



## Προσαρμοσμένη Φυσική Αγωγή στο σχολικό περιβάλλον



Σοφία Μπάτσιου  
Επίκουρη καθηγήτρια  
ΤΕΦΑΑ/ΔΠΘ

### Προσαρμοσμένη Φυσική Αγωγή (ΠΦΑ) Προσαρμοσμένη Φυσική Αγωγή (ΠΦΑ)



Είναι ο **ΔΙΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟΣ** κλάδος που χρησιμοποιεί την άσκηση και την άθληση, τροποποιημένα και προσαρμοσμένα, για να ικανοποιήσει τις **ατομικές ανάγκες των ασκουμένων.**



## Νόμος 3699/2008

### Μαθητές με αναπηρία και ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες

- όσους για **ολόκληρη ή ορισμένη** περίοδο της σχολικής τους ζωής
- εμφανίζουν σημαντικές δυσκολίες μάθησης εξαιτίας αισθητηριακών,
  - νοητικών, γνωστικών, αναπτυξιακών προβλημάτων,
  - ψυχικών και νευροψυχικών διαταραχών,
  - οι οποίες σύμφωνα με τη διεπιστημονική αξιολόγηση,
- επηρεάζουν τη διαδικασία της σχολικής προσαρμογής και μάθησης.

### Μαθητές με αναπηρία και ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες

- νοητική ανεπάρκεια ή ανωριμότητα
- σοβαρά προβλήματα όρασης (τυφλοί, αμβλύωπες)
- σοβαρά προβλήματα ακοής (κωφοί, βαρήκοοι)
- νευρολογικά ή ορθοπεδικά ελαττώματα ή προβλήματα υγείας
- προβλήματα λόγου και ομιλίας
- ειδικές δυσκολίες στη μάθηση, όπως δυσλεξία, δυσαριθμησία, δυσαναγνωσία
- σύνθετες γνωστικές, συναισθηματικές και κοινωνικές δυσκολίες και όσοι παρουσιάζουν αυτισμό και άλλες διαταραχές ανάπτυξης
- Πρόσωπα νηπιακής, παιδικής και εφηβικής ηλικίας που δεν ανήκουν σε μία από τις προηγούμενες περιπτώσεις αλλά έχουν ανάγκη από ειδική εκπαιδευτική προσέγγιση και φροντίδα για ορισμένη περίοδο της σχολικής τους ζωής.
- Οι μαθητές με σύνθετες γνωστικές, συναισθηματικές και κοινωνικές δυσκολίες, παραβατική συμπεριφορά λόγω κακοποίησης, γονεϊκής παραμέλησης και εγκατάλειψης ή λόγω ενδοοικογενειακής βίας, ανήκουν στα άτομα με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες.

## Μαθητές με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες

- είναι και οι μαθητές με ιδιαίτερες νοητικές ικανότητες και ταλέντα.
- Ως μαθητές με ιδιαίτερες νοητικές ικανότητες και ταλέντα ορίζονται αυτοί που έχουν μία ή περισσότερες ικανότητες ανεπτυγμένες σε βαθμό που ξεπερνά κατά πολύ τα προσδοκώμενα για την ηλικιακή τους ομάδα.
- Οι μαθητές αυτοί που στατιστικά αποτελούν περίπου το 5% του μαθητικού πληθυσμού, σχηματίζουν μία ετερόκλητη ομάδα με ένα μεγάλο εύρος διαφορετικών ικανοτήτων και ταλέντων.

Ν  
ό  
μ  
ο  
ς

3  
6  
9  
9  
/  
2  
0  
0  
8

## Ειδική Αγωγή και Εκπαίδευση (ΕΑΕ)

είναι το σύνολο των παρεχόμενων εκπαιδευτικών υπηρεσιών στους μαθητές με αναπηρία και διαπιστωμένες ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες ή στους μαθητές με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες.



**Ειδική αγωγή** είναι κάθε επιπλέον βοήθεια ή κατά οποιοδήποτε τρόπο διαφορετική από εκείνη που παρέχεται γενικά στα συνηθισμένα παιδιά μέσα στο κοινό σχολείο.



Αποτελεί μέρος του όλου εκπαιδευτικού προγράμματος, το οποίο συμπληρώνει, ενισχύει και υποστηρίζει

Παρέχεται για μεγάλα ή μικρά χρονικά διαστήματα

3699 /2008

Άτομα με ειδικές  
εκπαιδευτικές ανάγκες



ειδική εκπαίδευση



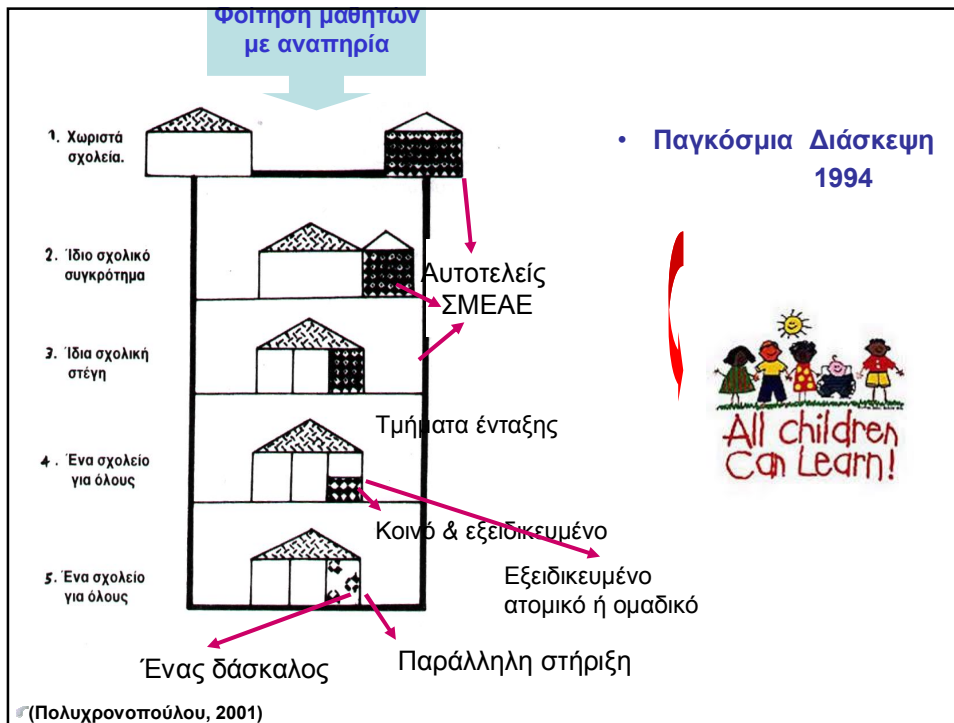
• Ολόπλευρη και αποτελεσματική ανάπτυξη και αξιοποίηση των δυνατοτήτων και ικανοτήτων τους

• Ένταξή τους στην παραγωγική διαδικασία

• Αλληλοαποδοχή τους από το κοινωνικό σύνολο

### Ειδική Αγωγή και Εκπαίδευση (ΕΑΕ)

- Η ΕΑΕ όπως και η γενική εκπαίδευση, είναι **υποχρεωτική και λειτουργεί ως αναπόσπαστο τμήμα της ενιαίας δημόσιας και δωρεάν εκπαίδευσης.**
- Το κράτος υποχρεούται να παρέχει ΕΑΕ σε σχολεία **Προσχολικής, Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης.**
- Αποκλειστικός φορέας της ΕΑΕ είναι το Υπουργείο Εθνικής Παιδείας και Θρησκευμάτων (ΥΠ.Ε.Π.Θ.).
- Το είδος και ο βαθμός των ειδικών εκπαιδευτικών αναγκών προσδιορίζουν τη μορφή, τον τύπο και την κατηγορία των σχολικών μονάδων ΕΑΕ.
- Η ΕΑΕ περιλαμβάνει σχολικές μονάδες ειδικής εκπαίδευσης με κατάλληλες κτιριολογικές υποδομές, **προγράμματα συνεκπαίδευσης**, προγράμματα διδασκαλίας στο σπίτι, καθώς και τις αναγκαίες διαγνωστικές, αξιολογικές και υποστηρικτικές υπηρεσίες.



**Ερευνητές υποστηρίζουν**

- Η συνεκπαίδευση παιδιών διαφορετικών φυσικών, πνευματικών, συμπεριφοριστικών χαρακτηριστικών αυξάνει την ποιότητα της εκπαίδευσης για όλα τα παιδιά με ή χωρίς ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες.

Προϋποθέσεις  
για την επιτυχία της συνεκπαίδευσης

• Θα δεχθεί βοήθεια το  
παιδί με αναπηρία

• Δε θα "πέσει" η απόδοση  
του τμήματος



- Σωστή διάγνωση του παιδιού
- Σχολείο
- Προσαρμογές
- Μικρός αριθμός μαθητών
- Υλικοτεχνική υποδομή
- **Εκπαιδευτικοί**
- Κατανομή Ευθυνών

- Πρόγραμμα
- **Υποστήριξη εκπαιδευτικών**
- Προετοιμασία μαθητών
- Προετοιμασία γονέων
- Παρακολούθηση-Αξιολόγηση προγράμματος.



**3699 /2008**

- Για τον προσδιορισμό των εκπαιδευτικών αναγκών και το σχεδιασμό του ΕΠΕ των μαθητών με διαταραχές όρασης ή ακοής, με κινητικές ανεπάρκειες, με χρόνια νοσήματα, με ψυχικές διαταραχές καθώς και όσων άλλων λαμβάνουν φαρμακευτική αγωγή, απαιτείται η συνεργασία του ΚΕΔΔΥ με τις άλλες ιατρικές υπηρεσίες για να προτείνουν τις αναγκαίες εργονομικές διευθετήσεις με στόχο την καλύτερη πρόσβαση και παραμονή τους στους χώρους της εκπαίδευσης.

**Προσωπικό ΚΕΔΔΥ**

*εκπαιδευτικό ΕΑΕ (προσχολικής ή  
πρωτοβάθμιας ή δευτεροβάθμιας  
εκπαίδευσης),  
παιδοψυχίατρο ή παιδίατρο  
κοινωνικό λειτουργό,  
ψυχολόγο  
Λογοθεραπευτή  
Φυσικοθεραπευτής !!*

## Διαφορική Διάγνωση ή Διαφοροδιάγνωση

■ είναι η διαγνωστική διαδικασία μέσω της οποίας αποκλείονται παθήσεις με παρόμοια συμπτώματα ώστε να καταλήξουν στην επικρατέστερη διάγνωση.



■ Διεπιστημονική αξιολόγηση



- τη συγκέντρωση των αναγκαίων δεδομένων για το σχεδιασμό και την εφαρμογή κατάλληλων εκπαιδευτικών προγραμμάτων και την παροχή κατάλληλων υποστηρικτικών δομών και υπηρεσιών.

## Δάσκαλος Φυσικής Αγωγής



Σχολικό σύμβουλο φυσικής αγωγής;

Σχολικό σύμβουλο ειδικής αγωγής;



### Ανθρώπινα δικαιώματα

○ Εννοούμε το σύνολο των ελευθεριών, που δηλώνουν τη δυνατότητα του ανθρώπου να σκέπτεται, να εκφράζεται, να αποφασίζει και να ενεργεί χωρίς εξωτερικούς καταναγκασμούς, παρά μόνο με κανόνες που διασφαλίζουν την αρμονική συμβίωση των μελών της κοινωνίας.

*Πνευματικά, Ψυχολογικά, Κοινωνικά, Πολιτικά, Οικονομικά*

## ΣΧΟΛΙΚΗ ΤΑΞΗ ΣΥΝΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ!!!

Το έργο των δασκάλων Φυσικής Αγωγής στα τμήματα συνεκπαίδευσης είναι πολύ δύσκολο γι' αυτό το λόγο χρειάζονται διάφορα συστήματα υποστήριξης, όταν κληθούν να διδάξουν σε τμήματα όπου οι μαθητές παρουσιάζουν διαφορετικές ανάγκες. (Graft, 1994)

Την καλή οργάνωση των τμημάτων συνεκπαίδευσης  
Την εξασφάλιση της υλικοτεχνικής υποδομής  
Τον εξοπλισμό  
Τη διευκόλυνση του δασκάλου στο έργο του



με τη χρησιμοποίηση πρόσθετου εκπαιδευτικού ειδικής αγωγής ή προσαρμοσμένης φυσικής αγωγής

με την εκπαίδευση και χρησιμοποίηση μαθητών εκπαιδευτών.  
(Vogler et al., 2000)

## Κατάλληλος δάσκαλος Φ.Α.;

Προϋπηρεσία

Εκπαίδευση

Εμπειρία





## Φιλοσοφία της εκπαίδευσης

### Βασικές αρχές

- Διαφέρουν τα ενδιαφέροντα και οι ανάγκες των μαθητών
- Κάθε μαθητής είναι μια μοναδική και σημαντική προσωπικότητα
- Ένα παιδί μπορεί να έχει πρόβλημα αλλά δεν είναι προβληματικό. Έχει ικανότητες, αδυναμίες, ενδιαφέροντα κ.α.
- Κανένα παιδί δεν είναι "μη εκπαιδεύσιμο". Όλα μπορούν να ωφεληθούν από το κατάλληλο γι' αυτά εκπαιδευτικό πρόγραμμα
- Κάθε παιδί έχει δικαίωμα στην εκπαίδευση και στην επαγγελματική και κοινωνική αποκατάσταση.



### Σκοπός Φυσικής αγωγής :

- Μέσα από ποικίλες κινητικές και αθλητικές δραστηριότητες να βοηθήσει κατά προτεραιότητα στη σωματική ανάπτυξη των μαθητών και να συμβάλει στην ψυχική και πνευματική τους καλλιέργεια καθώς και στην αρμονική τους ένταξη στην κοινωνία

βιβλίο διδασκοντα Δημοτικού Σχολείου

Στόχοι της φυσικής αγωγής για  
Γυμνάσιο & Λύκειο

Κινητικός, Βιολογικός, Κοινωνικός-  
ηθικός, Πνευματικός, Βιωματικός

### Στόχος φυσικής αγωγής

Καλλιεργεί στάσεις προς την  
άθληση



Προσφέρει γνώσεις & εμπειρίες

Αθληση και μετά την αποφοίτησή  
τους από το σχολείο

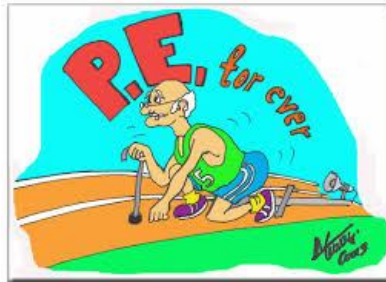
Δια βίου άσκηση και υγεία



## Δια βίου άσκηση και υγεία

Οι μαθητές/τριες να κατανοήσουν

ΠΩΣ μπορεί η άσκηση να συμβάλει στην προαγωγή της υγείας τους



Οι μαθητές/τριες να μάθουν

ΠΩΣ να ασκούνται σωστά και

ΠΩΣ να αξιοποιούν τις παρουσιαζόμενες ευκαιρίες



Πως πρέπει να γυμνάζονται μόνοι τους

Πως βελτιώνεται η φυσική τους κατάσταση

Πως ελέγχεται το βάρος

Πως ελέγχεται το στρες

Γιατί και πως θα αποφύγουν τους τραυματισμούς

## Σκοπός ΠΦΑ

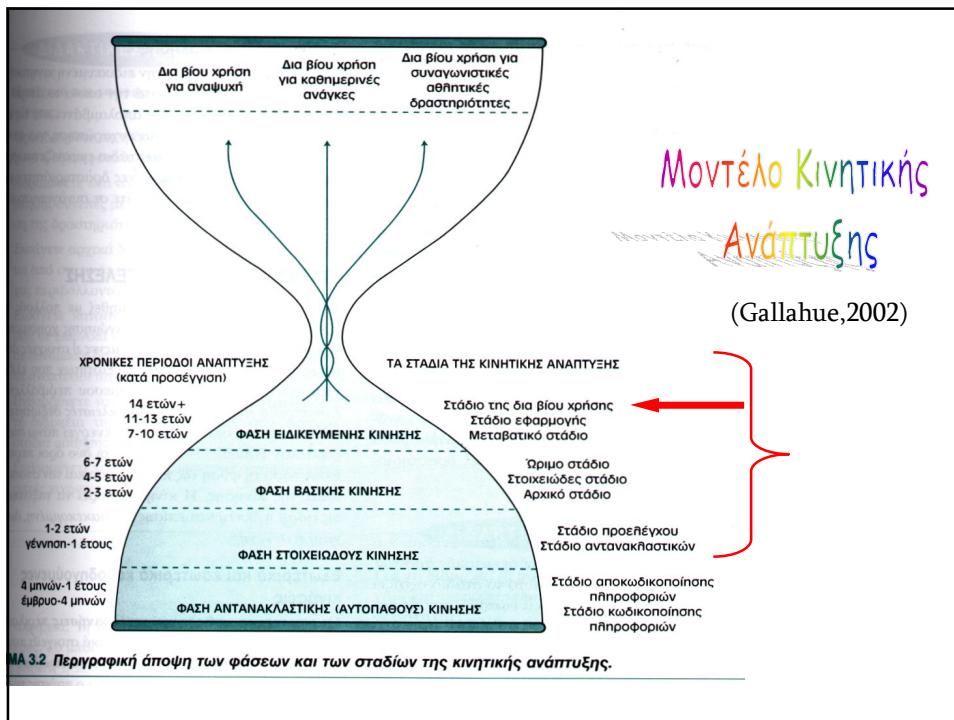
- να πετύχει τη βελτίωση της **Αυτογνωσίας** και του **Αυτοσεβασμού**, ως αποτέλεσμα ενός καλά σχεδιασμένου προγράμματος επιτυχημένων κινητικών δραστηριοτήτων.

Ο δάσκαλος φυσικής αγωγής για να υλοποιήσει το σκοπό αυτό θα πρέπει να έχει

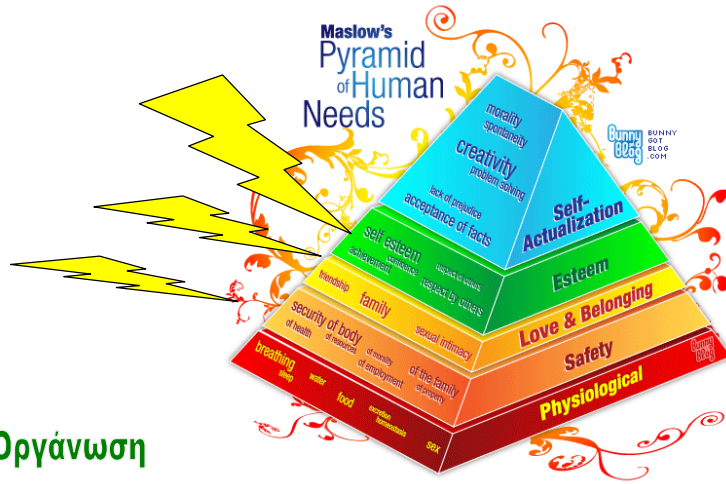
**Γνώσεις**

Διδακτικής  
Ψυχολογίας  
Εργοφυσιολογίας  
Βιοκινητικής  
Κοινωνιολογίας  
Αξιολόγησης!!





**Θεωρία των αναγκών του ανθρώπου (Maslow)**



**Οργάνωση  
Οι μαθητές αποτελούν ομάδα  
Πρόγραμμα**



**Μαθησιακές δυσκολίες**



## Μαθησιακές δυσκολίες

είναι ένας γενικός όρος ο οποίος αναφέρεται σε

**μια ετερογενή ομάδα διαταραχών που προέρχονται από σοβαρές δυσκολίες της εκμάθησης και χρήσης του λόγου, της ανάγνωσης, της γραφής, της λογικής σκέψης και των μαθηματικών ικανοτήτων.**

Οι διαταραχές οφείλονται κυρίως σε δυσλειτουργία του Κεντρικού Νευρικού Συστήματος.



**Είναι ένα σύνολο παιδιών που για διαφορετικούς λόγους αντιμετωπίζουν δυσκολίες στο να μάθουν με τους γνωστούς εκπαιδευτικούς τρόπους**

Αγγελοπούλου, 2004, σελ. 145

## Μαθησιακές δυσκολίες

- Δομή και λειτουργία του εγκεφάλου
- Δ.Ν. στο πλαίσιο του φυσιολογικού
- Η ακατάλληλη διδασκαλία μπορεί απλά να επιδεινώσει το πρόβλημα
- Δεν εξαφανίζονται με την πάροδο του χρόνου
- Αποτελούν διαρκή και μόνιμη συνθήκη

**μαθητές**

**Σημαντικά κοινωνικο-συναισθηματικά προβλήματα**

Μπορούν να μάθουν και να προχωρήσουν σε ακαδημαϊκές σπουδές

Δεν είναι τεμπέληδες

## Χαρακτηριστικά παιδιών με μαθησιακές δυσκολίες

υπερκινητικότητα

διαταραχές της μνήμης  
& σκέψης

αντιληπτικοκινητικές διαταραχές

ειδικά ακαδημαϊκά προβλήματα :  
διάβασμα, γράψιμο,  
ορθογραφία & αριθμητική

συναισθηματική αστάθεια

μειονεξίες στο συντονισμό

διαταραχές στην προσοχή

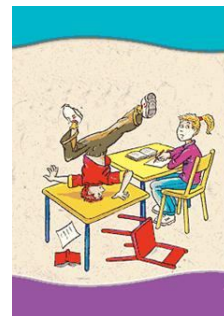
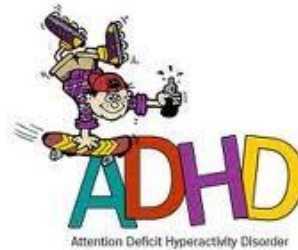
απροσδιόριστες νευρολογικές  
διαταραχές

παρορμητικότητα

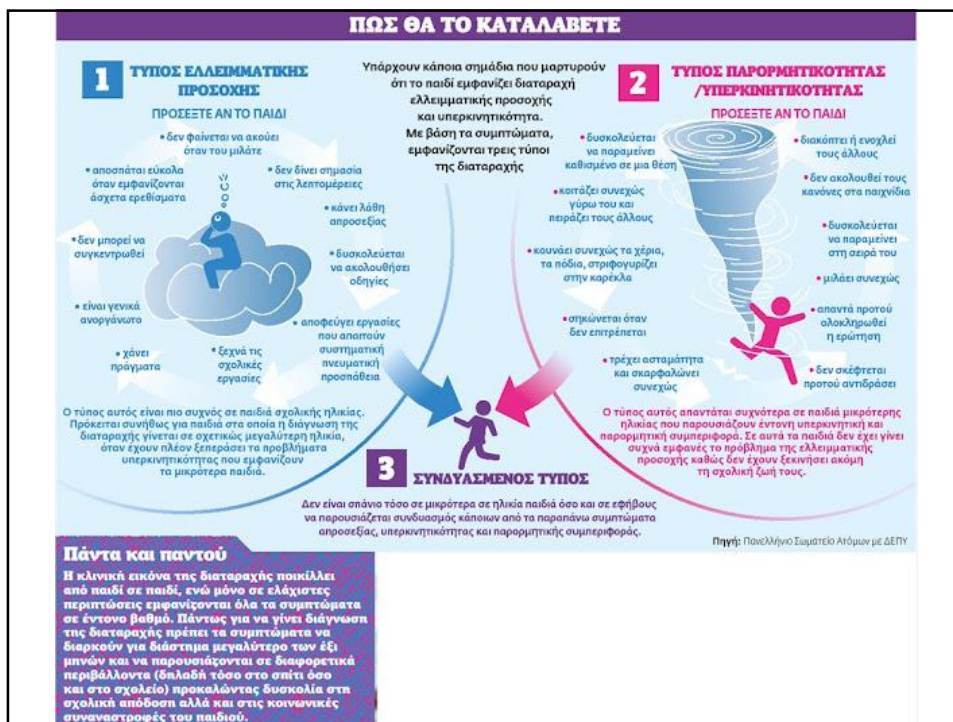


## Διαταραχή ελλειμματικής προσοχής – υπερκινητικότητα (ΔΕΠΥ)

- Είναι η εκδήλωση συμπτωμάτων απροσεξίας και/ή παρορμητικότητας-υπερκινητικότητας σε βαθμό δυσανάλογο με την ηλικία του παιδιού, με αποτέλεσμα να εμφανίζει περιορισμένες ικανότητες για συγκέντρωση της προσοχής του, αναστολή των παρορμησέών του και ρύθμιση της συμπεριφοράς του σύμφωνα με συγκεκριμένους κανόνες.







**Πάντα και παντού**  
 Η κλινική εικόνα της διαταραχής ποικίλλει από παιδί σε παιδί, ενώ μόνο σε ελάχιστες περιπτώσεις εμφανίζονται όλα τα συμπτώματα σε έντονο βαθμό. Πάντως για να γίνει διάγνωση της διαταραχής πρέπει τα συμπτώματα να διαρκούν για διάστημα μεγαλύτερο των έξι μηνών και να παρουσιάζονται σε διαφορετικά περιβάλλοντα (δηλαδή τόσο στο σπίτι όσο και στο σχολείο) προκαλώντας δυσκολία στη σχολική απόδοση αλλά και στις κοινωνικές συναναστροφές του παιδιού.

## ΔΕΠΥ

**Δυσκολίες στην ανάπτυξη λόγου (6-35% αργούν να μιλήσουν, δυσκολίες στην ανάπτυξη προφορικού λόγου )**

**Μαθησιακές δυσκολίες (50% ειδική βοήθεια, 30% επανάληψη τάξης, 30% Τμήμα ένταξης)**

**Διαταραχές διαγωγής**

**Αγχώδεις διαταραχές (25% υπερβολικό άγχος)**

**Καταθλιπτικά συμπτώματα!!!**



**Φαρμακοθεραπεία**  
**Τροποποίηση συμπεριφοράς & εκπαίδευση γονέων**  
**Ατομική ψυχοθεραπεία**

## Δάσκαλε Φ.Α. - ΔΕΠΥ

- Οι μαθητές κοντά στη δράση.
- Τονίζεις "που" πρέπει να εστιάσει την προσοχή του
- Τοποθετείς το μαθητή στην πρώτη γραμμή.
- Αναθέτεις "έργο", π.χ. μοίρασμα στεφανιών...
- Τοποθετείς το μαθητή σε ομάδα, στην οποία υπάρχουν αρκετά "ώριμοι" μαθητές
- Χρησιμοποιείς κάρτες με εικόνες στους σταθμούς
- Υπάρχει :
  - συνεχής επαφή με τα μάτια
  - περιορισμός των οδηγιών στο ελάχιστο.
  - περιορισμός στο χρόνο "αναμονής".

- .....
- καθιέρωσε "καθημερινή ρουτίνα".
- άρχιζε και τελείωνε το μάθημά σου στην **ώρα του!!!**
- ο εξοπλισμός που θα χρησιμοποιήσεις να είναι έτοιμος πριν αρχίσεις το μάθημα
- μη δίνεις οδηγίες όταν μετακινούνται τα παιδιά
- άρχισε τις δραστηριότητες από επίπεδο δυσκολίας τέτοιο που να μπορούν τα άτομα αυτά να πετύχουν.
- χρησιμοποίησε τις δραστηριότητες εκείνες στις οποίες δείχνουν "κάποιο ενδιαφέρον".
- οργάνωσε το μάθημά σου με τέτοιο τρόπο ώστε να προλάβεις τα ατυχήματα από ανωριμότητα.
- επεσήμανε τη σωστή κοινωνική συμπεριφορά
- αναγνώρισε και επιβράβευσε τις επιτυχίες των παιδιών



- Καλή οργάνωση του χώρου (Κλειστός χώρος, δεν υπάρχουν αντικείμενα εκτεθειμένα για να αποσπούν την προσοχή των μαθητών)
- Χρόνος περιγραφής της άσκησης μικρός.
- Ευχάριστο & φιλικό κλίμα (διευκολύνουμε τη διαδικασία μάθησης, δεν επικρίνουμε)
- Κανόνες λειτουργίας του μαθήματος (ορίζονται από το πρώτο μάθημα και τηρούνται αυστηρά)
- Προσωπικότητα του δασκάλου
- Επικοινωνία με το παιδί

Δραστηριότητες σύμφωνα με τις ικανότητες

Δραστηριότητες: αδρή → λεπτή κίνηση

Προετοιμασία για τις αλλαγές.

Επικοινωνία με τους γονείς

Συναισθηματικές διαταραχές :τονίζεται τι πρέπει να κάνει. Ποτέ τι δεν πρέπει

**Ατομικές δραστηριότητες ή ζεύγη**

**Ομαδικές δραστηριότητες;** Αποχωρεί από τα ομαδικά παιχνίδια, γιατί δεν τα βρίσκει με τους συμμαθητές του (Κάκουρος, σελ. 66)

Κινητική αδεξιότητα ή  
Εξελικτική διαταραχή του συντονισμού



Αναπτυξιακή Δυσλειτουργία της Συναρμογής

**DEVELOPMENT COORDINATION DISORDER**

«Αιώνιος αδέξια θα είσαι».



Να τι ακούω κάθε στιγμή, είτε από τον μπαμπά, είτε από τη μαμά, και αυτά τα λόγια με λυπούν πολύ, γιατί κάνω ότι μπορώ να τους ευχαριστήσω, και όμως δεν το κατορθώνω ποτέ.....

«Ετελείωσε πάντα άτυχη θα είμαι.»

Απόσπασμα από το Περιοδικό «Η Διάπλασις των Παίδων, 1920».

Κινητικές δεξιότητες θεωρούνται οι κάθε μορφής κινητικές δραστηριότητες που απαιτούν συντονισμό και έλεγχο μεγάλων και μικρών μυϊκών ομάδων, συντονισμό στις αδρές και λεπτές κινήσεις

Κινητική δεξιότητα είναι η ικανότητα του παιδιού να φτάσει στο τελικό αποτέλεσμα με τη μεγαλύτερη δυνατή επιτυχία, με τη λιγότερη φυσική, πνευματική κατανάλωση ενέργειας και τον ελάχιστο χρόνο που απαιτείται

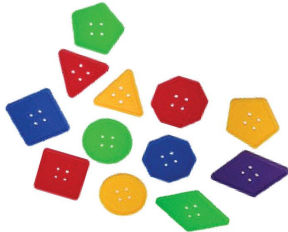
(Schmidt, 1992)

•Αδέξια είναι τα παιδιά εκείνα που χωρίς να αντιμετωπίζουν νευρομυϊκά προβλήματα αποτυγχάνουν να εκτελέσουν πολιτισμικά-τυπικές κινητικές δεξιότητες με επάρκεια

(Wall, 1985)

## χαρακτηριστικά

- Δυσκολία στις μετακινήσεις (χτυπάει σε αντικείμενα)
- Δυσκολία στις αδρές και λεπτές κινήσεις.
- Καθυστέρηση στην απόκτηση κινητικών δεξιοτήτων (ποδήλατο, πιάσιμο μπάλας, μαχαιριού, κούμπωμα κουμπιών και κορδονιών..)
- Υπάρχει μεγάλη διαφορά μεταξύ των χαρακτηριστικών του παιδιού (νοημοσύνη- κίνηση)!!



- Δυσκολία στην εκμάθηση νέων κινήσεων.
  - Ιδιαίτερη δυσκολία στις κινήσεις που απαιτούν αλλαγή στη θέση του σώματος
  - Δυσκολία μεγάλη στην ταυτόχρονη κίνηση των δύο πλευρών του σώματός του (χειρισμός ψαλιδιού...)
  - Δυσκολία στην ισορροπία
  - Δυσκολία στη γραφή
- Αριστεροχειρία (21%) ,  
Λάθος χειρισμό του μολυβιού (31%).

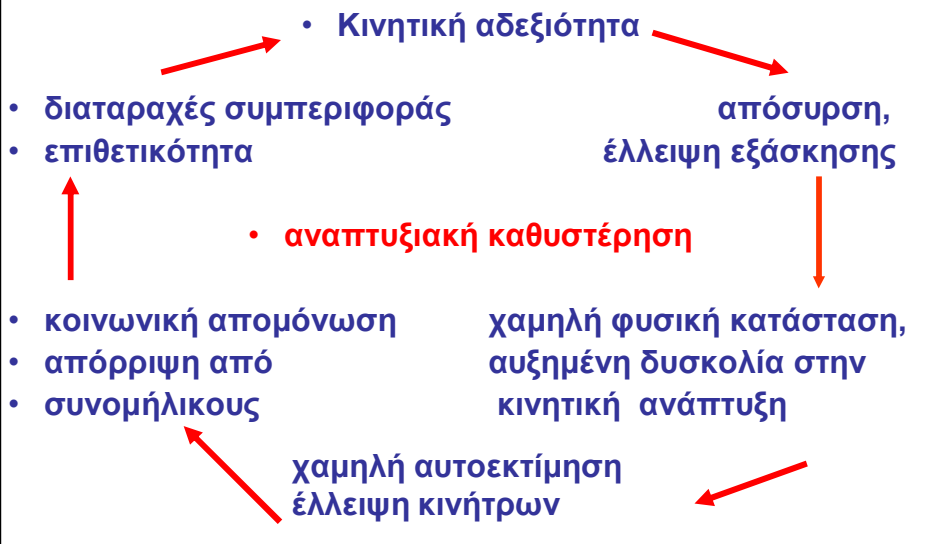
I DON'T WANT TO GO TO SCHOOL! I HATE SCHOOL! I'D RATHER DO ANYTHING THAN GO TO SCHOOL!



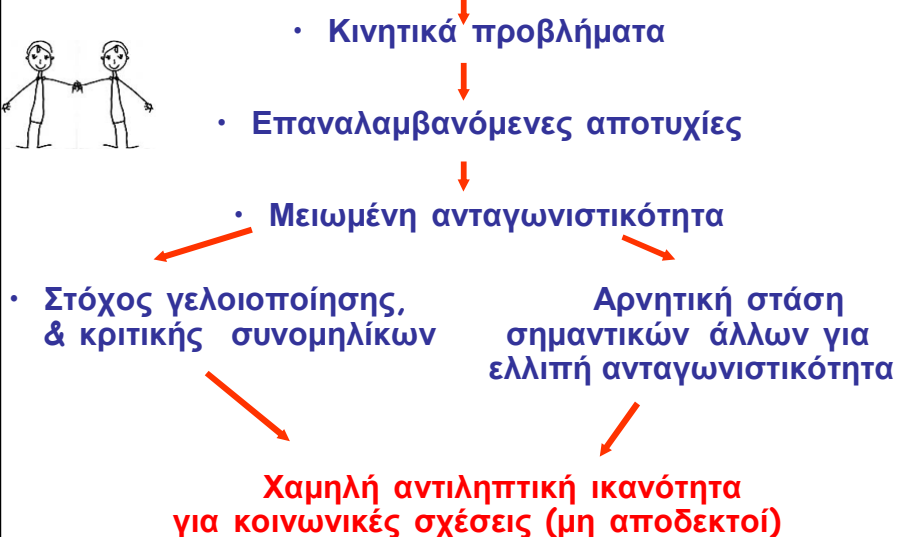
(Rodger et al., 2003)

## Σύνδρομο συμπεριφορών στην Κινητική αδεξιότητα

Κουτσούκη, (1997)



## Αναπτυξιακή Δυσλειτουργία της Συναρμογής



•.....συναισθηματική αστάθεια

**Μαθησιακές δυσκολίες**



**Συναισθηματικές διαταραχές**

**Ψυχική Υγεία** θεωρείται η κατάσταση εκείνη της συναισθηματικής ευεξίας, όπου το άτομο μπορεί να ζει και να εργάζεται με άνεση μέσα στην κοινότητα και να ικανοποιείται από τα προσωπικά του χαρακτηριστικά και επιτεύγματα.

**Ψυχική διαταραχή** είναι ένας όρος που χρησιμοποιείται για να εκφράσει ένα ευρύ φάσμα συμπτωμάτων και εμπειριών που προκαλούν προβλήματα στη σκέψη, το συναίσθημα και τη συμπεριφορά του ανθρώπου αλλά και στην επικοινωνία του με τους άλλους

### **Συναισθηματικά διαταραγμένο παιδί (εκπ/κό σύστημα Η.Π.Α.)**

- ανικανότητα για μάθηση (όχι πνευματικά, αισθητηριακά ή άλλα αίτια)
- ανικανότητα να δημιουργήσει και να διατηρήσει διαπροσωπικές σχέσεις
- ακατάλληλη συμπεριφορά και συναισθήματα κάτω από κανονικές συνθήκες
- διάχυτη τάση δυστυχίας ή απομόνωσης
- τάση για σωματικά συμπτώματα που συνδέονται με προσωπικά ή κοινωνικά προβλήματα

### **Το Ψυχικά υγιές παιδί**

- είναι ευτυχισμένο τον περισσότερο χρόνο,
- έχει ακριβή αντίληψη της πραγματικότητας,
- είναι ικανό να οργανώνει τις σκέψεις του με λογικό τρόπο,
- αποδίδει στα σχολικά αντικείμενα σύμφωνα με τις δυνατότητές του,
- βλέπει θετικά τον εαυτό του,
- δημιουργεί σχέσεις με τα άλλα παιδιά και γενικά
- συμπεριφέρεται όπως αναμένεται για ένα παιδί της ηλικίας και του φύλου του.

(Γκουτζιαμάνη, 1993)



- Διαταραχές διαγωγής
- Ανυπακοή
- Διαπληκτισμοί
- Τάσεις Καταστροφής
- Κρίσεις θυμού,
- Αυθάδεια, Θρασύτητα, Ασέβεια,
- Ζήλεια,
- Αναζήτηση προσοχής
- Διαταραχές προσωπικότητας
- Συναισθήματα μειονεξίας
- Απομόνωση
- Άγχος
- Υπερευαισθησία
- Ξέσπασμα σε κλάμα
- Δάγκωμα νυχιών
- Λυπημένο ύφος
- Ντροπαλότητα

- Ανωριμότητα
- Μικρή διάρκεια προσοχής
- Αδεξιότητα
- Παθητικότητα
- Ονειροπόληση
- Φυγόπονος
- Γέλια χωρίς λόγο
- Ανικανότητα ν' αντιμετωπίσει δύσκολες καταστάσεις
- Σύγχυση
- Αντικοινωνική συμπεριφορά (κοινωνικές παραβάσεις)
  - Φυγή από το σχολείο
  - Μικροκλοπές
  - Συμμορίες

## Διαταραχές νευρωτικού τύπου

- Ποικιλία συμπτωμάτων και διάρκειας. Κοινό σημείο ΟΛΩΝ είναι το **ΑΓΧΟΣ**
- Διαφορετική διάρκεια
- Κάθε αναπτυξιακή περίοδο

• Φυσιολογικό ? (κίνητρο επιβίωσης)  
• Μικρή διάρκεια & έλεγχος

• Παθολογικό ?  
• Μόνιμο → φόβος ή πανικός  
• νοητική απόδοση

• η βαρύτερη ψυχική  
διαταραχή της παιδικής  
ηλικίας

## **Αυτισμός**

είναι μια ισόβια αναπτυξιακή διαταραχή,  
μια αναπηρία που εμποδίζει τα άτομα να  
κατανοούν σωστά όσα βλέπουν, ακούν και  
γενικά αισθάνονται.



σοβαρά προβλήματα στις κοινωνικές  
σχέσεις, την επικοινωνία και τη  
συμπεριφορά τους.



**• κλινική εικόνα του αυτισμού**

- 1. Αυτιστική απομόνωση** Δεν ακούει, δεν βλέπει, απλανές βλέμμα, αδιαφορία για τους γύρω του  
Εκρήξεις θυμού.  
Αυτοτραυματισμός  
Απάθεια στον πόνο και στην ευχαρίστηση
- 2. Ανάγκη του σταθερού-αμετακίνητου** Για κάθε αντικείμενο που σπάει ή που αλλάζει θέση το παιδί βιώνει μια κατάσταση μεγάλης απελπισίας και εκδηλώνει φοβερό θυμό.
- 3. Στερεοτυπίες των κινήσεων.** •η αδιάκοπη επανάληψη των κινήσεων των χεριών, κυρίως των δαχτύλων μπροστά στα μάτια. Το παιδί κάνει κύκλους γύρω από τον εαυτό του και αιωρείται μπρος ή πίσω

- 4. Οι διαταραχές του λόγου είναι εμφανείς** βγάζει ήχους, μουρμουρίζει ή επαναλαμβάνει λέξεις ή φράσεις χωρίς νόημα και χωρίς αξία επικοινωνίας  
νεολογισμοί και δημιουργία λέξεων με άγνωστη σημασία για το συνομιλητή. Ο ήχος της φωνής είναι μονότονος, μηχανικός, στερεότυπος.
- 5. Νοητική ανάπτυξη.** το 70% των αυτιστικών παρουσιάζει νοητική καθυστέρηση.  
νησίδες ευφυΐας

Use tape to delineate work space

Use cones to delineate work space





Gym →

Home →

Αύξηση του χρόνου ενασχόλησης

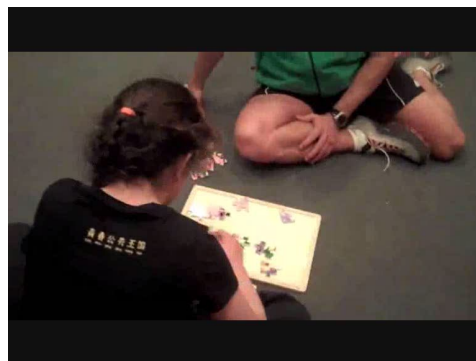
Επιτυχία χωρίς καθοδήγηση

Exercise schedule: For a child who needs both pictures and written instructions.

- 
  - Jump from left to right 20 times
- 
  - Skip 20 times
- 
  - Jump on the trampoline 30 times
- 
  - Do breathing exercise 10 times

ποικίλες κινητικές δεξιότητες κατά τη διάρκεια μιας συνεδρίας (Weber, & Thorpe, 1992)

όσο μειώνεται η φυσική δραστηριότητα, αυξάνονται οι συμπεριφορές παρεκτροπής (Elliott, Dobbins, Rose, Soper, 1994).



## Άσπεργκερ

- Το σύνδρομο αυτό είναι μια αναπτυξιακή ισόβια διαταραχή που επηρεάζει τον τρόπο επικοινωνίας και τις σχέσεις ενός ατόμου με το περιβάλλον του.
- τα άτομα έχουν λιγότερα προβλήματα με τη λεκτική επικοινωνία και έχουν συνήθως μέση ή και ανώτερη νοημοσύνη
- παρουσιάζουν συγκεκριμένα μαθησιακά προβλήματα όπως δυσλεξία, δυσπραξία ή άλλες καταστάσεις όπως διαταραχή ελλειμματικής προσοχής - υπερκινητικότητα (ΔΕΠΥ).
- επιθυμούν την επαφή και τη σχέση με άλλους ανθρώπους, αλλά δε γνωρίζουν τον τρόπο προσέγγισης, με αποτέλεσμα να πλησιάζουν τους άλλους με ακατάλληλο και ιδιόρρυθμο τρόπο

## Νοητική υστέρηση

### MENTAL RETARDATION



Mental Retardation is not a disease, it is a condition.

- είναι η **κατάσταση** που χαρακτηρίζεται από
- **σημαντικά υποβαθμισμένη νοητική λειτουργία** (κάτω από το μέσο όρο), που εμφανίζεται κατά **την περίοδο της ανάπτυξης** και συνυπάρχει **με ελλείψεις στην ικανότητα προσαρμογής**. (AAMR)

## Κατηγοριοποίηση

Επίπεδο N.Y.	Δείκτη Νοημοσύνης
Ελαφρά N.Y.	50 ή 55 έως 70
Μέτρια N.Y.	35 ή 40 έως 50 ή 55
Σοβαρή N.Y.	20 ή 25 έως 35 ή 40
Βαριά N.Y.	Κάτω από 20 ή 25

### Να θυμάσαι ότι Οι μαθητές με νοητική υστέρηση παρουσιάζουν:

#### Ποσοτικές και ποιοτικές καθυστερήσεις στον κινητικό τομέα

- Μειωμένες επιδόσεις στην αερόβια ικανότητα
- Χαμηλότερη καρδιακή συχνότητα τα άτομα με Ds από τα άτομα χωρίς Ds (Pittetti, 1992)
- Υψηλά ποσοστά παχυσαρκίας (τροφή ως ενισχυτικό κίνητρο)
- Διαταραχές ενδοκρινών αδένων (π.χ. θυρεοειδή) (Noble et al, 2000: 15/200 σχολικής ηλικίας karlsson et al. 1998:30/85 ενήλικες)



## Τα Άτομα με DS εμφανίζουν

- **Ατλαντοαξονική αστάθεια** : 9-22% (Burns & Gunn, 1993)
- **Υποτονία μυϊκή**
- 1. **Προβλήματα όρασης**
  - Διαθλαστικά (77%), Στραβισμός (49%), καταρράκτης (3%),
- 2. **προβλήματα ακοής**
  - Έφηβοι: 21%
  - Ενήλικες :55%
- **1+2** → νοητική πτώση
  - *Καλύτερη αντίδραση στα οπτικά ερεθίσματα από τα ακουστικά (David & Elliott, 1995)*

## Δάσκαλε Φ.Α.

- **Μην υποτιμάς τις ικανότητες των μαθητών**
- **Ο χώρος διδασκαλίας και τα μέσα να παρακινούν τα άτομα και να παρέχουν ασφάλεια**
- **Χρησιμοποίησε τη μέθοδο της ανάλυσης του αντικειμένου διδασκαλίας**
- **Χρησιμοποίησε τη «βοήθεια στο σώμα» κατά τη διδασκαλία**
- **Τροποποίησε τις δραστηριότητες στις ικανότητες των ατόμων**
- **Επεδίωξε την ενεργή συμμετοχή**



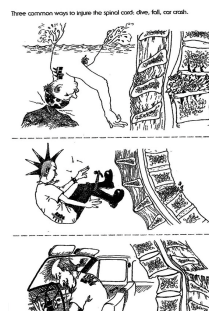
- Χρησιμοποίησε οπτικά και ακουστικά ερεθίσματα για τα άτομα με σοβαρή νοητική υστέρηση
- Χρησιμοποίησε τη μέθοδο του "μοντέλου"
- Να έχεις "διαθέσιμο" μεγάλο αριθμό δραστηριοτήτων (μικρή διάρκεια προσοχής)
- Περιορίσε τις λεκτικές οδηγίες στο ελάχιστο (τηλεγραφικού χαρακτήρα)

**Δίδαξε δεξιότητες που θα τις χρησιμοποιήσουν στην καθημερινή τους ζωή**

**Δίδαξε βασικές κοινωνικές δεξιότητες**



## Μαθητές με κινητικά προβλήματα



## Αιτίες κινητικής αναπηρίας

- Συγγενείς παθήσεις
- Κληρονομικές παθήσεις
- Έλλειψη μελών ή τμημάτων αυτών
- Υποπλασίες και ατροφίες μελών
- Νευρομυϊκές παθήσεις
- Αρθρίτιδες
- Αρθρογρύπωση
- Ατελής οστεογένεση
- Εγκεφαλική παράλυση
- Κακώσεις – κατάγματα



## Εγκεφαλική Παράλυση (ΕΠ)

### Cerebral Palsy (CP)

Ο όρος αναφέρεται σε ένα σύνολο περιπτώσεων με **διαφορετικές κλινικές εκδηλώσεις**, χαρακτηριστικό των οποίων είναι η **μόνιμη αλλά μεταβλητή διαταραχή της στάσης και της κίνησης**, που οφείλεται σε μη εξελισσόμενη βλάβη του εγκεφάλου, πριν την **τελειοποίηση της ανάπτυξής του (Mutch et al., 1992)**

*Η εγκεφαλική παράλυση (ΕΠ) είναι μια στατική εγκεφαλοπάθεια, η οποία ανήκει στην κατηγορία των νευρολογικών διαταραχών (Behrman et al., 2000; Unnithan, Clifford, & Bar-Or, 1998)*

- Ο όρος 'μόνιμη διαταραχή' υποδηλώνει ότι η ανώμαλη βλάβη και λειτουργία του εγκεφάλου παραμένουν σε όλη τη διάρκεια της ζωής του ατόμου.
- Ο όρος 'μεταβλητή διαταραχή' σημαίνει ότι μπορούν να επέλθουν σημαντικές αλλαγές στην κινητικότητα του ατόμου λόγω ωρίμανσης αλλά και εκπαίδευσης και θεραπείας (Little club, 1959).

**Μεγάλη ανομοιογένεια**

**Φ.Α. στα άτομα με Ε. Π.**

**OXI**  
**Θεραπεία**

- Χρησιμοποιούν καρέκλα
- Περπατούν με ή χωρίς βοηθητικό μέσο.

**Φ.Α. στα άτομα με Ε.Π.**

- Αξιολόγηση & άλλα συμπτώματα
- εξατομικευμένο πρόγραμμα
- κινητική και ψυχοκοινωνική ανάπτυξη του παιδιού
- προσαρμογές :χώρο, όργανα, κανονισμούς

**βελτίωση της φυσικής κατάστασης,  
απόκτηση αυτοπεποίθησης**

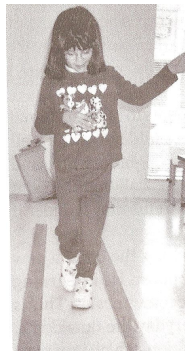
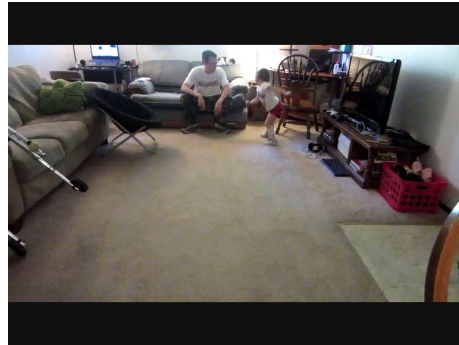




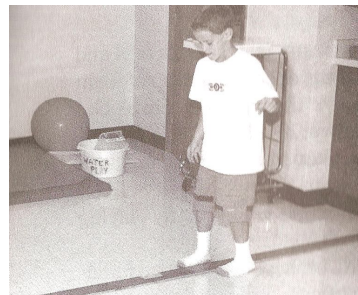
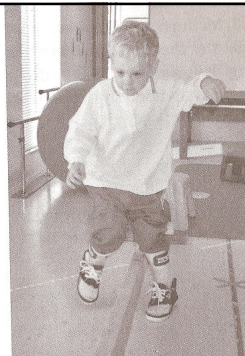
Χώρος άσκησης →

**ασφάλεια**

- βοήθεια ....ανεξάρτητη κίνηση
- Κίνηση: **τρόπος** και όχι τελειότητα ή αποτέλεσμα
- Οι σπαστικοί μύες είναι αδύναμοι, αργοί, με αποτέλεσμα η κόπωση να εμφανίζεται γρήγορα!!!!



**Ενδεικτικό  
ασκησιολόγιο  
βάδισης**



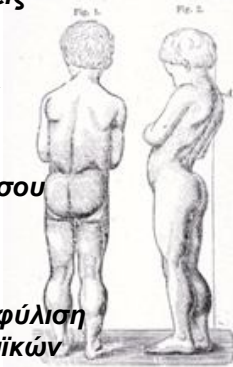
## Μυϊκές δυστροφίες

1. Είναι πρωτοπαθείς μυοπάθειες.

2. Υπάρχει πάντοτε γενετική βάση.

3. Η πορεία της νόσου είναι προοδευτικά επιδεινούμενη.

4. Παρατηρείται εκφύλιση και θάνατος των μυϊκών ινών σε κάθε στάδιο της νόσου



### Μυϊκή δυστροφία Duchenne

Είναι η μυϊκή δυστροφία που συναντάται πιο συχνά

προσβάλλει τους μύες από το κέντρο προς την περιφέρεια. Προσβάλλει κυρίως τους μύες των κάτω άκρων

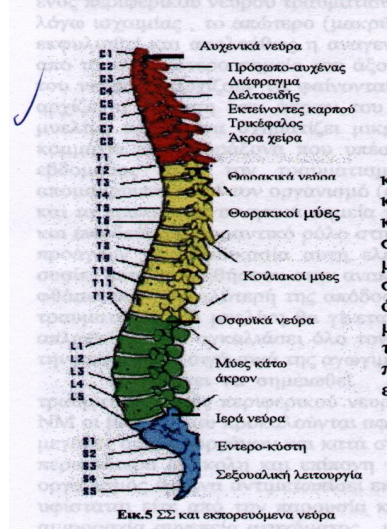
η προσβολή δεν αφορά μόνον τους σκελετικούς μύες αλλά συχνά προσβάλλεται και το μυοκάρδιο.

## Κάκωση του νωτιαίου μυελού

Ανάλογα με το ύψος της κάκωσης του νωτιαίου μυελού μπορεί να προκύψει τετραπληγία (συμμετοχή άνω και κάτω άκρων) ή παραπληγία (συμμετοχή κάτω άκρων), με διαταραχή της αισθητικότητας και του ελέγχου της κύστης και του ορθού

Συχνότερες αιτίες για τα απιδιατά τροχαία ατυχήματα οι αθλητικές και ψυχαγωγικές εκδηλώσεις.

### Μυελοτόμιο: Ύψος βλάβης



## Άτομα με κάκωση του νωτιαίου μυελού

### • Στόχοι της άθλησης:

- Ενδυνάμωση → καλός (αποτελεσματικός) χειρισμός αναπηρικού αμαξιδίου
- Αύξηση της απόδοσης των μυών του κορμού (ενδυνάμωση ραχιαίων, διάταση θωρακικών) (ορθοσωμία-χαλάρωση)
- Διάταση μυών σώματος
- Ευλυγισία (αύξηση του εύρους κίνησης όλων των αρθρώσεων)
- Καρδιοκυκλοφορικό σύστημα (ΑΕΡΟΒΙΑ ΙΚΑΝΟΤΗΤΑ)
- Διδασκαλία διαφόρων αθλημάτων

## Ακρωτηριασμός

- είναι η έλλειψη ενός μέλους, τμήματος μέλους ή οργάνου του σώματος είτε λόγω δυσπλασίας κατά την ενδομήτρια διάπλαση είτε λόγω ατυχήματος είτε λόγω χειρουργικής επέμβασης. (Αγγελοπούλου, 2004)



### Διατήρηση της

- σωστής στάσης του σώματος
- κινητικότητας του κορμού.
- καλής κυκλοφορίας στο κολόβωμα
- ευκινησίας των αρθρώσεων των άκρων.

### Βελτίωση της Φυσικής κατάστασης



## Άτομα με αισθητηριακές διαταραχές (τύφλωση-κώφωση)

Άτομα με

προβλήματα όρασης- τύφλωσης

προβλήματα ακοής- κώφωσης

προβλήματα τύφλωσης & κώφωσης

## Τυφλό

- είναι κάθε άτομο που η οπτική του οξύτητα είναι μικρότερη από το 1/20 της φυσιολογικής, στο μάτι που βλέπει καλύτερα και με τη μεγαλύτερη δυνατή διόρθωση.

Τύφλωση είναι η αδυναμία του οπτικού συστήματος του ανθρώπου να συλλάβει οπτικά ερεθίσματα και να έχει οπτικές παραστάσεις (Sherrill, 1998)

Αποτέλεσμα της τύφλωσης  
στην κινητική συμπεριφορά  
του ατόμου



Δυσκολία στην κατανόηση-  
κατάκτηση του χώρου.

Καθυστερημένη πλευρίωση.

Κινητική απραξία.

Κακή στάση του σώματος.

Τυφλισμοί (συνεχείς κινήσεις των  
χεριών ή κεφαλιού, ή κορμού...)

## οργάνωση των κινητικών δραστηριοτήτων

- εξερεύνηση χώρου και οργάνων
- σαφές το σημείο αφετηρίας & τερματισμού
- ασφάλεια (απομάκρυνση κάθε "άχρηστου" αντικειμένου που βρίσκεται μέσα στο χώρο άσκησης)
- τίποτα δεν είναι δεδομένο (λεπτομερείς περιγραφές)
- συγκεκριμένες οδηγίες & υποδείξεις
- ηχητικά ερεθίσματα
- οι μαθητές τοποθετούνται σε ζευγάρια κατά την άσκηση αν είναι δυνατό ένας βλέπων και ένας με προβλήματα όρασης ή τυφλός μαθητής)
- η ανατροφοδότηση και η επιβράβευση είναι συνεχής



## Άτομα με προβλήματα ακοής - κώφωση

- **Κωφό** χαρακτηρίζεται το άτομο που αδυνατεί να συλλάβει ακουστικά ερεθίσματα, με ή χωρίς ακουστικό

### Δάσκαλος Φυσικής Αγωγής

- Οπτική επαφή (δασκάλου-μαθητών)
- Καθαρή ομιλία
- Όχι μακροσκελείς οδηγίες
- Γραπτές οδηγίες
- Αποφυγή της σκίασης του προσώπου
- Χρήση σινιάλων
- Αποφυγή θορύβων & άλλων ερεθισμάτων
- Ασκήσεις χαλάρωσης



• <http://www.eletefa.gr>



## Δάσκαλε !!!!!

Σημασία έχει τι μπορεί και όχι τι δεν μπορεί  
Αθλητισμός ικανοτήτων και όχι ανικανοτήτων

Δημιουργία κατάλληλων  
συνθηκών διαβίωσης,  
μάθησης και εργασίας όσο  
το δυνατόν ΟΜΟΙΩΝ με  
εκείνων των ατόμων χωρίς  
αναπηρίες

■ Η ζωή και οι πράξεις των  
μαθητών ελέγχονται από τους  
ΙΔΙΟΥΣ

ΙΔΙΑ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ  
ΟΜΑΛΟΠΟΙΗΣΗ  
ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΗ  
ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ  
ΜΕΙΟΝΕΞΙΑ

Οι μαθητές προσδοκούν από  
τους εαυτούς τους ότι  
προσδοκούν οι άλλοι (γονείς,  
δάσκαλοι, συμμαθητές) από  
αυτούς



# Αθλητισμός ατόμων με αναπηρία



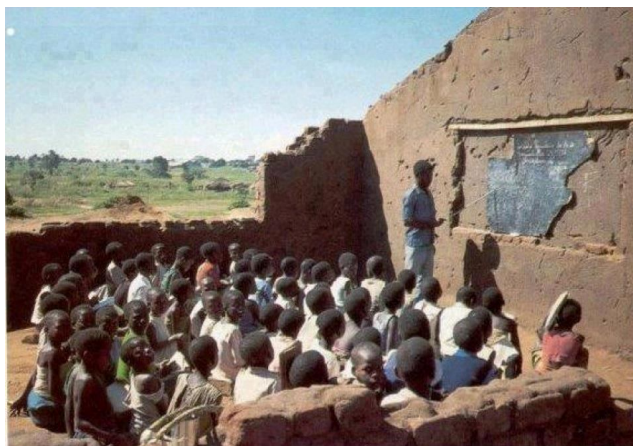
**Special Olympics**  
Ελλάς

Αθλήματα  
Προπονητικά προγράμματα



Αθλήματα-προσαρμογές

**Ακόμη και αν ένας πίνακας είναι μισός,  
ακόμη και αν δεν υπάρχουν κιμωλίες  
σημασία έχει να βρίσκονται δάσκαλοι  
που θέλουν να διδάσκουν με κάθε δυνατό τρόπο.**



**Σας ευχαριστώ!!**