



Tekst łatwy do czytania i zrozumienia



Instrukcja tworzenia i stosowania materiałów edukacyjnych i ćwiczeniowych

Barbara Ewa Abramowska
Karolina Makowiecka
Maria Lidia Czarkowska
dr Monika Zima-Parjaszewska



Minister
Edukacji i Nauki



Ministerstwo
Edukacji i Nauki

Instrukcja powstała w ramach zadania zleconego i dofinansowanego przez Ministra Edukacji i Nauki pod nazwą „**Czytam i wiem – tekst łatwy do czytania i zrozumienia w szkole.** Opracowanie i upowszechnienie materiałów edukacyjnych i ćwiczeniowych w wersji łatwej do czytania i zrozumienia, instrukcji dotyczącej ich tworzenia i wykorzystania w pracy z uczniami oraz rekomendacji dotyczących wdrożenia rozwiązań w praktykę szkolną”.

Zadanie zrealizowało:



Polskie Stowarzyszenie na rzecz Osób
z Niepełnosprawnością Intelektualną
ul. Głogowa 2b
02-369 Warszawa

Spis treści

Wprowadzenie	4
1. Prawo dostępu do informacji jako prawo człowieka	6
2. Odbiorcy tekstu łatwego do czytania i zrozumienia	9
3. Standardy tworzenia tekstu łatwego w edukacji	12
4. Grafika w tekście łatwym	15
4.1. Źródła grafiki	15
5. Jak dokonywać wyboru zakresu materiału edukacyjnego	17
6. Jak tworzyć materiały edukacyjne i ćwiczeniowe w tekście łatwym. Przykłady	19
6.1. Przykłady zastosowania standardów dotyczących grafiki	31
7. Jak tworzyć materiały audio i wideo w formacie łatwym do zrozumienia	32
7.1. Standardy informacji wideo	32
7.2. Standardy informacji audio	33
8. Sprawdzenie dostępność treści	34
9. Dostępność grafiki – teksty alternatywne	35
10. Przygotowanie wersji elektronicznej do zamieszczenia na platformie internetowej	38

Wprowadzenie

Tekst łatwy do czytania i zrozumienia (ang. easy to read and understand, używany skrót: ETR) to sposób opracowania informacji przeznaczonej dla osób z niepełnosprawnością intelektualną lub mających problemy z czytaniem i rozumieniem, obejmujący zarówno dobór słów, sposób formułowania zdań, jak i kompozycję tekstu, rodzaj i rozmiar użytej czcionki, użycie odpowiednich ilustracji lub symboli.

W Polsce inicjatorem przygotowywania informacji w tekście łatwym do czytania i zrozumienia było Polskie Stowarzyszenie na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną (dalej: PSONI), które już w roku 2002 opublikowało w kwartalniku „Społeczeństwo dla Wszystkich” pierwszy artykuł opracowany w tekście łatwym. Dwa lata wcześniej PSONI wydało tłumaczenie brytyjskiego poradnika dla profesjonalistów pracujących z osobami z niepełnosprawnością intelektualną, opracowanego przez stowarzyszenie MENCAP pt. „Czy wyrażam się jasno?”

Polskie Stowarzyszenie na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną jest organizacją założoną i kierowaną przez rodziców. Założyli ją w latach 60. ubiegłego wieku rodzice dzieci, które były wykluczone z systemu edukacji (i wszelkiego wsparcia w środowisku) z powodu diagnozy, wyłącznie medycznej, a następnie na podstawie decyzji administracyjnej zwolnione z obowiązku nauki. To rodzice dostrzegali w swoich dzieciach potencjał, którego nie widzieli nieliczni zresztą wtedy specjaliści. W 1963 r. powstała w Warszawie pierwsza w Polsce „szkoła życia”, której formuła opracowana przez Stowarzyszenie po dwóch latach funkcjonowania jako eksperyment oświatowy, została zaakceptowana przez władze i wdrożona do publicznego systemu.

Edukacja jest przez cały czas ważnym obszarem działalności Stowarzyszenia. W latach 90., po transformacji ustrojowej państwa, w Kołach terenowych PSONI w całej Polsce powstawały ośrodki rehabilitacyjno-edukacyjno-wychowawcze, gdzie edukację i rehabilitację otrzymują też dzieci z głęboką niepełnosprawnością intelektualną i ze sprzężonymi niepełnosprawnościami.

Tekst łatwy do czytania został stworzony z myślą o absolwentach szkół, którzy podtrzymują w życiu dorosłym umiejętność czytania. Jednak zasady (standardy) tekstu łatwego pozwalają na udostępnianie wiedzy wszystkim, także uczniom w różnym wieku.

Polskie Stowarzyszenie na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną od wielu lat tworzy bibliotekę tekstów łatwych w formie broszurowych publikacji poświęconych różnym tematom dotyczącym życia osób z niepełnosprawnością intelektualną. Od 2014 r. PSONI wydało 36 pozycji w serii wydawniczej „Biblioteka self-adwokata¹”, z tekstami profesjonalistów różnych specjalności – pedagogów, psychologów, prawników, terapeutów zajęciowych, trenerów pracy i doradców zawodowych, a także opatrzonych autorską grafiką tworzoną adekwatnie do opisanych treści. Wszystkie te wydawnictwa są zamieszczone na stronie www.psoni.org.pl w zakładce „publikacje”. Ponadto, wydawane są w formie ETR odrębne opracowania, w tym materiały

1 Self-adwokat to dorosła osoba z niepełnosprawnością intelektualną występująca publicznie w swoim imieniu i w imieniu innych osób, przygotowana do tego (przeszkolona) przez terapeutów, specjalistów PR i innych w zależności od potrzeb oraz wspierana.

używane w aktywizacji zawodowej czy wersje łatwe aktów prawnych, np. Konwencji Narodów Zjednoczonych o prawach osób z niepełnosprawnościami. PSONI opracowuje także w tym formacie przydatne informacje bieżące (np. o pandemii COVID-19), a także o działalności różnych instytucji i urzędów. Równolegle, w każdym numerze kwartalnika PSONI zamieszczanych jest kilka artykułów w tekście łatwym, w tym także tworzone przez osoby z niepełnosprawnością.

Projekt „**Czytam i wiem**”, zrealizowany przez PSONI na zlecenie Ministerstwa Edukacji i Nauki jest całkowicie pionierskim przedsięwzięciem, w którym po raz pierwszy zastosowano standardy tekstu łatwego do czytania i zrozumienia do opracowania materiałów edukacyjnych i ćwiczeniowych dla etapów edukacji, w których uczestniczą uczniowie ze szczególnymi potrzebami edukacyjnymi, tj. pierwszego i drugiego etapu szkoły podstawowej, w tym materiały dla uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu umiarkowanym i znacznym, dla szkoły przysposabiającej do pracy oraz branżowej szkoły I stopnia. Wszystkie opracowane materiały – 35 materiałów edukacyjnych i 35 ćwiczeniowych - zostały zamieszczone na Zintegrowanej Platformie Edukacyjnej, w zakładce oznaczonej logotypem tekstu łatwego do czytania: <https://zpe.gov.pl/a/materialy-latwe-do-czytania/D6BSsRi3j>

Niniejsza instrukcja opiera się na europejskich standardach tekstu łatwego do czytania i zrozumienia oraz wieloletniej praktyce PSONI, uwzględniając jednak cel, w jakim materiały powstały – ułatwienie uczniom z różnymi potrzebami edukacyjnymi zdobycie wiedzy przewidzianej w programach szkolnych.

1. Prawo dostępu do informacji jako prawo człowieka

Tekst łatwy do czytania i zrozumienia to narzędzie dostępności informacyjno-komunikacyjnej i racjonalne dostosowanie umożliwiające korzystanie z wolności i praw człowieka. **Dostępność jest prawem każdego człowieka**, szczególnie jednak dotyczy osób z niepełnosprawnościami. Oznacza możliwość uczestnictwa we wszystkich sferach życia społecznego i życia publicznego. To dostępność informacji, komunikacji, środowiska fizycznego, dostępność cyfrowa. To możliwość komunikowania się, bycia informowanym oraz działania w sposób autonomiczny.

Dyskusja wokół potrzeby wystandaryzowania tekstu łatwego do czytania i zrozumienia jako formy zapewnienia dostępności dla osób z niepełnosprawnością intelektualną została zainicjowana przez organizację parasolową Inclusion Europe, zrzeszającą 78 europejskich organizacji pozarządowych działających na rzecz osób z niepełnosprawnością intelektualną z 39 krajów. W ramach projektu finansowanego przez Komisję Europejską, pt. „Pathways to adult education for people with intellectual disabilities”, w roku 2009 opublikowano dokument pt. „Information for all. European standards for making information easy to read and understand”², czyli „Informacja dla wszystkich. Europejskie standardy przygotowania informacji w tekście łatwym do czytania i zrozumienia”. Wprawdzie na przestrzeni ostatnich lat dokument ten nie został wprowadzony jako źródło prawa w Unii Europejskiej, to jednak do zasad w nim opisanych odwołują się nie tylko poszczególne kraje europejskie, ale także instytucje unijne, np. Komisja Europejska. Warto zaznaczyć, że logo tekstu łatwego zaproponowane przez Inclusion Europe, będące nieodłączną częścią Standardów, jest wykorzystywane na całym świecie, w tym przez Organizację Narodów Zjednoczonych do prezentowania treści w uproszczonej formie. W Polsce dokument ten został wydany po raz pierwszy w roku 2010 przez Biuro Pełnomocnika Rządu do Spraw Osób Niepełnosprawnych³, a w roku 2012 Polskie Stowarzyszenie na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną opublikowało jego wydanie drugie⁴.

Normatywny obowiązek zapewnienia dostępności dla osób z niepełnosprawnościami, w tym dostępu do informacji, po raz pierwszy został uwzględniony w Konwencji ONZ o prawach osób z niepełnosprawnościami⁵, która nakreśliła wizję niezależnego życia każdej osoby z niepełnosprawnością. Niezależne życie według Konwencji obejmuje m.in. edukację włączającą, samostanowienie, mieszkalnictwo wspomagane, wsparcie w środowisku, zatrudnienie na otwartym rynku pracy, asystencję osobistą oraz udział w życiu publicznym.

Dostępność jest warunkiem korzystania z wszystkich wolności i praw człowieka, zarówno społecznych (np. dostępny transport do szkoły, dostępny materiał edukacyjny), gospodarczych (np. dostępna strona internetowa sklepu), jak i osobistych (np. dostępny formularz wniosku

2 https://www.globaldisabilityrightsnow.org/sites/default/files/related-files/374/EN_Information_for_all.pdf

3 <http://niepelnosprawni.gov.pl/container/publikacje/projektowanie-universalne/informacja-dla-wszystkich.pdf>

4 https://psoni.org.pl/wp-content/uploads/2015/09/Informacja-dla-wszystkich-internet_0.pdf

5 Konwencja została uchwalona przez Organizację Narodów Zjednoczonych 13 grudnia 2006 r. jako Convention on the Right of Persons with Disabilities. W polskiej wersji językowej przyjęte zostało brzmienie: Konwencja o prawach osób niepełnosprawnych. Konwencja została ratyfikowana przez Polskę 6 września 2012 roku, po czym został ogłoszony przekład Konwencji (Dz. U. z 2012 r. poz. 1169 ze zmianami z 2018 r. poz. 1217).

o paszport), politycznych (np. dostęp do lokalu wyborczego, dostępna karta wyborcza) i kulturalnych (np. dostępny spektakl teatralny, dostępna usługa zakupu biletów w kasie).

Podkreślając prawo dostępu osób z niepełnosprawnościami do wszystkich sfer życia, Konwencja wprowadziła konkretne narzędzia pozwalające ją realizować: uniwersalne projektowanie oraz racjonalne dostosowanie. **Uniwersalne projektowanie** dotyczy produktów, budynków, usług, rozwiązań, które są użyteczne dla wszystkich ludzi w jak największym zakresie, bez potrzeby adaptacji lub specjalistycznych zmian. **Racjonalne dostosowanie** to wszystkie konieczne modyfikacje lub adaptacje, niepociągające za sobą nieproporcjonalnych i niepotrzebnych utrudnień (w tym finansowych), które są w określonych przypadkach niezbędne dla zapewnienia osobom z niepełnosprawnościami możliwości korzystania z dóbr i usług. **Według art. 5 Konwencji odmowa racjonalnego dostosowania dla osób z niepełnosprawnościami jest dyskryminacją.**

Rozwinięciem konwencyjnej wizji życia osób z niepełnosprawnościami są postanowienia ustawy z dnia 19 lipca 2019 r. o zapewnianiu dostępności osobom ze szczególnymi potrzebami⁶ (dalej: ustawa o dostępności). Ustawa doprecyzowała zakres dostępności (dostępność architektoniczna, cyfrowa oraz informacyjno-komunikacyjna), jej rozumienie i wprowadziła kolejne narzędzia jej realizacji (koordynator dostępności, minimalne wymagania, dostęp alternatywny).

To w ustawie o dostępności po raz pierwszy pojawił się także na poziomie ustawowym tekst łatwy do czytania i zrozumienia, jako jeden ze sposobów zapewniania dostępności informacyjno-komunikacyjnej⁷.

Dostępność w edukacji jest gwarancją równego traktowania wszystkich uczniów i uczennic, ale w sposób szczególny dotyczy osób z niepełnosprawnościami. Nie chodzi bowiem o deklarowanie prawa do nauki, ale jego faktyczną realizację. W odniesieniu do prawa do nauki osób z niepełnosprawnościami trzeba przyznać, że wprowadzenie było ono zagwarantowane na poziomie konstytucyjnym i ustawowym jeszcze przed ratyfikacją Konwencji, to jednak w praktyce nie gwarantowało dostępu do niezbędnych form wsparcia w procesie nauczania, a realizacja tego prawa nie zawsze uwzględniała indywidualne potrzeby uczniów z niepełnosprawnościami. Nie ulega wątpliwości, że to Konwencja zapoczątkowała w Polsce dyskusję na temat sposobów realizacji prawa do edukacji włączającej wobec każdej osoby z niepełnosprawnością, a ustawa o dostępności wzmocniła argumentację o podmiotowym charakterze dostępności i prawa dostępu. To art. 1 Konwencji wprowadził definicję racjonalnych dostosowań a art. 5 wskazał, że odmowa racjonalnych dostosowań jest dyskryminacją mobilizującą do poszukiwania form wsparcia każdej osoby z niepełnosprawnością. Zapewnienie pełnego i skutecznego korzystania z prawa do nauki to obowiązek władzy publicznej wskazany w art. 24 Konwencji, kształtujący nowy wymiar edukacji włączającej. Zgodnie z nim, realizując prawo osób z niepełnosprawnościami do nauki we włączającym systemie kształcenia, Polska powinna wprowadzać racjonalne dostosowania, zgodnie z indywidualnymi potrzebami oraz zapewnić niezbędne wsparcie w ramach powszechnego systemu edukacji, celem ułatwienia ich skutecznej edukacji.

⁶ Ustawa z dnia 19 lipca 2019 r. o zapewnieniu dostępności o osobom ze szczególnymi potrzebami (Dz.U. z 2020 r. poz.1062).

⁷ Tekst łatwy do czytania i zrozumienia pojawił się już w 2008 r. w Rozporządzeniu Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 7 lutego 2008 r. w sprawie rodzajów zadań z zakresu rehabilitacji zawodowej i społecznej osób niepełnosprawnych zleczanych fundacjom oraz organizacjom pozarządowym (Dz.U. z 2016 r. poz. 1945).

Najistotniejszym elementem dostępności w edukacji jest dostępność informacyjno-komunikacyjna. „Komunikacja” według art. 1 Konwencji obejmuje języki, wyświetlanie tekstu, alfabet Braille’a, komunikację przez dotyk, dużą czcionkę, dostępne multimedia, jak i sposoby, środki i formy komunikowania się na piśmie, przy pomocy słuchu, języka uproszczonego, lektora oraz formy wspomagające (augmentatywne) i alternatywne, w tym dostępną technologię informacyjno-komunikacyjną.

Bez dostępu do informacji osoba nie może zdobywać wiedzy, a co za tym idzie praktykować jej. Bez możliwości komunikacji, osoba zostaje wykluczona, a jej wola i decyzje są często zastępowane przez wolę i decyzje innych. Zgodnie z postanowieniami Konwencji prawo to ma być realizowane m.in. przez:

- dostarczanie osobom z niepełnosprawnościami informacji przeznaczonych dla ogółu społeczeństwa, w dostępnych dla nich formach i technologiach, odpowiednio do różnych rodzajów niepełnosprawności,
- akceptowanie i ułatwianie korzystania przez osoby z niepełnosprawnościami w sprawach urzędowych z języków migowych, alfabetu Braille’a, komunikacji wspomagającej (augmentatywnej) i alternatywnej oraz wszelkich innych dostępnych środków, sposobów i form komunikowania się przez osoby z niepełnosprawnościami,
- umożliwienie wyboru najbardziej adekwatnej do potrzeb i możliwości formy komunikowania się, w tym w tekście łatwym do czytania i zrozumienia,
- nakłanianie instytucji prywatnych, które świadczą usługi dla ogółu społeczeństwa, w tym przez Internet, do dostarczania informacji i usług w formie dostępnej i użytecznej dla osób z niepełnosprawnościami,
- zachęcanie środków masowego przekazu, w tym dostawców informacji przez Internet, do zapewnienia, by ich usługi były dostępne dla osób z niepełnosprawnościami.

W dyskursie publicznym powszechne są już zarówno język migowy, alfabet Braille’a, a nawet czytniki ekranu. Szczególnym wyzwaniem jest zapewnienie dostępności informacyjno-komunikacyjnej osobom z niepełnosprawnością intelektualną oraz osobom mającym trudności z przyswajaniem wiedzy, zapamiętywaniem, a tym bardziej osobom nie potrafiącym czytać, czy też nie komunikującym się werbalnie. Tekst łatwy do czytania i zrozumienia oraz formy komunikacji wspomagającej i alternatywnej (AAC) nie są stosowane powszechnie w edukacji, ani w innych sferach życia.

Tymczasem zarówno ETR, jak i AAC stanowią racjonalne dostosowanie umożliwiające realizację prawa do nauki, a odmowa ich zapewnienia może stanowić dyskryminację osób z niepełnosprawnościami.

2. Odbiorcy tekstu łatwego do czytania i zrozumienia

Zgodnie z Europejskimi Standardami, **tekst łatwy do czytania i zrozumienia jest skierowany przede wszystkim do osób z niepełnosprawnością intelektualną**, czyli osób które wykazują obniżony ogólny poziom funkcjonowania poznawczego oraz wyraźnie osłabione zdolności do przystosowania się do życia społecznego. Co ważne, chodzi o wszystkie osoby, zatem nie ma znaczenia stopień niepełnosprawności intelektualnej, a zasoby i potrzeby konkretnej osoby. Tekst łatwy może być wykorzystywany w pracy z osobami, które nie umieją czytać, ponieważ ilustracje/grafiki w nim zawarte mogą pomóc w rozmowie, projektować sytuacje i zachęcać do aktywności. Oczywiście bardzo pożądanym jest samodzielne czytanie tekstu przez osobę z niepełnosprawnością, ale nawet wtedy praca z tekstem łatwym wymaga często wsparcia drugiej osoby. Trzeba też pamiętać, że **Europejskie Standardy przygotowania informacji w ETR powstały z myślą o osobach dorosłych**, które nie miały dostępu do informacji na temat swoich praw, świadczeń, usług. Pierwsze w Polsce materiały w ETR dotyczyły sposobów spędzania wolnego czasu, praw wyborczych, decydowania o swoim życiu. Z czasem zakres tematyczny materiałów zaczął obejmować także prawa konsumenckie, zdrowie psychiczne, zagadnienie przemocy, higieny osobistej, życia seksualnego. Potrzeby wciąż są ogromne. Bez tych informacji jakość życia osób z niepełnosprawnością intelektualną jest mniejsza. Uchwalenie ustawy o dostępności i wprowadzenie obowiązku zapewnienia osobom ze szczególnymi potrzebami dostępności przez podmiot publiczny, w tym obowiązek zamieszczania na stronie internetowej podmiotu informacji o jego działaniu w tekście łatwym, pozwoliło rozpowszechnić standardy tworzenia ETR w wielu dziedzinach, m.in w edukacji.

Teksty opracowane w ETR mogą być przydatne dla osób, które mają zaburzenia poznawcze, albo osób dla których język, w którym sporządzono tekst nie jest językiem ojczystym. W związku z tym można uznać, że w grupie odbiorców tekstów łatwych do czytania i zrozumienia mogą się znaleźć zarówno obcokrajowcy, osoby głuche posługujące się językiem migowym, osoby słabowidzące, czy też osoby z autyzmem. Należy jednak pamiętać, że jednym ze standardów opracowania informacji w tekście łatwym do czytania i zrozumienia jest **poznanie odbiorcy, dla którego przygotowana jest konkretna informacja**. Ma to ogromne znaczenie praktyczne i dotyczy na przykład wykorzystania w tekście słów znanych odbiorcom, bez konieczności ich wyjaśnienia, czy też powtórzeń. Dlatego sytuacją najbardziej pożądaną z punktu widzenia przydatności informacji jest sytuacja, w której jest ona przygotowywana dla konkretnej osoby, odpowiadająca na jej konkretne potrzeby, możliwości poznawcze, sposób funkcjonowania. Oczywiście nie zawsze jest możliwe przygotowanie tekstu łatwego ze szczegółową wiedzą na temat konkretnych odbiorców, na przykład przy publikacjach o dużym nakładzie wydawniczym czy o powszechnym dostępie (np. w Internecie), ale wtedy ważne jest **zdiagnozowanie ogólnej sytuacji danej grupy odbiorców**. Przykładowo, przygotowując tekst łatwy do czytania i zrozumienia dla osób z niepełnosprawnością intelektualną, należy założyć, że wciąż rzadkością jest ich samodzielne mieszkanie, najczęściej nie mają doświadczeń życia w związku małżeńskim,

albo samodzielnego podróżowania. Te informacje będą niezbędne np. przy opracowaniu tekstu o prawie do niezależnego życia lub o bezpiecznych wakacjach.

Bez względu na to, dla jakich dokładnie osób z niepełnosprawnościami przygotowana jest informacja w tekście łatwym, **konieczne jest uwzględnienie nowoczesnej perspektywy w definiowaniu samej niepełnosprawności**. Ostatnie lata przyniosły wiele zmian w podejściu do niepełnosprawności, co skutkuje również stosowaniem nowych form wspierania, umożliwiających osobom z niepełnosprawnościami pełne uczestnictwo w życiu zarówno danej społeczności, jak i w życiu społecznym, na zasadach równości z innymi.

- **Po pierwsze**, zgodnie z Konwencją ONZ o prawach osób z niepełnosprawnościami, niepełnosprawność to zderzenie człowieka z barierą istniejącą w społeczeństwie, która mu uniemożliwia lub utrudnia korzystanie z wolności i praw człowieka. To nie wada słuchu, wzroku, czy zaburzenie neurologiczne jest najważniejsze w definiowaniu niepełnosprawności, ale sposób funkcjonowania człowieka, trudności i bariery na jakie napotyka w środowisku.
- **Po drugie**, zetknięcie z barierą jako przyczyną problemu w korzystaniu z wolności i praw człowieka, zostało podkreślone w ustawie o dostępności. W świetle tej ustawy osoba ze szczególnymi potrzebami to osoba, która ze względu na swoje cechy zewnętrzne lub wewnętrzne, albo ze względu na okoliczności, w których się znajduje, musi podjąć dodatkowe działania lub zastosować dodatkowe środki w celu przezwyciężenia bariery, aby uczestniczyć w różnych sferach życia na zasadzie równości z innymi osobami. Definicja **obejmuje różnorodne osoby**, zarówno osoby z niepełnosprawnościami, jak i osoby starsze, osoby opiekujące się dziećmi, osoby o czasowych problemach zdrowotnych. Fenomen tej definicji polega na jej prawnocząłowieczym charakterze. Człowiek staje się osobą ze szczególnymi potrzebami w zetknięciu z barierą.
- **Po trzecie**, nowoczesny wymiar niepełnosprawności dotyczy podmiotowości tych osób, ich prawa do samostanowienia, korzystania z autonomii decyzyjnej w każdej sprawie ich dotyczącej. Oczywiście może to wymagać stosowania wielu środków wsparcia, np. wspieranego podejmowania decyzji, ale jest niezbędne dla poszanowania godności człowieka.
- **Po czwarte**, jak wskazano w poprzednim rozdziale, konwencyjna wizja życia osoby z niepełnosprawnością to wizja życia niezależnego, obejmującego wszystkie wolności i prawa, sfery życia i korzystania z nich. Naturalną konsekwencją tej wizji jest oczywiście nowoczesny język i terminologia dotycząca niepełnosprawności. Na przykład termin „opieka” został wyparty, szczególnie w odniesieniu do osób dorosłych, przez termin wsparcie, a „podopieczny”, został zastąpiony w ostatnich latach terminem „osoba korzystająca ze wsparcia”, „osoba korzystająca z usług”. Niestety, to właśnie **osoby z niepełnosprawnością intelektualną są najbardziej narażone na dyskryminację i wykluczenie**. Ich społeczny wizerunek wciąż oparty jest na stereotypach osoby, która nie rozumie, jest trudna w kontakcie, nieprzewidywalna, agresywna, aspołeczna. Osoby te najczęściej są postrzegane jako korzystające z placówek, mieszkańcy domów pomocy społecznej, a nie aktywni obywatele, członkowie rodzin,

klienci instytucji. Dodatkowo, osoby te najczęściej są wspierane przez rodziców i innych tzw. opiekunów, co często odbiera im możliwość samostanowienia.

Autorzy i redaktorzy muszą zatem z ogromną uważnością przygotowywać teksty łatwe mając na uwadze **promocję nowoczesnej wizji niezależnego życia każdej osoby z niepełnosprawnością**.

Ma to ogromne znaczenie dla tekstów łatwych powstających w ramach realizacji prawa do nauki osób z niepełnosprawnościami. Każdy nauczyciel, nauczycielka przygotowujący tekst w ETR, czy to materiał edukacyjny, ćwiczeniowy, czy też każdy inny, musi **widzieć jego odbiorcę w szerokiej, konwencyjnej perspektywie**. Dostosowanie treści i metod nauczania do możliwości psychofizycznych uczniów i uczennic, uwzględnienie indywidualnych potrzeb oraz skuteczne przekazanie wiedzy i kształtowanie umiejętności przewidzianych programem nauczania ma nie tylko wymiar edukacyjny. Wybór odpowiedniej treści i metod nauczania to gwarancja większej samodzielności człowieka w przyszłości, to szansa na jego niezależne życie.

Standardy przygotowania tekstów łatwych do czytania i zrozumienia w edukacji opisane w dalszych rozdziałach, z pewnością wydadzą się znajome wszystkim nauczycielom i nauczycielkom wspierającym na co dzień uczniów z niepełnosprawnością intelektualną. Konieczność zredukowania tematyki o wysokim stopniu abstrakcji, wyjaśnienie trudnych pojęć, przedstawianie zagadnień na konkretnych przykładach odwołujących się do doświadczeń ucznia, dzielenie przekazu na etapy i stopniowanie trudności, uwzględnianie społecznego kontekstu wypowiedzi, to istotne zasady wspierania w edukacji osoby z niepełnosprawnością intelektualną, a jednocześnie są tożsame ze standardami przygotowania informacji w tekście łatwym do czytania i zrozumienia.

3. Standardy tworzenia tekstu łatwego w edukacji

Jak pisać

- **Zawsze postaraj się dowiedzieć jak najwięcej o uczniach**, dla których przygotowujesz opracowanie oraz o ich potrzebach.
Ułatwieniem dla autora materiałów edukacyjnych jest znajomość nabytej już przez uczniów wiedzy na poszczególnych etapach edukacyjnych. Przed rozpoczęciem tworzenia materiału, zapoznaj się dobrze z podstawą programową przedmiotu określoną dla danego etapu edukacyjnego, którego materiał dotyczy.
- **Zawsze używaj właściwego języka.**
Nie używaj języka dla małych dzieci, jeśli informacja przeznaczona jest dla osób dorosłych, np. uczniów branżowych szkół i przysposabiających do pracy.
- **Upewnij się, że uczniowie otrzymali całą potrzebną informację.**
- **Nie podawaj więcej informacji, niż potrzeba.**

Zdania

- **Pisz krótkimi zdaniami. Najlepiej pojedynczymi a nie złożonymi.**
- **Zwracaj się wprost do uczniów**, używaj słowa „ty”.
- **Ostrożnie używaj zaimków**, na przykład „on”, „to”.
- Tam gdzie możliwe, **używaj zdań pozytywnych, a nie negatywnych.**
W tekstach edukacyjnych warto informacje przekazywać w dwóch formach: zdania pozytywnego i negatywnego.
W przestrzeni publicznej czy w miejscach praktyk uczniowie często będą spotykać się z formami negatywnymi (Nie dotykać! Nie przeszkadzać! Nie deptać trawników!).
- **Używaj strony czynnej, nie biernej.**

Wyrazy

- **Postępuj się prostymi i łatwymi do zrozumienia wyrazami.**
- **Tłumacz trudne wyrazy** związane z tematem. Podawaj przykłady.
- W całym tekście **używaj tych samych wyrazów na opisywanie tych samych rzeczy** lub zjawisk.
- **Nie używaj metafor.**
Jeśli materiał edukacyjny wymaga użycia metafory, dobrze wyjaśnij jej znaczenie. Stosuj przykłady powszechnie znane.
- **Nie używaj słów zapożyczonych z innych języków**, chyba że są bardzo dobrze znane w Polsce. W materiale, np. z informatyki używa się wyrazów **laptop i tablet** ponieważ są one powszechnie znane i używane przez uczniów, nawet z najmłodszych klas.

- **Nie stosuj znaków specjalnych.**

W materiałach edukacyjnych stosujemy wyjątki od tego standardu wynikające m.in. z podstawy programowej. Na przykład nawiasu używamy przy:

- zapisywaniu współrzędnych w matematyce
- fonetycznym zapisie obcojęzycznych nazw i nazwisk.

- **Nie stosuj skrótów.**

Powszechnie używany skrót „np.” w tekście łatwym zawsze piszemy pełnymi wyrazami: na przykład.

- **Nie używaj procentów i dużych liczb**, na przykład 33%, 78769,87.

W materiałach edukacyjnych stosujemy wyjątki wynikające wyłącznie z podstawy programowej.

- **Liczby zapisuj cyframi a nie słownie.**

Wyjątkiem od zapisywania liczb cyframi jest zapis liczebników porządkowych. Pomaga to uczniom odróżnić liczebniki porządkowe od głównych.

Jak zapisać tekst

- **Stosuj format A4.**

Zazwyczaj w ogólnie stosowanej orientacji pionowej. Jednak w zależności od potrzeb, głównie ilustracyjnych, można stosować format **A4 w orientacji poziomej**.

- **Stosuj małą objętość tekstu** (liczbę stron).

Zaleca się, żeby materiały edukacyjne miały od 12 do 16 stron. Zazwyczaj pozwala to na omówienie prezentowanego tematu w ciągu jednej lekcji.

- **Używaj dużej przejrzystej i wyraźnej czcionki**, minimum 14 punktów, bezszeryfowej (np. Arial, Verdana, Calibri)

Każda z czcionek bezszeryfowych ma inną wielkość. Calibri jest najmniejsza, dlatego zaleca się zapis tekstu czcionką o wielkości 16 pkt. Arial jest większy, dlatego czytelny jest tekst o wielkości 14 pkt. Największą czcionką jest Verdana.

- **Nie stosuj ozdobnej czcionki** cieniowanej lub obrysowanej.

- **Nie pisz WYRAZÓW dużymi literami** (wersalikami).

Uczniowie mogą odczytywać wyrazy zapisane wersalikami jako skrót, literując słowo. Niektóre programy czytające dla osób niewidomych również odczytują taki wyraz literując.

- **Ostrożnie używaj tła.**

Jeśli musisz, tło ma być w kontrastowym do czcionki kolorze, jednorodne, bez deseni.

- **Nie używaj kursywy.**

Tekst napisany kursywą deformuje wygląd liter i utrudnia ich odczytanie.

- **Stosuj większe odstępy między wierszami** (interlinia – minimum 1,15, najlepiej 1,3).

- **Nie używaj przypisów.**

Wszystkie odwołania, wyjaśnienia pisz w tekście głównym, zaraz po użyciu wyrazu/ wyrażenia objaśnianego.

- **Nie używaj skomplikowanej interpunkcji**, czyli zbyt dużo przecinków, kropek i innych znaków.

Z uwagi na charakter edukacyjny materiałów zaleca się zachowanie obowiązujących w języku polskim zasad interpunkcji.

- **Używaj wypunktowań** jeśli piszesz o większej liczbie spraw.

- Zadbaj o to, by materiał miał **przejrzysty spis treści i wyraźne tytuły**.

Zastosowanie podziału materiału na krótkie rozdziały z tytułami ułatwi korzystanie z niego na więcej niż jednej lekcji, jeśli takie będą potrzeby konkretnej grupy uczniów.

- **Tekst wyrównuj do lewej strony. Nie justuj tekstu!**

Wyjustowany tekst zniekształca (rozciąga) wygląd liter i utrudnia ich odczytanie przez uczniów.

- **Nie przenoś wyrazów**, rozdzielając je kreską na końcu wiersza.

- **Rozpocznij i zakończ zdanie zawsze na tej samej stronie.**

- **Wykresy i tabele stosuj tylko wtedy, kiedy są proste i dobrze objaśnione.**

Wykresy i tabele mogą być trudne do zrozumienia. Czasami jednak wyjaśniają coś lepiej niż tekst pisany.

- **Podziel tekst na krótkie akapity z dużymi odstępami.**

W materiałach edukacyjnych zaleca się podział strony A4 w orientacji pionowej na 3 akapity. Każdy akapit powinien mieć 4 do 6 wersów. Czasami, zwłaszcza przy wypunktowaniach, liczba wersów może być większa. Wynika to wyłącznie z merytorycznej zawartości akapitów. Dopuszcza się umieszczenie na stronie 4 akapitów z mniejszą ilością tekstu w akapicie.

W przypadku zastosowania poziomej orientacji A4, na jednej stronie powinny być optymalnie 2 akapity. W tej orientacji w jednym wersie mieści się więcej tekstu.

- Przygotowując opracowany tekst do opublikowania, **upewnij się, że ważne informacje są łatwe do znalezienia**. Ważną informację lub trudne słowo wyróżnij pogrubieniem (bold).

Główne myśli wyróżnij w punktach.

- **Numeruj strony opracowania.**

- **Stosuj grafikę przy tekście** - obrazki, zdjęcia, rysunki lub symbole.

4. Grafika w tekście łatwym

- Ilustracjami tekstu łatwego mogą być **zdjęcia, rysunki** lub **symbole** (piktogramy).
- **Należy używać tego samego sposobu ilustrowania w całym opracowaniu.**
Wyjątkiem są materiały ćwiczeniowe, które mogą wymagać ze względów merytorycznych i dydaktycznych użycia różnych rodzajów ilustracji w jednym opracowaniu.
- W całym opracowaniu **używa się tej samej ilustracji dla zobrazowania tego samego obiektu, sprawy czy sytuacji.**
- **Ilustracje powinny być odpowiednie dla uczniów, dla których przeznaczony jest materiał** edukacyjny i ćwiczeniowy. Nigdy nie używaj obrazków dla dzieci w tekście dla uczniów szkoły branżowej lub szkoły specjalnej przysposabiającej do pracy.
- **Ilustracje powinny być umieszczone przy tym fragmencie tekstu, który pomagają objaśnić.**
Kiedy w jednym akapicie jest kilka różnych informacji, np. przy wypunktowaniach, należy wybrać najważniejsze informacje i je zilustrować.
- **Fotografie muszą być wyraźne** (dość dużych rozmiarów, np. 6 x 6 cm). **Nie powinny zawierać zbyt wielu szczegółów.**
Wyjątkiem mogą być materiały z informatyki lub matematyki, które wymagają zastosowania dużych ilustracji, na szerokość całej strony A4. Są to na przykład zrzuty ekranu zawierające wiele ważnych szczegółów lub tabele i wykresy matematyczne.
- **Ilustracje na grafikach powinny być kolorowe.** Najlepiej, gdy składają się z 3-4 kolorów, dzięki temu ilustracje nie są przeladowane kolorami a są atrakcyjne dla uczniów.

4.1 Źródła grafiki

Bardzo pożądane przy tworzeniu tekstów łatwych są zdolności plastyczne autora lub redaktora tekstu łatwego, albo współpraca z grafikiem. Rysunki tworzone celowo, wyłącznie dla zilustrowania konkretnego tekstu są najlepszą formą ilustrowania większości tematów edukacyjnych. Są jednak materiały, które wymagają zastosowania fotografii, np. w tekstach z geografii przedstawiających konkretne miejsca na ziemi. Trudno jest wiernie narysować Alpy czy Himalaje, albo charakterystyczny szczyt w Tatrach. W takich przypadkach lepsze jest zastosowanie zdjęć.

Jeżeli autor materiału edukacyjnego lub ćwiczeniowego decyduje się na zilustrowanie materiału zdjęciami, może wykorzystać darmową bazę zdjęć dostępną w Internecie, na przykład:

- <https://creativecommons.pl/>
- www.pixabay.com
- www.freedigitalphotos.net
- www.freeimages.com
- www.foter.com

Instrukcja

Każde zdjęcie należy podpisać, podając autora i rodzaj licencji.

Na przykład:



Autor: Viktor Hertz, licencja: CC BY-NC-SA 2.0

Podpisy można umieszczać zbiorczo na końcu materiału, opisując dokładnie, których zdjęć dotyczą. Na przykład, pisząc kolejno:

Str.3 fot. 1: Autor Licencja

fot. 2: Autor Licencja

fot. 3: Autor Licencja

Str. 4 fot.1: Autor Licencja

fot. 2: Autor Licencja

itd.

Dla nauczycieli i uczniów, którzy mogą chcieć aktywnie skorzystać z materiałów źródłowych w tekstach edukacyjnych i ćwiczeniowych, przydatne może być zamieszczenie oprócz podpisu, linku do wykorzystanego zdjęcia.

5. Jak dokonywać wyboru zakresu materiału edukacyjnego

Zasady stosowania ETR w edukacji oparte są na europejskich standardach przygotowania tekstów łatwych do czytania i zrozumienia, jednak wymagały pewnych modyfikacji i uwzględnienia wieku ich odbiorców, specyfiki konkretnych przedmiotów szkolnych i celów zawartych w programach nauczania.

Podstawa programowa jest pierwszą przesłanką do wyboru tematu i podjęcia wyzwania opracowania materiału edukacyjnego i ćwiczeniowego w tekście łatwym. W ramach projektu „Czytam i wiem” powstało 35 materiałów edukacyjnych i do każdego z nich - 35 materiałów ćwiczeniowych. Mogą one być tylko wzorem i zachętą do stworzenia wielu kolejnych. Nie ma ku temu przeszkód formalnych ani praktycznych. Zatem drugą przesłanką jest wyłącznie twórcze podejście do programu i chęć nauczycieli – autorów, redaktorów tekstów łatwych do sprawdzenia się w trochę innej formie pracy na etapie przygotowania się do prowadzenia zajęć.

Czasami materiał edukacyjny wymaga zacytowania tekstu źródłowego, np. w materiale z języka polskiego – wiersza lub fragmentu prozy. Dobrze jest przedstawić uczniom oryginalny tekst a jednocześnie opracować jego wersję łatwą. Pomoże to zrozumieć zastosowane przez twórcę środki artystyczne, uściślić znaczenie, pomóc zapamiętać przekaz.

Jednocześnie, należy mieć świadomość, że formę łatwą do czytania istniejącego tekstu tworzy się inaczej niż np. tłumacząc tekst z języka obcego lub udostępniając go osobom niewidomym, korzystającym z alfabetu Braille’a – zdanie po zdaniu, litera po literze, zgodnie z oryginałem. Udostępniając tekst źródłowy w formie łatwej do czytania i zrozumienia **należy wybrać z treści najważniejsze, kluczowe informacje i zapisać je w sposób najlepiej dostosowany do percepcji uczniów** mających problemy z rozumieniem. Kiedy tekst jest dłuższy, rodzi to możliwość względnie subiektywnego wyboru najważniejszych informacji, skupienia się przez redaktora na jednych tematach, z pominięciem innych. Jednak jest to problem marginalny, najczęściej najważniejsze sprawy w danym tekście są dobrze zdefiniowane lub rozpoznawalne. Jeśli redaktor tekstu łatwego nie jest nauczycielem przedmiotowym, powinien skonsultować się z nim i ustalić priorytety. Następnie pozostaje już zastosowanie przedstawionych wcześniej standardów i opracowanie tekstu łatwego.

Podjmując się wyboru tematu w celu opracowania edukacyjnego tekstu łatwego do czytania i stworzenia takiego tekstu, warto uwzględnić kilka kwestii:

- Przede wszystkim można założyć, że ETR będzie najmniej potrzebny na pierwszym etapie edukacyjnym szkoły podstawowej, ponieważ tam większość podręczników i materiałów, ze względu na wiek i poziom rozwoju dzieci, ma przystępną formę. Wydaje się, że ETR najbardziej pożądanym będzie na drugim etapie edukacyjnym szkoły podstawowej, w klasach od 4 do 8 i w szkołach ponadpodstawowych. Należy pamiętać wtedy, że pomimo zwiększonej czcionki, prostych zdań i ilustracji, tekst łatwy nie może być „infantylny”; ma odwoływać się do nabytej już przez nastolatków wiedzy.

- Po drugie, najlepszymi redaktorami łatwego tekstu edukacyjnego są osoby, które na co dzień pracują z uczniami z niepełnosprawnościami i posiadają doświadczenie, które pomoże im lepiej zrozumieć i przewidzieć ich percepcję. Dlatego nauczyciele i nauczycielki wspomagający⁸ mogą być świetnymi redaktorami tekstów łatwych, choć z zastrzeżeniem, że **niezbędna jest ścisła współpraca z nauczycielami przedmiotów kierunkowych.**

Przygotowując tekst w ETR należy dążyć do współpracy wszystkich osób zaangażowanych w edukację ucznia – pedagoga szkolnego, psychologa, rodziców. Najważniejsza jest jednak wymiana informacji i współpraca autora tekstu z nauczycielem kierunkowym.

- Po trzecie, najważniejszym standardem w przygotowaniu tekstu łatwego do czytania jest sprawdzenie jego **dostępności przez osoby z niepełnosprawnością intelektualną.** Europejskie standardy zakładają, że tekst powinna skonsultować przynajmniej jedna osoba z niepełnosprawnością intelektualną. Praktyka pokazuje, że najbardziej efektywne jest sprawdzenie tekstu przez dwie osoby o różnym poziomie funkcjonowania i sposobie komunikowania, będące uczniami na poziomie edukacji którego tekst dotyczy lub bezpośrednio po jego ukończeniu. Oczywiście zawsze trzeba się liczyć z sytuacją, że dla kogoś tekst może być za łatwy, a dla kogoś za trudny, jednak ocena dwóch osób pozwala zminimalizować ryzyko zbyt trudnych sformułowań czy niejednoznacznie czytelnych ilustracji.
- Po czwarte, **teksty w ETR są racjonalnym dostosowaniem dla osób z niepełnosprawnością intelektualną w realizacji prawa do nauki.** Ich tworzenie w procesie edukacji może być oceniane jako obowiązek po stronie szkoły wobec tych uczniów i uczennic. Trzeba jednak pamiętać, że nie jedynym. Korzystanie z tekstu łatwego w edukacji nie zwalania szkoły z innych działań wspierających. W korzystaniu z tekstu łatwego często wymagany jest udział osoby wspierającej, dłuższy czas na zapoznanie się z materiałem, brak czynników rozpraszcających i prosta komunikacja słowna.

⁸ Są to dodatkowo zatrudnieni nauczyciele i nauczycielki posiadający przygotowanie w zakresie pedagogiki specjalnej, współorganizujący w oddziałach integracyjnych i ogólnodostępnych kształcenie uczniów posiadających orzeczenie o potrzebie kształcenia specjalnego.

6. Jak tworzyć materiały edukacyjne i ćwiczeniowe w tekście łatwym. Przykłady

Standardy tekstu łatwego do czytania i zrozumienia dotyczą bardzo wielu obszarów spraw związanych z tworzeniem tekstu, jego organizacją i przygotowaniem do publikacji. Jest ich po prostu dużo. Stosowanie standardów wymaga nie tylko ich znajomości, lecz także praktyki. Czasami ta sama zasada może sprawiać problemy, gdy jest stosowana w materiale z jednego przedmiotu, a zupełnie łatwo stosuje się ją w innym obszarze wiedzy. Dlatego tak ważne jest częste praktykowanie tworzenia tekstów łatwych.

Poniżej ponownie przypominamy wszystkie standardy tekstu łatwego do czytania i zrozumienia, stosowane w edukacji, opisane w rozdziale 3, zamieszczając przykłady przy tych, które mogą być trudne lub niejednoznacznie odbierane. Przykłady pochodzą z materiałów opracowanych w ramach projektu „Czytam i wiem”. Zamieszczamy także uściślające komentarze. Pomoże to utrwalić zasady i przybliżyć praktyczną stronę tworzenia tekstu.

Jak pisać

- **Zawsze postaraj się dowiedzieć jak najwięcej o uczniach**, dla których przygotowujesz opracowanie oraz o ich potrzebach.
- **Zawsze używaj właściwego języka.**
Nie używaj języka dla małych dzieci, jeśli informacja przeznaczona jest dla osób dorosłych, np. uczniów szkół branżowych i przysposabiających do pracy.
- **Upewnij się, że uczniowie otrzymali całą potrzebną informację.**
- **Nie podawaj więcej informacji, niż potrzeba.**

Zdania

- **Pisz krótkimi zdaniami. Najlepiej pojedynczymi a nie złożonymi.**

Osiół był bardzo zmęczony.
Nie miał siły dalej iść.
Poprosił konia o pomoc.
Konia nie chciał zabrać od osła bagażu.
Konia był dla osła niemiły.
Osiół zmarł ze zmęczenia.

Przykład pochodzi z materiału edukacyjnego:
Życzliwość, kompromis, współpraca, Katarzyna Kruś-Kubaszewska



- **Zwracaj się wprost do uczniów**, używaj słowa „Ty”.

Z warzyw **możesz** zrobić marynaty.

Marynata to gotowane warzywa w wodzie z octem i przyprawami.

Przykład pochodzi z materiału edukacyjnego:
Jesień, Katarzyna Cichońska-Balińska, Karolina Zajączkowska



Czasem **twój** organizm ma mało energii.

Jesteś wtedy zmęczony i zdenerwowany.

Dostałeś energię z niedobrych cukrów.

Na przykład ze słodczy.

Przykład pochodzi z materiału edukacyjnego:
Pokarm - budulec i źródło energii, Dorota Kaczorowska



- **Ostrożnie używaj zaimków**, na przykład „on”, „to”.

Bajki filozoficzne kończą się **moralem**.

Morał to rada jak należy postępować.

Morał to też rada jak nie postępować.

To kilka mądrych słów na końcu bajki.

Na przykład: Nie kradnij.

Przykład pochodzi z materiału edukacyjnego:
Życzliwość, kompromis, współpraca, Katarzyna Kruś-Kubaszewska



- Tam gdzie możliwe, **używaj zdań pozytywnych**, a nie negatywnych.

W tekstach edukacyjnych warto informacje przekazywać w dwóch formach: zdania pozytywnego i negatywnego.

Ostrożnie włóż wtyczkę do gniazdka.

Powinieneś mieć suche ręce.

Nie dotykaj mokrymi rękami urządzeń elektrycznych!

Możesz zostać porażony prądem.



Komentarz: W tekstach edukacyjnych warto informacje przekazywać w dwóch formach: zdania pozytywne i negatywne.

W przestrzeni publicznej i w miejscach praktyk uczniowie często będą się spotykać z formami negatywnymi (Nie dotykać! Nie przeszkadzać! Nie deptać trawników!).

Przykład pochodzi z materiału edukacyjnego: **BHP w kuchni**, Dorota Mróz

- **Używaj strony czynnej, nie biernej.**

Strona bierna

Grabie służą do:

- równania ziemi na grządkach
- usuwania opadłych liści.

Nie

Strona czynna

Za pomocą grabi możesz:

- równać ziemię na grządkach
- usuwać opadłe liście.

Tak



Przykład pochodzi z materiału edukacyjnego:

Jesień, Katarzyna Cichocka-Balińska, Karolina Zajączkowska

Wyrazy

- **Postępuj się prostymi i łatwymi do zrozumienia wyrazami.**
- **Tłumacz trudne wyrazy** związane z tematem. Podawaj przykłady.

Współpracować to znaczy robić coś razem.

Współpracować możesz z inną osobą lub z grupą ludzi.

Współpracujesz na przykład kiedy:

- razem z kolegą rozwiązujesz zadanie
- dzielisz się podczas zabawy
- bawisz się w zgodzie z innymi dziećmi
- uzgadniasz kompromis.



Przykład pochodzi z materiału edukacyjnego:

Życzliwość, kompromis, współpraca, Katarzyna Kruś-Kubaszewska

- W całym tekście **używaj tych samych wyrazów na opisywanie tych samych rzeczy** lub zjawisk.
- **Nie używaj metafor.** Jeśli materiał edukacyjny wymaga użycia metafory, dobrze wyjaśnij jej znaczenie. Stosuj przykłady powszechnie znane.

Tekst oryginalny sonetu Stepów Akermzańskie

Wpłynąłem na suchego przestwór oceanu,
Wóz nurza się w zieloność i jak łódka brodzi,
Śród fali łąk szumiących, śród kwiatów powodzi,
Omijam koralowe ostrowy burzanu.

Opracowanie w tekście łatwym do czytania i zrozumienia

Poeta Adam Mickiewicz jechał po stepie.
Na stepie rośnie bardzo dużo roślin.
Są tam trawy, kwiaty i krzewy.
Poeta omijał krzewy.

Przykład pochodzi z materiału edukacyjnego:

Jak i po co poeci piszą wiersze, Iwona Skrzypczyk-Gałkowska



- **Nie używaj słów zapożyczonych z innych języków**, chyba że są bardzo dobrze znane w Polsce.

Nazwę programu **Microsoft Word** (czytaj majkrosoft łord) zapisujemy w skrócie MS Word.

MS Word służy do pisania tekstu i tworzenia dokumentów.

MS Word można używać na komputerze, **laptopie, tablecie** i w telefonie.



Komentarz: W tekście nie tłumaczymy słów **laptop i tablet** ponieważ są one powszechnie znane i używane przez uczniów, nawet z najmłodszych klas.

Przykład pochodzi z materiału edukacyjnego:

Program Microsoft Word, Agata Kucharska-Paczko

- **Nie stosuj znaków specjalnych.**

W materiałach edukacyjnych stosujemy wyjątki od tego standardu wynikające m.in. z podstawy programowej.

- **Nie stosuj skrótów.**

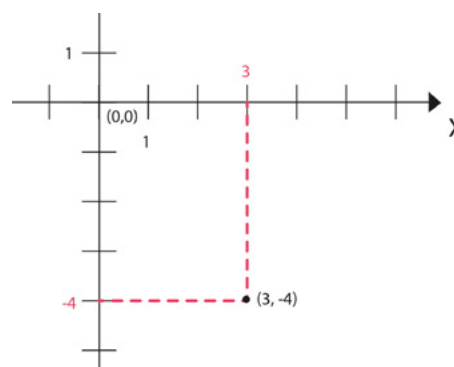
Każdy punkt ma swoje współrzędne: współrzędną x i współrzędną y .

Na przykład $(3, -4)$.

Pierwszą współrzędną 3 trzeba zaznaczyć na osi X .

Drugą współrzędną -4 trzeba zaznaczyć na osi Y .

Miejsce gdzie przecinają się linie narysowane od współrzędnych, wyznacza punkt.



Komentarz 1: Użycie w tekście nawiasu przy określeniu współrzędnych ma charakter edukacyjny i wynika z podstawy programowej, której materiał dotyczy.

Komentarz 2: Powszechnie używany skrót **Np.** w tekście łatwym zawsze piszemy pełnymi wyrazami **Na przykład**.

Przykład pochodzi z materiału edukacyjnego: **Funkcje**, Katarzyna Prościńska

Doświadczenie z pryzmatem

Przed doświadczeniem musisz wiedzieć:

- kim był Isaac Newton (czytaj Izaak Niuton)
- co to jest pryzmat.



Komentarz: Wyjątkiem od standardu niestosowania znaków specjalnych jest zapis fonetyczny obcych nazwisk i nazw umieszczany w nawiasie.

Przykład pochodzi z materiału edukacyjnego:

Zjawisko rozszczepienia światła, Katarzyna Ceremuga

- **Nie używaj procentów i dużych liczb.**

W materiałach edukacyjnych stosujemy wyjątki wynikające wyłącznie z podstawy programowej.

1 jednostka astronomiczna

jest równa odległości Ziemi od Słońca.

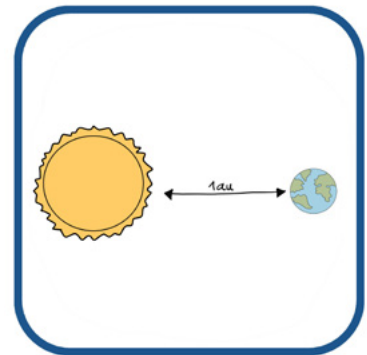
1 jednostkę astronomiczną

w skrócie zapisujemy 1au.

Odległość Ziemi od Słońca

to około 149,5 miliona kilometrów.

1au = 149,5 mln km.



Komentarz: Użycie w tekście dużych liczb ma charakter edukacyjny i wynika z podstawy programowej, której materiał dotyczy.

Przykład pochodzi z materiału edukacyjnego: **Układ słoneczny**, Katarzyna Prościńska

- **Liczby zapisuj cyframi** a nie słownie.

Dawno temu żyli **3 bracia**: Lech,
Czech i Rus.
Bracia byli mądrzy i odważni.
Opiekowali się ludźmi ze swoich rodów.
Ród to grupa kilku rodzin.



Przykład pochodzi z materiału edukacyjnego:
Legenda o Lechu, Czechu i Rusie, Magdalena Zduńczyk

W **trzecim** etapie eksperymentu
wybierasz metodę badawczą.
Metoda badawcza to plan doświadczenia.

W tym etapie opisujesz:

- składniki doświadczenia
- jakiego użyjesz sprzętu
- czynności jakie musisz wykonać.



Komentarz: Wyjątkiem od zapisywania liczb cyframi jest zapis liczebników porządkowych.
Pomaga to uczniom ze szczególnymi potrzebami odróżnić liczebniki porządkowe od głównych.

Przykład pochodzi z materiału edukacyjnego:
Laboratorium. Doświadczenie i eksperyment. Joanna Świeczkowska

Jak zapisać tekst

- **Stosuj format A4.**

Komentarz: W zależności od potrzeb, głównie ilustracyjnych, można stosować format A4 w orientacji poziomej.

- **Stosuj małą objętość tekstu** (liczbę stron).

Komentarz: Zaleca się, żeby opracowane materiały edukacyjne miały od 12 do 16 stron. Pozwala to na omówienie prezentowanego tematu w ciągu jednej lekcji.

- **Używaj dużej przejrzystej i wyraźnej czcionki**, minimum 14 punktów, bezszeryfowej (np. Arial, Verdana, Calibri)

Komentarz: Każda z czcionek bezszeryfowych ma inną wielkość. Calibri jest najmniejsza, dlatego zaleca się zapis tekstu w materiale edukacyjnym czcionką o wielkości 16 pkt. Arial jest większy, dlatego czytelny jest tekst o wielkości 14 pkt. Największą czcionką jest Verdana.

- **Nie stosuj ozdobnej czcionki** cieniowanej lub obrysowanej.

- **Nie pisz WYRAZÓW dużymi literami** (wersalikami)

Komentarz: Uczniowie z niepełnosprawnością często odczytują wyrazy zapisane wersalikami jako skrót, literując słowo. Niektóre programy czytające dla osób niewidomych mogą również odczytywać taki wyraz literując.

- **Ostrożnie używaj tła.**

Jeśli musisz, tło ma być w kontrastowym do czcionki kolorze, jednorodne, bez deseni.

- **Nie używaj kursywy.**

Komentarz: Tekst napisany kursywą deformuje wygląd liter i utrudnia ich odczytanie przez uczniów ze szczególnymi potrzebami edukacyjnymi.

- **Stosuj większe odstępy między wierszami** (interlinia – minimum 1,15, najlepiej 1,3)

- **Nie używaj przypisów.**

Wszystkie odwołania, wyjaśnienia pisz w tekście głównym, zaraz po użyciu wyrazu/wyrażenia objaśnianego.

Ilość opadów mierzymy deszczomierzem.

Deszczomierz to mały pojemnik.

Do pojemnika wpada woda z deszczu lub ze śniegu.

Ilość opadów mierzymy w milimetrach.

Przykład pochodzi z materiału edukacyjnego:

Pogoda i składniki pogody, Izabela Zimnicka



- **Nie używaj skomplikowanej interpunkcji**, czyli zbyt dużo przecinków, kropek i innych znaków.

Komentarz: Z uwagi na charakter edukacyjny materiałów zaleca się zachowanie obowiązujących w języku polskim zasad interpunkcji.

- **Używaj wypunktowań** jeśli piszesz o większej liczbie spraw.

Prezydent ma swoje uprawnienia.

Uprawnienia są zapisane w Konstytucji.

Nazywają się tam **prerogatywy**.

Na przykład Prezydent:

- może podpisać ustawy lub ich nie podpisać
- powołuje sędziów
- ogłasza termin wyborów do Sejmu i Senatu.



Przykład pochodzi z materiału edukacyjnego:

Jak zostać Prezydentem Rzeczypospolitej Polskiej, Małgorzata Roguszevska

- Zadbaj o to, by materiał miał **przejrzysty spis treści i wyraźne tytuły**.

Komentarz: Zastosowanie podziału materiału na krótkie rozdziały z tytułami umożliwia w razie potrzeby korzystanie z materiału na więcej niż jednej lekcji.

- **Tekst wyrównuj do lewej strony. Nie justuj tekstu!**

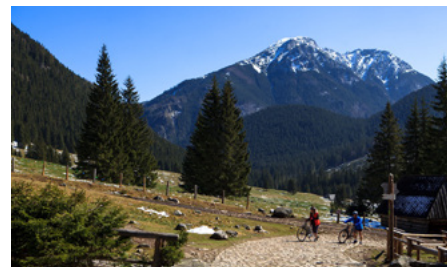
Komentarz: Wyjustowany tekst zniekształca (rozciąga) wygląd liter i utrudnia ich odczytanie przez uczniów ze szczególnymi potrzebami edukacyjnymi.

- **Nie przenoś wyrazów**, rozdzielając je kreską na końcu wiersza.
- **Rozpocznij i zakończ zdanie zawsze na tej samej stronie.**

Tatry Zachodnie zbudowane są ze skał wapiennych.
W skałach wapiennych jest dużo jaskiń.
Największa jaskinia w Polsce to **Wielka Jaskinia Śnieżna**.



Tatry Zachodnie mają piękne doliny.
Na przykład:
– Dolina Chochołowska
– Dolina Kościeliska.
Na zdjęciu obok jest Dolina Chochołowska.



Przykład pochodzi z materiału edukacyjnego:
Krajobraz wysokogórski w Polsce, Katarzyna Bulanda

- **Podziel tekst na krótkie akapity z dużymi odstępami.**

Komentarz: W materiałach edukacyjnych zaleca się podział strony A4 w orientacji pionowej na 3 akapity. Każdy akapit powinien mieć 4 do 6 wersów. Czasami, zwłaszcza przy wypunktowaniach liczba wersów może być większa. Wynika to wyłącznie z merytorycznej zawartości akapitów. Czasami merytoryczna zawartość opracowania wymaga umieszczenia na stronie 4 akapitów z mniejszą ilością tekstu w akapicie. Materiały, na przykład z informatyki lub matematyki, wymagają zastosowania dużych ilustracji, na szerokość całej strony A4. Są to na przykład zrzuty ekranu zawierające wiele ważnych szczegółów lub tabele i wykresy matematyczne. W przypadku zastosowania poziomej orientacji A4, na jednej stronie powinny być optymalnie 2 akapity. W tej orientacji w jednym wersie mieści się więcej tekstu.

- **Wykresy i tabele stosuj tylko wtedy, kiedy są proste i dobrze objaśnione.**

Przykład⁹:

Jan Kowalski przez większość czasu pracuje przy komputerze. Zajmuje się również szkoleniami i przygotowaniem informacji łatwej do czytania i zrozumienia. To zajmuje mu jednak mniej czasu niż praca przy komputerze. Jan Kowalski uczestniczy również w konferencjach. Na to przeznaczają najmniej czasu.

Zamiast powyższego tekstu:

Czas pracy Jana Kowalskiego dzieli się na:



⁹ Przykład zaczerpnięty z publikacji „Informacja dla wszystkich. Europejskie standardy...”

- Przygotowując opracowany tekst do opublikowania, **upewnij się, że ważne informacje są łatwe do znalezienia**. Ważną informację lub trudne słowo wyróżnij **pogrubieniem** (bold). Główne myśli wyróżnij w punktach.

Zasady dbania o swoje zdrowie:

1. Jedz zdrowe jedzenie.

Stosuj się do zasad zdrowego żywienia.



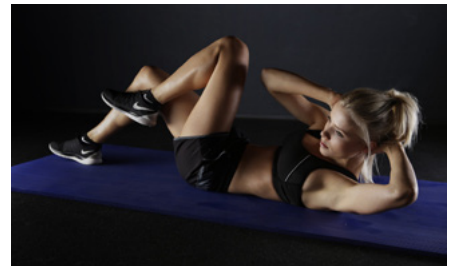
2. Wysypiaj się.

Osoby wyspane lepiej się uczą i mało chorują.



3. Ćwicz i uprawiaj sport.

Kto ćwiczy jest szczupły.
Ma więcej siły na naukę i zabawę.



Przykład pochodzi z materiału edukacyjnego:

Dbam o zdrowie, Marta Woźniak, Małgorzata Ciesielska

- **Numeruj strony opracowania.**
- **Stosuj grafikę przy tekście** – obrazki, zdjęcia, rysunki lub symbole.

6.1. Przykłady zastosowania standardów dotyczących grafiki

- Ilustracjami mogą być **zdjęcia, rysunki** lub **symbole (piktogramy)**.
- Należy używać tego samego sposobu ilustrowania w całym dokumencie.

Komentarz: Materiały ćwiczeniowe w edukacji mogą wymagać ze względów merytorycznych i dydaktycznych użycia różnych rodzajów ilustracji w jednym opracowaniu.

- W całym dokumencie używa się tej samej ilustracji dla zobrazowania tego samego obiektu, sprawy czy sytuacji.
- Ilustracje powinny być odpowiednie dla osób, dla których przeznaczony jest tekst (nigdy nie używaj obrazków dla dzieci w tekście dla osób dorosłych).
- Ilustracje powinny być umieszczone przy tym fragmencie tekstu, który pomagają wyjaśnić.

Komentarz: Kiedy w jednym akapicie jest kilka różnych informacji, np. w wypunktowaniach, należy wybrać najważniejsze informacje i je zilustrować.

W przyrodzie występują też osady czyli:

- rosa
- szron
- szadź
- gołoledź.

Rosa to kropelki wody.

Rosę możesz zobaczyć latem na trawie i listkach.



Przykład pochodzi z materiału edukacyjnego: **Pogoda i składniki pogody**, Izabela Zimnicka

- Fotografie muszą być wyraźne i nie mogą zawierać zbyt wielu szczegółów.

Mroźna i śnieżna zima to trudny czas dla ptaków.

Niektóre ptaki zostają zimą w Polsce.

Bez pomocy ludzi jest im trudno znaleźć jedzenie.



Przykład pochodzi z materiału edukacyjnego:

Pory roku. Zima, Marta Woźniak, Małgorzata Ciesielska

7. Jak tworzyć materiały audio i wideo w formacie łatwym do zrozumienia

7.1. Standardy informacji wideo

Pomocne w edukacji uczniów z różnymi potrzebami jest stworzenie wideo łatwego do zrozumienia. Przy tworzeniu wideo łatwego do zrozumienia należy pamiętać o kilku zasadach:

- 1) Nagranie powinno być proste. To znaczy, że przekazywane informacje powinny być łatwe do zrozumienia.
- 2) Podczas nagrywania materiału wideo unikaj przyspieszeń i spowolnień. Rozpraszają one uwagę uczniów, którzy mogą mieć trudność z odbiorem informacji.
- 3) Jeśli do prezentowanego materiału wideo nagrywasz głos pamiętaj, żeby mówić wyraźnie i niezbyt szybko. Mów tylko o tym, co pojawia się na ekranie.
Na przykład: Jeśli mówisz o cukrach złożonych, pokaż tylko te produkty, w których one się znajdują - kasze lub ciemne pieczywo. Dzięki temu uczniowie będą mieli dostatecznie dużo czasu, żeby zrozumieć o czym mówisz.
- 4) Obraz nagrania powinien być wyraźny. Nie powinien być ani za jasny, ani zbyt ciemny. Nie powinien zawierać zbyt wielu szczegółów, które rozpraszają uwagę.
- 5) Nagranie obrazu i dźwięku powinno być wysokiej jakości.
- 6) Materiał wideo nie powinien być zbyt długi. Nie powinien trwać dłużej niż 20 lub maksymalnie 30 minut.
- 7) Jeśli zmieniasz miejsce nagrywania filmu, wyjaśnij gdzie znajduje się kolejne miejsce.
- 8) Materiał wideo, w którym nagrany jest głos, powinien zawierać napisy na dole. Ułatwią one odbiór informacji uczniom głuchym, słabosłyszącym lub pozostałym, jeśli osoba na nagraniu mówi niewyraźnie. Napisy nie mogą jednak rozpraszać uwagi uczniów.

Napisy w wideo łatwym do zrozumienia powinny:

- a) być zgodne ze standardami tworzenia łatwej informacji tekstowej,
- b) czcionka powinna być większa niż w zwykłych nagraniach,
- c) pozostawać na ekranie tak długo, jak to możliwe. Dzięki temu uczniowie z niepełnosprawnością intelektualną będą mieli wystarczająco dużo czasu by je przeczytać,
- d) należy zachować odpowiedni kontrast pomiędzy napisami a tłem. Zaleca się, żeby na dole ekranu zrobić ciemny pasek, na którym będą wyświetlane białe litery. Pasek powinien być częściowo przezroczysty, żeby było widać pod nim nagrane wideo,
- e) napisy powinny być w tym samym miejscu ekranu przez cały czas trwania filmu,
- f) uczeń powinien móc wyłączyć napisy w każdym momencie trwania filmu. Powinien mieć podaną wyraźną instrukcję jak to zrobić.

Pod nagraniem wideo warto dodatkowo przygotować dokument tekstowy (transkrypcję) z treścią materiału wideo. Dzięki temu uczniowie będą mogli wydrukować tekst i przeczytać przed lub po obejrzeniu wideo.

Niektóre nagrania wideo mają audiodeskrypcję, czyli nagrany głos, który opisuje to, co widać na ekranie. W ten sposób uczniowie niewidomi mogą zrozumieć, co dzieje się na ekranie.

Uczniom, którzy widzą, audiodeskrypcja może przeszkadzać. Dlatego ci uczniowie powinni mieć możliwość wyłączenia audiodeskrypcji w każdym momencie. Powinni mieć podaną wyraźną instrukcję mówiącą jak to zrobić.

7.2. Standardy informacji audio

Pomocne w edukacji uczniów z różnymi potrzebami jest stworzenie nagrania audio łatwego do zrozumienia. Tak przygotowany materiał może być korzystny dla większej grupy użytkowników, którzy nie mogą uzyskać dostępu do informacji opartej na kanałach wizualnych.

Przy tworzeniu nagrania audio łatwego do zrozumienia należy pamiętać o kilku zasadach:

- 1) W czasie nagrania mów jasno i wyraźnie. Używaj zrozumiałych dla uczniów słów.
Jeśli wprowadzasz nowe, trudne pojęcie, wyjaśnij jego znaczenie.
- 2) Rób pauzy w odpowiednich miejscach. Dzięki temu uczniowie będą mogli zrozumieć pierwszą część informacji, zanim usłyszą dalszy ciąg.
- 3) Dawaj zawsze wystarczająco dużo czasu na zrozumienie i wykorzystanie podanych informacji.
- 4) Upewnij się czy głos osoby, która mówi w twoim nagraniu jest przyjemny, to znaczy nie jest za niski i nie jest za wysoki.
- 5) Upewnij się, czy dźwięk ma dobrą głośność, to znaczy czy nie jest za głośny lub za cichy.
- 6) Sprawdź, czy w czasie nagrania nie ma żadnych zakłóceń ani hałasu w tle.
- 7) Powtarzaj ważne informacje.

Pod nagraniem audio warto dodatkowo przygotować dokument tekstowy (transkrypcję) z treścią nagrania audio. Dzięki temu uczniowie będą mogli wydrukować tekst i przeczytać przed lub po wysłuchaniu nagrania.

8. Sprawdzenie dostępności treści

Dostępność treści materiałów edukacyjnych i ćwiczeniowych w tekście łatwym do czytania i zrozumienia jest celem najważniejszym procesu ich tworzenia. Zatem należy pamiętać, że: **przed opublikowaniem tekst łatwy do czytania powinien podlegać sprawdzeniu dostępności treści przez osoby z niepełnosprawnością intelektualną. Uwagi konsultanta/ów należy uwzględnić w ostatecznej wersji tekstu.**

Uwaga!



Symbolem ETR można opatrzyć tekst wyłącznie skonsultowany przez co najmniej jedną osobę z niepełnosprawnością intelektualną. Jej imię i nazwisko należy zamieścić w informacji o publikacji (strona redakcyjna, stopka).

Jeżeli treść materiałów edukacyjnych i ćwiczeniowych jest sprawdzana przez uczniów – rówieśników planowanych odbiorców opracowań, proces konsultacji należy starannie przygotować i przeprowadzić. Nauczyciel – autor tekstu łatwego powinien wydrukować na pojedynczych kartkach przygotowany materiał, zapewnić spokojne, przyjazne miejsce konsultacji i omawiać poszczególne akapity, notując wszystkie uwagi ucznia. Należy pamiętać także o omawianiu wszystkich ilustracji, bezpośrednio po skonsultowaniu treści akapitu.

W zależności od objętości materiału a także umiejętności koncentracji ucznia/uczniów, stopnia zmęczenia i zainteresowania tematem, konsultacje można podzielić na dowolną liczbę części i przeprowadzać je przez kilka dni, najlepiej następujących po sobie.

Konsultując materiał ćwiczeniowy należy rozwiązać z uczniami wszystkie ćwiczenia zamieszczone w opracowaniu. Należy zwrócić szczególną uwagę na treści poleceń przed każdym ćwiczeniem – czy w jasny sposób opisują treść zadania do wykonania.

Jeżeli jakaś uwaga nie może być uwzględniona – ze względu na kontekst merytoryczny lub formalny (np. w ćwiczeniach), należy w jasny sposób wyjaśnić konsultantom dlaczego jej nie uwzględnimy.

9. Dostępność grafiki – teksty alternatywne

Każda grafika - zdjęcie, obrazek ozdobny, ikona, logo, wykres, animacje - w materiale edukacyjnym i ćwiczeniowym przygotowanym w wersji elektronicznej w formacie łatwym do czytania i zrozumienia powinna posiadać tekst alternatywny. Dzięki temu osoby z niepełnosprawnością wzroku - niewidome i słabowidzące za sprawą używanego oprogramowania (programy czytające) zapoznają się z opisem elementów nietekstowych.

Tekstu alternatywnego nie zapisuje się w tekście łatwym.

Opis alternatywny do grafiki:

- powinien być precyzyjny, spójny i zwięzły
- powinien być „neutralny uczuciowo”, tzn. nie przedstawiać poglądów autora
- nie powinien powielać już istniejących w materiale edukacyjnym i ćwiczeniowym informacji
- powinien opisywać zarówno to, co znajduje się na zdjęciu jak i jego kontekst.

Podczas opisywania grafik nie należy używać takich zwrotów, jak: Na tym zdjęciu znajduje się
Powinno się od razu napisać, co jest na zdjęciu.

Jeśli na grafice znajduje się jakiś tekst - należy uwzględnić go w opisie alternatywnym.

Przykłady opisów alternatywnych:

Przykład 1.

Każdy może sprawdzić czy ma odpowiednią wagę.
Czy nie jest za chudy ani za gruby.
Służy do tego wskaźnik BMI.
Wskaźnik BMI to wskaźnik masy ciała.
Wskaźnik pokazuje czy twoja waga jest odpowiednia do twojego wzrostu.



Tekst alternatywny: Chłopak siedzi w fotelu i myśli. Nad głową ma czerwony znak zapytania a obok jest chmurka z napisem: Jestem chudy czy gruby?

Przykład 2.

Rodzice Ani co roku w jej urodziny mierzyli ją i zapisywali jej wzrost.

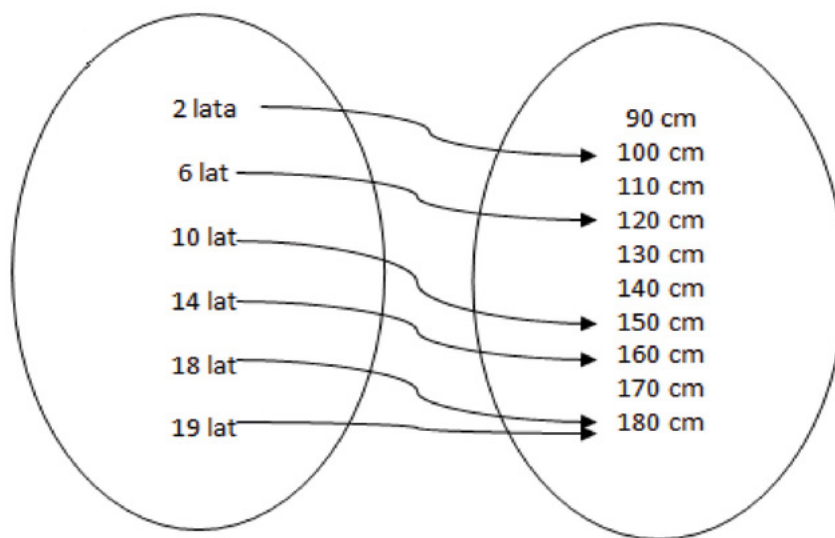
W jednym polu grafu zapisywali wiek.

W drugim polu wzrost Ani.

Strzałki pokazują, że w wieku 2 lat Ania miała 100 centymetrów.

W wieku 19 lat miała 180 centymetrów.

Graf pokazuje ile wzrostu miała Ania w różnym wieku.



Tekst alternatywny: Funkcja przedstawiona jako graf. Lewa część grafu przedstawia wiek Ani, prawa jej wzrost. W lewej części są podane następujące wartości: 2 lata, 6, 10, 14, 18, 19 lat. W prawej części są wartości od 90 do 180 cm. Wartości z lewej strony są połączone strzałką z odpowiednią wartością z prawej strony grafu. Na przykład 2 lata – 100 cm, 6 lat – 120 cm, 10 lat – 150 cm, 14 lat – 160 cm, 18 i 19 lat – 180 cm.

Przykład 3.

Elementy krajobrazu to:

- 1) ukształtowanie powierzchni
- 2) podłoże
- 3) roślinność i zwierzęta
- 4) działalność ludzi.



Tekst alternatywny: Na pierwszym planie zielona trawa na łące, potem grupy zielonych krzewów i drzew. Na horyzoncie pasmo gór. W górze błękitne niebo z białymi chmurami.

Przykład 4.

Jedzenie za dużej ilości pokarmów powoduje otyłość.

Otyłość może prowadzić do wielu chorób.

Zwracaj uwagę na to, czy zdrowo jesz.

Na opakowaniach jedzenia możesz zobaczyć ile jest substancji odżywczych.

Możesz przeczytać jakie to substancje.

Wartość odżywcza produktu:	w 100 ml produktu	w porcji 250 ml produktu	% RWS* w porcji 250 ml produktu
Wartość energetyczna	249 kJ 60kcal	628 kJ 150 kcal	8% 11%
Tłuszcze w tym kwasy tłuszczowe nasycone	3,2g	8,0g	25%
Węglowodany w tym cukry	4,7g	5,0 g	5%
Białko	3,0g	12g	15%
Sól	0,10g	0,25g	4%

Tekst alternatywny: Etykieta wartości odżywczych produktu w 100 mililitrach produktu, w porcji 250 mililitrów produktu i udział procentowy w porcji 250 mililitrów produktu.

100 ml daje wartość energetyczną 249 kilodżuli czyli 60 kilokalorii. Zawiera 3,2 grama tłuszczu w tym kwasy tłuszczowe nasycone, 4,7 grama węglowodanów w tym cukrów, 3 gramy białka i 0,10 grama soli. Pozostałe wielkości – proporcjonalnie.

10. Przygotowanie wersji elektronicznej do zamieszczenia na platformie internetowej

Materiały edukacyjne i ćwiczeniowe przed opublikowaniem ich na Zintegrowanej Platformie Edukacyjnej powinny mieć gotową część tekstową (treść), skonsultowaną przez osoby z niepełnosprawnością intelektualną oraz część graficzną (ilustracje).

Materiały w tekście łatwym do czytania i zrozumienia należy przenieść do Kreatora i umieścić w zakładce oznaczonej **logo tekstu łatwego** na Zintegrowanej Platformie Edukacyjnej.



Kreator umożliwia samodzielne tworzenie materiałów i udostępnianie ich.

Szczegółowa instrukcja dla użytkowników jak tworzyć i umieszczać materiały na

Zintegrowanej Platformie Edukacyjnej znajduje się w linku: <https://zpe.gov.pl/filmy-i-instrukcje>