

ΠΡΟΣΑΡΜΟΣΜΕΝΗ ΦΥΣΙΚΗ ΑΓΩΓΗ & ΕΝΤΑΞΗ ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ ΜΕ ΕΙΔΙΚΕΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΕΣ ΑΝΑΓΚΕΣ

Μπαρτζώκα Αλεξία
Καθηγήτρια Προσαρμοσμένης
Φυσικής Αγωγής
alxbartzoka@gmail.com
06/09/2019

Βασικές Δυσκολίες – Χαρακτηριστικά παιδιών με ΔΕΠ-Υ

ΑΠΡΟΣΕΞΙΑ – ΥΠΕΡΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑ –
ΠΑΡΟΡΜΗΤΙΚΟΤΗΤΑ – συχνά απουσιάζει ο
ΑΥΤΟΕΛΕΓΧΟΣ

ΑΥΤΟΕΛΕΓΧΟΣ:

Είναι μια δεξιότητα η οποία διευκολύνει το άτομο να σκέφτεται, να προγραμματίζει και να οργανώνει

ΑΠΡΟΣΕΞΙΑ

- Συχνά δυσκολεύεται να διατηρήσει την προσοχή του σε δραστηριότητα
- Συχνά δεν ακολουθεί οδηγίες
- Συχνά αποφεύγει να εμπλακεί σε δραστηριότητα που απαιτεί παρατεταμένη προσπάθεια
- Διασπάται εύκολα από εξωτερικά ερεθίσματα
- Δίνει την εντύπωση ότι δεν ακούει πάντα όταν του απευθύνουν το λόγο

ΥΠΕΡΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑ

- Δείχνει να κινείται με μοτεράκι
- Συχνά κουνάει νευρικά χέρια πόδια, αλλάζει θέση, ακόμη και όταν επιβάλλεται να μείνει ακίνητο
- Συχνά τρέχει ή σκαρφαλώνει με τρόπο που είναι υπερβολικός σε περιστάσεις που δεν ταιριάζουν τέτοιες συμπεριφορές
- Συχνά μιλά υπερβολικά

ΠΑΡΟΡΜΗΤΙΚΟΤΗΤΑ

- Συχνά απαντά απερίσκεπτα
- Εκδηλώνει επιθετικότητα και αρνητισμό – έχει έντονο το αίσθημα δικαίου – θυμώνει πολύ όταν αδικείται
- Συχνά διακόπτει ή ενοχλεί τους άλλους

ΝΑ ΘΥΜΑΣΤΕ

- Καταγράφει χωρίς να φιλτράρει
- Μαθαίνει με ανοργάνωτο τρόπο
- Προσπαθεί να συγκεντρωθεί όμως το σώμα του ζητάει να κουνηθεί
- Προσπαθεί να κατανοήσει αλλά η εργαζόμενη μνήμη του δυσκολεύεται
- Η διατήρηση της προσοχής και ο αυτοέλεγχος χειροτερεύουν ή καλυτερεύουν χωρίς λογική εξήγηση

ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΠΑΙΔΙΩΝ ΜΕ Δ.Α.Φ

- ❖ Έλλειψη γνώσης σώματος
- ❖ Δυσκολία στην λεπτή και αδρή κινητικότητα
- ❖ Προβλήματα αισθητηριακής ολοκλήρωσης
- ❖ Απτική αμυντικότητα
- ❖ Δυσκολία στην σωματική καθοδήγηση
- ❖ Δυσκολία στην εκτέλεση σύνθετων δραστηριοτήτων & εντολών

- ❖ Δυσκολία στον προσανατολισμό
- ❖ Δυσκολία στην ολοκλήρωση μιας προσπάθειας
- ❖ Δυσκολία στην μετάβαση (αλλαγή προσώπων, χώρων, δραστηριοτήτων)
- ❖ Δεν κατανοεί μεταφορές και παρομοιώσεις
- ❖ Αδυναμία διαχωρισμού δεξιού - αριστερού (πλευρίωση)
- ❖ Δυσκολία στην κατανόηση της έννοιας του ανταγωνισμού

Όμως ένα παιδί με ΔΑΦ.....

- ✓ Αγαπάει την ρουτίνα
- ✓ Αγαπάει το δομημένο πρόγραμμα
- ✓ Προτιμά τις σταθερές σχέσεις – σχέσεις εμπιστοσύνης
- ✓ Λατρεύει τα μικρά – ολιγόλεπτα διαλείμματα
- ✓ Λατρεύει την ενίσχυση – ενισχυτές
- ✓ Ανταποκρίνεται στην θετική ή αρνητική ενίσχυση
- ✓ Συχνά διαθέτει ικανότητες που εκπλήσσουν

Εκπαιδευτικές Παρεμβάσεις - Προσαρμοσμένη Φυσική Αγωγή

- Βάζουμε κανόνες – εύκολους κανόνες
- Υπενθυμίζουμε τους κανόνες διαρκώς
- Δραστηριότητες που επιτρέπουν την επιτυχή εκτέλεση τους
- Δώστε το έναυσμα για να ξεκινήσει
- Αποφυγή σύγκρισης της απόδοσης
- Χωρισμός των ασκήσεων σε μικρότερα μέρη
- Επίδειξη ασκήσεων

- Βάλτε δίπλα έναν συμμαθητή που μπορεί να προσφέρει βοήθεια άμεσα
- Η μίμηση είναι καλή και πετυχημένη στρατηγική
- Χρήση συν ασκούμενου
- Σύντομες οδηγίες
- Απλό λεξιλόγιο
- Ουδέτερο περιβάλλον – αφαιρέστε όλα τα διασπαστικά στοιχεία
- Ποικιλία ασκήσεων
- Ενθάρρυνση & ενίσχυση

- Αποφυγή υψηλού τόνου φωνής και ελαχιστοποίηση θορύβου
- Πρέπει να υπάρχει οπτική επαφή με όλους τους μαθητές
- Το σχήμα Π είναι μια καλή πρόταση για την συγκέντρωση και έναρξη του μαθήματος της ΦΑ
- Χαμηλώνω το ύψος μου – βλεματική επαφή με τον μαθητή – κρατάω από τους ώμους
- Ασκήσεις για βελτίωση αερόβιας ικανότητας
- Ασκήσεις ενδυνάμωσης
- Ασκήσεις ευλυγισίας
- Ασκήσεις ισορροπίας

Επιτυχία όταν.....

- Ακολουθεί λεκτικές και μη οδηγίες σε επίπεδο 1-1 και σε ομάδα
- Περιμένει την σειρά του – σε ουρά – τον ΚΦΑ να του δώσει εντολή
- Κατανοεί την ύπαρξη κοινωνικών κανόνων
- Και.....
- Συμμετέχει με κατάλληλο τρόπο σε δομημένες δραστηριότητες
- Συμμετέχει με κατάλληλο τρόπο σε δομημένο κινητικό παιχνίδι & ελεύθερο παιχνίδια
- προσαρμόζει την συμπεριφορά του σε διαφορετικές καταστάσεις

ΣΑΣ ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ!!!!
ΚΑΛΗ ΣΧΟΛΙΚΗ ΧΡΟΝΙΑ!

