

**М**етодические  
рекомендации  
и советы для  
проведения  
онлайн-занятий  
с подростками  
с расстройствами  
аутистического  
спектра



**Онлайн-занятия** — это важный инструмент для того, чтобы подросток с РАС получал опыт социального взаимодействия и освоил новый навык получения знаний через формат видеоконференций.



### **Преимуществами таких занятий являются:**

- Продуктивное времяпрепровождение с родителями;
- Обучение работе онлайн с помощью программ видеоконференций;
- Возможность общения независимо от территориального расположения;
- Увеличение самостоятельности подростка;
- Ускоренный процесс освоения знаний за счет интерактивного подхода;
- Возможность заниматься в удобном режиме;
- Расширение круга общения;
- Адекватная социальная коммуникация в принимающей среде.



### **Недостатками онлайн-занятий являются:**

- Невозможность организации групповых занятий, удовлетворяющих интересы и способности каждого подростка, из-за высокой вариативности особенностей;
- Необходимость участия родителей в отдельных случаях;
- Возможные технические сложности.

## **Методические рекомендации.**

### **Подготовка к занятию.**

Перед началом занятий необходимо провести индивидуальные беседы с каждым участником. Беседа проводится совместно с родителями. Это помогает снизить тревожность перед встречей с незнакомым человеком.

**Во время беседы нужно выяснить:** уровень и способ коммуникации подростка, его увлечения, специальные интересы, отношение к формату онлайн занятий.

После знакомства подростков распределяют по группам, с учетом уровня их коммуникации. Невербальным подросткам лучше участвовать в занятиях вместе с родителями, которые могут помочь.

**Важно.** Первое групповое занятие должен вести тот же человек, который проводил первичную беседу-знакомство. Участие знакомого человека снижает тревожность подростка и делает ситуацию более предсказуемой.

## **Формат занятий**

Каждое занятие должно начинаться в одно и то же время, т.к. для людей с РАС важна предсказуемость и рутина. Если меняется расписание и формат, необходимо предупреждать участников заблаговременно. Например, когда темой встречи была музыка, тьюторы заранее сообщили подросткам о том, что на следующем занятии будет просмотр музыкальных клипов.

В онлайн занятии должны чередоваться различные виды деятельности. Например, знакомство, приветствие, прочтение расписания, просмотр презентации на определенную тему, викторина, беседа, домашнее задание, прощание.

**Важно.** Темы встреч должны не только вызывать интерес у подростков, но и быть практическими, полезными и связанными с их жизнью.

## **Визуальная поддержка**

Необходимо, чтобы каждый раз занятие было построено по общепонятному и предсказуемому сценарию, а презентация всегда имела единую структуру. Слайды должны быть не перегружены информацией. Текст должен быть коротким, лучше использовать один шрифт, необходимо подобрать спокойную цветовую схему (чем меньше цветов, тем лучше). Кроме картинок стоит использовать примеры из жизни подростков: заранее просите присылать личные фотографии на тему и включайте их в презентацию. Правильно использовать визуальную поддержку, поскольку она облегчает коммуникацию. В качестве визуальной поддержки могут использоваться: расписание, слова, картинки, фотографии.

**Важно.** В занятии может присутствовать интерактивный элемент, который используется каждый раз. Например, викторина. Необходимо адаптировать её для всех участников: не использовать много вариантов ответов, дать возможность ответа невербальным участникам (жесты, напечатать ответ в чат), убрать соревновательный элемент.

## **Длительность занятий**

Комфортная продолжительность занятия 40-45 минут, что эквивалентно продолжительности урока в школе. Это помогает не терять концентрацию, внимание, эффективно осваивать новый материал.

## **Практические приемы**

Ведущему занятия следует говорить спокойным голосом, в размеренном темпе. Поощрять подростков за активность, за ответы на вопросы нужно сразу, как только прозвучала реплика. Поощрение вербальное, похвала, не слишком яркая, но она необходима каждый раз.

**Важно.** Если подросток может участвовать в занятиях самостоятельно, необходимо проговорить с родителями то, что они не вмешиваются в процесс.

Мы рады делиться опытом!  
Для дополнительной  
консультации напишите  
на почту: [info@antontut.ru](mailto:info@antontut.ru)