawienia, w podmenu Dostępność (Rys. 2).



Rys. 2 Opcje dostępności (zrzut ekranu)

Dzięki tym opcjom użytkownik lub osoba wspierająca może dostosować smartfon do potrzeb osoby z niepełnosprawnością. Między innymi użytkownik może znaleźć tak zwane narzędzie „TalkBack”, dzięki któremu każdy element na ekranie jest głośno odczytywany. Tutaj zawarte są ustawienia czcionek, kolorów, dźwięków, gestów itp. Na przykład dla osób, które nie potrafią czytać, ale słyszą, w ustawieniach smartfona dozwolone jest czytanie nazwy kontaktu lub numeru połączenia przychodzącego lub wiadomości a nawet czytanie całych wiadomości.

Oprócz dostępności sprzętowej sieć powinna być również dostępna. Dostępność w sieci realizowana jest za pośrednictwem dostępnych stron internetowych i aplikacji. Nauczyciel lub trener proponujący lub chcący korzystać z dowolnej aplikacji lub portalu internetowego powinien najpierw sprawdzić jego dostępność. Nie trzeba sprawdzać czy oprogramowanie spełnia wszystkie wymagania dostępności ale tylko te odpowiednie dla użytkowników.

### **Bezpieczeństwo użytkowników urządzeń mobilnych**

Bezpieczeństwo użytkownika z niepełnosprawnością intelektualną powinno być przedmiotem szczególnego zainteresowania. Nauczyciel, trener lub osoba wspierająca powinna dołożyć starań aby stworzyć bezpieczne środowisko dla użytkownika.



Bezpieczne środowisko obejmuje:



Rys. 3 Ochraniacz na telefon komórkowy

- Urządzenie chronione przed upadkiem, uderzeniem lub zarysowaniem. W tym przypadku można zastosować obudowę pancerną (wytrzymała obudowa) i szkło hartowane (rys. 3).

- Oprogramowanie zabezpieczające telefon lub tablet. Na każdym urządzeniu mobilnym należy zainstalować aplikację antywirusową. Wiele naprawdę dobrych programów antywirusowych ma swoje bezpłatne wersje – ograniczone ale wystarczające na potrzeby przeciętnego użytkownika.
- Aby móc znaleźć zgubiony smartfon, dobrze jest zdefiniować konto, w przypadku Androida - konto Google. Jeśli użytkownik z niepełnosprawnością intelektualną potrafi zapamiętać hasło, powinien zabezpieczyć nim smartfona. Hasła mogą być różne – składać się z liczb lub gestów. Jeśli ta operacja jest trudna dla użytkownika, można rozważyć smartfona z opcją odblokowywania za pomocą oczu lub odcisku palca.
- Zachowanie bezpieczeństwa. Każdy użytkownik urządzenia mobilnego, zwłaszcza użytkownicy z niepełnosprawnością intelektualną powinni być przeszkoleni w zakresie bezpieczeństwa. Takie szkolenia powinny być powtarzane, a główne zasady powinny być przypominane podczas każdego zajęcia z wykorzystaniem sprzętu mobilnego. Wiele źródeł można znaleźć na stronach internetowych. Szczególnie zalecana jest baza danych z zasadami bezpieczeństwa, którą można znaleźć tutaj:



<http://besafe-project.eu/en/database/>. W bazie danych można znaleźć zasady napisane w języku angielskim, czeskim, francuskim, łotewskim, macedońskim, polskim i portugalskim. Niektóre zasady są skierowane do nauczycieli, terapeutów lub rodziców, podczas gdy inne są skierowane dla osób z niepełnosprawnością intelektualną. Te są przygotowane w tekście łatwym do czytania i zrozumienia lub jako filmy.

Nauczyciele i trenerzy powinni zachęcać dorosłe osoby z niepełnosprawnością intelektualną do korzystania ze swojego urządzenia mobilnego nie tylko do dzwonienia ale także jako źródło wiedzy, jako narzędzie do zabawy i oczywiście jako narzędzie w pracy. Osoby wspierające powinny zapewnić odpowiednią dostępność i bezpieczeństwo.



## 6. Telefony i smartfony

W ostatnich latach doświadczyliśmy wielkiego postępu technologicznego w krótkim czasie. Wprowadzono wiele innowacji: od Internetu, przez inteligentny telefon komórkowy, aż po media społecznościowe. Technologia wkroczyła nawet w najdrobniejsze aspekty codziennego życia (Muer, 2015).

Wielokrotnie wykazano, że technologia może poprawić życie osób z niepełnosprawnością intelektualną. Technologia wpłynęła na wiele osób w tej populacji, od osób z niepełnosprawnością intelektualną, które dobrze funkcjonują, po osoby z poważną i złożoną niepełnosprawnością, które wymagają bardzo specjalistycznego wsparcia. Połączenie technologii z kształceniem i szkoleniem dowiodło, że technologia pozytywnie wpływa na życie osób z niepełnosprawnością intelektualną pod wieloma względami. Ze względu na swoją wszechstronność technologia może zaspokoić fizyczne, psychiczne i społeczne potrzeby osób z niepełnosprawnością intelektualną (Lancioni, Sigafos, O'Reilly i Singh, 2013).

Technologię mobilną i korzystanie z niej przez osoby z niepełnosprawnością intelektualną uznano za ważny temat, ponieważ osoby takie przy wsparciu nowych technologii bardziej niż kiedykolwiek angażują się w życie społeczne. Osoby z niepełnosprawnością intelektualną powinny intensywnie korzystać z technologii mobilnych, bo dzięki temu zwiększa się ich udział w życiu społeczności, co nie tylko



przynosi korzyści ich życiu, ale także większe możliwości edukacji i rozwoju. (Muer, 2015).

### Systemy operacyjne

Mobilny system operacyjny, zwany także mobilnym OS, to system operacyjny zaprojektowany specjalnie do pracy na urządzeniach mobilnych, takich jak telefony komórkowe, smartfony, urządzenia PDA, tablety i inne urządzenia przenośne (Muer, 2015). System operacyjny pozwala nam komunikować się ze sprzętem. Dzięki systemowi smartfon „wie” co zrobić, gdy klikniemy ikonkę bądź wykonamy jakiś gest na ekranie dotykowym. Istnieje wiele modeli smartfonów. Smartfony są produkowane przez wszystkich głównych producentów telefonów: Apple, Samsung, LG, HTC, Nokia, Sony Ericsson, Motorola i innych. Istnieje jednak kilka typowych funkcji w smartfonach i jeśli opanujesz jakąś na jednym telefonie, powinieneś być w stanie wykonać ją na innych. Istnieją dwa główne systemy operacyjne na smartfonach:

- 1. Android** jest najpopularniejszym systemem operacyjnym na telefony komórkowe. Jest zainstalowany w setkach modeli telefonów od kilkudziesięciu producentów. Aby uruchomić aplikację lub uruchomić funkcję telefonu, użytkownik albo powinien kliknąć w ikonę na ekranie albo nacisnąć przycisk sprzętowy z boku. Większość telefonów z Androidem jest dostosowywana przez ich producenta, więc telefon, powiedzmy, Samsunga nie jest dokładnie taki sam jak telefon HTC. W rezultacie telefony z Androidem są do siebie podobne, ale nie identyczne. Różne modele smartfonów są również fabrycznie wyposażone w różne aplikacje.
- 2. Apple iOS** jest dostępny na Apple iPhone i jest to ten sam system, który jest używany na Apple iPad. Jest to bardzo prosty system - użytkownik po prostu dotyka ikony, aby uruchomić określoną funkcję telefonu lub aplikację.



## Jak używać smartfona

Smartfony służą do wykonywania połączeń telefonicznych i wysyłania wiadomości tekstowych, ale mogą być również używane do uzyskiwania dostępu do Internetu i sprawdzania wiadomości e-mail, wyszukiwania w Internecie i wielu innych.

Różnica między każdym ze smartfonów polega na tym, że mają one inny system operacyjny opracowany przez innego producenta. Użytkownik może używać palców do sterowania ekranem dotykowym swojego telefonu lub może używać ołówkowego urządzenia zwanego rysikiem, co ułatwia korzystanie z niego.

## Przyciski na smartfonie

Gniazdo słuchawek: użytkownik może tutaj włożyć wtyczkę słuchawek

Przycisk usypiania / budzenia: ten przycisk wyłącza i włącza ekran. Wyłączy także telefon, gdy użytkownik przytrzyma go przez 5 sekund; aby ponownie włączyć telefon, użytkownik naciska i przytrzymuje ten przycisk przez 5 sekund.

Regulacja głośności: pozwala przejąć kontrolę nad głośnością urządzenia - zamiast być przez nią kontrolowanym! Regulacja głośności jest niezwykle łatwa w użyciu. Jeśli nie możesz usłyszeć, jak telefon dzwoni w hałaśliwym otoczeniu lub gdy rozmowy są zbyt głośne, możesz zmienić głośność za pomocą klawiszy głośności z boku telefonu.

Przycisk Home: Naciśnięcie tego przycisku w dowolnym momencie spowoduje wyjście z tego, co użytkownik robi i powrót do ekranu głównego.

## Przewijanie ekranu telefonu lub aplikacji

Smartfon jest wyposażony w wiele wstępnie zainstalowanych aplikacji. Aby uzyskać do nich dostęp, użytkownik musi nacisnąć ikonę aplikacji, z której chce korzystać. Na przykład, aby ustawić alarm, użytkownik



szuka aplikacji zegara i klika w nią, aby zrobić zdjęcie, szuka aplikacji aparatu i klika. Aby wyświetlić wszystkie zrobione zdjęcia, użytkownik naciska aplikację Galeria.

Wszystkie aplikacje mogą być zebrane na ekranie głównym. Aby w dowolnym momencie wrócić do ekranu głównego, użytkownik naciska przycisk Home. Czasem aplikacji jest tak dużo, że nie mieszczą się na jednym ekranie, więc użytkownik będzie musiał przewijać ekran do następnej strony aplikacji, aby zobaczyć kolejne. Użytkownik może w dowolnym momencie nacisnąć przycisk Home, aby wrócić do ekranu głównego.

## Klawiatura

Stuknij w miejscu, w którym chcesz pisać, a pojawi się klawiatura:

- Stuknij klawisz **Shift** (najczęściej strzałka w górę) aby włączyć wielką literę. Kliknij dwa razy, aby przełączyć klawiaturę w tryb pisania wielkimi literami na stałe.
- Stuknij klawisz **?123** (☺1#) by otrzymać klawiaturę numeryczną i symbole.
- Stuknij klawisz **Del** (☒) aby skasować napisany tekst.

## Dane komórkowe

Jeśli użytkownicy przez cały czas mają dostęp do Internetu w telefonie, oznacza to, że płacą za dane. Dozwolone są określone ilości danych miesięcznie. Standardowa kwota zależy od ceny abonamentu telefonicznego. Te limity danych są zwykle więcej niż wystarczające dla zwykłego użytkownika smartfona. Niektóre plany telefoniczne zawierają nieograniczoną ilość danych.

## Aplikacje korzystające z danych

Programy wykorzystujące najwięcej danych to wideo i audio, takie jak Spotify lub YouTube. Jeśli użytkownicy mają Wi-Fi w domu, mogą





połączyć się z Internetem przez Wi-Fi i zmniejszyć ilość danych, których używają w abonamencie telefonicznym.

### **Gdy nie ma internetu w abonamencie**

Jeśli użytkownik nie płaci za dane, może zalogować się do Wi-Fi, aby uzyskać dostęp do Internetu na swoim telefonie. Wi-Fi jest dostępny w wielu kawiarniach, budynkach użyteczności publicznej i w domach.

### **Dane internetowe w czasie podróży zagranicznej**

Jeśli ktoś wyjeżdża za granicę, powinien upewnić się, że wyłączył dane komórkowe w telefonie, aby nie dopuścić do naliczenia opłat roamingowych. Aby to zrobić, należy przejść do Ustawienia - Sieci bezprzewodowe i Sieci - Sieci komórkowe - dotknąć Dane włączone i upewnić się, że w polu nie ma zaznaczenia. Może się nieco różnić w zależności od telefonu. W razie wątpliwości można przejść do Google i wpisać nazwę swojego telefonu oraz „jak wyłączyć dane” i powinna znaleźć się odpowiedź.

### **Łączenie z Wi-Fi**

Wi-Fi (bezprzewodowy internet) umożliwia dostęp do Internetu bez korzystania z danych komórkowych. Jeśli jest w domu łączy się z siecią szerokopasmową, można także łączyć się za pośrednictwem tego sygnału internetowego, o ile na routerze lub modemie jest włączona emisja sygnału Wi-Fi.

- Aby podłączyć smartfon do Wi-Fi: stuknij ikonę Ustawienia
- Wybierz „Wi-Fi”

Użytkownik powinien sprawdzić, czy opcja Wi-Fi jest włączona, a następnie wybrać sieć Wi-Fi, z którą chce się połączyć, i wprowadzić hasło. Jeśli pojawia się komunikat „Połączono” pod nazwą sieci, oznacza to, że urządzenie jest połączone z Wi-Fi. W przypadku niektórych sieci Wi-Fi będą potrzebować hasła. Nazwa sieci bezprzewodowej i hasło są zapisane pod ich routerem (czarna skrzynka internetowa), a hasło



nazywa się zwykle: kluczem WEP lub kluczem bezprzewodowym. W miejscach publicznych Wi-Fi, takich jak biblioteki, hotele i kawiarnie, niektóre mogą wymagać hasła, a inne nie.

### E-mail

Użytkownicy mogą wysyłać i odbierać wiadomości e-mail bezpośrednio na swój smartfon. Jeśli mają konto Gmail, mogą użyć iść do App Store i pobrać aplikację Gmail na swój telefon. Można też pobrać aplikację pocztową i skonfigurować każde inne konto pocztowe.

### Aplikacje

Aplikacje to skróty, które pozwalają użytkownikowi uruchomić dowolną, zainstalowaną aplikację. Wiele różnych organizacji i firm ma własne aplikacje. Aby pobrać aplikację, użytkownik musi ją wyszukać w Sklepie Play. Muszą zalogować się do Sklepu Play przy użyciu swojego adresu Gmail. Jeśli nie mają adresu Gmail, muszą go utworzyć.

Istnieją setki różnych aplikacji. Za niektóre trzeba płacić, ale większość najpopularniejszych jest za darmo. Oto lista niektórych aplikacji, które mogą okazać się przydatne:

- Odtwarzacz RTE: oglądanie programów telewizyjnych i słuchanie audycji radiowych;
- WhatsApp: darmowe wiadomości do innych, którzy mają WhatsApp;
- Viber: darmowe wiadomości do innych, którzy mają Viber;
- Snapchat: pozwala użytkownikowi wysyłać i odbierać zdjęcia i filmy, które odbiorca widzi tylko przez 10 sekund.

Inne aplikacje

- Facebook,
- Twitter,



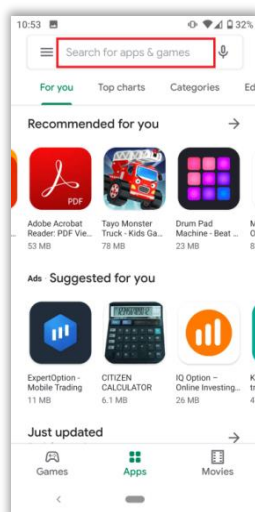
- YouTube,
- Skype - umożliwia wykonywanie bezpłatnych wideo-rozmów,
- Pinterest - serwis społecznościowy przeznaczony do kolekcjonowania i porządkowania zebranych zdjęć i filmów,
- Instagram – serwis społecznościowy do udostępniania zdjęć.

### Sklepy z aplikacjami mobilnymi

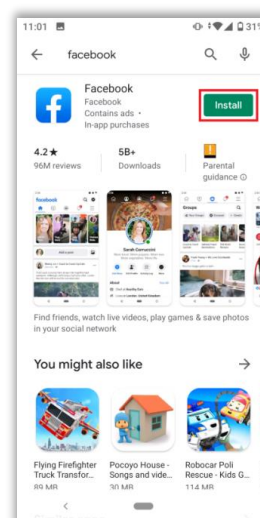
Google Play Store na Androida i Apple App Store na iOS to dwa największe kanały dystrybucji aplikacji mobilnych. Zasadniczo oba sklepy z aplikacjami mają na celu jak najłatwiejsze wprowadzenie aplikacji na rynek. W przypadku sklepów z aplikacjami ważne jest, aby oferować klientom szeroki wybór wysokiej jakości aplikacji. Aby to osiągnąć, sklepy z aplikacjami oferują wiele usług wspierających twórców aplikacji oraz weryfikują aplikacje.



Rys. 4 Ikona Google Play na ekranie startowym

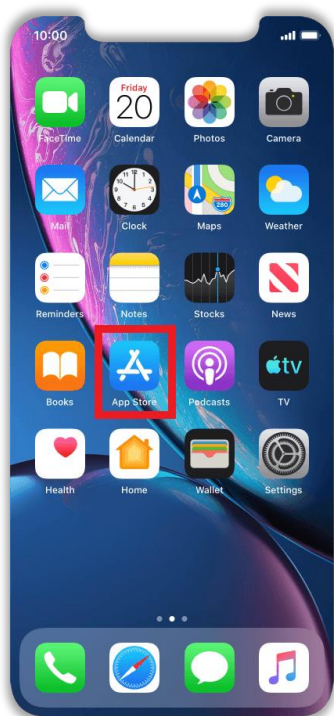


Rys. 5 Wyszukiwanie w Sklepie Play Google

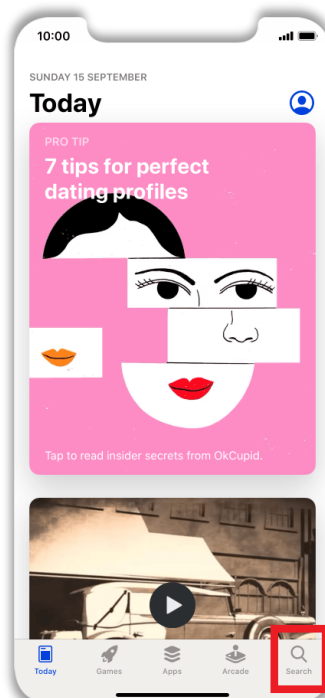


Rys. 6 Facebook gotowy do instalacji

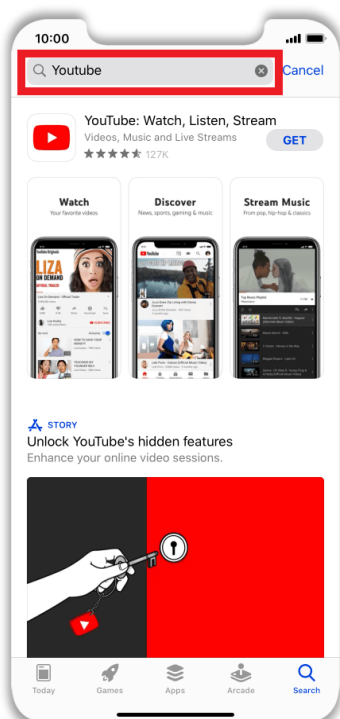




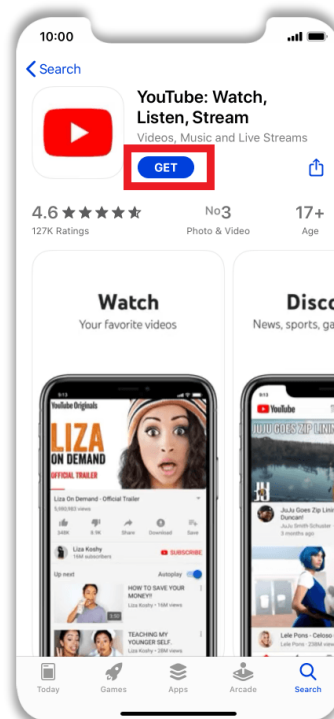
Rys. 7 App Store



Rys. 8 Wyszukiwanie w App Store



Rys. 9 Wynik wyszukiwania



Rys. 10 YouTube gotowy do zainstalowania



## Mechanizmy zamiany tekstu na mowę (TTS)

Text-to-speech (TTS) to rodzaj technologii wspomagającej, która odczytuje na głos cyfrowy tekst.

Jednym kliknięciem przycisku lub dotknięciem palca TTS może zapisywać słowa na komputerze lub innym urządzeniu cyfrowym i konwertować je na dźwięk. TTS jest bardzo pomocny dla osób z niepełnosprawnością intelektualną, które mają trudności z czytaniem. Ale może to również pomóc, gdy osoby z niepełnosprawnością intelektualną mają problemy z pisaniem i edycją czy koncentracją.

### Jak działa technologia TTS

TTS współpracuje z niemal każdym osobistym urządzeniem cyfrowym, w tym komputerami, smartfonami i tabletami. Wszystkie rodzaje plików tekstowych mogą być odczytywane na głos, w tym dokumenty Word. Na głos można czytać nawet strony internetowe.

Głos w synteźniku jest generowany komputerowo, a szybkość czytania można zwykle przyspieszyć lub spowolnić.

Wiele narzędzi TTS wyróżnia na ekranie słowa podczas ich odczytywania na głos. Dzięki temu osoby z niepełnosprawnością mogą zobaczyć tekst i jednocześnie go usłyszeć.

Niektóre narzędzia TTS mają również technologię zwaną optycznym rozpoznawaniem znaków (OCR). OCR pozwala narzędziom TTS na głośny odczyt tekstu z obrazów. Na przykład osoby z niepełnosprawnością intelektualną mogą zrobić zdjęcie znaku ulicy i zamienić słowa na znaku na dźwięk.

### Jak TTS może pomóc osobom z niepełnosprawnością intelektualną



Materiały drukowane na zajęcia - takie jak książki i materiały informacyjne - mogą stanowić przeszkodę dla osób z problemami w czytaniu. Wynika to z faktu, że niektóre osoby z niepełnosprawnością intelektualną mają trudności z odczytaniem i zrozumieniem drukowanych słów. Korzystanie z zapisu cyfrowego i TTS pomaga usunąć te bariery.

A ponieważ TTS pozwala osobom z niepełnosprawnością intelektualną zarówno widzieć, jak i słyszeć tekst podczas czytania, zapewnia on multisensoryczne doznania. Naukowcy odkryli, że połączenie czytania i słyszenia tekstu podczas czytania:

- poprawia rozpoznawanie słów,
- zwiększa zdolność do zwracania uwagi i zapamiętywania informacji podczas czytania,
- pozwala osobom z niepełnosprawnością intelektualną skupić się na zrozumieniu znaczenia słów
- pomaga osobom z niepełnosprawnością intelektualną rozpoznać i poprawić błędy we własnym tekście pisany.

Podobnie jak książki audio, TTS nie spowolni rozwoju osób z niepełnosprawnością.

### **Polecane programy TTS**

- Natural Reader;
- Snap & Read;
- Kurzweil 3000;
- TextHelp Odczyt i zapis;

Alternatywnie, większość komputerów i tabletów ma wbudowane oprogramowanie TTS; wystarczy sprawdzić ustawienia urządzenia w sekcji ułatwień dostępu, aby zapoznać się z oprogramowaniem TTS oferowanym w danym modelu urządzenia. (Cunningham i Harrison McNaughtan, 2018).



## Oprogramowanie mowa-na-tekst

Oprogramowanie konwersji mowy na tekst jest rodzajem oprogramowania, które skutecznie pobiera treści audio i przetwarza je na słowa zapisane w edytorze tekstu lub innym miejscu docelowym wyświetlania. Ten rodzaj oprogramowania do rozpoznawania mowy jest niezwykle cenny dla każdego, kto musi generować dużo treści pisanych bez konieczności ręcznego pisania. Jest także przydatny dla osób z niepełnosprawnością, które mają jakkolwiek utrudnione korzystanie z klawiatury.

Oprogramowanie do zamiany tekstu na mowę może być również znane jako oprogramowanie do rozpoznawania głosu.

### **Kilka przykładów mobilnych aplikacji zmiany mowy na tekst**

SpeechTexter to aplikacja syntezy mowy, która ma na celu nie tylko nagrywanie głosu do pliku tekstowego. Ta aplikacja została zaprojektowana specjalnie do pracy z mediami społecznościowymi, dzięki czemu zamiast wysyłać wiadomości, e-maile, tweety itp. można nagrywać własny głos bezpośrednio na stronach mediów społecznościowych. Istnieje również wiele pakietów językowych, które można pobrać do pracy offline.

Notatki głosowe to prosta aplikacja, której celem jest konwertowanie mowy na tekst w celu robienia notatek. Jest to nowość, ponieważ łączy w sobie technologię rozpoznawania mowy Google z prostą aplikacją do robienia notatek. Można kategoryzować notatki, ustawiać przypomnienia oraz odpowiednio importować / eksportować tekst.

ListNote Speech-to-Text Notes to kolejna aplikacja syntezy mowy, która korzysta z oprogramowania Google do rozpoznawania mowy, ale integruje ją z programem do notatek bardziej niż wiele innych aplikacji. Zapisane notatki tekstowe można przeszukiwać i można je importować / eksportować za pomocą innych aplikacji tekstowych. Dodatkowo



dostępna jest opcja ochrony hasłem, która szyfruje notatki po pierwszych 20 znakach, dzięki czemu można wyszukać początek notatki. Istnieje również funkcja organizatora notatek, wykorzystująca kategorię lub przypisany kolor. Aplikacja jest bezpłatna na Androida, ale zawiera reklamy.

iTranslate Translator to aplikacja syntezy mowy na iOS z tą różnicą, że koncentruje się na tłumaczeniu języków głosowych. Jego celem jest nie tylko tłumaczenie różnych języków, które słyszysz, na tekst w Twoim własnym języku, ale także tłumaczenie obrazów, takich jak zdjęcia znaków w obcym kraju i ich tłumaczenie.





- 1. Transport:** Mapy Google
- 2. Komunikatory internetowe:** WhatsApp Messenger
- 3. Komunikacja alternatywna:** TIM Be.Safe
- 4. Media Społecznościowe:** Facebook
- 5. Organizacja czasu:** Kalendarz Google
- 6. Narzędzia śledzące (GPS):** GeoCaching
- 7. Narzędzia wspomagające uczenie:** YouTube
- 8. Szukanie pracy:** Indeed Jobs
- 9. Rozwój umiejętności matematycznych:** Kalkulator Google
- 10. Finanse:** Money Manager
- 11. Komunikacja:** Gmail
- 12. Narzędzia wspomagające uczenie II:** Interaktywne prezentacje – włączanie uczestników w edukację
- 13. Organizacja czasu II:** Ustawianie budzika



## 1. Transport: Mapy Google

### **Wprowadzenie:**

Mapy Google (Google Maps) to internetowa system geograficzny opracowany przez Google. Oferuje on zdjęcia satelitarne, zdjęcia lotnicze, mapy ulic, 360° interaktywne panoramiczne widoki ulic (Street View), warunki ruchu drogowego w czasie rzeczywistym oraz planowanie tras dla podróży pieszych, samochodowych, rowerowych i lotniczych (w wersji beta, 2020 r.) lub transportu publicznego (zdj. 9).

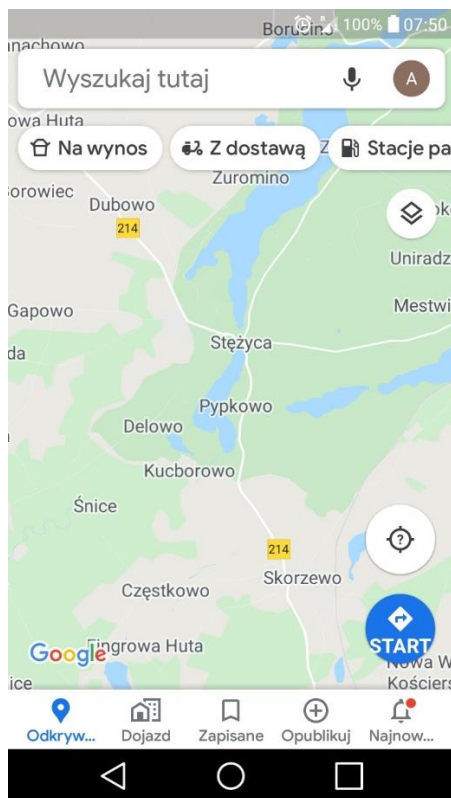
### **1) Cel zajęć:**

- 1) Pomoc uczestnikom zajęć w zapoznaniu się (lub bliższym zapoznaniu się) z aplikacjami transportowymi. W szczególności, będą oni uczyć się jak korzystać z Map Google w pracowni (lub gdy są w domu) i w drodze.
- 2) Umiejętność posłużenia się aplikacją w codziennych czynnościach, kiedy należy gdzieś dojechać, np. aby uczestniczyć w rozmowie kwalifikacyjnej o pracę.

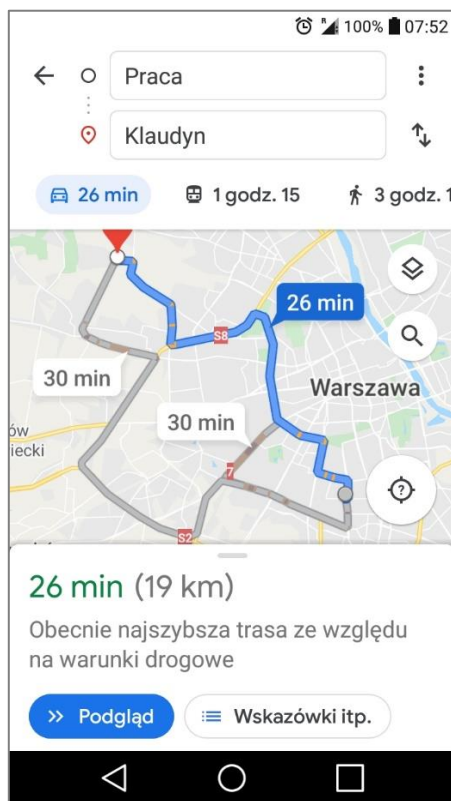
### **a) Wiedza:**

- Uczestnicy dowiedzą się jak zainstalować aplikację.
- Uczestnicy dowiedzą się jak rozpoznać, gdzie w danej chwili się znajdują.
- Uczestnicy dowiedzą się, jak dostać się z punktu A do punktu B używając transportu publicznego, jadąc samochodem lub idąc.





Rys. 11 Mapy Google



Rys. 12 Droga z punktu A do B



- Uczestnicy kursu dowiedzą się, jak udostępnić swoją lokalizację lub jak wiedzieć, gdzie jest ktoś inny

#### **a) Umiejętności:**

- Orientacja w przestrzeni.
- Ułatwienie myślenia i rozwiązywania problemów:
  - Wybór najwygodniejszych środków pod względem zarządzania finansami,
  - Wybór najbardziej odpowiedniej trasy pod względem zarządzania czasem,
  - Wybór najbardziej odpowiedniej trasy pod względem złożoności.
- Sekwencjonowanie (przechodzenie do przodu i do tyłu na stronach aplikacji).

#### **b) Wartości:**

- Świadomość, że uczestnicy kursu powinni dzielić się swoją lokalizacją tylko z kimś, komu ufają.
- Świadomość, że powinni dzielić się swoją lokalizacją tylko wtedy, gdy chcą to zrobić.
- Świadomość, że nie mogą zobowiązać kogoś do dzielenia się swoją lokalizacją.
- Świadomość, że powinni zużywać minimalną ilość danych.
- Świadomość, że aplikacja może okazać się niewiarygodna i dlatego użytkownicy muszą zawsze ufać swojemu rozumowaniu (swojej intuicji), na wypadek gdyby wydarzyło się coś szczególnego.

## **2) Czas trwania:**

- W pracowni: Niezbędne będzie, co najmniej 6 sesji, dla tych, którzy jeszcze nie znają programu. Czas trwania sesji w pracowni powinien wynosić 45 - 60 minut.



- W środowisku: Do nauki wykorzystywania programu w środowisku (w mieście, lokalizacji, we współpracy z innymi itp.) potrzebne będą co najmniej 4 sesje. Czas trwania sesji w środowisku powinien wynosić około 2 godzin. Uczestnicy powinni mieć możliwość powrotu na zajęcia, aby podsumować i ocenić swoje doświadczenia.
- Konieczne są 2 sesje w tygodniu, aby osoba nie zapomniała, czego się nauczyła.
- Po pierwszych dwóch zajęciach w pracowni, zajęcia w pracowni i w środowisku powinny odbywać się na przemian w ciągu tego samego tygodnia.

### **3) Materiały:**

#### **a) Sprzęt:**

- Mapy Google zainstalowane we wszystkich urządzeniach, które będą używane (telefonach komórkowych lub tabletach),
- Program Mentimeter zainstalowany we wszystkich urządzeniach, które będą wykorzystywane do głosowania,
- Flipchart i marker do szkolenia,
- Tablica i marker tablicowy do szkolenia,
- Tablica multimedialna,
- Kamera (opcjonalnie, aby móc zobaczyć, co wskazuje palec trenera) i projektor, do wyświetlania na ścianie tego, co robi trener,
- Połączenie Wi-Fi – w pracowni,
- Dane do wykorzystania w internecie (niezbędne do wykorzystania na zewnątrz),
- Bilet na publiczne środki transportu (podczas zajęć z Google Maps w otoczeniu),
- Drukarka, tusz i papier do drukowania map, itp.

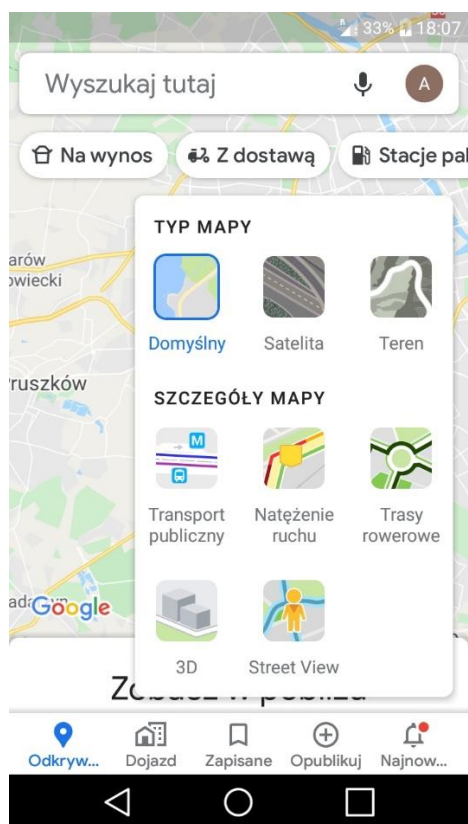


**b) Materiały, które powstaną na zajęciach:**

- Relacje wideo jak uczestnicy używają swoich urządzeń;
- Wydruki z mapami i użytecznymi informacjami mogą być przydatne dla niektórych uczestników.

**4) Metody pracy:**

- a) Trener przedstawi wykorzystanie aplikacji i pokaże na niej, gdzie znajdują się w danej chwili studenci (organizacja)
- b) Trener pokaże różne rodzaje map, które mogą być używane (domyślne, satelitarne, itp.) (rys. 13).



Rys. 13 Różne typy map

- c) Trener pokaże, jak uczestnicy zajęć mogą dojść do pobliskiej restauracji
- d) Każdy z uczestników odnajdzie trasę z organizacji do swojego domu i odwrotnie.
- e) Uczestnicy będą pracować w zespołach i decydować, gdzie chcieliby się udać i decydować, który z nich jest najszybszy -



najtańszy - najłatwiejszy sposób, by gdzieś się udać, którądy jest szybciej – najtaniej i która droga jest najłatwiejsza do dostania się w wybrane miejsce.

- f) Studenci będą mogli dzielić się swoją lokalizacją, przez określony czas.

### **Przebieg zajęć:**

- a) Przywitanie: Jeśli uczestnicy się nie znają, pozwól im przedstawić się, mówiąc przynajmniej swoje imiona i dlaczego są na zajęciach. Poinformuj o tym, jaki jest temat dzisiejszej lekcji – korzystanie z aplikacji transportowej. Wyjaśnij, czym są aplikacje transportowe.
- b) Omówienie działania urządzenia, programu i możliwych środków ostrożności: Weź pod uwagę wyżej wymienione wartości.
- c) Niezależne eksperymentowanie ze sprzętem / oprogramowaniem: Uczestnicy wykryją, gdzie aktualnie się znajdują, zdecydują, który wybór jest lepszy ze względu na ich potrzeby transportowe, udostępnią swoją lokalizację innym, użyją publicznych środków transportu w grupie, korzystając z urządzeń mobilnych
- d) Podsumowanie zajęć: Odbędzie po każdym zajęciach.
- e) Ocena zajęć/warsztatu
- Odbędzie się na koniec zajęć.
  - Wyjaśnij, co to jest ocena i do czego służy.
  - Powiedz: "Teraz ja zadam wam kilka pytań, a wy będziecie odpowiadać. Będziemy słuchać odpowiedzi wszystkich".
  - Pytania:
    - Czy Tobie podobała się aplikacja Google Maps?
    - Czy będziesz jej używać w swoim codziennym życiu?
    - Jak się teraz czujesz?
    - Czy uważasz, że pomoże ci to w znalezieniu lub utrzymaniu pracy?



- Użyj Smileyometer (Skala Likert z emotikonami) może być wygodnie wykorzystywana do zadawania pytań. Do wyboru jest skala 5 lub 3 emotikonek.



- Użyj programu Mentimeter (więcej na <https://www.mentimeter.com/>)





## 2. Komunikacja internetowa: WhatsApp Messenger

### **Wprowadzenie:**

WhatsApp Messenger jest aplikacją służącą do przesyłania wiadomości i głosu przez IP (VoIP) należącą do firmy Facebook. Pozwala ona użytkownikom na wysyłanie wiadomości tekstowych i głosowych, wykonywanie połączeń głosowych i wideo oraz udostępnianie obrazów, dokumentów, lokalizacji użytkowników i innych mediów.

Chociaż jest to bardzo użyteczne narzędzie, jego masowe użycie może być przytłaczające; liczba otrzymywanych memów, wiadomości, obrazów i rozmów może prowadzić do tego, że każda osoba (z niepełnosprawnością intelektualną lub bez niepełnosprawności intelektualnej) stanie się zdekoncentrowana i zdezorientowana.

### **1) Cel zajęć:**

Zapewnienie studentom umiejętności niezbędnych do instalacji, korzystania z aplikacji i zarządzania dokumentami lub elementami multimedialnymi, które mają być wysyłane lub odbierane za pośrednictwem aplikacji oraz informowanie ich o zagrożeniach z tym związanych i sposobach ich unikania lub postępowania z nimi.

### **2) Czas trwania:**

Trzy jednogodzinne sesje w celu omówienia wszystkich opcji aplikacji i jeszcze trzy godziny sesji praktycznych w grupach w celu wykorzystania zdobytej wiedzy w praktyce.

### **3) Materiały**

Uczestnicy muszą posiadać urządzenie mobilne z systemem IOS lub Android oraz dostęp do Internetu za pomocą danych lub wifi.

### **4) Metody pracy**

a) Poruszanie się po wszystkich funkcjach, które oferuje aplikacja.



- b) Wskazówki, które mogą być przydatne w zwykłym życiu, jak również w kontekście pracy.
- c) Ponieważ większość ludzi wie, jak korzystać z niektórych funkcji, grupa może pracować w parach osób z doświadczeniem i bez doświadczenia.

### **5) Przebieg zajęć:**

- a) Powitanie
- b) Cel sesji
- c) Lista cech charakterystycznych/funkcji
  - Instalacja aplikacji
  - Wyszukiwanie i dostęp do aplikacji ze swojego smartfonu
  - Jak zapisać kontakty do komunikowania się z nimi z aplikacji
  - Wysyłanie wiadomości tekstowych i głosowych
  - Wykonywanie połączeń audio lub wideo
  - Tworzenie i wysyłanie zdjęć i filmów, wykonanych z aplikacji lub smartfonu, z dostępem do bibliotek plików multimedialnych (Rysunek 7)
  - Udostępnianie swojej lokalizacji w chwili obecnej lub w czasie rzeczywistym
  - Nauka czytania otrzymanej lokalizacji
  - Udostępnianie dokumentów oraz otwieranie i zapisywanie otrzymanych dokumentów
  - Strojenie dźwięków i powiadomień
  - Formatowanie komunikatów
  - Komunikaty cytatowe
  - Tagowanie ludzi
  - Jak być prywatnym
  - Dodawanie skrótów do czatu
  - Połączenia głosowe IP



- Generowanie grup i lista dystrybucyjna
- Usuwanie wiadomości

### **Wskazówki dotyczące efektywnego wykorzystania WhatsApp**

- Wyciszenie rozmów grupowych
- Szukanie na czacie
- Wiadomości oznaczone gwiazdką
- Używanie WhatsApp jako menedżera listy
- Pamiętaj, gdzie zostawiasz swój rower
- Usuwanie obrazów i czyszczenie pamięci
- Zmień swój status i swoje zdjęcie
- Używaj programu WhatsApp w swoim komputerze
- Naucz się używać emotikonów

### **Ocena**

Pod koniec sesji, każdy uczestnik musi stworzyć grupę włączając do niej wszystkich pozostałych, a także listę dystrybucyjną i wykorzystać wszystkie elementy, które zostały pokazane.



### 3. Komunikacja alternatywna: TIM Be.Safe

#### **Wprowadzenie:**

Komunikacja alternatywna i augmentatywna proponuje wiele różnych sposobów komunikacji niewerbalnej. Metody te są przydatne dla osób z zaburzeniami mowy. Rozwój nowych technologii stworzył nowe możliwości alternatywnej komunikacji. TIM Be.Safe to aplikacja mobilna z komunikatorem piktogramowym. Została stworzona przez polską firmę DKK Development i rozszerzona o moduł bezpieczeństwa i zagrożeń internetu opracowanych w ramach projektu Be.Safe. TIM Be.Safe można znaleźć w sklepie Google Play. Aplikacja jest darmowa.

#### **TIM Be.Safe zawiera:**

- 1) Książka komunikacyjna - umożliwia komunikację za pomocą zdań z ułożonych z symboli. Symbole są odczytywane przez syntezytor mowy.
- 2) Komunikator - zawiera tablice z symbolami reprezentującymi całe zdania, wyrażającymi działania, sytuacje, potrzeby, lokalizację itp. Oprócz korzystania z syntezytora mowy osoba wspierająca może korzystać z opcji nagrywania wyrażeń.
- 3) Symbole podstawowe - aplikacja Tim Be.Safe zawiera bazę ponad tysiąca własnych symboli, która stale się powiększa. Symbole charakteryzują części mowy, tak ułożone zdanie dostosowuje formę symboli do zdania poprawnego językowo.

#### **4) Cel zajęć:**

- a) **Wiedza:** Zapoznanie uczestników z aplikacją TIM Be.Safe i alternatywną komunikacją
- b) **Umiejętności:** Nabycie umiejętności niezbędnych do korzystania z komunikatora AAC
- c) **Wartości:** Świadomość istnienia różnych sposobów komunikacji. Ci, którzy mogą mówić, mogą pomóc innym poznać TIM Be.Safe i



korzystać z niego. Ci, którzy nie mogą mówić, mogą spróbować go użyć lub poszukać podobnych aplikacji.

#### 5) **Czas trwania zajęć:**

45 – 60 minut

#### 6) **Materiały:**

- a) Smartphony lub tablety
- b) Flipchart, marker, karteczki samoprzylepne lub Mentimeter ([www.mentimeter.com](http://www.mentimeter.com), [www.menti.com](http://www.menti.com) – dla słuchaczy)
- c) Tablet lub smartfon nauczyciela podłączony do projektora lub tablicy multimedialnej
- d) Aplikacja TIM Be.Safe zainstalowana na sprzęcie uczestników zajęć

#### 7) **Metody pracy**

- a) dyskusja
- b) burza mózgów
- c) ćwiczenia z użyciem aplikacji na smartfonach lub tabletach


#### 8) **Przebieg zajęć**

- a) Przywitaj wszystkich uczestników. Jeśli się nie znają, pozwól im się przedstawić, podając przynajmniej swoje imiona. Poinformuj ich o temacie zajęć z danego dnia. Wyjaśnij, czym jest AAC (komunikacja alternatywna i wspomagająca).
- b) Powiedz: „Zacznijmy od małej dyskusji na temat komunikacji”. Zapytaj, czy wszyscy rozumieją słowo „komunikacja”. Jeśli nie - wyjaśnij.
- c) Teraz zapytaj wszystkich: „Jak się komunikujemy?” Jeśli korzystasz z Mentimeter’a, podaj uczestnikom liczbę quizów i pozwól im utworzyć chmurę tagów lub listę sposobów komunikacji. Jeśli używasz flipchartu lub tablicy - zapisz wszystkie pomysły. Zapytaj: „Jak komunikować się z osobami, które nie



mówią?”. Sprawdź z grupą, czy wspomniano już o jakichkolwiek sposobach. Zapytaj, czy mogą zaproponować dodatkowe sposoby. Jeśli tak, dodaj je do listy.

- d) Przedstaw aplikację TIM Be.Safe. Poproś wszystkich, aby go uruchomili. Wyjaśnij różnicę między „Księgą komunikacji” a „Komunikatorem”.

Księga komunikacji składa się z pojedynczych słów. Są one pogrupowane w kategorie. Użytkownik może budować zdania, wybierając słowa. Następnie po użyciu ikony  aplikacja przeczyta zdanie.

Komunikator składa się z gotowych zdań, zwrotów i słów. Aplikacja odczytuje go po odpowiednim kliknięciu. Zapoznaj się z niektórymi piktogramami z komunikatora.

Aby zapoznać użytkowników z aplikacją TIM Be.Safe podczas zajęć, zostanie użyta książka komunikacji.


- e) Tworzenie fraz i zdań

- i) Budowanie łatwych zdań

Poproś wszystkich uczestników o zbudowanie zdania: „Lubię babcię”.

Zróbcie to razem:

- Wybierz „I” z kategorii „Ludzie”.
- Wybierz „polub” z kategorii „Czasowniki”.
- Wybierz „Babcia” z kategorii „Ludzie”.
- Przeczytaj zdanie.

Poinformuj, że można usunąć ostatnie słowo, klikając ikonę 

Teraz poproś wszystkich o usunięcie wszystkich słów.

Poproś o utworzenie i przeczytanie zdania: „Lubię Facebooka”.



ii) Zdania z przymiotnikami

Stwórz razem zdanie „Jestem szczęśliwy”.

Zapytaj grupę, jakie są przeciwne emocje. Zbuduj zdanie „Jestem smutny”.

f) Wprowadzenie do projektu Be.Safe;

Wyjaśnij wszystkim:

Ta aplikacja została stworzona przez firmę i w podstawowej wersji jest płatna, ale twórcy współpracowali z partnerami projektu Be.Safe i stworzyli bezpłatną wersję - TIM Be.Safe. Głównym celem projektu Be.Safe jest nauczenie trenerów i dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie, jak radzić sobie z przestępczością internetową.

Tutaj opis projektu Be.Safe w łatwym do odczytania tekście można znaleźć: <http://besafe-project.eu/en/be-safe-project/> (pokaż go na projektorze lub płycie)

A to jest logo projektu Be.Safe:



W aplikacji TIM Be.Safe użytkownik może znaleźć wiele słów i zwrotów związanych z doświadczaniem zagrożeń internetowych i radzeniem sobie z nimi. W książce komunikacyjnej znajdziesz kategorie opisane logo Be.Safe. Tutaj użytkownik może znaleźć wyżej wspomniane piktogramy.



g) Korzystanie z TIM Be.Safe, aby poradzić sobie z problemami w Internecie

Teraz zapytaj uczestników: „Jakiego rodzaju niebezpiecznej sytuacji lub problemu napotkałeś podczas pracy w Internecie?” lub „O jakich zagrożeniach i problemach w Internecie słyszałeś?”

Poproś grupę o przejrzanie kategorii Be.Safe i znalezienie nazw zagrożeń internetowych.

Powinni znaleźć:

- mowa nienawiści
- znęcanie się
- wyśmiewanie
- nadużycie

Wyjaśnij z grupą znalezione słowa i wyrażenia.

Zapytaj grupę „Co powinniśmy zrobić, jeśli napotkamy niebezpieczną sytuację w Internecie?”. Zapisz podane rozwiązania. Poproś uczestników, aby szukali piktogramów pokazujących sposoby rozwiązywania problemów (wsparcie, rodzina, przyjaciele, policja, zgłaszanie się na policję itp.).

## 9) Podsumowanie zajęć

Powiedz: „Dzisiaj przedstawiono Ci aplikację TIM Be.Safe. Jak wykorzystujesz go w życiu codziennym? ”

Poprowadź dyskusję, aby uzyskać dwa sposoby korzystania z niej:

- Osoby, które nie mogą mówić, mogą używać go jako komunikacji na urządzeniu mobilnym;
- Osoby, które mogą mówić, mogą zaproponować to swoim znajomym lub współpracownikom, którzy nie mogą mówić, aby ułatwić komunikację;

## 10) Ewaluacja zajęć

Wyjaśnij, czym jest ewaluacja i po co jest przeprowadzana.

Powiedz: „Teraz zadam ci kilka pytań, a odpowiesz za pomocą aplikacji TIM Be.Safe. Wysłuchamy odpowiedzi wszystkich ”.

Pytania:





- Czy podoba Ci się aplikacja TIM Be.Safe?
- Czy będziesz go używać w życiu codziennym?
- Jak się teraz czujesz?

Dokonując oceny, sprawdź i pamiętaj, ile osób jest w stanie samodzielnie odpowiedzieć na pytania za pomocą TIM Be.Safe. Ponad 50% - to naprawdę dobry wynik.



## 4. Media społecznościowe: Facebook

### Wprowadzenie:

Portal społecznościowy, którego celem jest komunikacja i wymiana informacji z innymi ludźmi.

**1) Cel zajęć:** Rozpoznaje i komunikuje się z innymi za pomocą Facebooka.

#### a) Wiedza:

- Uczestnicy zajęć nauczą się jak poznawać innych na Facebooku
- Uczestnicy nauczą się dzielić zdjęciami
- Uczestnicy nauczą się znajdować innych

#### b) Umiejętności:

- Instalowanie aplikacji Facebook na własnym smartfonie
- Uzyskanie hasła do aplikacji na Facebooku

#### c) Wartości:

- Świadomość
- Planowanie
- Nauka znajdowania znajomego lub instytucji na Facebooku

### 2) Czas trwania:

W ramach tej kategorii odbędą się zajęcia indywidualne i grupowe. Wystarczą 4 sesje indywidualne i 2 grupowe. Każda sesja trwa 45 minut.

### 3) Materiały:

- smartfony lub tablety
- tablet lub notebook nauczyciela połączony z rzutnikiem

### 4) Metody pracy:

- a) Wykład
- b) Pokaz



- c) Praca indywidualna
- d) Praca w grupach
- e) Pokazy filmów

### **5) Przebieg zajęć:**

- a) Powitanie na zajęciach
- b) Informowanie grupy docelowej – krótka informacja o aktywności tego dnia. Pokaz krótkiego filmu o tematyce zajęć (Facebook), przeprowadzenie dyskusji na temat filmu. Pobranie aplikacji Facebook i zainstalowanie na smartfonach uczestników. Następnie uczestnicy proszeni są o otwarcie Facebooka. Ci, którzy mają konto na Facebooku proszeni są o zalogowanie się. Pozostali muszą założyć sobie profil. Porozmawiaj z grupą o tym do czego można wykorzystywać profil.
- c) Uczestnicy są proszeni o samodzielne znalezienie znajomego.

### **6) Podsumowanie zajęć:**

Uczestnicy omawiają popełnione błędy.

### **7) Ewaluacja**

Studenci otrzymują polecenia do wykonania. Na przykład, "Otwórzmy aplikację na Facebooku". Wykonanie zadań jest monitorowane, studenci, którzy popełnili błędy muszą zrobić ją ponownie. Proces jest powtarzany poprzez wykonywanie czynności wstecznych.



## 5. Organizacja czasu: Kalendarz Google

### **Wprowadzenie:**

Kalendarz Google to usługa zarządzania czasem i planowania kalendarza opracowana przez Google. Kalendarz Google pozwala użytkownikom na tworzenie i edycję zdarzeń. Przypomnienia mogą być włączone dla zdarzeń, z opcjami dostępnymi dla typu i czasu. Można również dodawać lokalizacje wydarzeń, a także zapraszać innych użytkowników na wydarzenia.

### **1) Cel zajęć:**

Celem tego warsztatu jest nauka tworzenia wydarzeń, zapamiętywanie terminów, spotkań, przypomnienie o zbliżających się zadaniach, aby zawsze wiedzieć, co dalej.

#### **a) Wiedza:**

Uczestnicy dowiedzą się, jak tworzyć i edytować własne wydarzenia. Jest to idealne narzędzie do zarządzania osobistym i profesjonalnym harmonogramem. Dowiedzą się również, jak zaplanować przypomnienia, aby pomóc im w zrobieniu czegoś. Poprzez powtarzanie lub uczenie się cyfr (1-31), liter i kolorów trener przygotuje uczestników do łatwego użycia tej aplikacji.

#### **b) Umiejętności:**

Podczas tego warsztatu będą rozwijane i przyswajane umiejętności, jak czytanie i pisanie danych kalendarzowych, rozpoznawanie liczb 1-31, liter i kolorów, rozwiązywanie problemów, praca zespołowa, umiejętności organizacyjne, zarządzanie czasem, umiejętności komunikacyjne itp.

#### **c) Wartości:**

Jedną z ważnych ról, jakie odgrywają kalendarze w naszej codziennej pracy, jest zwiększenie samodzielności i pomoc w osiągnięciu większej produktywności. Korzystanie z kalendarza pomaga nam w



tworzeniu i planowaniu rutynowych działań w naszych czasach. Inną ważną rolą, jaką kalendarze odgrywają w naszej codziennej pracy jest pomaganie nam w ustaleniu priorytetów, co powinno być zrobione w pierwszej kolejności. Bez ustalania priorytetów, co należy zrobić każdego dnia, dzięki nim możemy robić rzeczy we właściwej kolejności. Kalendarze odgrywają ważną rolę w naszej codziennej pracy, pomagając nam utrzymać się w pracy, a także być produktywnymi i wyznaczać priorytety. Wykorzystując je do planowania naszej codziennej pracy, możemy uniknąć rozpraszania uwagi i wrócić na właściwe tory w przypadku przerwania pracy. Wreszcie, kalendarze są ważne, aby pomóc nam zaplanować czas na zrobienie przerwy na odpoczynek. Badania wykazały, że ludzie, co jakiś czas potrzebują przerw, aby być produktywnymi i mieć więcej pracy.

## **2) Czas trwania:**

Jeden warsztat = 45-60 minut/ cykl: 3 warsztaty = 45-60 minut  
każdy

## **3) Materiały:**

- a) Smartfon podłączony do Internetu; własny lub dostarczony przez organizatorów warsztatów. Być może będziesz musiał podzielić się swoim smartfonem z innymi uczestnikami warsztatów;
- b) Karty z numerami, karton z dniami tygodnia;
- c) Aplikacja Google Calendar zainstalowana na urządzeniach użytkowników;
- d) Karty zadań dla każdej pary;
- e) Laptop nauczyciela podłączony do projektora;
- f) Flipchart, marker itp.

## **4) Metody pracy:**

- 1) burza mózgów



- 2) dyskusja
- 3) praca indywidualna i grupowa
- 4) ćwiczenia praktyczne
- 5) praca w parach

## **5. Przebieg zajęć**

### **a) Powitanie:**

Powitanie wszystkich uczestników. Następnie wszyscy uczestnicy przedstawiają się, wspólne ustalenie zasady, każdy uczestnik opowiada o swoich oczekiwaniach wobec warsztatów. Trener informuje uczestników, że tematem dzisiejszego warsztatu jest korzystanie z aplikacji Kalendarz Google (Google Calendar).

Czas trwania 10 minut

### **b) Burza mózgów**

Trener pyta uczestników, czy korzystali z kalendarza w życiu codziennym, a jeśli odpowiedź brzmi "tak", to w jaki sposób. Wszystkie pomysły zostaną zanotowane i zapisane na flipcharcie. Po sesji burzy mózgów pomysły zostaną skomentowane.

Czas trwania: 5 minut

### **c) Dyskusja**

Trener pokazuje karty z numerami i mówi uczestnikom, jakie mają numery. Potem każdy uczestnik indywidualnie powie jakie numery mają karty (od 1 do 31). Jeśli któryś z uczestników nie zna odpowiedzi, trener poprosi o pomoc innego uczestnika. Następnie trener pokaże ruletkę z nazwami dni tygodnia na kartonie. Gra nazywa się "Tygodniowa ruletka"! Trenerka, następnie przejdź do zadawania pytań:



- Jaki dziś jest dzień?
- Jaki dzień będzie jutro?
- Jaki dzień był wczoraj?
- Czy rozpoznajesz tę literę (wskazując pierwsze litery nazw dni tygodnia).  
Przeczytaj, co jest napisane tutaj.
- Jaki jest kolor na tym polu ruletki?



Dzięki tej grze, uczestnicy powinni skupić się na poznaniu idei "wczoraj" i "jutro", również używając "Tygodniowej ruletki" będą powtarzać kolory i litery.

Czas trwania: 20 minut

Jak przygotować koło ruletki:

[https://www.youtube.com/watch?v=x2\\_Edv000I0](https://www.youtube.com/watch?v=x2_Edv000I0)

#### d) Ćwiczenia praktyczne

Trener pokazuje uczestnikom wideo, jak tworzyć i edytować wydarzenia, ustawiać przypomnienia o zadaniach za pomocą aplikacji Kalendarz Google. Następnie każdy z uczestników otwiera aplikację Kalendarz Google na swoim smartfonie i ma zadanie do wykonania, np.:

- znaleźć wskazany dzień miesiąca;
- dodać nowe wydarzenie (np. urodziny przyjaciela);
- ustawić powiadomienie;
- skasować wydarzenie.

Czas trwania: 20 minut

#### e) Praca w grupach

Nauczyciel podzieli uczestników na pary. Każda para powinna stworzyć wydarzenie i ustawić przypomnienie o wydarzeniu w swojej aplikacji kalendarza Google. Każda para powinna używać



jednego smartfonu. Trener rozda parom wcześniej przygotowane różne zadania, które będą do wykonania w różnych terminach.

Czas trwania: 10 minut

### **6. Podsumowanie warsztatów:**

Po tym warsztacie, powinieneś obsługiwać aplikację Kalendarz Google bez obaw. Powinieneś teraz wiedzieć:

- Co to jest Kalendarz Google
- Jak tworzyć i edytować zdarzenia
- Jak ustawić przypomnienie o zdarzeniu
- W jakich sytuacjach możesz zastosować tę aplikację

### **7. Ocena**

Zapytamy wszystkich uczestników:

- czy warsztaty spełniły ich oczekiwania, osobiście i zawodowo?
- czy rozumieli trenera?
- co najbardziej podobało się im podczas warsztatu?
- co najmniej podobało się im w trakcie warsztatu?
- inne komentarze.





## 6. Narzędzia śledzące (GPS): GeoCaching

### Wprowadzenie:



Rys. 14 Zestaw do geocachingu

<https://simple.wikipedia.org/wiki/Geocaching>

- 1) GeoCaching to sport na świeżym powietrzu oparty na GPS (Global Positioning System). Gracze używają urządzenia mobilnego i innych technik nawigacyjnych do ukrywania lub szukania kontenerów, zwanych „skrzyniami” lub „skrzynkami”.
- 2) Jedną z głównych idei GeoCaching jest umieszczanie skrytek w interesujących, ale rzadko odwiedzanych przez turystów miejscach. W wykazie „skrzynek” podana jest informacja o tym, gdzie one się znajdują. W niektórych jest kilka drobnych upominków. Wymiana prezentów jest powszechna - użytkownik może wziąć coś, ale musi zostawić coś innego.

### 1) Cel zajęć:

- a) Wiedza: Jak korzystać z urządzeń mobilnych, żeby dostać się do konkretnego miejsca.



- b) Umiejętności: Użycie GPS (lokalizacji) w smartfonie tak, żeby dostać się w wybrane miejsce.
- c) Wartości: Zwiększanie niezależności i nauka swobodnego podróżowania w mieście lub w innym miejscu w okolicy zamieszkania.

## 2) Czas trwania:

- 60 – 90 minut

## 3) Materiały:

- a) Smartfony lub tablet z dostępem do GPS'a
- b) Laptop, tablet lub smartfon połączony z projektorem lub tablicą multimedialną.

## 4) Metody pracy:

- a) Interaktywna prezentacja
- b) Ćwiczenia praktyczne
- c) Gamifikacja (<https://pl.wikipedia.org/wiki/Grywalizacja>)

## 5) Przebieg zajęć

- a) Powitanie uczestników. Jeżeli uczestnicy nie znają się, pozwól im przedstawić się samodzielnie – przynajmniej własnym imieniem. Poinformuj, jaki jest temat zajęć. Poproś o włączenie tabletów lub smartfonów. Sprawdź czy wszyscy mają dostęp do internet, zainstalowany i włączony GPS
- b) Rozmowa na temat użyteczności map  
Wprowadzenie o mapach pokazujących różne miejsca, np.: plan placówki, plan miasta, mapa Polski itd.
- c) Pokaż mapę miasta, w którym jesteście (użyj do tego projektora).
- d) Opowiedz słuchaczom o GeoCaching – kilka ważnych informacji  
„To jest jak poszukiwanie skarbów. Używamy urządzenia mobilnego, czyli tableta lub telefonu i innych programów nawigacyjnych do ukrywania lub szukania miejsc, zwanych



„skrzyniami” lub „skrzynkami”  
(<https://pl.wikipedia.org/wiki/Geocaching>)

- e) Pokaż uczestnikom film o GeoCachingu (na przykład <https://www.youtube.com/watch?v=vuFiLhhCNww>)
- f) Razem z uczestnikami załóż darmowe konto Geocachingu <https://www.geocaching.com/play>
- g) Porozmawiaj o GPS – co to jest, po co i dlaczego jest używany.
- h) Pokaż GPS w twoim telefonie, tablecie (użyj projektora).
- i) Sprawdź czy uczestnicy mają GPS w swoich telefonach i czy wiedzą jak go włączyć.
- j) Jeżeli tak, przejdź do następnego punktu. Jeżeli nie pomóż uczestnikom włączyć GPS’y.
- k) Razem zalogujcie się do Geocachingu <https://www.geocaching.pl/>
- l) Wybierzcie skrzynkę, którą chcecie odnaleźć.
- m) Teraz, wyjdźcie z budynku i poszukajcie wybranej skrzynki!

## 6) Podsumowanie

Po zakończeniu każdej lekcji omów z uczestnikami kolejne kroki, które należy podjąć, aby znaleźć skrzynki. Ponownie przypomnij im o umiejętnościach, które mogą nabyć, grając w znajdowanie skrzynek (w tym możliwość korzystania z nowej aplikacji, nowego narzędzia do spędzania czasu z przyjaciółmi, lepszej znajomości okolicy, swobodnego i bardziej niezależnego ruchu itp.). Pokaż im, że aplikacja może pomóc w ciekawej organizacji czasu spędzanego z przyjaciółmi i rodziną. Pokaż, że mogą zaoferować zabawę całej rodzinie i zaskoczyć swoich bliskich swoim pomysłem.



Pamiętaj, że aplikacja wymaga aktywności fizycznej i nie wszystkie osoby będą chciały w niej uczestniczyć. Zachęcaj takie osoby i pokaż im przedmioty, które grupa znalazła lub może znaleźć w skrzynkach.

## 7) Ewaluacja

- Wyłumacz co to jest ewaluacja i po co jest przeprowadzana.
- Do przeprowadzenia ewaluacji użyj rysunków telefonów (każdy uczestnik powinien mieć 3 różne rysunki)



Rysunek 15 Ewaluacja z wykorzystaniem emotikonów

1. Pierwszy telefon ma wyświetloną wesołą buzię (To znaczy, lubię ten program – aplikację i będę z niej korzystał).
2. Drugi telefon ma wyświetloną smutną buzię (to znaczy – Nie rozumiem jak działa program I raczej nie będę go używał)
3. Na trzecim wyświetlaczy jest poważna buzia (to znaczy "Nie jestem tym zainteresowany")

Na zakończenie zajęć każdy uczestnik wybiera jeden rysunek i kładzie przed sobą. Podejdź do każdej osoby i spytaj o to, dlaczego wybrała taką buzię. Porozmawiajcie o tym.

Tu znajdziesz wszystko, co musisz wiedzieć o GeoCachingu zanim zaczniesz zajęcia:

<https://www.geocaching.pl/>

Youtube, kanał Geocaching Polska

<https://www.youtube.com/channel/UC4lhhuXQCVI9ImHdsPZ74vw>



## 7. Narzędzia dydaktyczne: YouTube

### **Wprowadzenie:**

YouTube to platforma, która pozwala użytkownikom na przesyłanie, przeglądanie, ocenianie, udostępnianie, dodawanie do playlist, raportowanie, komentowanie filmów i subskrybowanie innych użytkowników. Może być bardzo przydatna dla osoby szkolonej, ale także dla trenera, który może tworzyć instrukcje poprzez nagrywanie ekranów, tworzenie interaktywnych filmów, dodawanie napisów, itp.

### **1) Cel zajęć::**

- Korzystanie z YouTube jako narzędzia edukacyjnego.
- W miarę doskonalenia technologii, istnieje więcej sposobów pomocy osobom z trudnościami w nauce niż kiedykolwiek wcześniej. Wzrost popularności YouTube sprawił, że wykorzystanie krótkich filmików wideo podczas zajęć w klasach szkolnych stało się powszechnym narzędziem edukacyjnym. Lekcje wideo stają się doskonałym sposobem pomagania osobom niepełnosprawnym w nauce trudnych materiałów. Interaktywny charakter lekcji wideo daje uczestnikom szansę na naukę we własnym tempie, bez pozostawania w tyle. Celem tego warsztatu jest nauczenie się, jak najlepiej wdrożyć to narzędzie edukacyjne w czasie zajęć, a także jak uczestnicy postrzegają jego zastosowanie. Korzystanie z multimediiów w pracowniach nie jest zjawiskiem nowym. Jednak rodzaj używanych mediów i sposób ich wykorzystania zmienia się wraz z innowacjami technologicznymi. Strona internetowa "YouTube" jest jednym ze źródeł mediów społecznościowych, które w ciągu ostatnich pięciu lat zyskały na popularności, w tym w zakresie wykorzystania ich jako narzędzia edukacyjnego.

a) Wiedza:



- Zapoznanie uczestników z korzyściami płynącymi z korzystania z YouTube w klasie/pracowni



Rysunek 16 YouTube

b) Umiejętności:

- Ułatwianie myślenia i rozwiązywania problemów
- Inspirowanie i zachęcanie studentów
- Umożliwienie uczestnikom pracy we własnym tempie
- Wyzwalanie unikalnych i interesujących dyskusji wśród studentów

c) Wartości: Podnoszenie świadomości na temat korzyści płynących z korzystania z YouTube na zajęciach:

- Filmy są interesujące i wciągające
- Bogactwo zasobów
- Wizualne i dźwiękowe środki uczenia się
- Natychmiastowa i szybka informacja zwrotna
- Możliwość obserwowania w dowolnym miejscu i czasie
- Łatwy dostęp
- Aspekty interaktywne
- Lekcje wideo są bardzo przewidywalne

**2) Czas trwania:**



- Jeden warsztat = 40-45 minut / cykl: 3 warsztaty = 40-45 minut każdy

### **3) Materiały:**

- Smartfon podłączony do Internetu z aplikacją YouTube, flipchart, markery

### **4) Metody pracy:**

- Interaktywna prezentacja
- Praca w grupach
- Konwersacja

### **5) Przebieg zajęć:**

#### a) Powitanie:

Trener rozpocznie warsztat od wprowadzenia tematu

Następnie wszyscy uczestnicy przedstawiają się

Trener i uczestnicy ustalą wspólne zasady, a każdy z uczestników wypowie się na temat swoich oczekiwań wobec warsztatów.

Czas trwania: 20 minut

#### b) Burza mózgów:

Trener zapyta uczestników, jakie jest pierwsze skojarzenie związane ze słowem You Tube.

Wszystkie pomysły zostaną zanotowane przez trenera bez krytyki, a po sesji burzy mózgów, pomysły te zostaną ocenione.

Czas trwania: 5 minut

#### c) Prezentacja Powerpoint/Dyskusja

Trener przedstawi prezentację na temat YouTube, jak z niego korzystać i jakie są korzyści z jego wykorzystania na zajęciach.

Krótką dyskusją i wymianą doświadczeń

Czas trwania: 20 minut



d) Wyszukiwanie video

- Trener poda temat filmu
- Każdy uczestnik powinien poszukać filmu w swoim telefonie

Trener udzieli uczestnikowi następującej instrukcji:

1. Szukaj filmów nie dłuższych niż 10 minut - są one najbardziej idealne, ponieważ dłuższe filmy mogą sprawić, że studenci stracą uwagę i stracą i przegapią lekcję.
2. Przeszukaj kanały według tematów, aby znaleźć najbardziej odpowiednie filmy.
3. Zamiast robić ogólne wyszukiwanie, skoncentruj się na kanałach z wiarygodnych źródeł, ponieważ zaoszczędzi ci to dużo czasu na przechodzeniu przez śmieci.
4. Nie szukaj filmów, które zastąpią Twoje lekcje, ale zamiast tego szukaj filmów, które uzupełnią Twoje lekcje.

Czas trwania: 15 minut

e) Oglądanie video w grupach

Uczestnicy oglądają video.

Jeśli zajdzie taka potrzeba, trener pokaże film kilka razy, aby upewnić się, że wszyscy go rozumieją.

Czas trwania: 15 minut

f) Praca w grupach

Nauczyciel wcześniej przygotowuje pytania na podstawie wideo.

Podzieli uczestników na grupy 4 osobowe.

Każda grupa odpowie na pytania i przygotuje krótką prezentację.

Czas trwania: 20 minut

## 7. Podsumowanie warsztatu:

Trener rozpocznie dyskusję od podsumowania warsztatów:





Lekcje wideo mogą zaspokoić różne potrzeby uczestników na wiele sposobów, od zajęć edukacyjnych do wprowadzania treści.

Jest to szansa dla dorosłych z niepełnosprawnością intelektualną na wykazanie się zrozumieniem.

Ponadto umożliwia on trenerom sprawdzanie wyników i modyfikowanie planu lekcji z uwzględnieniem indywidualnych potrzeb.

Jest to narzędzie, z którego mogą korzystać zarówno nauczyciele, jak i rodzice i opiekunowie, aby pomóc osobom z niepełnosprawnością intelektualną w opanowaniu trudnych koncepcji akademickich.

Uczestnicy zostaną poproszeni o rozpoczęcie dyskusji i podzielenie się swoimi doświadczeniami.

Czas trwania: 10 minut

## **8. Ewaluacja:**

Trener zapyta każdego uczestnika:

- czy warsztaty spełniły ich oczekiwania, osobiście i zawodowo?
- czy rozumieli trenera?
- co najbardziej podobało się im podczas warsztatu?
- co najmniej podobało się im w trakcie warsztatu?
- inne komentarze.

Czas trwania: 15 minut



## 8. Poszukiwanie pracy: Indeed Jobs

**Wprowadzenie:** Indeed Jobs to związana z zatrudnieniem wyszukiwarka ofert pracy.

- W sieci znajdują się tysiące stron z ofertami pracy, ale najlepsze z nich mają proste w obsłudze narzędzia do wyszukiwania, które oferują tablicę ogłoszeń i wyszukiwarki ofert pracy.
- Indeed Jobs pozwala na przeszukiwanie wielu tablic ogłoszeń o pracę, stowarzyszeń i innych źródeł informacji o pracy.
- Użytkownicy mogą załadować życiorys i otrzymać spersonalizowany link do życiorysu, który można udostępnić współpracownikom i potencjalnym pracodawcom. Mogą oni wyszukiwać wynagrodzenia i trendy, a także korzystać z aplikacji do mobilnego poszukiwania pracy.
- Indeed.com wygląda i zachowuje się jak Google. Jest przyjazny dla użytkownika i łatwy w nawigacji. Agreguje oferty pracy z różnych źródeł, dzięki czemu oszczędza czas i wysiłek użytkownika.
- Zajęcia pokażą jak korzystać z niektórych funkcji strony internetowej w telefonie komórkowym.
- Filtry wyszukiwania pozwalają na przeglądanie potencjalnych ofert pracy według lokalizacji, słowa kluczowego, tytułu zawodowego, wynagrodzenia lub firmy.
- Ale przede wszystkim, Indeed Jobs może pomóc osobie poszukującej pracy na drodze do ustrukturyzowania swojego poszukiwania pracy.

### 1) Cel zajęć:

Na zakończenie zajęć uczestnik będzie mógł:

- utworzyć konto Indeed Jobs,



- wyszukać pracę po zapoznaniu się z procedurami filtrowania,
- stworzyć życiorys i list motywacyjny,
- załadować CV i list motywacyjny i usunąć je.

## **2) Czas trwania:**

- 2 całogodzinne sesje

## **3) Materiały:**

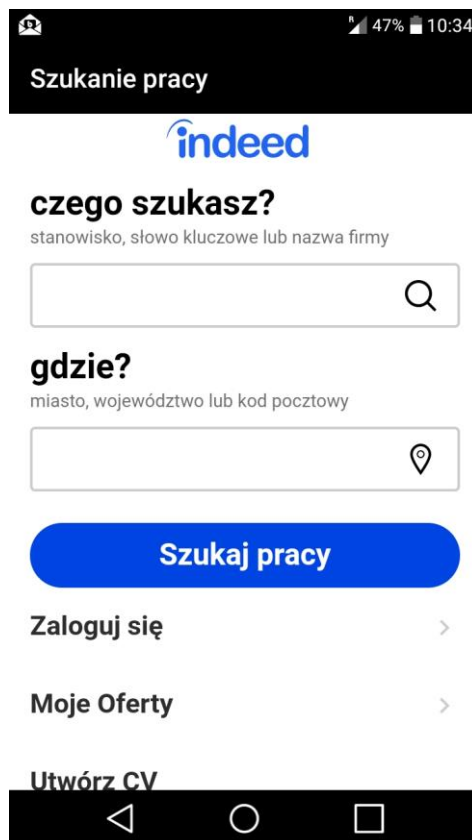
- Uczestnicy muszą posiadać urządzenie przenośne z systemem IOS lub Android (w miarę możliwości wygodny będzie laptop)
- Powinni przynieść krótkie, wcześniej przemyślane CV

## **4) Metody pracy:**

- Kurs będzie praktyczny
- Studenci muszą być w stanie przeprowadzić sensowne poszukiwania
- Jeśli to możliwe, użytkownicy muszą stworzyć swoje własne konto, napisać swoje CV zgodnie z rzeczywistą strukturą i przesłać je.
- Podczas części sesji będą pracować w parach o różnych zdolnościach, jeśli to możliwe, a następnie indywidualnie będą wypełniać swoje pliki



## Jak szukać w Indeed Jobs

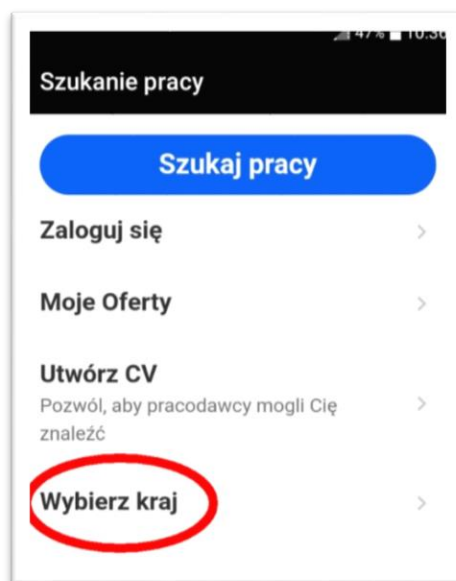


The screenshot shows the mobile app interface for finding jobs on Indeed. At the top, there is a status bar with a home icon, signal strength, 47% battery, and the time 10:34. Below that is a black header with a white home icon and the text "Szukanie pracy". The main content area has the Indeed logo in blue. Below the logo, the text "czego szukasz?" is displayed in bold, followed by the subtitle "stanowisko, słowo kluczowe lub nazwa firmy". There is a white search input field with a magnifying glass icon on the right. Below this, the text "gdzie?" is displayed in bold, followed by the subtitle "miasto, województwo lub kod pocztowy". There is a white location input field with a location pin icon on the right. Below the input fields is a prominent blue button with white text that says "Szukaj pracy". Underneath the button are three menu items: "Zaloguj się" with a right-pointing chevron, "Moje Oferty" with a right-pointing chevron, and "Utwórz CV". At the bottom of the screen is a black navigation bar with three white icons: a back arrow, a circle, and a square.

Rys. 16: Wyszukiwanie w Indeed Jobs

**Można wybrać dowolny kraj**

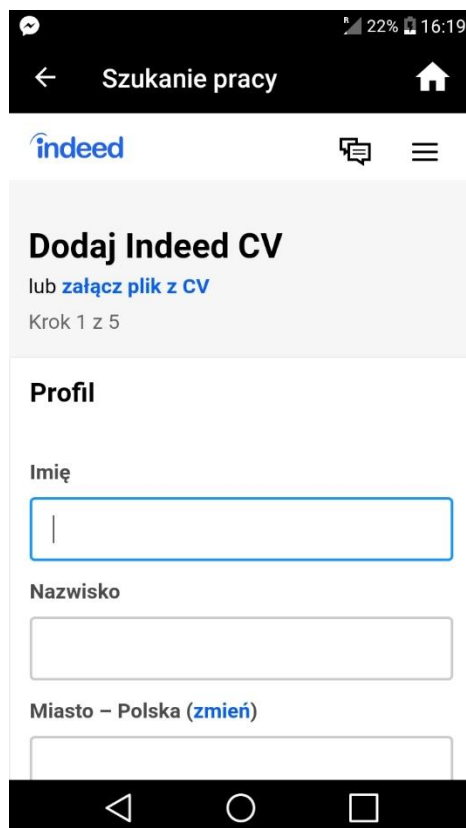




Rys. 17: Wybór kraju w Indeed Jobs

## Jak utworzyć CV

Indeed Jobs pomaga w tworzeniu CV.



Rys. 18: Rozpoczęcie pracy w Indeed Jobs



Podczas tworzenia życiorysu oferowane są porady, w zależności od kraju, pracy i doświadczenia.

Ponadto, dostępnych jest wiele formatów CV. Indeed Jobs oferuje także możliwość stworzenia listu motywacyjnego.

Na koniec zajęć każdy uczeń powinien mieć założone konto, stworzyć proste CV i przygotować list motywacyjny w celu załadowania go i usunięcia.



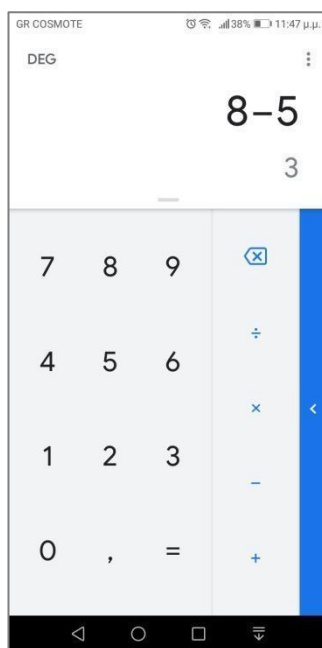
## 9. Rozwój umiejętności matematycznych: Kalkulator Google

### Wprowadzenie:

Kalkulator Google jest aplikacją służącą do wykonywania obliczeń, od podstawowej arytmetyki do skomplikowanej matematyki.

### 1) Cel zajęć:

- 1) Korzystanie z Kalkulatora Google w czasie zajęć - niektórzy uczestnicy zajęć mogli już z niego korzystać, np. gdy kupowali kilka rzeczy w supermarkecie i starali się upewnić, że produkty, które mają zamiar kupić, nie przekraczają określonej kwoty pieniędzy.
- 2) Jego użycie jest ważne w miejscu pracy, np.: gdy pracownik musi wiedzieć, ile papieru toaletowego potrzebuje w magazynie na swoją zmianę, gdy jest odpowiedzialny za utrzymanie czystości szatni w centrum fitness.



Rys. 19: Odejmowanie w kalkulatorze Google

- a) Wiedza:** Zapoznanie uczestników z korzyściami płynącymi z zastosowania kalkulatora w ich szkoleniu, aby stali się w przyszłości bardziej kompetentnymi pracownikami.



**a) Umiejętności:** Zapamiętywanie, czym jest dodawanie i odejmowanie, a następnie nauka korzystania z odpowiednich funkcji w telefonie komórkowym.

**b) Wartości:** ułatwione wykonywanie operacji matematycznych

## 2) Czas trwania:

3 sesje mogą być konieczne do stosowania dodawania i odejmowania. Mnożenie i dzielenie nie jest łatwe do wykorzystania przez osoby z niepełnosprawnością intelektualną, niemniej jednak niektóre osoby mogą je dobrze wykorzystać (zwłaszcza mnożenie). Kolejne 3 sesje będą konieczne do mnożenia i (ewentualnego) dzielenia.

## 3) Materiały:

**a) Sprzęt:**

- Kalkulator Google zainstalowany we wszystkich urządzeniach, które będą używane;
- Mentimeter zainstalowany we wszystkich urządzeniach, które będą wykorzystywane do głosowania;
- Flipchart i marker lub tablica i marker tablicowy;
- Kamera i projektor, do wyświetlania na ścianie tego, co trener robi i widzi w urządzeniu, z którego korzysta;
- Połączenie WiFi;
- Drukarka, papier.

**b) Materiały przygotowane w projekcie:**

- Filmy video ze studentami, którzy używają swoich urządzeń.

## 4) Metody pracy:

- Trener pokaże wykorzystanie aplikacji.
- Każdy ze słuchaczy użyje aplikacji do dodawania lub odejmowania liczb odpowiadających poszczególnym tematom (np. liczba





gramów cukru, którą należy użyć łącznie na przygotowanie określonej liczby cukierków)

- Studenci będą również pracować w zespołach

### 5) Przebieg zajęć:

- a) Jeśli uczestnicy zajęć nie znają się nawzajem, pozwól im przedstawić się, mówiąc przynajmniej swoje imiona i dlaczego są na zajęciach. Poinformuj, jaki jest temat dzisiejszych zajęć, korzystanie z kalkulatora. Wyjaśnij, czym jest kalkulator.
- b) Omówienie działania urządzenia, programu i możliwych środków bezpieczeństwa: Brak szczególnych środków bezpieczeństwa.
- c) Niezależne eksperymentowanie ze sprzętem/oprogramowaniem: Studenci będą korzystać z oprogramowania w celu ćwiczenia dodawania i odejmowania, a także mnożenia i dzielenia (w zakresie, w jakim potrafią zrozumieć te pojęcia).
- d) Podsumowanie zajęć: Odbývają się po każdych zajęciach.

### 6) Ewaluacja

- Odbędzie się na koniec zajęć.
- Wyjaśnij, co to jest ocena i do czego służy.
- Powiedz: "Teraz ja zadam wam kilka pytań, a wy odpowiecie. Będziemy słuchać każdej odpowiedzi".
- Pytania:
  - Czy tobie podoba się aplikacja kalendarz Google?
  - Czy będziesz używał jej w codziennym życiu?
  - Jak się teraz czujesz?
  - Czy uważasz, że ta aplikacja pomoże ci znaleźć lub utrzymać pracę?
- Użycie Smileyometer (Likert Scale z emotikonami) może być wygodne, żeby uzyskać szybkie odpowiedzi. Można użyć skali 3 lub 5 wyborów.





- Użyj Mentimeter (<https://www.mentimeter.com/>)



## 10. Finanse: Money Manager

### **Wprowadzenie:**

Zarządzanie pieniędzmi to proces zarządzania przychodami i wydatkami. Money Manager jest aplikacją, która może pomóc w tych działaniach.

### **1) Cel zajęć:** nauka obsługi aplikacji

#### **a) Wiedza:**

- Studenci/uczestnicy uczą się oszczędzać pieniądze;
- Obserwacja operacji na koncie bankowym.

#### **b) Umiejętności:**

- Zainstalowanie aplikacji Money Manager na własnym urządzeniu.

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.realbyteapps.moneymanagerfree>

- Korzystanie z aplikacji.

#### **c) Wartości:**

- Świadomość
- Planowanie
- Nauka koncepcji wzrostu i spadku

### **2) Czas trwania:**

W ramach tego zagadnienia odbędą się zajęcia indywidualne i grupowe. Wystarczą 4 sesje indywidualne i 2 grupowe. Każda sesja trwa 45 minut.

### **3) Materiały:**

- Urządzenia (np. smartfony)
- Zdjęcia pieniędzy

### **4) Metody pracy:**



- Wykład
- Gra
- Pokaz
- Praca indywidualna
- Praca grupowa
- Studium przypadku
- Pokaz filmów

### **5) Przebieg zajęć:**

- a. Powitanie na zajęciach
- b. Informowanie grupy docelowej – krótka informacja o aktywności tego dnia. Pokaz krótkiego filmu o tematyce zajęć (Money manager), przeprowadzenie dyskusji na temat filmu. Nauczyciel próbuje się dowiedzieć, czy studenci rozpoznają zdjęcia pieniędzy. Następnie prosi studentów, żeby wskazywali odpowiednie zdjęcia pieniędzy. Studenci otwierają Money Managera na swoich urządzeniach.
- c. Samodzielne eksperymentowanie ze sprzętem / oprogramowaniem: Studenci są proszeni o samodzielne wykonanie tej czynności.
- d. Podsumowanie zajęć: Zwrócenie uwagi, gdzie uczestnicy popełnili błędy.

### **6). Ewaluacja**



## 11. Komunikacja II: Gmail (scenariusz nie jest zawarty w broszurze ETR)

### **Wprowadzenie:**

Gmail jest darmową, internetową usługą poczty elektronicznej, która jest obecnie testowana w Google, zapewnia użytkownikom gigabajt pamięci na wiadomości i daje możliwość wyszukiwania konkretnych wiadomości. Program Gmail również automatycznie organizuje kolejno powiązane ze sobą wiadomości w jednym wątku konwersacyjnym.

### **1) Cel zajęć:**

Pokazanie, jak korzystać z niektórych funkcji Gmaila i sposobów, jak unikać niektórych niebezpieczeństw. Studenci nauczą się zakładać konto Gmail, wysyłać i odbierać e-maile, przenosić je do innych folderów, wybierać i sortować e-maile według ważności lub znaczenia dla użytkownika, itp.

### **2) Czas trwania**

3 jednogodzinne sesje

### **3) Materiały**

Uczestnicy muszą posiadać urządzenie mobilne z systemem IOS lub Android.

### **4) Metody pracy**

- poruszanie się po wszystkich funkcjach oferowanych przez aplikację
- wskazówki, które mogą być przydatne w zwykłym życiu, jak również w kontekście pracy.

### **5) Przebieg zajęć**



a) Powitanie

b) Cel sesji

- Serwis ten wyróżnia się prostym i zaawansowanym systemem wyszukiwania wiadomości tekstowych, takim jak zmiana języka, powiadomienie o urlopie, zmiana kolorów itp. Dodatkowo udostępnia mechanizm oznaczania wiadomości, który rozszerza możliwości tradycyjnych folderów.
- Interfejs Gmail jest teraz dostępny w czterdziestu językach.
- Filtry Gmail pozwalają na zarządzanie przepływem przychodzących wiadomości. Za pomocą filtrów można oznaczać, archiwizować, usuwać, zaznaczać i przekierowywać wiadomości e-mail automatycznie, a także zarządzać spamem.
- Funkcja filtrowania antyspamowego Gmaila ma kontroler systemu społecznościowego: gdy użytkownik Gmaila oznaczy wiadomość e-mail jako spam, ta akcja dostarcza informacji, które pomogą systemowi zidentyfikować podobne wiadomości dla wszystkich użytkowników Gmaila w przyszłości.
- Z usługi tej można korzystać z dowolnego urządzenia (tablet, telefon komórkowy, laptop, inteligentny zegarek itp.).

### **Ocena**

Pod koniec każdej sesji użytkownicy przeprowadzą praktyki dotyczące wysyłania e-maili, sortowania, usuwania itp. oraz będą wymieniać się doświadczeniami na temat wykorzystania i możliwości Gmaila.



## 12. Narzędzia dydaktyczne II: Interaktywne prezentacje – Zaangażowanie uczestników zajęć w proces uczenia się (scenariusz nie jest zawarty w broszurze ETR)

### **Wprowadzenie:**

Interaktywne prezentacje są doskonałym narzędziem do zaangażowania większej liczby uczestników w zajęcia lub warsztaty. Podstawowa zasada to takie przygotowanie prezentacji przez trenera, żeby znalazły się w niej pytania, quizy, stwierdzenia do oceny. Następnie trener przedstawia prezentację uczestnikom – podaje im specjalny adres www i identyfikator prezentacji - tak, aby umożliwić interakcję.

Istnieje wiele różnych sposobów przygotowania/wykorzystania interaktywnych slajdów lub quizów. Niektóre z nich zostaną przedstawione w tym scenariuszu z propozycjami użycia. Niemniej jednak głównym celem tej części podręcznika jest poinformowanie nauczycieli o możliwościach i umożliwienie im korzystania z tego narzędzia w pracy, zgodnie z ich potrzebami i kreatywnością. W scenariuszu można znaleźć wskazówki, jak przygotować prezentację lub quiz i jak z niej korzystać podczas zajęć.

Moduły aplikacji dla nauczycieli są w języku angielskim. Slajdy i quizy dla uczestników można tworzyć z wykorzystaniem większości języków. Trener przygotowuje treść w wybranym języku.

W scenariuszu zostaną przedstawione dwie aplikacje. Obie są darmowe w wąskim ale użytecznym zakresie.

### **1) Cel zajęć:**

- a) Wiedza, która będzie zdobyta: Zapoznanie nauczycieli i uczestników zajęć z interaktywnymi prezentacjami.
- b) Umiejętności: wykorzystanie programów Mentimeter i Kahoot



- c) Wartości: Wprowadzanie na zajęciach i warsztatach elementów grywalizacji.

## **2) Czas:**

30 - 45 minut

## **3) Materiały:**

- a) Smartfony lub tablety z dostępem do internetu oraz przeglądarki internetowej.
- b) Mentimeter ([www.mentimeter.com](http://www.mentimeter.com), [www.menti.com](http://www.menti.com) – dla użytkowników), Kahoot ([www.kahoot.com](http://www.kahoot.com) [kahoot.it](http://kahoot.it) – dla użytkowników)
- c) Laptop dla nauczyciela, tablet lub smartfon podłączony do projektora lub tablicy multimedialnej

## **4) Metody pracy:**

- a) Interaktywne prezentacje
- b) gamifikacja

## **5) Przebieg zajęć**

- a) Powitanie uczestników. Jeżeli osoby nie znają się, pozwól im przedstawić się samodzielnie przynajmniej mówiąc swoje imiona. Poinformuj uczestników jaki jest temat zajęć. Spytaj czy mają włączone tablety i smartfony, upewnij się, że mają dostęp do internetu.
- b) Przygotuj prezentację przed zajęciami. Podczas pierwszej najłatwiejszej prezentacji trener zapyta uczestników, kto kiedykolwiek korzystał z programu Mentimeter.

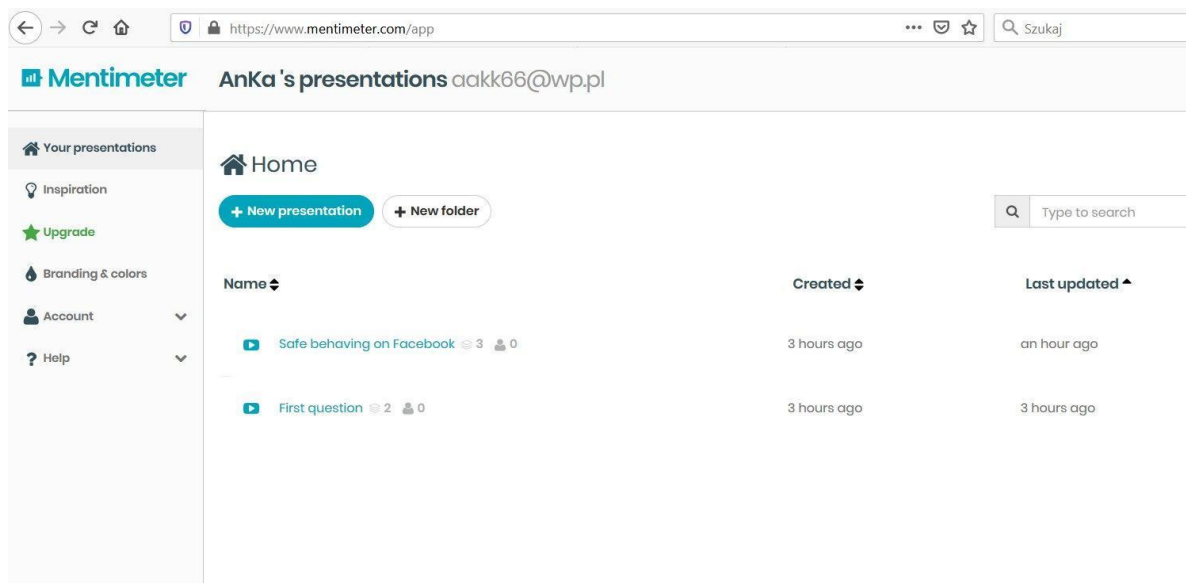
W przeglądarce internetowej otwórz [www.mentimeter.com](http://www.mentimeter.com)

Jeżeli nie masz jeszcze konta, zarejestruj się. Zaloguj się do aplikacji.

Przejdiesz do strony głównej (Rysunek 23).







Rys. 20: Strona główna Mentimeter

Znajdź przycisk „+ Nowa prezentacja” i kliknij.

Po nazwaniu prezentacji następnym krokiem jest wybranie rodzaju pytania. Skupmy się na dwóch bardzo podobnych i najpopularniejszych: wielokrotnym wyborze i wyborze obrazu. Oba są oparte na tej samej zasadzie - jest pytanie i kilka odpowiedzi, użytkownik wybiera jedno. W przypadku wyboru obrazu - odpowiedź jest wzbogacona o zdjęcie. Istnieje kilka zdjęć i plików GIF, które można wykorzystać, ale każdy może dodać własny obraz.

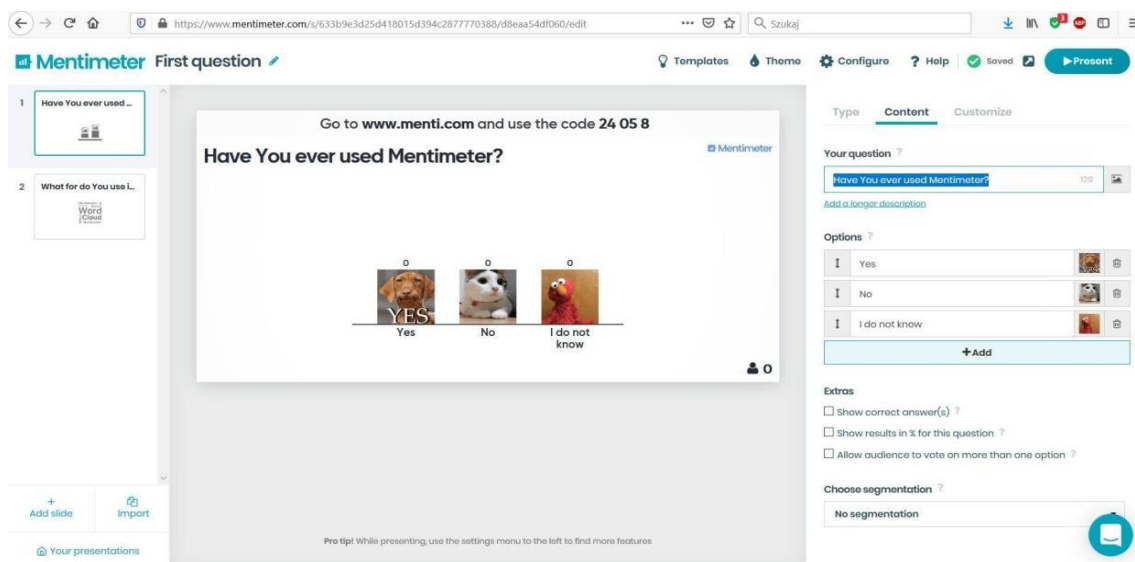
Pojawi się pytanie:

Czy kiedykolwiek używałeś programu Mentimeter?

Są trzy możliwe odpowiedzi: Tak, Nie, Nie wiem.

Zdjęcia są wybierane z zestawu GIF dostarczanego przez Mentimeter. W polu wyszukiwania możesz wpisać np. „Tak”, otrzymasz odpowiednie zdjęcia (rysunek 24).





Rys. 21: „Tak”, „Nie” i „Nie wiem” dostępne odpowiedzi.

Slajdy są zapisywane automatycznie.

W pierwszej prezentacji przygotuj jeden slajd więcej. W wersji bezpłatnej użytkownik może dodać tylko dwa slajdy do prezentacji. Liczba prezentacji nie jest ograniczona.

Wybierz więc „Dodaj slajd” w lewym dolnym rogu.

Nowy slajd zachęci uczestników do wspólnego tworzenia chmury tagów skoncentrowanych na ich aktywności w Internecie.

Proszę, wpisz pytanie: „Po co używasz internetu?”

Pozwól każdemu uczestnikowi dać maksymalnie 3 odpowiedzi (wybierz odpowiednią liczbę w polu „Pozycje dla wyborców”).

Teraz prezentacja jest gotowa do użycia z uczestnikami. Podłącz urządzenie do projektora.

Kliknij pierwszy slajd, a następnie wybierz „Present” w prawym górnym rogu.

Na ekranie pokaże się slajd z informacją z adresem strony o dla użytkowników z ich adresami i identyfikatorem prezentacji. Poproś uczestników, aby otworzyli przeglądarkę na swoich sprzętach,



wprowadzili adres [www.menti.com](http://www.menti.com) i wstawili numer do wyświetlonego prostokąta. Poproś o odpowiedzi i obserwuj ekran z wynikami.

Po zakończeniu głosowania, możesz krótko je skomentować i przejdź do następnego ekranu.

Poproś uczestników, żeby napisali propozycje i obserwowali wyniki.

Żeby wrócić do ekranu z przygotowaną prezentacją -- użyj koła zębatego i wybierz „Home”.

c) Teraz czas na quiz. W Mentimeter możesz także włączyć opcję pokazywania najszybszych użytkowników.

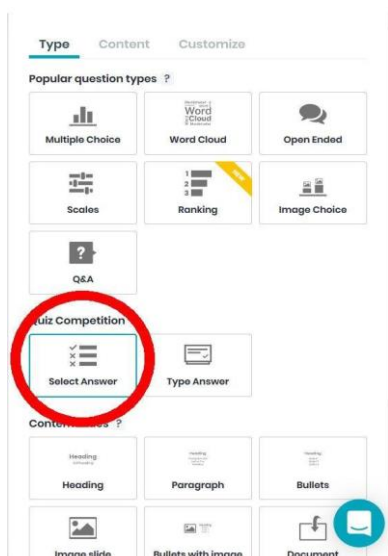
- Przed zajęciami – przygotuj prezentację z quiz'em.
- Zaprezentujemy krótką scenę na slajdzie i zadajmy trzy pytania.
- Wybierz przycisk “New presentation”.
- Jako typ slajdu wybierz “Paragraph” I napisz tutaj:
- W polu “Your heading”: Sprawdźmy swoją wiedzę na temat bezpieczeństwa w internecie.
- W polu “Paragraph” napisz tekst:

Dodałeś nieznanego o imieniu Bob do znajomych na Facebooku. Dzień później poprosił cię o przesłanie mu hasła do Facebooka.

Co wtedy zrobisz?

- Dodaj nowy slajd i wybierz “Choose answer” (rysunek 25) wśród “Quiz competitions” wybierz typy slajdów. Wypełnij treść:





Rys. 22: Dodawanie odpowiedzi

**Twoje pytanie:** Wymagania dotyczące hasła. Co zrobisz?

Opcje:

- Wysyłam moje hasło przez Facebook Messenger
- Blokuję go i usuwam z grupy znajomych na Facebooku
- Odmawiam i wciąż mam go wśród znajomych na Facebooku

Pamiętaj, żeby zaznaczyć dobrą odpowiedź.

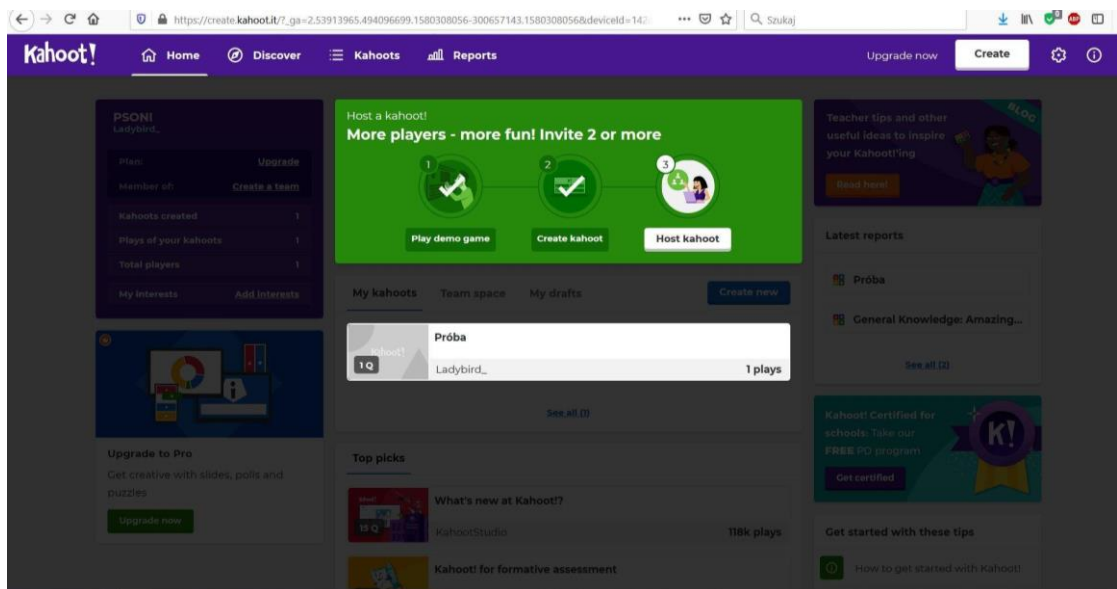
Quiz jest gotowy.

- Uruchom prezentację podczas zajęć. Poproś uczestników o użycie [www.menti.com](http://www.menti.com) i podaj im numer prezentacji.
- Obserwuj wyniki.
- Omówcie wyniki.



d) Quiz w Kahoot.

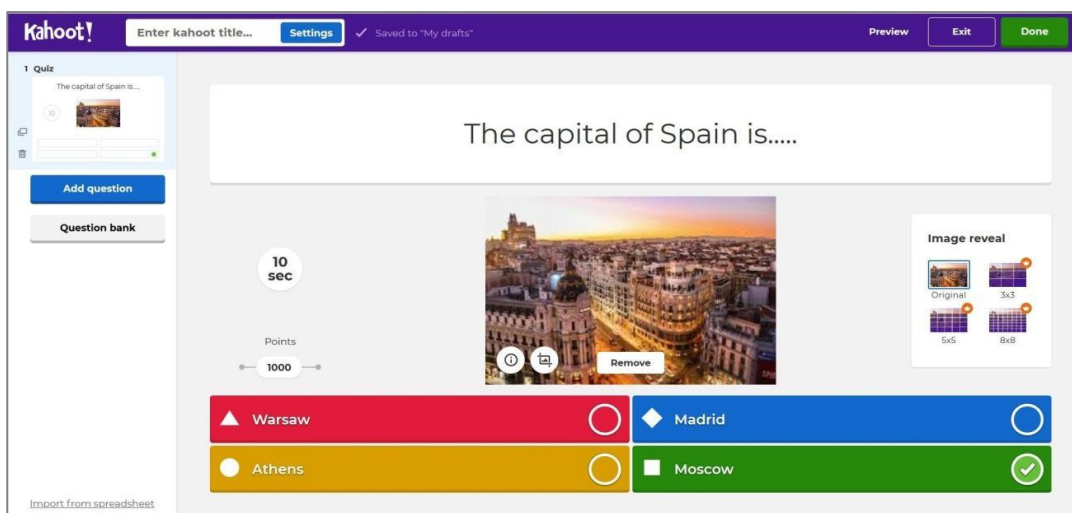
Kahoot to kolejna podobna aplikacja. W wersji darmowej możesz po prostu tworzyć proste quizy. W wersji płatnej daje wiele bardziej interesujących możliwości..



Rys. 23: Kahoot

- Przygotuj prosty quiz.
- Otwórz stronę [www.kahoot.com](http://www.kahoot.com)
- Zarejestruj się i zaloguj do Kahoot.
- Wybierz przycisk w prawym górnym rogu "Create".
- Nazwij swoją prezentację.
- Dodaj swoje pytanie, np:
- Stolicą Hiszpanii jest.....
- Jako odpowiedź napisz kilka nazw stolic. Pamiętaj, żeby zaznaczyć dobrą odpowiedź.
- Możesz dodać obraz, skrócić lub zwiększyć czas potrzebny na odpowiedź i zmienić liczbę punktów za odpowiedzi na pytanie.





Rys. 24: Możliwe wybory w Kahoot

- Możesz dodać kolejne pytania (do 5 w darmowej wersji) lub dwukrotnie kliknij „Done”.
- Na stronie z quizami Kahoot możesz zobaczyć na liście swój quiz.
- Podczas zajęć, połącz swój sprzęt z projektorem i uruchom Kahoot.
- Wybierz „Play”, typ Classic.
- Poproś grupę o uruchomienie przeglądarek, wprowadź adres kahoot.it
- Następnie pozwól im napisać numer quizu wyświetlanego na projektorze i kliknij „Enter”. Kolejne pytanie dotyczy tzw. nicka. Spytaj grupę, jaki mają nick i kliknij „OK, go”.
- Kiedy wszyscy uczestnicy są już podłączeni, wybierz „Start” i pozwól im odpowiadać.

#### e) Podsumowanie:

Powiedź: „Dzisiaj poznałeś niektóre interaktywne aplikacje. Jeżeli podobają się wam one, będziemy używać je podczas naszych zajęć. Czy możecie wymyśleć i zaproponować jakieś tematy,



pytania dla quizów?” Jeżeli chcesz możesz również przygotować tutaj interaktywne slajdy.

f) **Ewaluacja zajęć:**

- Wytłumacz grupie, co to jest ewaluacja i po co ją przeprowadzamy.
- Przygotuj slajd z emotikonami i pytaniem “Jak ci się podoba taki typ zajęć?” i uruchom prezentację.
- Porozmawiajcie o wynikach.



## 8. Bibliografia

- Age Action (2020, January). Retrieved from [https://www.ageaction.ie/sites/default/files/attachments/android\\_smartphone\\_handout.pdf?fbclid=IwAR237hk-hL8\\_K9QIFpP8L6EexChDuEqhzElfatu96lW1QJnmQCvSOVn9-M](https://www.ageaction.ie/sites/default/files/attachments/android_smartphone_handout.pdf?fbclid=IwAR237hk-hL8_K9QIFpP8L6EexChDuEqhzElfatu96lW1QJnmQCvSOVn9-M)
- American Association on Intellectual and Developmental Disabilities (2020, January 7). Retrieved from <https://www.aaintellectualdisability.org/intellectual-disability/definition>.
- Arnáiz, P. (1991). Habilidades psicomotoras básicas en el Síndrome Down. En I. Candel y A. Turpin (ED.) *Síndrome down: integración escolar y laboral*, (p. 118-141). Murcia: Assido
- Association for Real Change (2015). Creating an Ordinary Life: Active Support and Learning Disability. Retrieved from <https://arcuk.org.uk/activesupport/files/2015/05/CAOL-Project-Publication.pdf>
- Balajthy, E. (2005). Text-to-speech software for helping struggling readers. *Reading Online*, 8(4). Retrieved from [http://www.readingonline.org/articles/art\\_index.asp?HREF=balajthy2/index.html](http://www.readingonline.org/articles/art_index.asp?HREF=balajthy2/index.html)
- Bellver, F., Moll, B., Roselló, R., & Serra, F. (1993). Un recurso eficaz para la inserción sociolaboral de personas con minusvalía. Una experiencia en la isla de Mallorca. *Siglo Cero, Revista Española sobre Discapacidad Intelectual*, vol. 24(3), núm. 147. 15-





24. Bilder, R.M., Sabb, F.W., Parker, D.S., Kalar, D., Chu, W.W., Fox, J., Freimer, N.B. and Poldrack, R.A. (2009). Cognitive ontologies for neuropsychiatric phenomics research. *Cognitive Neuropsychiatry*, Vol. 14 Nos 4-5, (p. 419-50).

Bryant, B., Bryant, D., Seok, S., Ok, M. (2012). Individuals with intellectual and/or developmental disabilities use of Assistive Technology Devices in Support Provision. *Journal of Special Education Technology*. Vol. 27, Iss: 2.

Carey, A. C., Friedman, M. G., & Bryan, D. N. (2005). Use of electronic technologies by people with intellectual disabilities. *Mental Retardation*, 43(5), (p. 322–333).

Çiftçi Tekinarslan, İ. (2017). Özel Eğitim (Edt. İbrahim Halil Diken). Ankara: Pegem Publishing, Turkey.

Cunningham, T., Harrison McNaughtan (2018).

Deary, I.J. (2001). *Intelligence: A Very Short Introduction*. Oxford University Press, Oxford.

Diken, İ. H., Sucuoğlu, B. (1999). Comparison of the Attitudes of Intellectually Handicapped Children with and Without Intellectually Handicapped in the Classroom towards the Inclusion of Intellectually Handicapped Children. *Özel Eğitim Journal*. 2 (3). 25-39.

Douglas, K., Wojcik, B., & Thompson, J. R. (2012). Is There an App for That? *Journal of Special Education Technology*, 27(2), (p. 59-70).

Emerson, Eric & Hatton, Chris (2007). Mental health of children and adolescents with intellectual disabilities in Britain. *The British Journal of Psychiatry*, 191(6), (p. 493-499).



European Union (2018). Council Recommendation of 22 May 2018 on key competences for lifelong learning. *Official Journal of the European Union*, 2018/C 189/01.

Funka (2019). Three questions to Maureen Piggot. Retrieved from <https://www.funka.com/en/about-funka/news/en/three-questions-to-maureen-piggot/>

Gluck, S. (2014, May 21). Mild, Moderate, Severe Intellectual disability Differences, HealthyPlace. Retrieved on 2020, January 31 from <https://www.healthyplace.com/neurodevelopmental-disorders/intellectual-disability/mild-moderate-severe-intellectual-disability-differences>.

Gutiérrez, P. & Martorell, A. (2011). People with Intellectual disability and ICTs. *Comunicar*, Scientific Journal of Media Literacy; 36/18.173-180.

Güneysucu, J. (2016). Investigation Of Stress Levels And Destination Style According To Socio-Demographic Variables Of Fathers With Educable Intellectually Disabled Children. Maltepe University Institute of Social Sciences Master Thesis. Turkey.

Harris, J. C. (2006). Intellectual disability: Understanding its development, causes, classification, evaluation, and treatment. New York: Oxford University Press.

Holdnack, J.A., Zhou, X., Larrabee, G.J., Millis, S.R. & Salthouse, T.A. (2011). Confirmatory factor analysis of the WAIS-IV/WMS-IV, *Assessment*. Vol. 18 No. 2, 178-91. <https://doi.org/10.1177/1073191110393106>

Jeevanandam, L. (2009). Perspectives of Intellectual disability in Asia: Epidemiology, policy, and services for children and adults. *Current Opinion in Psychiatry*, 22, 462–468. DOI: 10.1097/yco.0b013e32832ec056



- King, B.H., Toth, K.E., Hodapp, R.M., & Dykens, E.M. (2009). Intellectual disability. In B.J. Sadock, V.A. Sadock, & P. Ruiz (Eds.). *Comprehensive textbook of psychiatry* (9th ed., pp. 3444–3474). Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.
- Lancioni, G., Sigafoos, J., O'Reilly, M., & Singh, N. (2013). Technology interventions for individuals with severe/profound and multiple disabilities. *Autism and Child Psychopathology*. New York: Springer Science & Business Media. doi: 10.1007/978-1-4614-4229-5\_1
- Maulik, P. K. & Harbour, C. K. (2010). Epidemiology of Intellectual disability. In J. H. Stone & M. Blouin (Eds.). *International Encyclopedia of Rehabilitation*. Buffalo, Center for International Rehabilitation Research Information and Exchange. Retrieved from <http://cirrie.buffalo.edu/encyclopedia/article.php?id=144&language=en>.
- Mayor, J. Suengas, A. & González, J. (1993). *Estrategias metacognitivas: Aprender a aprender y aprender a pensar*. Madrid: Síntesis.
- Mercadante, M. T., Evans-Lacko, S., & Paula, C. S. (2009). Perspectives of Intellectual disability in Latin American countries: Epidemiology, policy, and services for children and adults. *Current Opinion in Psychiatry*, 22, (p. 469–474). DOI: 10.1097/yco.0b013e32832eb8c6
- Muer, Scott. (2015). *Mobile Technology Use and Developmental/Intellectual Disabilities*. Retrieved from Sophia, the St. Catherine University repository website: [https://sophia.stkate.edu/msw\\_papers/493](https://sophia.stkate.edu/msw_papers/493)<https://www.webope>



dia.com/DidYouKnow/Hardware\_Software/mobile-operating-systems-mobile-os-explained.html

Njenga, F. (2009). Perspectives of Intellectual disability in Africa: Epidemiology and policy services for children and adults. *Current Opinion in Psychiatry*, 22, (p. 457– 461). DOI: 10.1097/yco.0b013e32832e63a1

NSW Aging Strategy (2020, January). Retrieved from [https://www.telstra.com.au/content/dam/tcom/seniors/pdf/beginners-intro-smartphones.pdf?fbclid=IwAR1QEWkd\\_fptcsUCIQRtoPCBhOMQ3nzXpyhKLSjtHBoC7yyQ9eGI1M9NQo8](https://www.telstra.com.au/content/dam/tcom/seniors/pdf/beginners-intro-smartphones.pdf?fbclid=IwAR1QEWkd_fptcsUCIQRtoPCBhOMQ3nzXpyhKLSjtHBoC7yyQ9eGI1M9NQo8)

Orellana Cortijo, M.B. (2017). Intervención para la mejora de la Inteligencia Emocional en adolescents con Discapacidad Intelectual. Badajoz: UNIR.

Öztürk, C. Ç, Eratay, E. (2010). Intellectually Disabled Continuing To Education Application School Individualized Training Of Trainees 'Teachers Determining The Views About The Program. *Abant İzzet Baysal University Journal*. 10(2). 145-159.

Özen, Arzu. (2018). *Special Education* (Ed. i. H. Diken). Ankara: Pegem Pub.

Pérez-Escoda, N. y Ribera, A. (2009). Las competencias emocionales en los procesos de inserción laboral. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 30, 3.

Pinola, Melanie (2014). How to Set Up a Smartphone for Someone Who's Never Used One, Retrieved from <https://lifelifehacker.com/how-to-set-up-a-smartphone-for-someone-whos-never-used-1570808276>

Pitetti, K. (1992). Exercise capacities and adaptations of people with chronic disabilities current research, future directions, and



widespread applicability. *Medicine and Science in Sport and Exercise*, 25 (4), (p. 421-422).

Robert L. Schalock, Sharon A. Borthwick-Duffy, Valerie J. Bradley, Wil H.E. Buntinx, David L. Coulter, Ellis M. (Pat) Craig, Sharon C. Gomez, Yves Lachapelle, Ruth Luckasson, Alya Reeve, Karrie A. Shogren, Martha E. Snell, Scott Spreat, Marc J. Tassé, James R. Thompson, Miguel A. Verdugo-Alonso, Michael L. Wehmeyer, & Mark H. Yeager. (2010). *Intellectual disability: Definition, Classification, and Systems of Supports-11th Edition*.

Robertson, J.; Emerson, E.; Elliott, J. y Hatton, C. (2007). El impacto de la planificación centrada en la persona en las personas con discapacidad intelectual en Inglaterra: Un resumen de hallazgos. *Siglo Cero*, 38 (nº 223), 5-24.

Salvador-Carulla, L. and Bertelli, M. (2008), "Mental retardation" or "Intellectual disability": time for a conceptual change". *Psychopathology*, Vol. 41 No. 1, 10-16. <https://doi.org/10.1159/000109950>

Sánchez, J. & Llorca, M. (2003). *Psicomotricidad y Necesidades Educativas Especiales*. Málaga: Ediciones Aljibe.

Sánchez-Montoya, R. (2002). El papel de las nuevas tecnologías en la estimulación de las inteligencias de las personas con necesidades educativas especiales. Congreso Nacional de Tecnología Educativa y Atención a la Diversidad (Tecnoneet). Murcia

Schalock, R. L., Gardner, J. F., & Bradley, V. J. (2007 a). *Quality of life for persons with intellectual and other developmental disabilities: Applications across individuals, organizations, communities, and systems*. Washington, DC: American Association on Intellectual and Developmental Disabilities.



Schalock, R.L. y Verdugo, M.A. (2007). El concepto de calidad de vida en los servicios y apoyos para personas con discapacidad intelectual. *Siglo Cero*, 38 (4), 224.

The Netherlands Authority for Consumers & Markets (2020, January). Retrieved from <https://www.acm.nl/sites/default/files/documents/market-study-into-mobile-app-stores.pdf>

World Health Organization. (1992). *The International Classification of Diseases – Tenth revision (ICD-10)*. Geneva: World Health Organization.

World Health Organization. (2001). *The International classification of functioning, disability and health (ICF)*. Geneva: World Health Organization.

