

PErfect Σχέδια Μαθήματος

Οδηγός για τη σχεδίαση μαθημάτων Φυσικής Αγωγής για μαθητές στο φάσμα του αυτισμού



Co-funded by
the European Union



Εκπαίδευση σε θέματα αυτισμού και διαχείρισης συμπεριφοράς για εκπαιδευτικούς Φυσικής Αγωγής

Αριθμός έργου: KA220-SCH-D6D31EDD

Αποποίηση ευθύνης

Το έργο αυτό χρηματοδοτήθηκε από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος ERASMUS+. Η υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής για την παραγωγή της παρούσας έκδοσης δεν συνιστά έγκριση του περιεχομένου, το οποίο αντικατοπτρίζει τις απόψεις μόνο των συγγραφέων, και η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτό.

Website: <https://perfectproject.org/>

Επικοινωνία: Info@Insideeu.eu

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΚΑΘΟΡΙΣΜΟΣ ΣΤΟΧΩΝ ΣΤΑ ΣΧΕΔΙΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	11
ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΥΣ ΜΑΘΗΤΕΣ	13
ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Σ1	15
ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Σ2	20
ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Σ3	24
ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Σ4	27
ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Σ5	32
ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Σ6	37
ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Σ7	46
ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Σ8	50
ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Σ9	55
ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Σ10	59
ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΑ ΣΧΕΔΙΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Σ11-Σ13	64
ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Σ11	67
ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Σ12	72
ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Σ13	76
ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Κ1	81
ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Κ2	91
ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Κ3	99
ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Κ4	103
ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Κ5	108
ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Κ6	112
ΑΙΣΘΗΤΗΡΙΑΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΣΤΟ ΠΛΑΙΣΙΟ ΤΗΣ ΦΑ	116
ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Α1	117
ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Α2	122
ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Α3	126
ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Α4	138
ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Α5	147
ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Α6	157
ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Α7	165
ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Α8	174
ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Α9	183



INSIDE EU



Το Ινστιτούτο Μελετών για την Κοινωνική Ένταξη, τη

Διαφορετικότητα και τη Δέσμευση (INSIDE EU) ιδρύθηκε στο Tralee, Co. Kerry της Ιρλανδίας από τον Dirk van der Merwe, παραπληγικό αθλητή, προπονητή και μέντορα, για να παρέχει ενδυνάμωση και προσαρμοσμένη σωματική δραστηριότητα που ενισχύει την υγεία των ατόμων με αναπηρία, ιδίως των χρηστών αναπηρικών αμαξιδίων.

Το Ινστιτούτο παρέχει επιπλέον εμπειρογνωμοσύνη σε θέματα ενδυνάμωσης και ένταξης στην εκπαίδευση και την απασχόληση ατόμων με λιγότερες ευκαιρίες, ιδίως ατόμων με αναπηρία. Παρέχει κατάρτιση για εργαζόμενους στον τομέα της νεολαίας, αθλητικούς προπονητές, βοηθούς διδασκαλίας και εκπαιδευτικούς σε όλη την Ιρλανδία και την Ευρώπη. Το INSIDE EU έχει μεγάλη εμπειρία στην ανάπτυξη εργαλείων ένταξης και προσαρμοσμένων και μεταβιβάσιμων για όλους παιχνιδιών για την ανάπτυξη ατόμων με λιγότερες ευκαιρίες και την συμπερίληψη ατόμων με οποιαδήποτε ικανότητα ή αναπηρία, έτσι ώστε όλοι να μπορούν να συμμετέχουν μαζί στην ίδια δραστηριότητα την ίδια στιγμή.

Η INSIDE EU έχει μεγάλη εμπειρία στη δημιουργία προσβάσιμων και χωρίς αποκλεισμούς πόρων, συμπεριλαμβανομένων 2D και 3D κινούμενων σχεδίων και βίντεο.

ACD La Hoya



Η ACD La Hoya είναι ένας ισπανικός πολιτιστικός και αθλητικός σύλλογος που βασίζεται στις αρχές της συνεργασίας, της ενσωμάτωσης, της προστασίας του περιβάλλοντος, της αλληλεγγύης, της ανθρωπιάς και των οικουμενικών ανθρωπίνων αξιών και προωθεί ένα περιβάλλον στο οποίο η κοινότητα θα μπορεί να δημιουργεί, να σκέφτεται, να υλοποιεί τις ιδέες της και να διαμορφώνει θέσεις και αντιδράσεις για σημαντικά ζητήματα. Αναπτύσσει δραστηριότητες στην αγροτική κοινότητα ως τέχνη, αθλητισμό και πολιτισμό, αφιερωμένη επίσης στην επιτυχή υλοποίηση και συμμετοχή σε ευρωπαϊκά προγράμματα για να φέρει τη νεολαία και την Ευρώπη πιο κοντά.

Masarykova
Univerzita

M U N I Institute for Research
P E D in Inclusive Education

Πιστεύουμε ότι η εκπαίδευση δεν είναι μόνο θέμα ηλικίας ή κοινωνικής θέσης. Υποστηρίζουμε ενεργά την έρευνα. Είμαστε ανοιχτόμυαλοι και αφοσιωμένοι στο να επηρεάζουμε θετικά τις ζωές των ανθρώπων γύρω μας.

Δημιουργούμε έναν πιο έξυπνο κόσμο από το 1919 - σήμερα 10 σχολές και 400 προγράμματα σπουδών παρέχουν μια σχεδόν απεριόριστη προσφορά μαθημάτων.

Πανεπιστήμιο Masaryk σε αριθμούς:

85 % - απόφοιτοι που απασχολούνται στον τομέα τους

82 % - απόφοιτοι που θα επέλεγαν να σπουδάσουν ξανά στο MU

2,5 % - απόφοιτοι που δεν μπόρεσαν να βρουν τη δουλειά των ονείρων τους εντός δύο ετών

400 - προγράμματα σπουδών

30,500 – φοιτητές

7,000 - απόφοιτοι ανά έτος.

Sina Svetulka



Ο Σύλλογος για

τη

Βελτίωση της Ποιότητας Ζωής των Ατόμων με Διαταραχές Αυτιστικού Φάσματος "Blue Firefly" (Sina Svetulka) ιδρύθηκε στις 28.02.2017 στα Σκόπια με βάση την 15ετή εμπειρία των ιδρυτών στον τομέα του αυτισμού.

Αποστολή του οργανισμού είναι να βελτιώσει την ποιότητα ζωής των ατόμων με αυτισμό και των οικογενειών τους, ευαισθητοποιώντας τους πολίτες για τις δυνατότητες που υπάρχουν μέσω της εκπαίδευσης και της άμεσης υποστήριξης παιδιών και ενηλίκων με αυτισμό, των οικογενειών τους, των επαγγελματιών και του ευρύτερου κοινού.

Οι γενικοί στόχοι του οργανισμού είναι:

- Βελτίωση της ποιότητας ζωής των παιδιών και των ατόμων με αυτισμό μέσω της ανακάλυψης και της μεγιστοποίησης των δυνατοτήτων τους,
- Θεραπεία παιδιών με αυτισμό.
- Εκπαίδευση των οικογενειών και των επαγγελματιών σχετικά με τις μεθόδους εργασίας.
- Προώθηση των δικαιωμάτων και προώθηση νέων ιδεών για τη βελτίωση της ποιότητας ζωής.
- Ενθάρρυνση της επιστημονικής και επαγγελματικής εργασίας στον τομέα αυτό και
- Δραστηριότητες για την ένταξη παιδιών και ατόμων με αυτισμό.



ViModo

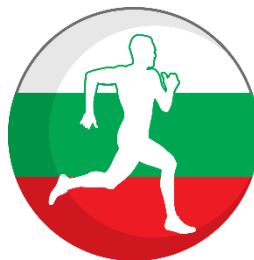
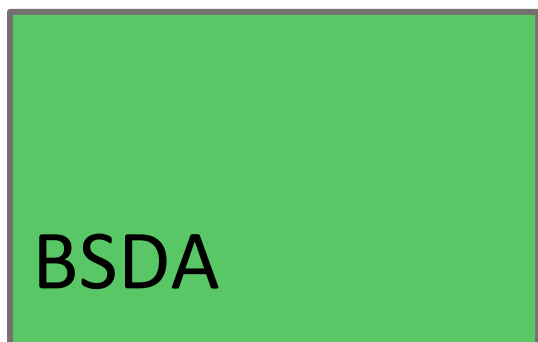


Το ViModo είναι

ένας ερευνητικός και εκπαιδευτικός οργανισμός με έδρα την Κύπρο, που ειδικεύεται στους τομείς της έρευνας, της καινοτομίας και της κοινωνικής ένταξης. Προσπαθούμε να αναπτύξουμε και να εφαρμόσουμε βιώσιμες λύσεις για την κάλυψη των αναγκών των ατόμων με λιγότερες ευκαιρίες και των οικογενειών τους.

Ο οργανισμός έχει εκτεταμένη εμπειρία σε:

- Εκπαιδευτικά μαθήματα: Σχεδιασμός και παροχή δια ζώσης και διαδικτυακών εκπαιδευτικών μαθημάτων σε επαγγελματίες (επαγγελματική κατάρτιση), ενήλικες και νέους.
- Έρευνα και καινοτομία: Διεξαγωγή έρευνας και ανάπτυξη σχεδίων καινοτομίας και ανάπτυξης.
- Αυτισμός και ειδική εκπαίδευση: Αυτισμός και Εφαρμοσμένη Ανάλυση Συμπεριφοράς (ABA): Σχεδιασμός και παροχή εξειδικευμένων εκπαιδευτικών προγραμμάτων και παροχή υποστήριξης σε επαγγελματίες, οικογένειες και άτομα με αυτισμό και άλλες νευροαναπτυξιακές διαταραχές
- Παροχή υποστήριξης και κατάρτισης σε γονείς και επαγγελματίες που εργάζονται με άτομα με αυτισμό, καθώς και στρατηγικές διαχείρισης για την τάξη για εκπαιδευτικούς.
- Κοινωνική ένταξη και ενσωμάτωση: Σχεδιασμός και υλοποίηση έργων για την ενίσχυση της κοινωνικής ένταξης και ενσωμάτωσης.
- Γνωσιακή Συμπεριφορική Θεραπεία: βελτίωση της λειτουργικότητας και της ποιότητας ζωής μέσω προσεγγίσεων CBT



BSDA

*Bulgarian Sports
Development Association*

Η Bulgarian Sports Development Association /BSDA/ ιδρύθηκε το 2010 και είναι ένας μη κερδοσκοπικός οργανισμός αφιερωμένος στην ανάπτυξη του βουλγαρικού αθλητισμού και στη βελτίωση της αθλητικής κουλτούρας στη Βουλγαρία.

Κύριες προτεραιότητες του BSDA:

- Αναβίωση του αθλητικού πολιτισμού
- Εθελοντισμός στον αθλητισμό
- Εκπαίδευση μέσω και στον αθλητισμό
- Ορθή διακυβέρνηση στον αθλητισμό
- Ένταξη μέσω του αθλητισμού
- Δεξιότητες του μέλλοντος και επιχειρηματικότητα.

Szkola Podstawowa z Oddziałami Integracyjnymi nr 12



Szkola Podstawowa z Oddziałami Integracyjnymi nr 12 στην Πολωνία είναι το Δημοτικό Σχολείο Ολοκλήρωσης Νο 12 στην Κρακοβία. Το σχολείο έχει 400 μαθητές, συμπεριλαμβανομένων 73 παιδιών από την Ουκρανία. Το σχολείο έχει δύο τύπους τάξεων - κλασική και ένταξιακή. Σύμφωνα με τους νέους κανόνες, μια κανονική τάξη μπορεί να έχει μέχρι 30 μαθητές και στην τάξη ένταξης μέχρι 20.

Σε μια τάξη ένταξης μπορούν να υπάρχουν το πολύ 5 μαθητές με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες. Η τάξη ένταξης έχει δύο εκπαιδευτικούς - έναν εκπαιδευτικό και έναν υποστηρικτικό εκπαιδευτικό.

Ο ρόλος του φροντιστή είναι να διεξάγει μαθήματα με τον εκπαιδευτικό, να συνδιοργανώνει την εκπαίδευση, να βοηθά το παιδί με το υλικό του μαθήματος και να το υποστηρίζει.

Τα παιδιά της τάξης μαθαίνουν μαζί- μπορεί να έχουν διαφορετική πορεία ανάπτυξης, αλλά στα διδακτικά μαθήματα, στις πρόσθετες δραστηριότητες, όπως σκάκι, πρόσθετα αγγλικά κ.λπ. και στις σωματικές δραστηριότητες, συμμετέχουν μαζί ανάλογα με τις ικανότητές τους.

ΚΑΘΟΡΙΣΜΟΣ ΣΤΟΧΩΝ ΣΤΑ ΣΧΕΔΙΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Αξιολογήστε το τρέχον επίπεδο δεξιοτήτων των μαθητών:

Πριν θέσετε στόχους, παρατηρήστε τις τρέχουσες ικανότητες των μαθητών να αναπηδούν και να πιάνουν μια μπάλα. Αυτό θα σας βοηθήσει να δημιουργήσετε μια βασική γραμμή και να καθορίσετε τα κατάλληλα σημεία εκκίνησης.

Θέστε ρεαλιστικούς και σταδιακούς στόχους:

Ξεκινήστε με ρεαλιστικούς στόχους που είναι εφικτοί για κάθε μαθητή με βάση το επίπεδο δεξιοτήτων του. Αποφύγετε να θέτετε πολύ απαιτητικούς στόχους, καθώς αυτό μπορεί να οδηγήσει σε απογοήτευση. Αυξήστε σταδιακά τη δυσκολία των στόχων καθώς οι μαθητές προοδεύουν. Για παράδειγμα, αν ένας μαθητής πιάνει σταθερά την μπάλα από μικρή απόσταση, αυξήστε σταδιακά την απόσταση ρίψης ή εισάγετε παραλλαγές όπως υψηλότερες αναπηδήσεις.

Χρησιμοποιήστε μετρήσιμους στόχους:

Κάντε τους στόχους μετρήσιμους και συγκεκριμένους. Για παράδειγμα, μπορείτε να θέσετε στόχους όπως "πιάσε την μπάλα πέντε φορές στη σειρά" ή "αναπήδησε την μπάλα και πιάσε την τρεις φορές χωρίς να σου πέσει".

Εξατομίκευση στόχων:

Αναγνωρίστε ότι κάθε μαθητής μπορεί να προοδεύσει με το δικό του ρυθμό. Θέστε ατομικούς στόχους με βάση τις μοναδικές του ικανότητες και το ρυθμό προόδου του. Ορισμένοι μαθητές μπορεί να χρειαστούν περισσότερο χρόνο για να επιτύχουν ορισμένους στόχους, ενώ άλλοι μπορεί να προχωρήσουν πιο γρήγορα.

Συχνή ανατροφοδότηση και ενθάρρυνση:

Παρέχετε τακτική ανατροφοδότηση στους μαθητές σχετικά με την πρόδό τους. Δείξτε ότι χαίρεστε με τις επιτυχίες τους, όσο μικρές κι αν είναι, και προσφέρετε εποικοδομητική ανατροφοδότηση για τους τομείς στους οποίους μπορούν να βελτιωθούν. Ενθαρρύνετε τους, τονίζοντας ότι η εξάσκηση και η προσπάθεια οδηγούν στη βελτίωση.

Οπτικά βοηθήματα και ανταμοιβές:

Χρησιμοποιήστε οπτικά βοηθήματα όπως διαγράμματα ή αυτοκόλλητα για να παρακολουθείτε την πρόοδο προς τους στόχους που έχουν τεθεί. Κάθε φορά που ένας μαθητής επιτυγχάνει έναν στόχο, σημειώστε το στο διάγραμμα.

Εξετάστε το ενδεχόμενο να προσφέρετε μικρές ανταμοιβές ή αναγνώριση για την επίτευξη συγκεκριμένων μικρότερων στόχων. Αυτό μπορεί να παρακινήσει τους μαθητές να εργαστούν για την επίτευξη των τελικών στόχων τους.

Προσαρμόστε τους στόχους ανάλογα με τις ανάγκες:

Να είστε ευέλικτοι στην προσαρμογή των στόχων όταν είναι απαραίτητο. Εάν οι μαθητές επιτυγχάνουν σταθερά τους στόχους τους, δοκιμάστε τους με πιο δύσκολους στόχους. Αντίθετα, αν ένας μαθητής δυσκολεύεται, εξετάστε το ενδεχόμενο να αναθεωρήσετε τους στόχους για να τους κάνετε πιο εφικτούς.

Τακτική αναθεώρηση:

Να επανεξετάζετε περιοδικά τους στόχους που έχουν τεθεί με τους μαθητές και να συζητάτε την πρόοδό τους. Ενθαρρύνετε τους μαθητές να προβληματιστούν σχετικά με τις επιδόσεις τους και να εντοπίσουν τομείς για βελτίωση.

Γιορτάστε τα επιτεύγματα:

Γιορτάστε την επιτυχή επίτευξη των στόχων ως ομάδα. Αυτό μπορεί να δημιουργήσει μια αίσθηση επιτυχίας και συντροφικότητας μεταξύ των μαθητών.

Διατήρηση θετικού και υποστηρικτικού περιβάλλοντος:

Δημιουργήστε μια ατμόσφαιρα όπου τα λάθη θεωρούνται φυσικό μέρος της μαθησιακής διαδικασίας. Ενθαρρύνετε τους μαθητές να συνεχίσουν να προσπαθούν και να μην αποθαρρύνονται από τις αποτυχίες.

ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΥΣ ΜΑΘΗΤΕΣ

Αυτό το σύστημα είναι ένα εργαλείο που μπορεί να εφαρμοστεί για την προσαρμογή και την τροποποίηση των δραστηριοτήτων έτσι ώστε όλα τα άτομα να μπορούν να συμμετέχουν μαζί, να έχουν την δυνατότητα να δεχθούν μια επιτεύξιμη για αυτούς πρόκληση και να διασκεδάσουν.

<p>ΑΛΛΑΞΤΕ ΤΟ:</p> <p>ΧΩΡΟΣ - πού;</p> <p><i>Πού γίνεται η δραστηριότητα;</i></p>	<p>ΑΛΛΑΞΤΕ ΤΟ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Επίπεδο (ύψος), π.χ. οι δραστηριότητες που γίνονται στο δάπεδο έχουν διαφορετικές απαιτήσεις από εκείνες που εκτελούνται σε επίπεδη επιφάνεια από καθιστή θέση (π.χ. στο τραπέζι) και εκείνες που γίνονται με περιπατητική κίνηση. • Προσαρμογή του χώρου παιχνιδιού - περισσότερος χώρος δίνει περισσότερο χρόνο αντίδρασης, λιγότερος χώρος απαιτεί μεγαλύτερη κινητικότητα και επίπεδο δεξιοτήτων • Μήκος, ύψος • Απόσταση που διανύθηκε • Χρήση ζωνών παιχνιδιού για τη δημιουργία ασφαλών χώρων παιχνιδιού ή χώρων όπου οι μαθητές μπορούν να τοποθετηθούν ανάλογα με τις ικανότητές τους. • Πλησιέστεροι ή πιο μακρινοί στόχοι • Επιτρέψτε σε ορισμένα παιδιά να ξεκινούν σε διαφορετικές χρονικές στιγμές ή από διαφορετικές θέσεις
<p>ΕΡΓΑΣΙΑ - πώς;</p> <p><i>Τι συμβαίνει; (φυσικές ενέργειες)</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ευκολία - απλοποιήστε τη δραστηριότητα • Δυσκολία - εισαγωγή περισσότερων κανόνων • Εναλλαγή ρόλων • Αλλαγή των κανόνων για καλύτερη ένταξη, π.χ. να επιτρέπονται διαφορετικές θέσεις εκκίνησης, κανόνας μη επαφής • Να είστε ευέλικτοι • Δοκιμάστε διαφορετικούς τρόπους συμμετοχής, π.χ. καθιστοί, όρθιοι, ξαπλωμένοι. • Χρησιμοποιήστε διαφορετικούς στόχους για ορισμένα παιδιά
<p>ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ - τι;</p> <p><i>Τι χρησιμοποιείται;</i></p>	<p>Τι χρησιμοποιείται;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Μπάλες, στρώματα, σημαίες, κασκόλ, κώνοι, εμπόδια, πλαστικοί δείκτες, σχοινιά, σακουλάκια (παιχνίδι, γεμισμένο με ξερά φασόλια ή άλλο υλικό παρόμοιου σχήματος), μπαστούνια, μαλακός εξοπλισμός, ρόπαλα, ρακέτες <p>Με διαφοροποίηση:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Μέγεθος, σχήμα, χρώμα, υφή, βάρος, περιβάλλον, επιφάνεια παιχνιδιού, εσωτερικός/εξωτερικός χώρος <p>Πώς αυτό αλλάζει τη δραστηριότητα; (π.χ. μπάλες)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ελαφρύτερες - ταξιδεύουν αργά στον αέρα και δίνουν περισσότερο χρόνο αντίδρασης - Μεγαλύτερες / πιο μαλακές / ελαφρώς ξεφουσκωμένες - πιο εύκολο να τις δεις και να τις πιάσεις

	<ul style="list-style-type: none"> - Θόρυβος (π.χ. εκπαιδευτικό κουδούνισμα) - ακουστικό καθώς και οπτικό ερέθισμα - Διαφορετικά χρώματα - ευκολότερη διάκριση από το χρώμα του φόντου
<p>ΑΝΘΡΩΠΟΙ - ποιοι; Ποιος εμπλέκεται;</p>	<p>Ανά τύπο:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ανεξάρτητα, σε ομάδες, σε ζευγάρια, με φίλους, με βοηθό μαθησιακής υποστήριξης <p>Άτομα με:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Διαφορετικούς/ ίδιους ρόλους, διαφορετικές / ίδιες ικανότητες, διαφορετικό / ίδιο ανάστημα <p>Άνθρωποι σε:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ίδιο χώρο, μεγάλο χώρο, μικρό χώρο, περιορισμένο χώρο, ανοιχτό χώρο, διαφορετικά μέσα (π.χ. στην πισίνα ή στο νερό)

ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Σ1

Ακολουθεί οδηγίες πολλαπλών βημάτων όταν δίνονται απευθείας στο παιδί

60 λεπτά

ΣΚΟΠΟΣ ΤΟΥ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Το παιδί θα μπορεί να ακολουθεί εντολές πολλαπλών βημάτων.

ΥΛΙΚΑ

Σακουλάκια (bean bags)
Μικρές μπάλες

ΤΕΧΝΙΚΕΣ

Ανάλυση εργασιών: Διαχωρισμός κάθε δραστηριότητας σε μικρότερα, εφικτά βήματα, διασφαλίζοντας ότι κάθε παιδί μπορεί να τα ακολουθήσει αποτελεσματικά. Αυτό επιτρέπει την ευκολότερη απόκτηση δεξιοτήτων μέσω διαχειρίσιμων ενοτήτων.

Αλυσίδα: Εφαρμογή της εμπρόσθιας αλυσίδας με τη διδασκαλία κάθε μέρους μιας δραστηριότητας πολλαπλών βημάτων με τη σειρά, επιτρέποντας στο παιδί να κατακτήσει ένα βήμα πριν από την εισαγωγή του επόμενου. Αυτό δημιουργεί εμπιστοσύνη και διασφαλίζει την κατανόηση και την εκτέλεση πολύπλοκων ακολουθιών.

Προτροπή και σταδιακή μείωση προτροπών: Χρήση λεκτικών, χειρονομιακών ή φυσικών υποδείξεων για την καθοδήγηση της εκτέλεσης του παιδιού, μειώνοντας σταδιακά αυτές τις υποδείξεις καθώς το παιδί αποκτά ανεξαρτησία στην άσκηση.

Διαφορική ενίσχυση: Εφαρμογή θετικής ενίσχυσης επιλεκτικά σε συμπεριφορές που ταιριάζουν πολύ με τις συμπεριφορές-στόχους, γεγονός που ενισχύει την επιθυμητή συμπεριφορά έναντι άλλων.

Μοντελοποίηση συμπεριφοράς: Επίδειξη εργασιών πριν τα παιδιά τις επιχειρήσουν, παρέχοντας ένα σαφές μοντέλο προς μίμηση, το οποίο είναι ιδιαίτερα αποτελεσματικό στο να βοηθήσει τα παιδιά να κατανοήσουν και να μιμηθούν τις επιθυμητές συμπεριφορές.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Εισαγωγή (5 λεπτά)

Μαζέψτε τους μαθητές σε μια γραμμή και εξηγήστε τους πώς θα μάθουν να διασχίζουν τον πάγκο ισορροπίας. Εξηγήστε ότι αν ακούν, παρακολουθούν και επαναλαμβάνουν ό,τι κάνει ο δάσκαλος, μπορούν να εκτελέσουν την άσκηση πιο εύκολα.

Οπτική και προφορική παρουσίαση (10 λεπτά)

Δείξτε στα παιδιά τις μπάλες, και τα σακουλάκια. Εξηγήστε τους τι είναι και για ποιο λόγο θα

χρησιμοποιηθούν. Αφήστε τα να αγγίξουν τα αντικείμενα για να τα συνηθίσουν. Εξηγήστε στους μαθητές πώς να εκτελέσουν την πρώτη άσκηση. Δείξτε την και στη συνέχεια αφήστε κάθε παιδί να δοκιμάσει να κάνει την άσκηση. Αν δυσκολεύονται, βοηθήστε τους. Μειώστε σταδιακά τις βοήθειες.

Δραστηριότητες (20 λεπτά)

Άσκηση 1: Οι μαθητές περπατούν σε μια ευθεία γραμμή από τη μια μεριά της αίθουσας στην άλλη.

Άσκηση 2: Οι μαθητές περπατούν σε μια ευθεία γραμμή από τη μια μεριά της αίθουσας στην άλλη. Ανά δύο βήματα πρέπει να κάνουν ένα άλμα.

Άσκηση 3: Οι μαθητές περπατούν σε μια ευθεία γραμμή από τη μια μεριά της αίθουσας στην άλλη. Ανά δύο βήματα πρέπει να κάνουν ένα άλμα. Μόλις φτάσουν στον τοίχο, συνεχίζουν το ίδιο προς την άλλη μεριά.

Άσκηση 4: Οι μαθητές τρέχουν από τη μια μεριά της αίθουσας στην άλλη. Πιάνουν ένα σακουλάκι και επιστρέφουν στη αφετηρία τρέχοντας ανάποδα (με την πλάτη προς την κατεύθυνση που τρέχουν)

Άσκηση 5: Οι μαθητές τρέχουν από τη μια μεριά της αίθουσας στην άλλη. Πιάνουν ένα σακουλάκι και επιστρέφουν στη αφετηρία τρέχοντας ανάποδα (με την πλάτη προς την κατεύθυνση που τρέχουν). Μόλις φτάσουν, αφήνουν το σακουλάκι και πιάνουν μια μπάλα. Ξανατρέχουν στην άλλη άκρη της αίθουσας με την μπάλα, την αφήνουν κάτω και επιστρέφουν με άδεια χέρια στην αφετηρία.

Επαναλήψεις και θετική ενίσχυση

Επιβραβεύστε τους μαθητές προφορικά όταν εκτελούν σωστά μια άσκηση. Αν χρειαστεί διορθώστε τυχόν λάθη και επαναλάβετε τις ασκήσεις μέχρι το παιδί να ακολουθεί τις οδηγίες σας και να ισορροπεί.

Δημιουργήστε μια λεκτική υπενθύμιση (10 λεπτά)

Μετά την άσκηση, επαναλάβετε λεκτικά όλα τα στοιχεία της άσκησης και ρωτήστε το παιδί τι πιστεύει ότι έκανε καλά και τι θα μπορούσε να κάνει καλύτερα.

Ατομική εξάσκηση (10 λεπτά)

Ζητήστε από τους μαθητές να ξανακάνουν κάθε άσκηση, εξηγώντας παράλληλα τι κάνουν κάθε στιγμή.

Κλείσιμο (5 λεπτά)

Ρωτήστε τους μαθητές ποιες ασκήσεις τους άρεσαν περισσότερο και στη συνέχεια αφήστε τους να τις ξανακάνουν.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Κατανόηση οδηγιών: Οι μαθητές θα ακολουθούν με ακρίβεια οδηγίες πολλαπλών βημάτων, βελτιώνοντας την ικανότητά τους να επεξεργάζονται διαδοχικές δραστηριότητες και να ανταποκρίνονται κατάλληλα μέσα σε τρία μαθήματα

Ισορροπία: Μέσα από δομημένες δραστηριότητες στον πάγκο γυμναστικής, οι μαθητές θα βελτιώσουν τις στατικές και δυναμικές τους δεξιότητες ισορροπίας, επιδεικνύοντας την ικανότητα να διασχίζουν τον πάγκο με περισσότερη σταθερότητα και αυτοπεποίθηση μέχρι το τέλος του μαθήματος.

Γνωστική και σωματική ολοκλήρωση: Οι μαθητές θα επιδείξουν βελτιωμένη ενσωμάτωση των γνωστικών οδηγιών με τις σωματικές ενέργειες, γεγονός που αποδεικνύεται από την ικανότητά τους να θυμούνται και να εκτελούν μια σειρά σωματικών κινήσεων χωρίς καθοδήγηση.

Ανασκόπηση: Κάθε μαθητής θα επισημάνει μια πτυχή της δραστηριότητας που εκτέλεσε καλά και μια πτυχή που θα μπορούσε να βελτιώσει, καλλιεργώντας δεξιότητες αυτοαξιολόγησης και στοχασμού.

Οι μαθητές θα μάθουν να ακούν προσεκτικά τις οδηγίες του δασκάλου και να παρατηρούν τη δραστηριότητα όπως την παρουσιάζει ο δάσκαλος (μοντελοποίηση).

ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΥΠΟΒΑΘΡΟ

Θεωρία γνωσιακού φορτίου: Αυτό το μάθημα είναι δομημένο έτσι ώστε να επιτυγχάνεται η διαχείριση του γνωστικού φορτίου των μαθητών με την ανάλυση πολύπλοκων οδηγιών πολλαπλών βημάτων σε μικρότερες, διαχειρίσιμες μονάδες, επιτρέποντας την καλύτερη νοητική επεξεργασία και απομνημόνευση των οδηγιών.

Εφαρμοσμένη Ανάλυση Συμπεριφοράς (ABA): Αυτό το σχέδιο μαθήματος βασίζεται στις αρχές της ABA, οι οποίες δίνουν έμφαση στη συστηματική διδασκαλία και θετική ενίσχυση για τη βελτίωση λειτουργικών Συμπεριφορών. Τεχνικές ABA, όπως η ανάλυση εργασιών, η προτροπή, η σταδιακή μείωση προτροπών και η διαφορική ενίσχυση, χρησιμοποιούνται για την αποτελεσματική διδασκαλία δεξιοτήτων.

Θεωρία κινητικής μάθησης: Τονίζει τη σημασία της εξάσκησης και της ανατροφοδότησης στην απόκτηση νέων δεξιοτήτων. Αυτό το μάθημα αξιοποιεί την επαναλαμβανόμενη εξάσκηση και την άμεση ανατροφοδότηση για την ενίσχυση της κινητικής μάθησης, ιδιαίτερα στην κατάκτηση της ισορροπίας και του συντονισμού στον πάγκο γυμναστικής.

Συμπεριφορισμός: Αυτό το μάθημα αξιοποιεί τις αρχές του Συμπεριφορισμού μέσω της χρήσης της θετικής ενίσχυσης και της επανάληψης. Η προσέγγιση αυτή είναι αποτελεσματική στη συστηματική διδασκαλία και ενίσχυση των επιθυμητών συμπεριφορών των μαθητών.

Εποικοδομητική θεωρία μάθησης: Οι μαθητές μαθαίνουν ενεργά μέσα από βιωματικές δραστηριότητες και τον αναστοχασμό των πράξεών τους. Αυτή η προσέγγιση ενισχύει τη βαθύτερη κατανόηση και την προσωπική σύνδεση με τις δεξιότητες που διδάσκονται.

Κοινωνικοπολιτισμική θεωρία: Οι κοινωνικές αλληλεπιδράσεις παίζουν σημαντικό ρόλο στη μάθηση. Αυτό το μάθημα περιλαμβάνει παρατηρήσεις από ομοτίμους και ομαδικές συζητήσεις, οι οποίες βοηθούν τους μαθητές να μάθουν ο ένας από τον άλλο και να κατανοήσουν διαφορετικές οπτικές γωνίες για την εκτέλεση των ίδιων δραστηριοτήτων.

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Συμμόρφωση συμπεριφοράς και τήρηση οδηγιών: οι μαθητές θα ακολουθούν οδηγίες πολλών βημάτων.

Σωματικός και γνωστικός συντονισμός: Θα μπορούν να συντονίσουν καλύτερα σωματικές και γνωστικές δραστηριότητες χάρη στις προτροπές και τη μέθοδο Chaining του ABA.

Δεξιότητες αυτοκριτικής: Οι μαθητές θα αναπτύξουν δεξιότητες αυτοκριτικής αξιολογώντας την απόδοσή τους και εντοπίζοντας σημεία προς βελτίωση. Η ABA δίνει έμφαση στην αυτοαξιολόγηση.

Κοινωνική αλληλεπίδραση και μάθηση από ομότιμους: μέσω της μάθησης και της ανατροφοδότησης από ομότιμους, που είναι αναπόσπαστο μέρος της ABA, προάγονται οι κοινωνικές δεξιότητες και ενισχύεται η συνεργατική μάθηση.

ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΜΑΘΗΤΕΣ ΜΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΕΣ

ΧΩΡΟΣ

Η απόσταση μπορεί να μειωθεί ή να μεγαλώσει ανάλογα με τον μαθητή. Μπορούν να τοποθετηθούν πάγκοι ανάμεσα στους μαθητές για να δημιουργηθούν «διαδρομές».

Οι σταθμοί δεξιοτήτων μπορούν να χρησιμοποιηθούν για την ανάπτυξη δεξιοτήτων όπως περιγράφεται λεπτομερώς στο σχέδιο μαθήματος Κ3.

ΑΣΚΗΣΗ

Ο δάσκαλος μπορεί να χωρίσει την άσκηση σε μικρότερες ασκήσεις, π.χ. Όλες οι ασκήσεις μπορούν να ολοκληρωθούν σε μια γραμμή στο πάτωμα.

Κάποιες ασκήσεις μπορούν να παραλειφθούν ή να τροποποιηθούν αυξάνοντας ή μειώνοντας τα βήματα.

Οι χρήστες αναπηρικού αμαξιδίου μπορεί να μετακινούνται μεταξύ δύο πάγκων και να απλώνουν το χέρι τους για να τοποθετήσουν πάνω τους μπάλες ή σακουλάκια χωρίς να χάσουν την ισορροπία τους.

ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ

Για τη μείωση του άγχους μπορούν να χρησιμοποιηθούν πιο μαλακά σακουλάκια ή ακόμη και ένα αγαπημένο παιχνίδι.

Για τα παιδιά με πρόβλημα όρασης και τα αυτιστικά παιδιά μπορούν να χρησιμοποιηθούν επίπεδοι δείκτες ή μπάλες διαφορετικών μεγεθών, υφών και χρωμάτων.

Μπορούν να τοποθετηθούν γραμμές στο πάτωμα με 50 χιλιοστά χρωματιστή κολλητική ταινία για να καθοδηγούνται τα άτομα με πρόβλημα όρασης

ΑΤΟΜΑ

Ένας μαθητής σε κάθε πλευρά μπορεί να βοηθήσει τον μαθητή που εκτελεί την άσκηση. Ένας βοηθός διδασκαλίας ή ένας συμμαθητής μπορεί να λειτουργήσει ως στήριγμα για να καθοδηγήσει τους μαθητές με λιγότερες ικανότητες ή προβλήματα όρασης βοηθώντας τους να εκτελέσουν κάθε άσκηση. Οι μαθητές με προβλήματα όρασης μπορούν επίσης να παρακολουθούν τη μοντελοποίηση της δραστηριότητας από τον δάσκαλο μέσω της αφής.

Ένας μαθητής μπορεί να επιβραβευθεί καλώντας τον να δείξει την άσκηση σε άλλους. Αυτή είναι μια ευκαιρία να ενισχύσετε τη μοντελοποίηση λέγοντας πράγματα όπως: «Ω, αυτή είναι εξαιρετική εξισορρόπηση, Μαρία. Βλέπετε όλοι πώς γέρνει ελαφρώς προς τα αριστερά όταν σηκώνει το δεξί της



γόνατο;» ή «Μπράβο, Πέτρο! Έλα να δείξεις στον κόσμο πώς ισορροπείς το σακουλάκι στο γόνατό σου. Βλέπετε πώς ο Πέτρος ισορροπεί πριν βάλει το σακουλάκι στο γόνατό του;».

Ακολουθεί απλές οδηγίες (1 σκέλους) σε ομάδα 5 ή περισσότερων παιδιών

60 λεπτά

ΣΚΟΠΟΣ ΤΟΥ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Τα παιδιά θα μάθουν να αναπτύξουν στατική και δυναμική ισορροπία περπατώντας σε έναν πάγκο ισορροπίας με ή χωρίς την υποστήριξη ενός συναθλητή.

ΥΛΙΚΑ

Ράβδος γυμναστικής
Πάγκος ισορροπίας
Σακουλάκια (bean bags)
Μικρές μπάλες
Κολλητική ταινία

ΤΕΧΝΙΚΕΣ

Διαφοροποιημένη διδασκαλία
Προοδευτική απόκτηση δεξιοτήτων
Μάθηση και υποστήριξη από ομότιμους
Διαδραστικά παιχνίδια
Ανατροφοδότηση
Συνεχής αξιολόγηση

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Εισαγωγή (5 λεπτά)

Ξεκινήστε τη δραστηριότητα συγκεντρώνοντας τους μαθητές σε μια ευθεία γραμμή που έχετε δημιουργήσει με κολλητική ταινία στο πάτωμα. Ο δάσκαλος εξηγεί ότι θα μάθουν να περπατούν πάνω στον πάγκο ισορροπίας. Εξηγεί επίσης ότι αν ακούσουν και επαναλάβουν ό,τι κάνει ο δάσκαλος, θα καταφέρουν να εκτελέσουν αυτή την άσκηση, όσο δύσκολη και αν τους φαίνεται αρχικά.

Οπτική και προφορική παρουσίαση (20 λεπτά)

Ο δάσκαλος δείχνει στα παιδιά τις μπάλες, τα σακουλάκια και τον πάγκο και εξηγεί τι είναι και πως θα χρησιμοποιηθούν. Ο δάσκαλος επιτρέπει στους μαθητές να αγγίξουν τα αντικείμενα και να τα συνηθίσουν και δείχνει τις ασκήσεις.

Δραστηριότητα 1: Οι μαθητές παρατάσσονται σε τριάδες. Ο μαθητής στη μέση περπατά κατά μήκος της γραμμής και τα άλλα δύο παιδιά τον βοηθούν να ισορροπήσει. Αν το παιδί δεν θέλει να το αγγίξουν, μπορεί να βοηθηθεί κρατώντας μια ράβδο γυμναστικής

Δραστηριότητα 2: Επαναλάβετε την άσκηση, αλλά ο μαθητής πάνω στο πάγκο σηκώνει ένα πόδι.

Δραστηριότητα 3: Επαναλάβετε την άσκηση, αλλά ο μαθητής πάνω στο πάγκο κάνει ένα κάθισμα.

Δραστηριότητα 4: Επαναλάβετε την άσκηση, αλλά ο μαθητής πάνω στο πάγκο περπατά προσπαθώντας να ισορροπήσει ένα σακουλάκι (bean bag) στο κεφάλι του

Παιχνίδι πλημμύρας και πυρκαγιάς (10 λεπτά)

Αν ο δάσκαλος δώσει την εντολή, πλημμύρα, οι μαθητές πρέπει να βρουν και να σταθούν σε ένα παγκάκι. Αν ο δάσκαλος δώσει την εντολή Πυρκαγιά, οι μαθητές πρέπει να ξαπλώσουν στο έδαφος. Και αν δώσει εντολή Πυροσβεστική, τα παιδιά πρέπει να παραταχθούν σε μια καθορισμένη θέση στην αίθουσα.

Ατομική εξάσκηση (10 λεπτά) Ορίστε ένα άτομο που θα είναι ο οδηγός κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού και θα δίνει τις εντολές: Πυρκαγιά, πλημμύρα ή πυροσβεστική.

Επανάληψη και κλείσιμο (10 λεπτά) Ο δάσκαλος παρουσιάζει τα στοιχεία της προηγούμενης διαδρομής εμποδίων και οι μαθητές πρέπει να ολοκληρώσουν τη διαδρομή εμποδίων, θυμούμενοι τη σειρά των ασκήσεων.

Cool Down (5 λεπτά)

Τα παιδιά κάθονται σε κύκλο και ο δάσκαλος παίρνει το ρόλο του «μαέστρου». Το καθήκον του «μαέστρου» είναι να εκτελέσει διάφορες κινήσεις. Τα υπόλοιπα παιδιά παρατηρούν και επαναλαμβάνουν τις ενέργειες. Στη συνέχεια ο δάσκαλος ορίζει έναν μαθητή να είναι ο «μαέστρος». Τα υπόλοιπα παιδιά παρατηρούν και επαναλαμβάνουν τις ενέργειες

ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Συμμόρφωση με τις εντολές: Οι μαθητές θα ακολουθούν με ακρίβεια τις προφορικές οδηγίες 1 σκέλους του δασκάλου κατά τη διάρκεια δομημένων δραστηριοτήτων, επιτυγχάνοντας αυτό με ακρίβεια τουλάχιστον 80% μέχρι το τέλος του μαθήματος.

Ισορροπία: Συμμετέχοντας σε δραστηριότητες ισορροπίας, όπως το περπάτημα κατά μήκος μιας γραμμής με ταινία και η ισορροπία με κάποιο αντικείμενο στο κεφάλι τους, οι μαθητές θα επιδείξουν βελτιωμένες στατικές και δυναμικές δεξιότητες ισορροπίας, όπως αποδεικνύεται από την αύξηση κατά 25% της διάρκειας που μπορούν να διατηρήσουν την ισορροπία τους χωρίς στήριξη.

Συμμετοχή σε ομάδα: Οι μαθητές θα βελτιώσουν τις δεξιότητες τους συμμετοχής σε ομάδα. Αυτό θα φανεί από τη βοήθεια που θα προσφέρουν στους συμμαθητές τους σε τουλάχιστον δύο ασκήσεις κατά τη διάρκεια του μαθήματος. Η βοήθεια μπορεί να είναι σωματική (τους βοηθάνε να ισορροπήσουν) ή λεκτική.

Δεξιότητες επικοινωνίας: Βελτίωση των επικοινωνιακών δεξιοτήτων των μαθητών όταν βρίσκονται σε ομάδα (εκφράζουν τις ανάγκες τους κατά τη διάρκεια δραστηριοτήτων). Οι μαθητές θα χρησιμοποιήσουν λεκτικές ή μη λεκτικές μεθόδους για να επικοινωνήσουν με συμμαθητές ή με τον δάσκαλο τουλάχιστον τρεις φορές κατά τη διάρκεια της συνεδρίας.

Συναισθηματική και κοινωνική διαχείριση: Οι μαθητές θα βελτιώσουν την ικανότητα αυτοέλεγχου και συναισθηματικού ελέγχου όταν βρίσκονται σε ομάδα, συμμετέχοντας στο παιχνίδι "Πλημμύρα και φωτιά" χωρίς να εκδηλώνουν προκλητικές συμπεριφορές και μεταβαίνοντας ομαλά μεταξύ των δραστηριοτήτων.

ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΥΠΟΒΑΘΡΟ

Γνωστική θεωρία της πολυτροπικής μάθησης: Αυτό το μάθημα αξιοποιεί λεκτικά και οπτικά στοιχεία που βοηθά τους μαθητές να συγκρατήσουν καλύτερα ό,τι μαθαίνουν. Το μάθημα χρησιμοποιεί τη θεωρία της διπλής κωδικοποίησης, με τον δάσκαλο να δείχνει πρώτα τις ασκήσεις και επιτρέποντας στους μαθητές να έχουν επαφή με τα υλικά (ράβδος γυμναστικής, πάγκος ισορροπίας κ.λπ.). Σύμφωνα με τη θεωρία αυτή, όταν οι μαθητές επεξεργάζονται πληροφορίες και λεκτικά και οπτικά, μπορούν να τις συγκρατήσουν και να τις θυμηθούν πιο εύκολα.

Η θεωρία της κοινωνικής ανάπτυξης του Vygotsky: Η κοινωνική αλληλεπίδραση αποτελεί σημαντικό συστατικό της μάθησης σε αυτό το μάθημα. Με τους μαθητές να δουλεύουν σε ομάδες και να βοηθούν ο ένας τον άλλον, χρησιμοποιούνται εδώ κοινωνικές αλληλεπιδράσεις για την ενίσχυση της γνωστικής ανάπτυξης. Εδώ εφαρμόζεται η "Ζώνη επικείμενης ανάπτυξης (ΖΕΑ), ή Zone of proximal development, ZPD) στα αγγλικά, του Vygotsky, όπου οι μαθητές εκτελούν με τη βοήθεια των συμμαθητών, ασκήσεις λίγο δυσκολότερες από αυτές που θα κατάφερναν μόνοι τους, χωρίς βοήθεια.

Η θεωρία της κοινωνικής μάθησης του Bandura: Σύμφωνα με αυτή τη θεωρία η παρατήρηση, και η μίμηση είναι πολύ σημαντική για τη μάθηση. Η δομή του μαθήματος, όπου οι μαθητές παρατηρούν τους συμμαθητές και το δάσκαλο να εκτελούν μια άσκηση πριν την εκτελέσουν οι ίδιοι, βασίζεται σε αυτή τη θεωρία.

Θεωρία κινητικής μάθησης: Η σταδιακή αύξηση της δυσκολίας των ασκήσεων - από την ακολουθία απλών οδηγιών ενός βήματος σε πιο σύνθετες - ταιριάζει απόλυτα με τις αρχές της κινητικής μάθησης σύμφωνα με την οποία "όταν θέτουμε σταδιακά πιο δύσκολους στόχους και προκλήσεις βελτιώνεται η απόκτηση δεξιοτήτων. Η επανατροφοδότηση (feedback), ένα σημαντικό στοιχείο της κινητικής μάθησης, πραγματοποιείται καθ' όλη τη διάρκεια του μαθήματος μέσω άμεσων διορθώσεων και ενθάρρυνσης από τους συμμαθητές και τον δάσκαλο.

Συμπεριφορισμός: Το σχέδιο μαθήματος ενσωματώνει συμπεριφοριστικές προσεγγίσεις για τη μάθηση αφού χρησιμοποιεί τη θετική ενίσχυση (όπου παρέχεται επιβράβευση μετά την ολοκλήρωση μιας άσκησης με επιτυχία). Αυτή η επιβράβευση (θετική ενίσχυση) είναι πολύ σημαντική για την τροποποίηση της συμπεριφοράς.

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Ισορροπία και κινητικές δεξιότητες

Δεξιότητες συνεργασίας

Ακρόαση και επικοινωνία

Γνωστική ευελιξία

Επίλυση προβλημάτων

Αυτορρύθμιση και συναισθηματικός έλεγχος

ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΜΑΘΗΤΕΣ ΜΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΕΣ

ΧΩΡΟΣ

Ο πάγκος μπορεί να τοποθετηθεί κοντά στον τοίχο ή σε σκάλες για να αισθάνεται το παιδί πιο άνετα. Πρόσθετοι πάγκοι μπορούν να τοποθετηθούν σε μεγαλύτερη απόσταση μεταξύ τους για να αισθάνεται το παιδί πιο άνετα. Οι σταθμοί δεξιοτήτων μπορούν να χρησιμοποιηθούν για την ανάπτυξη δεξιοτήτων όπως περιγράφεται λεπτομερώς στο σχέδιο μαθήματος M4.

ΑΣΚΗΣΗ

Ο δάσκαλος μπορεί να χωρίσει την άσκηση σε μικρότερες ασκήσεις/δραστηριότητες, π.χ. όλες οι ασκήσεις μπορούν να γίνουν σε μια γραμμή στο πάτωμα. Η εξισορρόπηση στο ένα πόδι μπορεί να γίνει στατικά. Η εξισορρόπηση ενός αντικειμένου στο κεφάλι μπορεί να γίνει ακόμα και με τον μαθητή καθιστό. Ο δάσκαλος μπορεί να παραλείψει κάποιες από τις ασκήσεις για ορισμένους μαθητές. Οι χρήστες αναπηρικού αμαξιδίου μπορεί να μετακινούνται μεταξύ δύο πάγκων και να απλώνουν το χέρι τους για να τοποθετήσουν πάνω τους μπάλες ή άλλα αντικείμενα χωρίς να χάσουν την ισορροπία τους.

ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ

Μπορούν να χρησιμοποιηθούν διάφοροι πάγκοι γυμναστικής διαφορετικού ύψους και μήκους. Για τη μείωση του άγχους μπορούν να χρησιμοποιηθούν αγαπημένα παιχνίδια/ αντικείμενα. Για τα παιδιά με προβλήματα όρασης και τα αυτιστικά παιδιά μπορούν να χρησιμοποιηθούν αντικείμενα διαφορετικών μεγεθών, υφών και χρωμάτων. Μπορούν να τοποθετηθούν γραμμές στο πάτωμα με 50 χιλιοστά χρωματιστή κολλητική ταινία για να καθοδηγούν τα παιδιά με προβλήματα όρασης.

ΑΤΟΜΑ

Ένας βοηθός δασκάλου ή ένας συμμαθητής μπορεί να βοηθά τους μαθητές με λιγότερες ικανότητες ή προβλήματα όρασης, ώστε να εκτελέσουν την άσκηση. Οι μαθητές με προβλήματα όρασης μπορούν επίσης να παρακολουθούν την άσκηση όταν τη δείχνει ο δάσκαλος, μέσω της αφήs. Ένας μαθητής μπορεί να δείξει την άσκηση στους άλλους και να τον επαινέσει ο δάσκαλος. Κάτι τέτοιο είναι καλή ευκαιρία για τον δάσκαλο να ενισχύσει θετικά την προσπάθεια του μαθητή λέγοντας για παράδειγμα: "Ω, εξαιρετική ισορροπία Μαρία. Βλέπετε όλοι πώς γέρνει ελαφρώς προς τα αριστερά ή προς τα δεξιά όταν σηκώνει ή κάνει ένα βήμα;" ή "Μπράβο, Πέτρο! Έλα να δείξεις πώς ισορροπείς το σακουλάκι στο κεφάλι σου".

Ακολουθεί τους κανόνες της τάξης

60 λεπτά

ΣΚΟΠΟΣ ΤΟΥ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Οι μαθητές να είναι σε θέση να κατανοούν και να ακολουθούν τους βασικούς κανόνες στο μάθημα της γυμναστικής.

ΥΛΙΚΑ

Σετ καρτών κανόνων γυμναστικής στην τάξη.
Μεγάλη αφίσα ή flipchart με θήκες
Μαρκαδόροι και πρόσθετες κενές κάρτες
Κουτί προτάσεων «Κανόνες του παιχνιδιού».

ΤΕΧΝΙΚΕΣ

Δημοκρατική λήψη αποφάσεων: Οι μαθητές συμμετέχουν ενεργά στη δημιουργία των κανόνων της τάξης, δίνοντάς τους την αίσθηση της ευθύνης.

Καθοδηγούμενη συζήτηση: Διευκολύνετε μια ανοιχτή συζήτηση σχετικά με τη σημασία κάθε κανόνα και πώς συμβάλλει στη διατήρηση ενός ασφαλούς και ευχάριστου περιβάλλοντος για όλους.

Παιχνίδι ρόλων: Ενθαρρύνετε τους μαθητές να αναπαραστήσουν σενάρια που παρουσιάζουν τους κανόνες στην πράξη, αναδεικνύοντας τη σημασία τους.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

«Δημιουργία του κώδικα της τάξης μας»

Σκοπός:

Να δημιουργήσουν συνεργατικά ένα σύνολο κανόνων για το μάθημα φυσικής αγωγής που όλοι οι μαθητές θα ακολουθούν.

Εισαγωγή (5 λεπτά):

Βάλτε τους μαθητές να σχηματίσουν ένα κύκλο. Συζητήστε το σκοπό των κανόνων στο μάθημα της Φυσικής Αγωγής και γιατί είναι καλό να συμβάλουν όλοι στη δημιουργία τους.

Συζήτηση και δημιουργία κανόνων (15 λεπτά):

Δείξτε τους τις κάρτες με τους βασικούς κανόνες. Αφήστε τους μαθητές να συζητήσουν τα πλεονεκτήματα του κάθε κανόνα και να προτείνουν κ άλλους. Ενθαρρύνετέ τους να σκεφτούν τι είναι απαραίτητο για τη δημιουργία ενός ασφαλούς και αποτελεσματικού μαθησιακού περιβάλλοντος.

Ψηφοφορία (10 λεπτά):

Ζητήστε από τους μαθητές να ψηφίσουν ποιοι κανόνες είναι πιο σημαντικοί και πρέπει να τηρούνται πάντα, βάζοντας τους σε σειρά προτεραιότητας. Χρησιμοποιήστε το Κουτί προτάσεων «Κανόνες του παιχνιδιού» για να γίνει η ψηφοφορία ανώνυμη.

Δημιουργία αφίσας κανόνων (15 λεπτά):

Δημιουργήστε μαζί με τους μαθητές μια μεγάλη αφίσα με τους κανόνες που συμφωνήθηκαν.

Παιχνίδι ρόλων (10 λεπτά):

Παίξτε παιχνίδια ρόλων όπου η τήρηση των κανόνων είναι απαραίτητη - για παράδειγμα, οι παίκτες να περιμένουν τη σειρά τους, ο σεβασμός του προσωπικού χώρου και η σωστή χρήση του εξοπλισμού. Συζητήστε τα θετικά αποτελέσματα της τήρησης των κανόνων.

Κλείσιμο (5 λεπτά):

Βάλτε κάθε μαθητή να υπογράψει την αφίσα ως σύμβολο της δέσμευσής του να ακολουθεί τους κανόνες. Επαναλάβετε τη σημασία της συνεργασίας και του αμοιβαίου σεβασμού.

Εργασία για το σπίτι (προαιρετικά):

Ενθαρρύνετε τους μαθητές να γράψουν ή να δημιουργήσουν ένα εικαστικό έργο που να εκφράζει γιατί η τήρηση των κανόνων είναι απαραίτητη στον αθλητισμό και σε άλλους τομείς της ζωής.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Τήρηση κανόνων: Οι μαθητές θα επιδεικνύουν σαφή κατανόηση και συνεπή τήρηση των κανόνων της τάξης με ακρίβεια τουλάχιστον στο 90% των περιπτώσεων.

Κοινωνική συμμετοχή: Οι μαθητές θα συμμετέχουν ενεργά στις διαδικασίες θέσπισης και εφαρμογής κανόνων και θα μάθουν να συνεργάζονται μεταξύ τους

Δημοκρατική συμμετοχή: Οι μαθητές θα συμμετέχουν στη δημοκρατική διαδικασία ψηφοφορίας, κατανοώντας τον αντίκτυπο της στην προσωπική και ομαδική δυναμική.

Ρύθμιση της συμπεριφοράς: Θα έχουν καλύτερο αυτό έλεγχο (self-regulation) και θα τηρούν τους κανόνες χωρίς προτροπές.

ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΥΠΟΒΑΘΡΟ

Δημοκρατική εκπαίδευση: Η συμμετοχή των μαθητών στη δημιουργία κανόνων ενισχύει τη συμμετοχικότητα και τη υπευθυνότητα.

Κοινωνικός κονστρουκτιβισμός: Τονίζει το ρόλο της συνεργατικής αλληλεπίδρασης στη γνωστική ανάπτυξη.

Συμπεριφορικές προσδοκίες: Οι σαφείς προσδοκίες βοηθούν στη διαχείριση της συμπεριφοράς σε μορφή πρόληψης και όχι σε μορφή αντίδρασης.

Εφαρμοσμένη Ανάλυση Συμπεριφοράς (ABA): Επικεντρώνεται στην εφαρμογή των αρχών της συμπεριφορικής μάθησης για τη συστηματική αλλαγή της συμπεριφοράς, δίνοντας έμφαση στη χρήση ενισχύσεων για την ενθάρρυνση της τήρησης κανόνων και της συνεργασίας.

Συμπεριφορισμός: Με τη χρήση της ενίσχυσης και των συνεπειών για τη διαμόρφωση της Συμπεριφοράς, στο οποίο βασίζεται και η ABA, αλλάζει η συμπεριφορά των μαθητών προς τα επιθυμητά αποτελέσματα.

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Κατανόηση και τήρηση κανόνων: Μέσω της ABA, οι μαθητές θα κατανοήσουν και θα εφαρμόσουν καλύτερα τους κανόνες της τάξης.

Γνωστική ευελιξία: Βελτιώνεται μέσω της συμμετοχής σε συζητήσεις και της δημοκρατικής λήψης αποφάσεων, ανάλογα με τις ανάγκες της ομάδας και την ανατροφοδότηση.

Συνεργατικότητα: Αναπτύσσεται με την ενεργό συμμετοχή σε ομαδικές συζητήσεις και δραστηριότητες θέσπισης κανόνων, καλλιεργώντας ένα υποστηρικτικό περιβάλλον στην τάξη.

Επικοινωνιακές και κοινωνικές δεξιότητες: Καλύτερες επικοινωνιακές και κοινωνικές δεξιότητες, ζωτικής σημασίας για την αποτελεσματική αλληλεπίδραση και συνεργασία σε ομαδικά περιβάλλοντα.

ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΜΑΘΗΤΕΣ ΜΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΕΣ

ΧΩΡΟΣ

Οργανώστε τα καθίσματα έτσι ώστε όλοι οι μαθητές να έχουν ίση πρόσβαση για να παρακολουθήσουν και να συμμετάσχουν στη συζήτηση.

ΑΣΚΗΣΗ

Χρησιμοποιήστε εικόνες και σύμβολα παράλληλα με το κείμενο για να μπορέσουν να κατανοήσουν όλοι οι μαθητές την άσκηση, συμπεριλαμβανομένων εκείνων με αναγνωστικές δυσκολίες.

ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ

Ενσωματώστε χειροπιαστά και οπτικά υλικά για την αναπαράσταση κανόνων για να συμμετάσχουν όλοι οι μαθητές.

ΑΤΟΜΑ

Βάλτε τους μαθητές σε ζευγάρια για να βοηθήσουν ο ένας τον άλλον. Χρησιμοποιήστε το mentoring από συνομηλίκους για να εδραιωθούν οι κανόνες.

Πλησιάζει έναν συνομήλικο για να κάνει ερωτήσεις

60 λεπτά

ΣΚΟΠΟΣ ΤΟΥ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

οι μαθητές να κάνουν μια ερώτηση ή να ζητήσουν ένα αντικείμενο από έναν άλλο συμμαθητή τους.

ΥΛΙΚΑ

Κοινωνικό παραμύθι που απεικονίζει την αλληλεπίδραση μεταξύ συνομηλίκων κατά τη διάρκεια της γυμναστικής.

Κάρτες οπτικών οδηγιών που απεικονίζουν διάφορες ερωτήσεις και αιτήματα σχετικά με τη γυμναστική.

Βοηθήματα για παιχνίδια ρόλων σχετικά με τις δραστηριότητες ΦΑ.

Διάγραμμα καταγραφής της αλληλεπίδρασης μεταξύ συνομηλίκων.

ΤΕΧΝΙΚΕΣ

Μοντελοποίηση ρόλων: Επίδειξη του πώς να πλησιάσει κανείς έναν συνομήλικο και να ζητήσει ένα αντικείμενο ή βοήθεια, δίδοντας έμφαση στην ευγενική συμπεριφορά και τη γλώσσα του σώματος.

Καθοδηγούμενη εξάσκηση: Παρέχετε δομημένα σενάρια όπου οι μαθητές μπορούν να κάνουν εξάσκηση στο πώς να προσεγγίζουν και να αλληλεπιδρούν με τους συνομηλίκους τους.

Διόρθωση λαθών και θετική ενίσχυση: Αναγνωρίστε και επιβραβεύστε τις προσπάθειες επικοινωνίας, ανεξάρτητα από το αποτέλεσμα, για να ενθαρρύνετε περαιτέρω προσπάθειες.

Σενάριο συμπεριφοράς: Δημιουργήστε σενάρια που μπορούν να χρησιμοποιούν οι μαθητές όταν πλησιάζουν συνομηλίκους, με έμφαση στη χρήση ευγενικής γλώσσας και κατάλληλης γλώσσας του σώματος.

Κοινωνικές αφηγήσεις: Χρησιμοποιήστε κοινωνικές ιστορίες και οπτικές κάρτες υποδείξεων για να διδάξετε και να ενισχύσετε τις κατάλληλες κοινωνικές αλληλεπιδράσεις κατά τη διάρκεια των δραστηριοτήτων φυσικής αγωγής.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

«Αλληλεπίδραση μεταξύ συνομηλίκων»

Δημιουργήστε ένα σετ βοηθητικών καρτών με εικόνες:

«Μπορώ να έχω την μπάλα, παρακαλώ;»

Εικόνα: Μια εικόνα ενός χαμογελαστού παιδιού που απλώνει το χέρι του με μια μπάλα από πάνω του.

«Μπορείς να μου δώσεις το σχοινάκι»

Εικόνα: Δύο παιδιά, το ένα δίνει ένα σχοινάκι στο άλλο.

«Θα ήθελες να παίξεις μαζί μας;»

Εικόνα: Μια ομάδα παιδιών που παίζει ένα παιχνίδι, με ένα παιδί να κάνει νόημα σε ένα άλλο παιδί να παίξει

«Μπορείς να με βοηθήσεις να στήσω τους κώνους;»

Εικόνα: Ένα παιδί τοποθετεί έναν κώνο στο έδαφος, κοιτάζοντας ένα άλλο παιδί με απορία

« Ποιος έχει σειρά τώρα;»

Εικόνα: Μια ουρά παιδιών με ένα ερωτηματικό από πάνω τους, που κοιτάζονται μεταξύ τους.

Εισαγωγή (5 λεπτά)

Συγκεντρώστε τους μαθητές και εξηγήστε τους το θέμα της ημέρας που αφορά την αλληλεπίδραση μεταξύ συνομηλίκων. Συζητήστε τη σημασία του να ζητάτε βοήθεια κατά τη διάρκεια του μαθήματος της φυσικής αγωγής.

Αφήγηση ιστοριών (10 λεπτά)

Διαβάστε μια κοινωνική ιστορία με θέμα το να ζητάτε βοήθεια ή αντικείμενα από τους συμμαθητές σας στο μάθημα της γυμναστικής. Κάντε παύση για να συζητήσετε τα βασικά σημεία και να σιγουρευτείτε ότι έγινε κατανοητή η ιστορία.

Παιχνίδι αντιστοίχισης (10 λεπτά)

Απλώστε τις κάρτες με τις εικόνες με την όψη προς τα κάτω. Οι μαθητές τις γυρίζουν με τη σειρά και προσπαθούν να βρουν σενάρια στα οποία μπορεί να χρειαστεί να ζητήσουν κάτι από έναν συμμαθητή τους.

Παιχνίδι ρόλων (15 λεπτά)

Σε ζεύγη ή μικρές ομάδες, οι μαθητές παίζουν ρόλους με τα σενάρια από τις κάρτες. Ένας μαθητής πλησιάζει έναν άλλον για να κάνει μια ερώτηση ή να ζητήσει ένα αντικείμενο που χρησιμοποιούν στη γυμναστική.

Επαναλήψεις και θετική ενίσχυση (10 λεπτά)

Εναλλάσσετε τους παρτενέρ και επαναλαμβάνετε τα σενάρια παιχνιδιού ρόλων. Χρησιμοποιήστε το διάγραμμα καταγραφής της αλληλεπίδρασης μεταξύ συνομηλίκων για να σημειώσετε κάθε επιτυχημένη αλληλεπίδραση.

Δημιουργήστε μια αφίσα για υπενθύμιση (5 λεπτά)

Ως ομάδα, δημιουργήστε μια μεγάλη αφίσα με υπενθυμίσεις για το πώς να πλησιάσει κανείς τους συμμαθητές του και τι είδους ερωτήσεις ή αιτήματα μπορεί να κάνει κατά τη διάρκεια του μαθήματος της φυσικής αγωγής.

Ατομική εξάσκηση (10 λεπτά)

Οι μαθητές κάνουν εξάσκηση αυτά που έχουν μάθει συμμετέχοντας σε μια δραστηριότητα ΦΑ που απαιτεί να ζητήσουν από έναν συμμαθητή τους ένα αντικείμενο ή μια βοήθεια.

Ανασκόπηση και κλείσιμο (5 λεπτά)

Ολοκληρώστε το μάθημα, ζητώντας από τους μαθητές να αναλογιστούν τις εμπειρίες τους και να μοιραστούν αυτά που έμαθαν γύρω από την αλληλεπίδραση με τους συμμαθητές τους.

Εργασία για το σπίτι (προαιρετικά)

Οι μαθητές μπορούν να εξασκηθούν στο σπίτι ζητώντας από μέλη της οικογένειας αντικείμενα ή βοήθεια

ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Αποτελεσματική επικοινωνία: Οι μαθητές θα ξεκινήσουν τουλάχιστον μία επαφή ανά μάθημα φυσικής αγωγής με 90% επιτυχία, χρησιμοποιώντας αυτά που έμαθαν.

Μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση στην επικοινωνία: Οι μαθητές θα νιώθουν παραπάνω αυτοπεποίθηση να στην επικοινωνία τους με τους γύρω, το οποίο θα φανεί από την πρωτοβουλία επικοινωνίας χωρίς προτροπές στο 80% των ευκαιριών.

Κατανόηση των κοινωνικών προτύπων: Οι μαθητές θα κατανοούν τα κοινωνικά πρότυπα και τους τρόπους σωστής επικοινωνίας. Αυτό θα φανεί από τον τρόπο επικοινωνίας τους σε δομημένες και μη δομημένες δραστηριότητες.

ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΥΠΟΒΑΘΡΟ

Θεωρία της κοινωνικής αλληλεπίδρασης: Τονίζει τη σημασία της κοινωνικής μάθησης στην ανάπτυξη επικοινωνιακών δεξιοτήτων.

Γνωστική-συμπεριφορική θεωρία: Δίνει έμφαση στο ρόλο της πρακτικής και της θετικής ενίσχυσης στην υιοθέτηση νέων συμπεριφορών

Θεωρία της συμπεριληπτικής εκπαίδευσης: Εγγυάται την ενσωμάτωση διαφορετικών μαθητών, συμπεριλαμβανομένων των αυτιστικών παιδιών, σε δραστηριότητες

Συμπεριφορισμός: Αυτό το μάθημα αξιοποιεί τις αρχές του Συμπεριφορισμού μέσω της χρήσης της θετικής ενίσχυσης και της επανάληψης. Οι μαθητές λαμβάνουν άμεση ανατροφοδότηση κατά τη διάρκεια

των δραστηριοτήτων, κάτι το οποίο ενισχύει τη σωστή συμπεριφορά και βοηθά στην απομνημόνευση και τη συσχέτιση των απαραίτητων αντικειμένων για το μάθημα της Φυσικής Αγωγής. Η προσέγγιση αυτή είναι αποτελεσματική στη διδασκαλία και ενίσχυση επιθυμητών συμπεριφορών.

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Δεξιότητες κοινωνικής αλληλεπίδρασης: Οι μαθητές θα μάθουν συγκεκριμένες στρατηγικές για να προσεγγίζουν τους συνομηλίκους τους, να ζητούν βοήθεια και να ανταποκρίνονται σε αιτήματα, οι οποίες είναι θεμελιώδεις για την επιτυχή αλληλεπίδραση μεταξύ συνομηλίκων στο πλαίσιο της φυσικής αγωγής.

Τεχνικές προσαρμοστικής επικοινωνίας: Μέσω επαναλαμβανόμενης εξάσκησης και παιχνιδιού ρόλων, οι μαθητές θα προσαρμόσουν το στυλ επικοινωνίας τους ώστε να αλληλοεπιδρούν αποτελεσματικά με διαφορετικούς συνομηλίκους, αναγνωρίζοντας τα διάφορα κοινωνικά ερεθίσματα.

Αυτοδιαχείριση και υπευθυνότητα: Οι μαθητές θα διδαχθούν να παίρνουν πρωτοβουλίες στις κοινωνικές συναναστροφές, και να προσεγγίζουν τους συμμαθητές τους σωστά. Αυτό θα τους βοηθήσει να νιώσουν πιο σίγουροι για τον εαυτό τους, και κατ' επέκταση πιο ανεξάρτητοι.

Επίλυση προβλημάτων σε κοινωνικά πλαίσια: Οι μαθητές μαθαίνουν να αντιμετωπίζουν κοινωνικά διλήμματα ή παρεξηγήσεις κατά τη διάρκεια δραστηριοτήτων φυσικής αγωγής

ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΜΑΘΗΤΕΣ ΜΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΕΣ

ΧΩΡΟΣ

Καθορίστε σαφείς, άνετους χώρους εντός του χώρου γυμναστικής

ΑΣΚΗΣΗ

Χρησιμοποιήστε απλή, κατανοητή γλώσσα στις κάρτες. Συμπεριλάβετε εικόνες για όσους δυσκολεύονται στην κατανόηση.

Εφαρμόστε ένα σύστημα όπου οι μαθητές κερδίζουν κουπόνια για επιτυχημένες αλληλεπιδράσεις με συνομηλίκους, τα οποία μπορούν αργότερα να ανταλλάσσονται με αγαπημένες δραστηριότητες ή μικρές επιβραβεύσεις.









ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ

Αξιοποιήστε γνωστά αντικείμενα από το μάθημα της φυσικής αγωγής για το παιχνίδι ρόλων για να γίνουν πιο αληθοφανή τα σενάρια

ΑΤΟΜΑ

Αναθέστε έναν συμμαθητή ως βοηθό σε μαθητές που μπορεί να χρειάζονται παραπάνω υποστήριξη. Παρέχετε επιπλέον καθοδήγηση ή υποδείξεις, εφόσον είναι απαραίτητο.

Asking for help




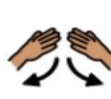
Εγώ μερικές φορές δεν ξέρω τι να κάνω.








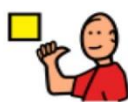






Εγώ μπορώ να ζητήσω βοήθεια.

Κλάμα τέλος Φωνές τέλος.

Εγώ μπορώ να πάω στον δάσκαλό μου







Εγώ μπορώ πω "βοήθησέ με παρακαλώ."

©Sy21

ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Σ5

Απαντά σε μια ερώτηση/ένα αίτημα που απευθύνεται σε μια ομάδα μαθητών

60 λεπτά

ΣΚΟΠΟΣ ΤΟΥ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Οι μαθητές να είναι σε θέση να ανταποκριθούν σε μια ερώτηση/ένα αίτημα σε μια ομάδα 5 ή περισσότερων παιδιών τουλάχιστον μία φορά κατά τη διάρκεια μιας συνεδρίας φυσικής αγωγής

ΥΛΙΚΑ

Ερωτήσεις για τους μαθητές
Εμπόδια στην πίστα εμποδίων
Γυμναστικοί πάγκοι
Σκάλα γυμναστικής
Μικρά εμπόδια στίβου
Μεγάλα εμπόδια στίβου
Δαχτυλίδια
Δείκτες
Στρώματα γυμναστικής.
Χαρτόνια με ερωτήσεις για τη δραστηριότητα 2

ΤΕΧΝΙΚΕΣ

Άμεση διδασκαλία (Direct Instruction) και μοντελοποίηση: Χρήση σαφών, άμεσων οδηγιών και μοντελοποίηση συμπεριφορών πριν οι μαθητές κληθούν να κάνουν εργασίες. Αυτό συμβάλλει στην αποσαφήνιση των προσδοκιών και στην παρουσίαση των ασκήσεων εκτελεσμένων σωστά.

Προτροπή (Prompting) και Συστηματική Απόσβεση (Fading): Οι εκπαιδευτικοί παρέχουν υποδείξεις (prompts) για να βοηθήσουν τους μαθητές να εκτελέσουν σωστά τις ασκήσεις. Στη συνέχεια, καθώς οι μαθητές γίνονται καλύτερη στην εκτέλεση της άσκησης, μειώνουν σταδιακά (fading) αυτές τις υποδείξεις, ενθαρρύνοντας έτσι την ανεξαρτησία.

Διαχωρισμένη Δοκιμασία Εξάσκησης (DTT- Discrete Trial Teaching): Εφαρμογή δομημένων ευκαιριών για τους μαθητές να απαντήσουν σε ερωτήσεις σε ελεγχόμενες, επαναλαμβανόμενες δοκιμές, ενισχύοντας αμέσως τις σωστές απαντήσεις.

Ανάλυση εργασιών (Task Analysis): Κατανομή πολύπλοκων εργασιών, όπως η απόκριση σε ομαδικές ερωτήσεις ή η ολοκλήρωση μιας διαδρομής εμποδίων, σε μικρότερα, διαχειρίσιμα βήματα που οι μαθητές μπορούν να ολοκληρώσουν με επιτυχία.

Θετική ενίσχυση: Παροχή συγκεκριμένης θετικής ανατροφοδότησης αμέσως μετά τις επιθυμητές Συμπεριφορές, όπως η σωστή απάντηση σε μια ερώτηση ή η αποτελεσματική συμμετοχή σε μια ομαδική δραστηριότητα, για την ενίσχυση αυτών των Συμπεριφορών.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Παρατάξτε τους μαθητές σε μια γραμμή και εξηγήστε το παιχνίδι (2-5 λεπτά).

Δραστηριότητα 1: Παιχνίδι «Σχολείο, σπίτι, παιχνίδι» (3-5 λεπτά)

Ορίστε τρία σημεία:

ΣΧΟΛΕΙΟ - ανεβείτε ένα σκαλί της σκάλας γυμναστικής-

ΣΠΙΤΙ - σταθείτε στους πάγκους-

ΠΑΙΧΝΙΔΙ- μιμηθείτε οποιοδήποτε ζώο στο κέντρο της αίθουσας.

Ο δάσκαλος δίνει μια εντολή (Σχολείο, Σπίτι ή Παιχνίδι) και οι μαθητές πηγαίνουν σε μια συγκεκριμένη θέση όσο το δυνατόν πιο γρήγορα.

Παράδειγμα ερωτήσεων

Σε ποιον άρεσε αυτό; Σε ποιον άλλο άρεσε αυτό το παιχνίδι; Δώστε μια προτροπή στο παιδί αν δεν υπάρχει απάντηση. Άννα, σου άρεσε αυτό; Σε ποιον άλλον άρεσε αυτό το παιχνίδι; Πέτρο, τι δεν σου άρεσε σε αυτό το παιχνίδι; Θα ήθελες να το ξαναπαιξεις;

Δραστηριότητα 2: Παιχνίδι μίμησης (20 λεπτά)

Τα παιδιά κάθονται σταυροπόδι σε έναν κύκλο. Στο κέντρο του κύκλου υπάρχει μια στοίβα από κάρτες με ερωτήσεις, π.χ:

Πώς πηδάει ένας βάτραχος;

Πώς περπατάει ένας πελαργός;

Πώς κινείται ένα φίδι;

Πώς πηδάει ένας λαγός;

Πώς περπατάει ένας πικουίνος;

Πώς περπατάει μια μαϊμού;

Πώς περπατάει ένα καβούρι;

Το παιδί που ορίζει ο δάσκαλος μπαίνει στον κύκλο, παίρνει το πάνω χαρτί της στοίβας, διαβάζει δυνατά την ερώτηση και στη συνέχεια δείχνει πώς κινείται το συγκεκριμένο ζώο. Όλα τα παιδιά μιμούνται το παιδί που δείχνει πώς κινείται το συγκεκριμένο ζώο.

Δραστηριότητα 3: Διαδρομή με εμπόδια (25 λεπτά)

Κατά τη διάρκεια της εξήγησης της διαδρομής εμποδίων, ο εκπαιδευτικός μπορεί να ρωτήσει: «Πώς ονομάζεται αυτή η δραστηριότητα;», «Μπορεί ο καθένας από εσάς να ονομάσει ένα από τα μέρη της διαδρομής εμποδίων;», «Πιστεύετε ότι αυτό θα είναι εύκολο ή δύσκολο;», «Θα θέλατε να σας βοηθήσει κάποιος;», «Θα θέλατε κάποιος να κάνει κάποιο κομμάτι της άσκησης για εσάς;».

Προσπαθήστε να συμπεριλάβετε διαφορετικές ασκήσεις όπως κύλιση, σύρσιμο, περπάτημα ισορροπίας σε πάγκο γυμναστικής ή σκάλα δαπέδου, άλμα σε στεφάνια και με τα δύο πόδια ή με το ένα πόδι, μικρά αθλητικά εμπόδια που ξεπερνιούνται με διάφορους τρόπους, σύρσιμο κάτω από ένα ψηλό αθλητικό εμπόδιο, τρέξιμο σλάλομ, ολίσθηση προς τα εμπρός ή προς τα πίσω στον πάγκο γυμναστικής.

Παράδειγμα ερωτήσεων

Μετά τη δραστηριότητα, ο δάσκαλος μπορεί να ρωτήσει: «Ποιος μπορεί να θυμηθεί πώς λέγεται η κάθε δραστηριότητα;», «Πιστεύετε ότι ήταν εύκολο ή δύσκολο;», «Σας αρέσει αυτό;», «Πριν το δοκιμάσετε, είπατε ότι το θεωρούσατε δύσκολο, αλλά τώρα που ολοκληρώσατε το μάθημα, εξακολουθείτε να το θεωρείτε δύσκολο;», «Θα θέλατε να ξαναπαίζετε αυτό το παιχνίδι;». Παρέχετε προτροπές εάν δεν υπάρχει ανταπόκριση.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Έναρξη αλληλεπιδράσεων: Κάθε μαθητής θα ξεκινήσει τουλάχιστον μία επιτυχημένη αλληλεπίδραση με τους συμμαθητές του ανά μάθημα, χρησιμοποιώντας σενάρια ή οπτικά βοηθήματα.

Αποτελεσματική επικοινωνία: Οι μαθητές θα μπορούν να επικοινωνούν κατάλληλα, μεταξύ άλλων, κάνοντας και απαντώντας με ακρίβεια σε ερωτήσεις.

Συμμετοχή σε κοινωνικές δραστηριότητες: Οι αυτιστικοί μαθητές θα συμμετέχουν ενεργά σε αλληλεπιδράσεις με συμμαθητές και ομαδικές δραστηριότητες.

ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΥΠΟΒΑΘΡΟ

Εφαρμοσμένη Ανάλυση Συμπεριφοράς: Η ΕΑΣ ή ΑΒΑ εστιάζει στη συστηματική διδασκαλία και ενίσχυση επιθυμητών συμπεριφορών τόσο σε κοινωνικό όσο και σε ακαδημαϊκό πλαίσιο.

Ψυχολογία της συμπεριφοράς: Δίνει έμφαση στη μάθηση μέσω της παρατήρησης, της μίμησης και της ενίσχυσης, ιδιαίτερα αποτελεσματική στη διδασκαλία κοινωνικών και επικοινωνιακών δεξιοτήτων σε ένα πλαίσιο φυσικής αγωγής.

Αναπτυξιακή Ψυχολογία: Ενθαρρύνει την ανάπτυξη δεξιοτήτων που συνάδουν με το αναπτυξιακό στάδιο κάθε παιδιού, δίνοντας έμφαση στις κοινωνικές δεξιότητες σε ομαδικό περιβάλλον.

Εκπαιδευτική ψυχολογία: Εφαρμόζει στρατηγικές για τη δημιουργία ενός μαθησιακού περιβάλλοντος που υποστηρίζει διαφορετικά μαθησιακά στυλ και ανάγκες.

Θεωρία γνωστικής επεξεργασίας: Υποστηρίζει τη μαθησιακή διαδικασία ανταπόκρισης σε ερεθίσματα μεταξύ διαφορετικών μαθητών.

Κοινωνικός κονστρουκτιβισμός: Ενθαρρύνει την οικοδόμηση της γνώσης μέσω της κοινωνικής αλληλεπίδρασης και της συνεργασίας.

Καθολικός σχεδιασμός για τη μάθηση (UDL): Παρέχει πολλαπλά μέσα συμμετοχής, εκπροσώπησης και έκφρασης για την υποστήριξη των ποικίλων μαθητών.

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Κατανόηση και τήρηση κανόνων: Μέσω της ABA, οι μαθητές θα αναπτύξουν σαφή κατανόηση και αξιόπιστη εφαρμογή των κανόνων της τάξης.

Γνωστική ευελιξία: Βελτίωση μέσω της συμμετοχής σε συζητήσεις και της δημοκρατικής λήψης αποφάσεων, προσαρμογή στις ανάγκες της ομάδας και στην ανατροφοδότηση.

Δεξιότητες συνεργασίας: Αναπτύσσονται με την ενεργό συμμετοχή σε ομαδικές συζητήσεις και δραστηριότητες θέσπισης κανόνων, προωθώντας ένα υποστηρικτικό περιβάλλον στην τάξη.

Επικοινωνιακές και κοινωνικές δεξιότητες: Βελτιωμένη ικανότητα επικοινωνίας αναγκών, απόψεων και ακρόασης των άλλων, ζωτικής σημασίας για την αποτελεσματική αλληλεπίδραση και συνεργασία σε ομαδικά περιβάλλοντα.

ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΜΑΘΗΤΕΣ ΜΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΕΣ

ΧΩΡΟΣ

Καθορίστε συγκεκριμένους χώρους στο χώρο γυμναστικής για ασκήσεις αλληλεπίδρασης, εξασφαλίζοντας ότι είναι προσβάσιμοι και άνετοι για όλους τους μαθητές, με σαφή όρια για να παρέχουν δομή στα αυτιστικά παιδιά.

ΑΣΚΗΣΗ

Απλοποιήστε ή σπάστε τις εργασίες αλληλεπίδρασης σε μικρότερα βήματα για τους μαθητές που το χρειάζονται και παρέχετε οπτικά προγράμματα ή υποδείξεις (prompts).

ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ

Προσφέρετε εναλλακτικές συσκευές ή εργαλεία επικοινωνίας, όπως συσκευές παραγωγής λόγου ή συστήματα επικοινωνίας με ανταλλαγή εικόνων (PECS), για τους μη λεκτικούς μαθητές ή όσους δυσκολεύονται στη λεκτική επικοινωνία.

ΑΤΟΜΑ

Συνδυάστε τους μαθητές με “φιλαράκια” που μπορούν να καθοδηγήσουν τη διαδικασία αλληλεπίδρασης και να διασφαλίσουν ότι όλοι οι μαθητές, συμπεριλαμβανομένων εκείνων με αυτισμό, συμπεριλαμβάνονται στις ομαδικές δραστηριότητες. Οι εκπαιδευτικοί και οι βοηθοί θα πρέπει να είναι διαθέσιμοι για να διευκολύνουν και να υποστηρίζουν τις αλληλεπιδράσεις.

ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Σ6

Έρχεται στο μάθημα γυμναστικής με τα κατάλληλα είδη (π.χ. ρούχα/υπόδηση).

60 λεπτά

ΣΚΟΠΟΣ ΤΟΥ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Το παιδί προετοιμάζεται κατάλληλα για το μάθημα ΦΑ

ΥΛΙΚΑ

Τραπέζι ή καρέκλα

Κάρτες με εικόνες ρούχων και υλικών που χρειάζονται για τη γυμναστική.

Κάρτες με τυχαία αντικείμενα.

Πίνακας ή μεγάλο χαρτί και μαρκαδόροι.

ΤΕΧΝΙΚΕΣ

Ενεργός προγραμματισμός: Οι δάσκαλοι θα βοηθήσουν τους μαθητές να ετοιμάσουν την τσάντα με τα σύνορά τους για την επόμενη μέρα χρησιμοποιώντας τις κάρτες και την αφίσα.

Επιλεκτική προσοχή: Στόχος της δραστηριότητας είναι να ενθαρρύνει τους μαθητές να επιλέξουν τα ρούχα και τα υλικά τους για την επόμενη μέρα. Θα φτιάξουν μια μικρή αφίσα με τις ευθύνες τους για την επόμενη μέρα

Αλυσίδα συμπεριφοράς: Σπάσιμο των επιμέρους βημάτων της προετοιμασίας για το μάθημα φυσικής αγωγής, που οι μαθητές ακολουθούν διαδοχικά, ενισχύοντας κάθε βήμα για να διασφαλιστεί η κατανόηση και η εμπέδωση.

Οπτικά Προγράμματα: Αξιοποίηση οπτικών βοηθημάτων της ακολουθίας ενεργειών, που βοηθούν τους μαθητές να κατανοήσουν τι αναμένεται και τότε.

Ενίσχυση με κουπόνια: Εισαγωγή ενός συστήματος κουπονιών για την επιτυχή ολοκλήρωση των στόχων, όπου τα κουπόνια μπορούν να ανταλλάσσονται με προτιμώμενες δραστηριότητες ή μικρές ανταμοιβές, ενθαρρύνοντας τη συνεχή συμμετοχή και προσπάθεια.

Προτροπή και απόσβεση: Χρήση υποδείξεων για την καθοδήγηση των μαθητών κατά την επιλογή και την οργάνωση του εξοπλισμού τους για τη γυμναστική, με σταδιακή μείωση των υποδείξεων για την προώθηση της ανεξαρτησίας.

Διόρθωση λαθών: Παροχή άμεσης, επικοινωνιακής ανατροφοδότησης όταν προκύπτουν λάθη, που βοηθά τους μαθητές να μάθουν από τα λάθη και να τα διορθώσουν σε μελλοντικές προσπάθειες.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Εισαγωγή (5 λεπτά):

Ξεκινήστε τη δραστηριότητα συγκεντρώνοντας τους μαθητές σε κύκλο και εξηγήστε τους ότι πρόκειται να μάθουν πως να θυμούνται τα ρούχα και τον εξοπλισμό που χρειάζονται για το μάθημα της γυμναστικής. Πείτε τους ότι οι δραστηριότητες θα γίνουν ομαδικά για να γίνει το μάθημα πιο διασκεδαστικό.

Παρουσίαση δραστηριότητας (10 λεπτά):

Δείξτε τους τις κάρτες με τις εικόνες των ρούχων και τον εξοπλισμό. Βεβαιωθείτε ότι κάθε κάρτα έχει μια ξεκάθαρη εικόνα ενός αντικειμένου, όπως αθλητικά παπούτσια, μπλουζάκι, σορτς, πετσέτα, μπουκάλι νερού κ.λπ. Εξηγήστε τι είναι κάθε αντικείμενο καθώς τα δείχνετε.

Παιχνίδι αντιστοίχισης (10 λεπτά): Τοποθετήστε τις κάρτες αναποδογυρισμένες σε ένα τραπέζι ή στο πάτωμα. Ζητήστε από τους μαθητές να σηκώσουν με τη σειρά μια κάρτα και να πουν φωναχτά ποιο αντικείμενο είναι και αν χρειάζεται για το μάθημα της γυμναστικής. Αν ο μαθητής πει τη σωστή απάντηση, κρατάει την κάρτα. Αν κάνει λάθος, γυρίζουν την κάρτα πάλι ανάποδα

Επαναλήψεις και θετική ενίσχυση (10 λεπτά):

Συνεχίστε το παιχνίδι μέχρι όλοι οι μαθητές να έχουν αρκετές ευκαιρίες να παίξουν. Συνεχίστε να επαναλάβετε τα ονόματα των αντικειμένων και το αν χρειάζονται για την τάξη.

Δημιουργήστε μια οπτική υπενθύμιση (10 λεπτά):

Σχεδιάστε/κολλήστε στον πίνακα ή σε ένα μεγάλο κομμάτι χαρτί έναν κατάλογο με εικόνες των αντικειμένων που απαιτούνται για το μάθημα της γυμναστικής. Ζητήστε από τους μαθητές να σας βοηθήσουν να συμπληρώσετε τον κατάλογο.

Ατομική εξάσκηση (10 λεπτά):

Δώστε σε κάθε μαθητή ένα αντίγραφο της λίστας που δημιουργήσατε μαζί και ζητήστε του να χρωματίσει τις εικόνες των απαραίτητων αντικειμένων. Αυτό θα τους βοηθήσει να ενισχύσουν οπτικά τις πληροφορίες.

Κλείσιμο (5 λεπτά):

Ζητήστε από τους μαθητές να διαβάσουν δυνατά τον κατάλογο. Ενθαρρύνετε κάθε μαθητή να αναφέρει ένα αντικείμενο και γιατί είναι σημαντικό να το φέρει στο μάθημα της γυμναστικής.

Εργασία για το σπίτι (προαιρετική):

Μπορούν να εξασκηθούν στο σπίτι με τον κατάλογο και να βεβαιωθούν ότι έχουν όλα τα απαραίτητα αντικείμενα στην τσάντα γυμναστικής τους.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Ολοκλήρωση εργασιών: Οι μαθητές θα συγκεντρώσουν και θα προετοιμάσουν όλα τα απαραίτητα αντικείμενα για το μάθημα της φυσικής αγωγής.

Επιλεκτική προσοχή: Οι μαθητές θα επιδείξουν βελτιωμένη ικανότητα συγκέντρωσης στην επιλογή των σωστών αντικειμένων χωρίς περισπασμούς, αναγνωρίζοντας σωστά τον απαραίτητο εξοπλισμό.

Υπευθυνότητα: Κάθε μαθητής θα επιδείξει αυξημένο αίσθημα ευθύνης προετοιμάζοντας με συνέπεια το δικό του κιτ χωρίς υπενθυμίσεις.

ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΥΠΟΒΑΘΡΟ

Εφαρμοσμένη Ανάλυση Συμπεριφοράς: Αυτό το μάθημα αξιοποιεί τις αρχές της ABA μέσω της χρήσης συστηματικών θετικών δομημένων τεχνικών διδασκαλίας, ενίσχυσης και επανάληψης. Οι μαθητές λαμβάνουν άμεση ανατροφοδότηση κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού αντιστοίχισης και των δραστηριοτήτων λίστας ελέγχου, οι οποίες ενισχύουν τη σωστή συμπεριφορά και βοηθούν στην απομνημόνευση και τη συσχέτιση των απαραίτητων αντικειμένων για το μάθημα της Φ. Α. Η προσέγγιση αυτή είναι αποτελεσματική στη συστηματική διδασκαλία και ενίσχυση των επιθυμητών συμπεριφορών των μαθητών.

Θεωρία γνωστικού φόρτου: Αυτό το σχέδιο μαθήματος χρησιμοποιεί τη θεωρία του γνωστικού φόρτου, αναλύοντας το στόχο της προετοιμασίας για το μάθημα P.E. σε μικρότερα, διαχειρίσιμα τμήματα, γεγονός που βοηθά στη μείωση του φόρτου της εργαζόμενης μνήμης των μαθητών, ιδιαίτερα βοηθητικό για τους αυτιστικούς μαθητές που μπορεί να δυσκολεύονται με οδηγίες πολλών βημάτων.

Καθολικός σχεδιασμός για τη μάθηση (UDL): Το σχέδιο μαθήματος έχει σχεδιαστεί σύμφωνα με τις αρχές της UDL για να εξυπηρετεί διαφορετικούς μαθητές, παρέχοντας πολλαπλά μέσα συμμετοχής (οπτικά βοηθήματα, σωματική δραστηριότητα), παρουσίασης (κάρτες, πραγματικά αντικείμενα) και δράσης και έκφρασης (δημιουργία οπτικών υπενθυμίσεων, συμμετοχή σε παιχνίδια). Αυτή η προσέγγιση διασφαλίζει ότι όλοι οι μαθητές, ανεξάρτητα από το μαθησιακό τους στυλ ή τις ικανότητές τους, μπορούν να έχουν πρόσβαση και να επωφεληθούν από το μάθημα.

Θεωρία της κοινωνικής μάθησης: Με την ενσωμάτωση αλληλεπιδράσεων μεταξύ συμμαθητών και μοντελοποίησης μέσω δραστηριοτήτων όπως το παιχνίδι αντιστοίχισης και η κοινή δημιουργία οπτικών υπενθυμίσεων, το μάθημα αξιοποιεί τη θεωρία της κοινωνικής μάθησης. Αυτό ενθαρρύνει τους μαθητές να μαθαίνουν ο ένας από τον άλλο, καλλιεργώντας ένα περιβάλλον συνεργασίας που υποστηρίζει τόσο τους αυτιστικούς όσο και τους μη αυτιστικούς μαθητές.

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Επιλεκτική προσοχή και εκτελεστική λειτουργία: Οι μαθητές θα ενισχύσουν τις δεξιότητες επιλεκτικής προσοχής τους εστιάζοντας στον εντοπισμό και τη μνημόνευση των απαραίτητων αντικειμένων για το μάθημα της φυσικής αγωγής. Αυτή η δεξιότητα είναι σημαντική, καθώς βοηθά στο φιλτράρισμα των περισπασμών και στη βελτίωση της συγκέντρωσης στο συγκεκριμένο στόχο.

Υπευθυνότητα και ανεξαρτησία: Σχεδιάζοντας και προετοιμάζοντας τον εξοπλισμό τους για το μάθημα, οι μαθητές μαθαίνουν να αναλαμβάνουν την ευθύνη για τα προσωπικά τους αντικείμενα, ενισχύοντας την αυτονομία.

Κοινωνικές δεξιότητες και ομαδική εργασία: Μέσα από συνεργατικά παιχνίδια και ομαδικές δραστηριότητες, οι μαθητές θα εξασκηθούν στις κοινωνικές αλληλεπιδράσεις και την ομαδική εργασία. Αυτές οι δεξιότητες είναι απαραίτητες για την οικοδόμηση θετικών σχέσεων με τους συνομηλίκους και είναι ιδιαίτερα ωφέλιμες για τους αυτιστικούς μαθητές, οι οποίοι μπορεί να βρίσκουν τις κοινωνικές αλληλεπιδράσεις δύσκολες.

Οπτικο-χωρικές δεξιότητες: Η δημιουργία και η χρήση οπτικών υπενθυμίσεων, όπως λίστες ελέγχου και αφίσες, βοηθά στην ανάπτυξη οπτικο-χωρικών δεξιοτήτων, οι οποίες είναι σημαντικές για την οργάνωση και την επεξεργασία οπτικών πληροφοριών σε ένα χωροθετικό πλαίσιο.

Προσαρμοστικές δεξιότητες: Το μάθημα ενθαρρύνει τους μαθητές να προσαρμόζονται σε ποικίλα σενάρια και να χρησιμοποιούν δεξιότητες επίλυσης προβλημάτων, ειδικά όταν εμπλέκονται σε δραστηριότητες που περιλαμβάνουν την επιλογή των σωστών αντικειμένων ή την προσαρμογή σε τροποποιημένους κανόνες του παιχνιδιού.

ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΜΑΘΗΤΕΣ ΜΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΕΣ

ΧΩΡΟΣ

Οι κάρτες μπορούν να τοποθετηθούν πιο κοντά για τη διευκόλυνση κάποιων μαθητών. Μπορεί να ενσωματωθεί περισσότερη σωματική δραστηριότητα στο μάθημα με την τοποθέτηση των καρτών σε μεγαλύτερη απόσταση.

ΑΣΚΗΣΗ

Μπορεί να χρησιμοποιηθεί μια αφίσα ενός αγοριού και ενός κοριτσιού με όλο τον απαιτούμενο εξοπλισμό.

Κάθε παιδί θα μπορούσε να προσθέσει αυτοκόλλητα καρτών (για παράδειγμα, από Velcro).

Ορισμένες κάρτες μπορεί να είναι λανθασμένες (καρότο, αυτοκίνητο, ελέφαντας).

Εισάγετε ένα σύστημα με μάρκες για την επιτυχή ολοκλήρωση της άσκησης, όπου οι μάρκες μπορούν να ανταλλάσσονται με προτιμώμενες δραστηριότητες ή μικρές ανταμοιβές, για να ενθαρρύνετε τη συνεχή συμμετοχή και προσπάθεια.

ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ

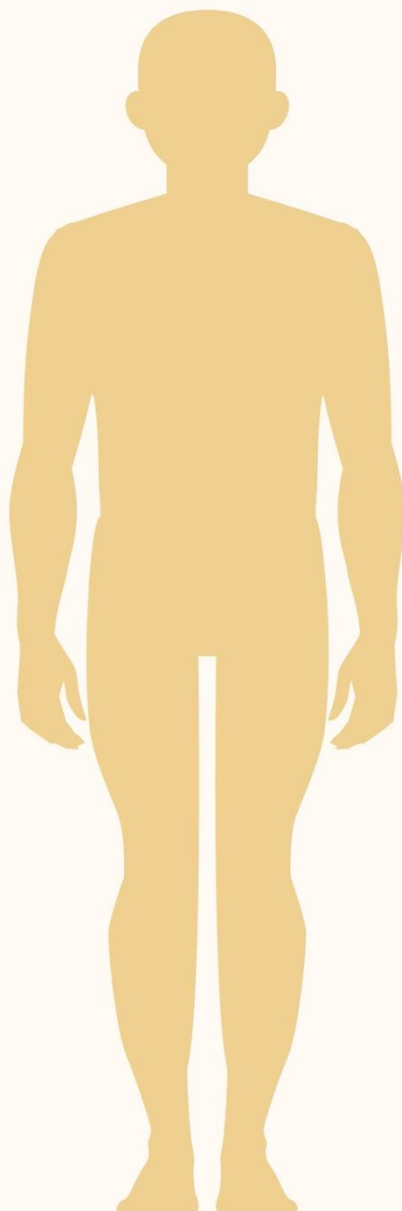
Αντί για εικόνες μπορούν να χρησιμοποιηθούν πραγματικά αντικείμενα, για παράδειγμα Αθλητικά ρούχα, τσάντα κ.λπ. Οι κάρτες μπορούν να τοποθετηθούν σε τραπέζι ή καρέκλα για να συμπεριλάβουν μαθητές με κινητικά προβλήματα και χρήστες αναπηρικών αμαξιδίων.

ΑΤΟΜΑ

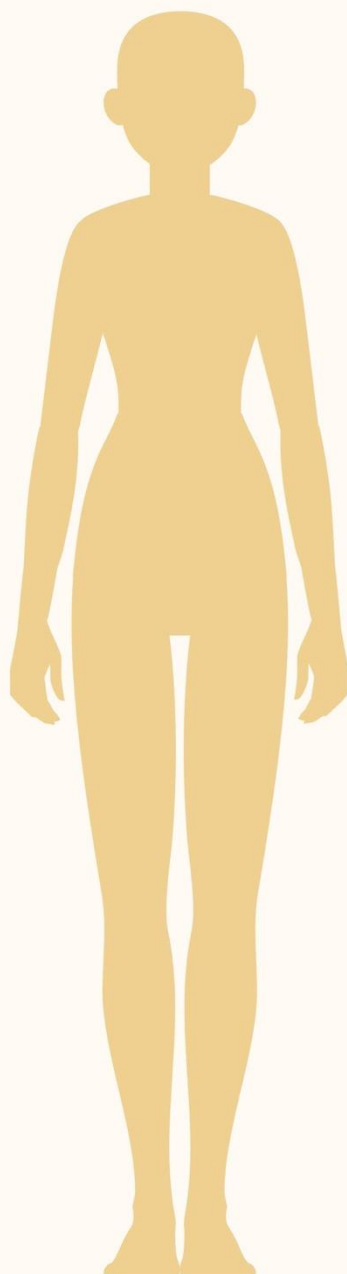
Ένας δάσκαλος, βοηθός δασκάλου ή συμμαθητής μπορεί να βοηθήσει τους μαθητές με λιγότερες ικανότητες ή προβλήματα όρασης βοηθώντας τους να επιλέξουν κάθε κάρτα και μιλώντας τους γι' αυτήν.

Οι μαθητές μπορούν να βοηθήσουν τον δάσκαλο κολλώντας τις κάρτες ή λέγοντας ποιες κάρτες ξέχασε να προσθέσει ο δάσκαλος.

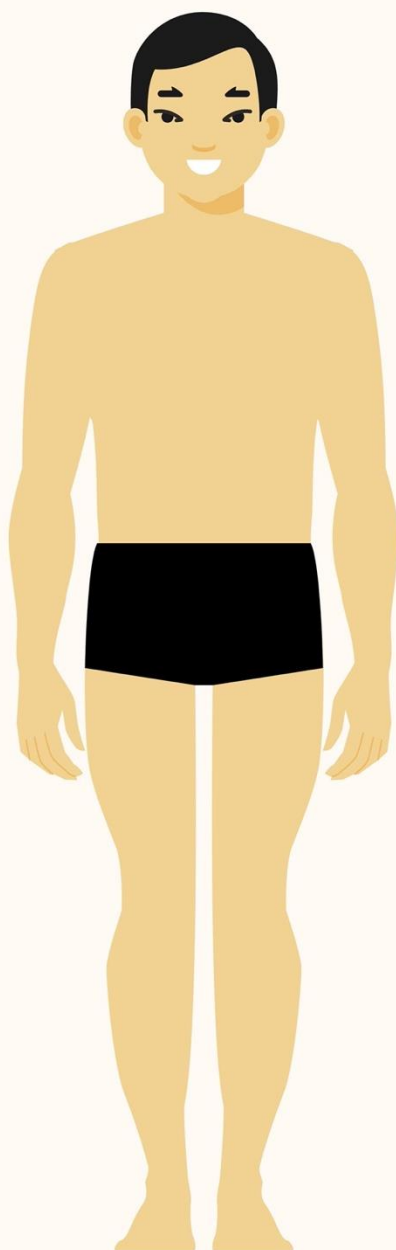
ΤΙ ΝΑ ΔΙΑΛΕΞΩ ΣΗΜΕΡΑ;



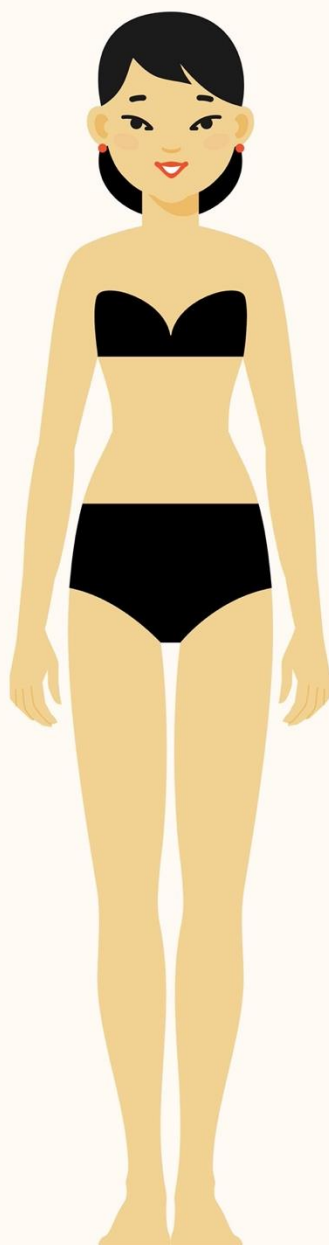
ΤΙ ΝΑ ΔΙΑΛΕΞΩ ΣΗΜΕΡΑ;



ΤΙ ΝΑ ΔΙΑΛΕΞΩ ΣΗΜΕΡΑ;



ΤΙ ΝΑ ΔΙΑΛΕΞΩ ΣΗΜΕΡΑ;





ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Σ7

Μετάβαση από τη μία δραστηριότητα στην άλλη

60 λεπτά

ΣΚΟΠΟΣ ΤΟΥ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Μετακινείται από τη μία δραστηριότητα στην άλλη (μεταβάσεις) καθ' όλη τη διάρκεια του μαθήματος φυσικής αγωγής χωρίς να προκλητική συμπεριφορά ή να χρειάζεται βοήθεια.

ΥΛΙΚΑ

Λευκός πίνακας ή μεγάλο χαρτί

Μαρκαδόροι

Υπολογιστής με projector

[Σύνδεσμος](#) για την ιστορία της Έλλας

Αφίσες ή εικόνες που απεικονίζουν την κατάλληλη και την ακατάλληλη συμπεριφορά

Κάρτες με λέξεις-κλειδιά

ΤΕΧΝΙΚΕΣ

Διαφορική ενίσχυση: Ενίσχυση μόνο των Συμπεριφορών που οδηγούν σε ομαλές μεταβάσεις και μη ενίσχυση των Συμπεριφορών που δεν πληρούν τα κριτήρια.

Οπτικά βοηθήματα: Χρήση οπτικών χρονοδιαγραμμάτων και βοηθημάτων για να μπορέσουν οι μαθητές να προβλέψουν και να προετοιμαστούν για τις μεταβάσεις. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει χρονοδιαγράμματα, εικόνες των επερχόμενων δραστηριοτήτων ή συμβολικές ενδείξεις που σχετίζονται με τις δραστηριότητες.

ΠΑΙΧΝΙΔΙ ΡΟΛΩΝ: ΕΞΑΣΚΗΣΗ ΜΕΣΩ ΤΗΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ ΣΕ ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ ΡΟΛΩΝ ΜΕ ΔΙΑΦΟΡΑ ΣΕΝΑΡΙΑ ΜΕΤΑΒΑΣΗΣ

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Εισαγωγή (5 λεπτά)

Συγκεντρώστε τους μαθητές στην τάξη πριν από το μάθημα της γυμναστικής και εξηγήστε τους ότι θα μάθουν για τη σημασία της κατάλληλης συμπεριφοράς κατά την αλλαγή των δραστηριοτήτων στη γυμναστική, ώστε όλοι να απολαμβάνουν το μάθημα.

Οπτική παρουσίαση (10 λεπτά):

Δείξτε την εικονογραφημένη ιστορία ή τις εικόνες που αναπαριστούν τις κατάλληλες και ακατάλληλες συμπεριφορές κατά την αλλαγή δραστηριότητας. Για παράδειγμα, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε μια εικόνα μαθητών που περιμένουν υπομονετικά στην ουρά δίπλα σε μια εικόνα μαθητών που τρέχουν και σπρώχνουν ο ένας τον άλλον. Συζητήστε τις διαφορές και ρωτήστε τους μαθητές ποια από αυτές τις συμπεριφορές είναι σωστή.

Συζήτηση (10 λεπτά):

Ενθαρρύνετε μια ανοιχτή συζήτηση σχετικά με το γιατί είναι σημαντικό να συμπεριφέρονται οι μαθητές κατάλληλα κατά την αλλαγή δραστηριοτήτων. Κάντε ερωτήσεις όπως «Πώς αισθάνεστε όταν κάποιος συμπεριφέρεται άσχημα;». «Τι μπορούμε να κάνουμε για να βεβαιωθούμε ότι όλοι απολαμβάνουν το μάθημα;» Ακούστε τις απαντήσεις των μαθητών και τονίστε πόσο σημαντικό είναι να σεβόμαστε τους άλλους.

Δραστηριότητα 1: Δημιουργία καρτών με λέξεις-κλειδιά (10 λεπτά):

Γράψτε στον πίνακα ή σε μεγάλο χαρτί λέξεις-κλειδιά που περιγράφουν τις κατάλληλες και ακατάλληλες συμπεριφορές κατά την αλλαγή δραστηριότητας. Παραδείγματα λέξεων-κλειδιών περιλαμβάνουν «αναμονή στην ουρά», «ευγένεια» και «ακούω τον δάσκαλο». Προσκαλέστε τους μαθητές να σας βοηθήσουν να δημιουργήσετε αυτές τις κάρτες.

Δραστηριότητα 2: Ατομική εμπλοκή (10 λεπτά):

Ζητήστε από κάθε μαθητή να επιλέξει μια λέξη-κλειδί που θα πρέπει να θυμάται κατά τη διάρκεια του μαθήματος της γυμναστικής. Αυτή η λέξη-κλειδί θα χρησιμεύσει ως προσωπική υπενθύμιση για το πώς πρέπει να συμπεριφέρονται.

Δραστηριότητα 3: Παιχνίδι ρόλων (10 λεπτά):

Κάντε ένα παιχνίδι ρόλων όπου ένας μαθητής υποδύεται τον καθηγητή και ένας άλλος τον μαθητή που συμπεριφέρεται ανάρμοστα κατά την αλλαγή δραστηριοτήτων. Χρησιμοποιήστε τις λέξεις-κλειδιά και τις αφίσες για την κατάλληλη και την ακατάλληλη συμπεριφορά. Στη συνέχεια, αλλάξτε ρόλους και αφήστε και άλλους μαθητές να παίξουν.

Επανεξέταση και κλείσιμο (5 λεπτά):

Συζητήστε ξανά τη σημασία της κατάλληλης συμπεριφοράς κατά την αλλαγή δραστηριοτήτων και ζητήστε από τους μαθητές να μοιραστούν πώς σκοπεύουν να θυμούνται τις λέξεις-κλειδιά τους κατά τη διάρκεια του μαθήματος της γυμναστικής.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Ομαλές μεταβάσεις: Οι μαθητές θα μεταβούν αυτόνομα από τη μία δραστηριότητα φυσικής αγωγής στην άλλη

Αυτοδιαχείριση συμπεριφοράς: Οι μαθητές θα επιδείξουν την ικανότητα να διαχειρίζονται τη συμπεριφορά τους κατά τη διάρκεια των μεταβάσεων χωρίς την άμεση παρέμβαση ενός ενήλικα.

Ανταπόκριση σε οπτικά βοηθήματα: Οι μαθητές θα ανταποκρίνονται σωστά στα οπτικά βοηθήματα που υποδεικνύουν ότι πρόκειται να γίνει μια μετάβαση.

ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΥΠΟΒΑΘΡΟ

Εφαρμοσμένη Ανάλυση Συμπεριφοράς (ΑΒΑ): Επικεντρώνεται στη χρήση συστηματικής ενίσχυσης και δομημένων παρεμβάσεων για την τροποποίηση της Συμπεριφοράς, ιδιαίτερα αποτελεσματική για τη διδασκαλία δομημένων εργασιών όπως οι μεταβάσεις.

Θεωρία της εποικοδομητικής μάθησης: Το σχέδιο μαθήματος χρησιμοποιεί στρατηγικές ενεργητικής μάθησης που προϋποθέτουν από τους μαθητές να χτίσουν τη γνώση μέσω της εμπειρίας, όπως η καθοδηγούμενη ανακάλυψη και η διδασκαλία από ομότιμους, οι οποίες συνάδουν με τις αρχές του κοστρουκτιβισμού ότι η γνώση οικοδομείται μέσω των εμπειριών.

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Προσαρμοστικές δεξιότητες: Οι μαθητές θα προσαρμόζονται σε νέες δραστηριότητες γρήγορα και αποτελεσματικά, χωρίς αναταραχές

Αυτορρύθμιση: Βελτιωμένη αυτορρύθμιση κατά τη διάρκεια των μεταβάσεων, με αποτελεσματική διαχείριση των ενεργειών τους.

Κοινωνικές δεξιότητες: Μέσα από παιχνίδια ρόλων και ομαδικές συζητήσεις, οι μαθητές θα εξασκηθούν και θα βελτιώσουν τις δεξιότητες επικοινωνίας και συνεργασίας, οι οποίες είναι ζωτικής σημασίας κατά τη διάρκεια των μεταβάσεων.

Εκτελεστική λειτουργία: Ενισχυμένες ικανότητες σχεδιασμού και εκτέλεσης, ζωτικής σημασίας για τη γρήγορη οργάνωση του ατόμου σε μεταβαλλόμενα σενάρια.

ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΜΑΘΗΤΕΣ ΜΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΕΣ

ΧΩΡΟΣ

Ο χώρος μπορεί να χωριστεί σε Σταθμούς Δεξιοτήτων, ώστε οι μαθητές να μπορούν να αναπτύξουν τις ίδιες δεξιότητες την ίδια στιγμή σε διαφορετικές ομάδες (ή με διαφορετικούς τρόπους) για κάθε δραστηριότητα:

Δραστηριότητα 1: Δημιουργία καρτών με λέξεις-κλειδιά

Δραστηριότητα 2: Ατομική εμπλοκή

Δραστηριότητα 3: Παιχνίδι ρόλων

ΑΣΚΗΣΗ

Σε όλους τους μαθητές μπορεί να δοθεί ένας αριθμός 1, 2, 3 ή 4 και στη συνέχεια να πάνε στους αριθμημένους Σταθμούς Δεξιοτήτων γύρω από την αίθουσα για να εξασκηθούν ταυτόχρονα στις τρεις κύριες Δραστηριότητες σε διαφορετικές ομάδες με τον ίδιο ή διαφορετικούς τρόπους.

Ομαδική Συζήτηση, Ανταλλαγή Στόχων και Ανατροφοδότηση: Οι παρουσιάσεις θα δίνονται από κάθε Σταθμό Δεξιοτήτων σε όλους τους μαθητές της τάξης.

Χρησιμοποιήστε σενάρια για να διδάξετε στους μαθητές τα βήματα που απαιτούνται για τη μετάβαση από τη μία δραστηριότητα στην άλλη. Αυτά τα σενάρια μπορούν να βοηθήσουν στην τυποποίηση των απαντήσεων και στη μείωση του άγχους κατά τη διάρκεια των αλλαγών.

Προτροπές και απόσβεση: Εισάγετε προτροπές στην αρχή των μεταβάσεων και μειώστε τις σταδιακά καθώς οι μαθητές γίνονται πιο ικανοί να διαχειρίζονται τις μεταβάσεις αυτόνομα.

ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ

Μπορεί να δοθεί στον κάθε μαθητή ένα χρώμα (Μπλε, Πράσινο, Κόκκινο ή Κίτρινο) και στη συνέχεια θα πάνε στο σωστό σταθμό δεξιοτήτων, ο οποίος μπορεί να είναι σημειωμένος στο πάτωμα με κώνους αντίστοιχου χρώματος, κολλητική ταινία ή ένα χρωματιστό χαρτί κολλημένο στο

ΑΤΟΜΑ

Κατά τη διάρκεια των δραστηριοτήτων παιχνιδιού ρόλων, οι μαθητές με περισσότερες ικανότητες θα πρέπει να συνδυάζονται με μαθητές με λιγότερες ικανότητες, ώστε να μπορούν και οι δύο να μάθουν.

Η αλληλοϋποστήριξη και η αλληλοδιδασκτική μάθηση θα περιλαμβάνει μαθητές όλων των ικανοτήτων.

Χαρακτηρισμός της συμπεριφοράς μου

90 λεπτά

Μπορεί να χωριστεί σε δύο ή περισσότερες περιόδους

ΣΚΟΠΟΣ ΤΟΥ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Οι μαθητές να είναι σε θέση να χαρακτηρίζουν τη δική τους συμπεριφορά και να θέτουν δικούς τους στόχους.

ΥΛΙΚΑ

Ella Story: <https://ellakids.app/s/3a9ecd84-1e96-4a76-91ca-c3bae62fb8b4>

Χαρτί

Μαρκαδόροι

Αφίσες με παραδείγματα συμπεριφοράς

Πίνακας ή Flipchart

ΤΕΧΝΙΚΕΣ

Μοντελοποίηση συμπεριφοράς: Επίδειξη των επιθυμητών Συμπεριφορών μέσω παραδειγμάτων, δίνοντας έμφαση στις θετικές αλληλεπιδράσεις και τις σωστές απαντήσεις.

Αυτοέλεγχος: Διδασκαλία των μαθητών να παρατηρούν τις δικές τους Συμπεριφορές και την πρόοδό τους προς τους στόχους, ενισχύοντας την αυτορρύθμιση και την αυτονομία.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Μαζέψτε τους μαθητές σε κύκλο και εξηγήστε ότι θα μάθουν να χαρακτηρίζουν τη συμπεριφορά τους και να θέτουν προσωπικούς στόχους. Ενθαρρύνετε τους μαθητές να είναι ανοιχτοί και ειλικρινείς με τον εαυτό τους. Παρουσιάστε τη δραστηριότητα στην ομάδα και εξηγήστε τα βήματα.

Οπτική ιστορία: Δείξτε το παράδειγμα της οπτικής ιστορίας

Επίδειξη: Δείξτε στους μαθητές τι πρέπει να δημιουργήσουν και πώς να προχωρήσουν στη δραστηριότητα.

Παρουσίαση παραδειγμάτων συμπεριφορών (10 λεπτά)

Παρουσιάστε αφίσες παραδειγμάτων συμπεριφοράς, τόσο θετικών όσο και αρνητικών, όπως «ακούω προσεκτικά», «διακόπτω τους άλλους», «βοηθάω έναν συμμαθητή μου» κ.λπ. Μιλήστε για κάθε

συμπεριφορά και ζητήστε από τους μαθητές να σχολιάσουν πότε έχουν επιδείξει τη συγκεκριμένη συμπεριφορά.

Δραστηριότητα 1: Επισήμανση συμπεριφορών (10 λεπτά)

Δώστε σε κάθε μαθητή ένα κομμάτι χαρτί και έναν μαρκαδόρο. Ζητήστε από τους μαθητές να γράψουν ή να ζωγραφίσουν μια συμπεριφορά που έχουν επιδείξει πρόσφατα, είτε θετική είτε αρνητική. Στη συνέχεια, ενθαρρύνετε τους να ονομάσουν αυτή τη συμπεριφορά.

Ομαδική συζήτηση (10 λεπτά)

Οι μαθητές μοιράζονται στην ομάδα αυτά που έχουν στα χαρτιά τους. Μπορούν να εξηγήσουν γιατί επέλεξαν αυτή τη συμπεριφορά και σε ποιες περιπτώσεις την εκδήλωσαν. Ενθαρρύνετε μια ανοιχτή και μη επικριτική συζήτηση.

Δραστηριότητα 2: Καθορισμός στόχων (10 λεπτά)

Ζητήστε από τους μαθητές να επιλέξουν μια συμπεριφορά που θέλουν να βελτιώσουν. Ενθαρρύνετε τους να θέσουν έναν προσωπικό στόχο που να σχετίζεται με αυτή τη συμπεριφορά. Για παράδειγμα, αν σημείωσαν την συμπεριφορά «διακόπτω τους άλλους», ο στόχος τους θα μπορούσε να είναι «περιμένω τη σειρά μου να μιλήσω στην τάξη».

Δραστηριότητα 3: Σχεδιασμός δράσης (10 λεπτά)

Οι μαθητές αναπτύσσουν ένα σχέδιο δράσης για την επίτευξη του στόχου τους- γράφουν τα απαραίτητα βήματα ή ζωγραφίζουν εικόνες για να αναπαραστήσουν το σχέδιο.

Ανταλλαγή στόχων (10 λεπτά)

Ζητήστε από τους μαθητές να μοιραστούν τους στόχους και τα σχέδιά τους με την ομάδα. Αυτό τους επιτρέπει να υποστηρίζουν ο ένας τον άλλο και να λάβουν επικοινωνιακή ανατροφοδότηση.

Παρακολούθηση και επανεξέταση (10 λεπτά)

Ενθαρρύνετε τους μαθητές να παρακολουθούν την πρόοδό τους προς την επίτευξη των στόχων τους. Μπορούν να ενημερώνουν τακτικά τα χαρτιά τους για να βλέπουν πώς προοδεύουν.

Κλείσιμο (10 λεπτά)

Γιορτάστε τα επιτεύγματα των μαθητών, ακόμη και αν είναι μικρά. Ενθαρρύνετε τους μαθητές να αναγνωρίσουν την πρόοδό τους και το κίνητρό τους να συνεχίσουν να βελτιώνονται.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Χαρακτηρισμός Συμπεριφοράς: Οι μαθητές θα χαρακτηρίσουν με ακρίβεια τις Συμπεριφορές τους, τόσο τις θετικές όσο και τις αρνητικές.

Δεξιότητα καθορισμού στόχων: Οι μαθητές θα θέσουν αυτόνομα ρεαλιστικούς προσωπικούς στόχους και θα αρχίσουν να αναπτύσσουν σχέδια δράσης για την επίτευξή τους.

Βελτίωση της αυτορρύθμισης: Οι μαθητές θα παρακολουθούν και θα προσαρμόζουν τη συμπεριφορά τους ώστε να συμβαδίζουν με τους στόχους που έχουν θέσει.

ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΥΠΟΒΑΘΡΟ

Κοινωνική γνωστική θεωρία: Ο Albert Bandura ανέπτυξε αυτή τη θεωρία, η οποία δίνει έμφαση στο ρόλο της μάθησης μέσω παρατήρησης, της αυτοαποτελεσματικότητας και της αυτορρύθμισης. Παρατηρώντας και συζητώντας τόσο θετικές όσο και αρνητικές συμπεριφορές, οι μαθητές μαθαίνουν να μιμούνται και να ενισχύουν τις επιθυμητές συμπεριφορές. Οι φάσεις καθορισμού στόχων και σχεδιασμού δράσης είναι σημαντικές για την ενίσχυση της εμπιστοσύνης των μαθητών στις ικανότητές τους να αλλάξουν τη συμπεριφορά τους, καλλιεργώντας την αυτοαποτελεσματικότητα.

Κονστρουκτιβιστική θεωρία: Σύμφωνα με τις αρχές της εποικοδομητικής μάθησης, οι μαθητές χτίζουν νέες γνώσεις αξιοποιώντας τις υπάρχουσες γνώσεις τους. Αυτό το σχέδιο μαθήματος εμπλέκει τους μαθητές στην προσωπική κατανόηση των συμπεριφορών τους μέσω της ενεργού συμμετοχής - ονομάζοντας συμπεριφορές, θέτοντας στόχους και αναπτύσσοντας σχέδια δράσης - καθιστώντας τη μαθησιακή εμπειρία βαθιά προσωπική

Εφαρμοσμένη Ανάλυση Συμπεριφοράς: Κεντρικό ρόλο στη διδασκαλία της αυτογνωσίας και του καθορισμού στόχων με τη χρήση τεχνικών ενίσχυσης, προτροπής και τροποποίησης της συμπεριφοράς για την εμπέδωση του αυτοπροσδιορισμού και της επίτευξης στόχων.

Συμπεριφοριστικές προσεγγίσεις: Το σχέδιο μαθήματος αξιοποιεί τις αρχές του συμπεριφορισμού μέσω της χρήσης της ενίσχυσης και της ανατροφοδότησης. Οι μαθητές που εντοπίζουν συμπεριφορές και λαμβάνουν ανατροφοδότηση κατά τη διάρκεια παιχνιδιών ρόλων και συζητήσεων δέχονται ενίσχυση σε πραγματικό χρόνο, η οποία συμβάλλει στην τροποποίηση των συμπεριφορών. Η θετική ενίσχυση ενθαρρύνει την επανάληψη καλών συμπεριφορών, ενώ η διορθωτική ανατροφοδότηση βοηθά στην αποτροπή ανεπιθύμητων συμπεριφορών.

Θεωρία του αυτοπροσδιορισμού (SDT): Αυτή η θεωρία εστιάζει στην αυτονομία, την ικανότητα και τη συσχέτιση ως ουσιώδη στοιχεία των κινήτρων. Επιτρέποντας στους μαθητές να θέσουν τους δικούς τους στόχους και να δημιουργήσουν σχέδια δράσης, το σχέδιο μαθήματος ενισχύει την αυτονομία τους. Οι ομαδικές συζητήσεις και η ανατροφοδότηση από τους συμμαθητές χρησιμοποιούν το στοιχείο της συσχέτισης, προωθώντας ένα υποστηρικτικό μαθησιακό περιβάλλον όπου οι μαθητές αισθάνονται συνδεδεμένοι με τους συμμαθητές τους.

Αναστοχαστική πρακτική: Με ρίζες στα έργα του Donald Schön και άλλων θεωρητικών της εκπαίδευσης, η αναστοχαστική πρακτική προάγεται μέσω δραστηριοτήτων που απαιτούν από τους μαθητές να σκεφτούν τη συμπεριφορά τους και τις επιπτώσεις αυτών των συμπεριφορών στους άλλους. Αυτός ο αναστοχαστικός κύκλος προωθεί τη βαθύτερη μάθηση και τη διορατικότητα, οι οποίες είναι σημαντικές για την προσωπική ανάπτυξη και την προσαρμογή.

Θεωρία καθορισμού στόχων: Αυτή η θεωρία των Locke και Latham τονίζει τη σημασία των σαφών, γεμάτων προκλήσεις στόχων και της ανατροφοδότησης για την αποτελεσματική απόδοση και στηρίζεται

στις δραστηριότητες καθορισμού στόχων στο μάθημα. Διδάσκοντας τους μαθητές να θέτουν συγκεκριμένους, μετρήσιμους, εφικτούς, σχετικούς και χρονικά οριοθετημένους στόχους (SMART), το μάθημα εφαρμόζει άμεσα τη θεωρία καθορισμού στόχων για τη βελτίωση των δεξιοτήτων αυτοδιαχείρισης των μαθητών.

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Αυτογνωσία: Οι μαθητές θα βελτιώσουν την κατανόηση των συναισθημάτων, των δυνατών σημείων, των αδυναμιών και των κλίσεων τους. Αυτή η δεξιότητα είναι καθοριστικής σημασίας για την προσωπική ανάπτυξη και τη συναισθηματική νοημοσύνη.

Αναστοχαστική σκέψη: Αυτό το μάθημα ενθαρρύνει τους μαθητές να κάνουν κριτική σκέψη γύρω από τις συμπεριφορές τους και τις συνέπειες αυτών των συμπεριφορών, καλλιεργώντας τη συνήθεια της αναστοχαστικής πρακτικής, η οποία είναι απαραίτητη για τη δια βίου μάθηση.

Καθορισμός στόχων: Οι μαθητές θα αναπτύξουν την ικανότητα να θέτουν ρεαλιστικούς και εφικτούς στόχους, μια θεμελιώδη δεξιότητα που βοηθά στην προσωπική και ακαδημαϊκή εξέλιξη. Αυτό περιλαμβάνει τον καθορισμό στόχων, τον εντοπισμό πόρων και την ανάπτυξη σχεδίων δράσης.

Αυτορρύθμιση: Οι μαθητές εφαρμόζουν την αυτορρύθμιση θέτοντας προσωπικούς στόχους και παρακολουθώντας τη συμπεριφορά τους. Αυτό περιλαμβάνει τη διαχείριση των σκέψεων και των συναισθημάτων τους για να ενισχύσουν την ικανότητά τους να επιτύχουν ατομικούς στόχους

Διαπροσωπική επικοινωνία: Καθώς οι μαθητές συζητούν τις συμπεριφορές και τους στόχους τους, ενισχύουν τις επικοινωνιακές τους δεξιότητες. Αυτό περιλαμβάνει τη διατύπωση σκέψεων, την ενεργή ακρόαση και τη συνεργασία με τους συνομηλίκους.

Ενσυναίσθηση και σεβασμός: Μέσα από τις ομαδικές συζητήσεις και την ανταλλαγή προσωπικών απόψεων, οι μαθητές θα μάθουν να συμπάσχουν με τους άλλους και να σέβονται τις διαφορετικές απόψεις. Αυτό βοηθά στη δημιουργία θετικών διαπροσωπικών σχέσεων.

Επίλυση προβλημάτων: Η δραστηριότητα σχεδιασμού δράσης απαιτεί από τους μαθητές να σκεφτούν δημιουργικά και στρατηγικά για την επίτευξη των στόχων τους, ενισχύοντας τις δεξιότητές τους στην επίλυση προβλημάτων.

Επιμονή και ανθεκτικότητα: Ο καθορισμός και η προσπάθεια υλοποίησης προσωπικών στόχων βοηθά τους μαθητές να αναπτύξουν ανθεκτικότητα. Μαθαίνουν ότι οι αναποδιές είναι μέρος της μαθησιακής διαδικασίας και ότι η επιμονή είναι σημαντική για την επιτυχία.

Ηγεσία και πρωτοβουλία: Οι μαθητές εξασκούν την ηγεσία και την ανάληψη πρωτοβουλιών αναλαμβάνοντας την ευθύνη για την αλλαγή της συμπεριφοράς τους και στηρίζοντας τους συμμαθητές τους στους στόχους τους.

ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΜΑΘΗΤΕΣ ΜΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΕΣ

Ο χώρος μπορεί να χωριστεί σε Σταθμούς Δεξιοτήτων, ώστε οι μαθητές να μπορούν να αναπτύξουν τις ίδιες δεξιότητες ταυτόχρονα σε διαφορετικές ομάδες (ή με διαφορετικούς τρόπους) για κάθε μία από τις τρεις Δραστηριότητες:

1. Επισήμανση συμπεριφορών
2. Καθορισμός στόχων
3. Σχεδιασμός δράσης

ΑΣΚΗΣΗ

Σε όλους τους μαθητές μπορεί να δοθεί ένας αριθμός 1, 2, ή 3 και στη συνέχεια να πάνε στον αριθμημένο σταθμό δεξιοτήτων γύρω από την αίθουσα για να εξασκηθούν στις τρεις βασικές δραστηριότητες ταυτόχρονα σε διαφορετικές ομάδες με τον ίδιο ή διαφορετικό τρόπο.

Χρησιμοποιήστε προτροπές κατά τη διάρκεια των δραστηριοτήτων και μειώστε τις σταδιακά (fading) καθώς οι μαθητές γίνονται πιο καλοί στην επισήμανση της συμπεριφοράς τους και στον καθορισμό στόχων.

Διαχωρισμένη Δοκιμασία Εξάσκησης (DTT): Η δόμηση της διδασκαλίας σε διακριτές, ελεγχόμενες δοκιμές που περιλαμβάνουν μια προτροπή, την απόκριση του μαθητή και μια επίπτωση για την ενίσχυση της κατανόησης της συμπεριφοράς.

Token Economy: Εφαρμογή ενός συστήματος όπου οι μαθητές κερδίζουν μάρκες για την ακριβή επισήμανση των Συμπεριφορών και τον επιτυχή καθορισμό και την επίτευξη στόχων, οι οποίες μπορούν να ανταλλάσσονται με προτιμώμενες δραστηριότητες ή ανταμοιβές.

ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ

Μπορεί να δοθεί στους μαθητές από ένα χρώμα, και στη συνέχεια θα πάνε στον αντίστοιχο Σταθμό Δεξιοτήτων, ο οποίος μπορεί να είναι σημειωμένος στο πάτωμα με αντίστοιχους χρωματιστούς κώνους, κολλητική ταινία ή χρωματιστά φύλλα χαρτιού κολλημένα στον τοίχο.

ΑΤΟΜΑ

Οι μαθητές με περισσότερες ικανότητες θα πρέπει να συνεργάζονται με μαθητές με λιγότερες ικανότητες, ώστε να μπορούν και οι δύο να μάθουν.

Η αλληλοϋποστήριξη και η αλληλοδιδασκτική μάθηση θα επιτρέψουν την ένταξη μαθητών όλων των ικανοτήτων.

ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Σ9

Επικοινωνία αναγκών

60 λεπτά

ΣΚΟΠΟΣ ΤΟΥ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Οι μαθητές να μπορούν να επικοινωνούν σωστά τις επιθυμίες και τις ανάγκες τους στον καθηγητή φυσικής αγωγής κατά τη διάρκεια του μαθήματος.

ΥΛΙΚΑ

Κάρτες με εικόνες συνηθισμένων αναγκών στην τάξη ΦΑ.
Πίνακας ή μεγάλο χαρτί τύπου Flipchart και μαρκαδόροι.
Κάρτες με λέξεις-κλειδιά.

ΤΕΧΝΙΚΕΣ

Παιχνίδι ρόλων: δομημένες δραστηριότητες παιχνιδιού ρόλων που μιμούνται πραγματικές καταστάσεις που μπορεί να αντιμετωπίσουν οι μαθητές κατά τη διάρκεια της γυμναστικής, παρέχοντας άμεση ανατροφοδότηση και ενίσχυση.

Διόρθωση λαθών: Παροχή εποικοδομητικής ανατροφοδότησης αμέσως μετά τις επικοινωνιακές προσπάθειες, βοηθώντας τους μαθητές να μάθουν από τα λάθη και να βελτιώσουν τις δεξιότητές τους.

Ανοιχτός διάλογος: Ο εκπαιδευτικός θέτει ερωτήσεις και δίνει δύο επιλογές, ώστε οι μαθητές να απαντήσουν με τη σωστή. Επιλέγοντας τις σωστές επιλογές, οι μαθητές θα νιώσουν ότι η απόδοσή τους είναι καλή και θα βελτιώσουν την αυτοεκτίμησή τους.

Σκαλωτή μάθηση (Scaffolded Learning): Παροχή προσωρινής βοήθειας στους μαθητές καθώς αναπτύσσουν νέες δεξιότητες, μειώνοντας σταδιακά τη βοήθεια καθώς γίνονται πιο καλοί.

Διαδραστικά οπτικά βοηθήματα: Ενίσχυση της μάθησης με την οπτική και κινησιολογική εμπλοκή των μαθητών, προάγοντας την καλύτερη κατανόηση και συγκράτηση των πληροφοριών.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Εισαγωγή (5 λεπτά):

Μαζέψτε τους μαθητές σε έναν κύκλο και εξηγήστε ότι θα μάθουν πώς να επικοινωνούν τι χρειάζονται ή τι θέλουν κατά τη διάρκεια του μαθήματος της γυμναστικής για να απολαμβάνουν περισσότερο τη γυμναστική. Ενθαρρύνετε τους μαθητές να συμμετέχουν ενεργά και χωρίς φόβο.

Οπτική παρουσίαση (10 λεπτά):

Δείξτε τις κάρτες με εικόνες συνηθισμένων αναγκών στο μάθημα της γυμναστικής, όπως ξεκούραση για νερό, διάλειμμα για την τουαλέτα κ.λπ. Εξηγήστε τι αντιπροσωπεύει κάθε εικόνα και πώς να επικοινωνήσουν αυτές τις ανάγκες στον δάσκαλο. Χρησιμοποιήστε σαφή και ξεκάθαρη γλώσσα.

Συζήτηση (10 λεπτά):

Ενθαρρύνετε μια ανοιχτή συζήτηση σχετικά με την επικοινωνία των αναγκών και των επιθυμιών τους κατά τη διάρκεια του μαθήματος της γυμναστικής. Κάντε ερωτήσεις όπως «Γιατί είναι σημαντικό να λέτε τι χρειάζεστε;». «Τι συμβαίνει αν δεν εκφράσουμε αυτές τις ανάγκες μας;» Ακούστε τις απαντήσεις των μαθητών και επιβεβαιώστε τις απόψεις τους.

Δραστηριότητα 1: Δημιουργία καρτών με λέξεις-κλειδιά (10 λεπτά):

Γράψτε λέξεις-κλειδιά που σχετίζονται με την επικοινωνία στον πίνακα ή σε ένα μεγάλο κομμάτι χαρτί. Για παράδειγμα, λέξεις όπως «νερό», «βοήθεια», «ξεκούραση» και «μπάνιο». Ζητήστε από τους μαθητές να σας βοηθήσουν να δημιουργήσετε αυτές τις κάρτες.

Δραστηριότητα 2: Παιχνίδι ρόλων με σενάρια (15 λεπτά):

Παίξτε κάποια σενάρια ρόλων στα οποία οι μαθητές πρέπει να επικοινωνήσουν τις ανάγκες και τις επιθυμίες τους στον εκπαιδευτικό. Αυτό θα τους βοηθήσει να εξασκηθούν σε πραγματικές καταστάσεις. Φροντίστε να δίνετε θετική ανατροφοδότηση και να διορθώνετε επικοινωνιακά λάθη.

Επανεξέταση και κλείσιμο (10 λεπτά):

Συζητήστε ξανά τη σημασία της κατάλληλης επικοινωνίας κατά τη διάρκεια ενός μαθήματος φυσικής αγωγής και ζητήστε από τους μαθητές να μοιραστούν πώς σκοπεύουν να θυμούνται τις λέξεις-κλειδιά επικοινωνίας τους.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Καθαρή επικοινωνία: Οι μαθητές θα μπορούν να εκφράζουν σωστά και με σαφήνεια τις ανάγκες και τις επιθυμίες τους κατά τη διάρκεια των μαθημάτων φυσικής αγωγής.

Βελτιωμένη αυτο-υποστήριξη (self-advocacy): Οι μαθητές θα υπερασπίζονται αυτόνομα τις ανάγκες τους χρησιμοποιώντας στρατηγικές που έχουν μάθει.

Κατανόηση του αντίκτυπου της επικοινωνίας: Οι μαθητές θα αναγνωρίσουν και θα συζητήσουν τις επιπτώσεις της αποτελεσματικής επικοινωνίας

ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΥΠΟΒΑΘΡΟ

Εφαρμοσμένη Ανάλυση Συμπεριφοράς: Επικεντρώνεται στη χρήση δομημένων μεθόδων διδασκαλίας, ενίσχυσης και ανατροφοδότησης για την προώθηση της αποτελεσματικής επικοινωνίας των αναγκών και των επιθυμιών.

Θεωρία της κοινωνικής μάθησης: Τονίζει το ρόλο της μοντελοποίησης και της μίμησης στην εκμάθηση νέων δεξιοτήτων, ενθαρρύνοντας τη χρήση του παιχνιδιού ρόλων και της μοντελοποίησης στο μάθημα.

Γνωστική θεωρία: Τονίζει τη σημασία της κατανόησης των διαδικασιών που κρύβονται πίσω από την αλλαγή της συμπεριφοράς, επισημαίνοντας την ανάγκη για τεχνικές ενεργής μάθησης, όπως το παιχνίδι ρόλων και η επίλυση προβλημάτων.

Θεωρία του αυτοπροσδιορισμού: Τονίζει τη σημασία της αυτονομίας και της επάρκειας, οι οποίες είναι κρίσιμες για την αποτελεσματική αυτο-υποστήριξη (self-advocacy) και επικοινωνία.

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Αποτελεσματική επικοινωνία: Οι μαθητές θα μάθουν να επικοινωνούν με σαφήνεια και αυτοπεποίθηση τις ανάγκες και τις επιθυμίες τους στους άλλους.

Ενεργητική ακρόαση: Μέσω της ενεργητικής ακρόασης των οδηγιών και των αναγκών των άλλων, τονίζεται αυτή η δεξιότητα η οποία είναι ζωτικής σημασίας για την κατανόηση και την κατάλληλη ανταπόκριση στις κοινωνικές αλληλεπιδράσεις.

Ανάπτυξη ενσυναίσθησης: Οι μαθητές θα αναπτύξουν την ενσυναίσθηση συμμετέχοντας σε παιχνίδια ρόλων και συζητώντας τις ανάγκες και τα συναισθήματα των άλλων.

Δεξιότητες επίλυσης προβλημάτων: Θα σκέφτονται κριτικά για να βρουν τις κατάλληλες λύσεις σε συνηθισμένα προβλήματα που προκύπτουν στην τάξη της Φ.Α, βελτιώνοντας τις ικανότητές τους στην επίλυση προβλημάτων.

Δεξιότητες αυτο-υποστήριξης: Το παρόν σχέδιο μαθήματος ενθαρρύνει τους μαθητές να υπερασπίζονται τον εαυτό τους δηλώνοντας με σαφήνεια τις ανάγκες τους. Η εκμάθηση της αυτο-υποστήριξης είναι μια σημαντική δεξιότητα ζωής

Στήριξη από ομότιμους και ομαδική δραστηριότητα: Μέσω ομαδικών δραστηριοτήτων και συζητήσεων, οι μαθητές θα βελτιώσουν τις ομαδικές τους δεξιότητες

Ανθεκτικότητα και προσαρμοστικότητα: Οι μαθητές θα μάθουν να προσαρμόζουν τον τρόπο επικοινωνίας τους ανάλογα με τις καταστάσεις και τα σχόλια, κάτι που είναι απαραίτητο για την ανάπτυξη της ανθεκτικότητας και της ευελιξίας σε ακαδημαϊκό και προσωπικό επίπεδο.

Λήψη αποφάσεων: οι μαθητές θα βελτιώσουν τις δεξιότητές τους στη λήψη αποφάσεων, μαθαίνοντας να εξετάζουν τις επιπτώσεις των επιλογών τους

Ηγετικές ικανότητες: Μέσα από την διεξαγωγή συζητήσεων και παιχνιδιών ρόλων, οι μαθητές έχουν την ευκαιρία να αναπτύξουν ηγετικές ικανότητες, καθοδηγώντας και επηρεάζοντας θετικά τους συμμαθητές τους.

ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΜΑΘΗΤΕΣ ΜΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΕΣ

ΧΩΡΟΣ

Ο χώρος μπορεί να χωριστεί σε Σταθμούς Δεξιοτήτων έτσι ώστε οι μαθητές να μπορούν να αναπτύξουν τις ίδιες δεξιότητες την ίδια στιγμή σε διαφορετικές ομάδες (ή τρόπους) για κάθε μία από τις δύο Δραστηριότητες:

Δραστηριότητα 1: Δημιουργία καρτών με λέξεις-κλειδιά

Δραστηριότητα 2: Σενάρια παιχνιδιού ρόλων

ΑΣΚΗΣΗ

Σε όλους τους μαθητές μπορεί να δοθεί ένας αριθμός 1 ή 2 και στη συνέχεια να μεταβούν στον αντίστοιχο Σταθμό Δεξιοτήτων για να εξασκηθούν ταυτόχρονα στις δύο κύριες Δραστηριότητες σε διαφορετικές ομάδες με τον ίδιο τρόπο ή με διαφορετικούς προσαρμοσμένους τρόπους.

Σε κάθε Σταθμό Δεξιοτήτων θα γίνονται ομαδικές συζητήσεις και θα δίνεται ανατροφοδότηση σε όλους τους μαθητές της τάξης.

Εφαρμόστε ένα σύστημα με μάρκες όπου οι μαθητές κερδίζουν ανταμοιβές για την κατάλληλη επικοινωνία των αναγκών τους, ενισχύοντας έτσι τη σωστή επικοινωνία.

Χρησιμοποιήστε λεκτικές και οπτικές υποδείξεις για να καθοδηγήσετε τους μαθητές, μειώνοντας τις σταδιακά καθώς οι μαθητές γίνονται καλύτεροι.

ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ

Οι κάρτες με τις λέξεις κλειδιά μπορούν να περιλαμβάνουν και εικόνες, έτσι ώστε να διευκολύνεται η κατανόηση για όλους τους μαθητές.

ΑΤΟΜΑ

Οι μαθητές με περισσότερες ικανότητες μπορούν να συμμετέχουν μαζί με μαθητές με λιγότερες ικανότητες, έτσι ώστε και οι δύο να μπορούν να μάθουν και να επιτύχουν.

Η αλληλοϋποστήριξη και η αλληλοδιδασκτική μάθηση θα επιτρέψουν την ένταξη μαθητών όλων των ικανοτήτων.

ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Σ10

Επιδεικνύει μια νέα δεξιότητα σε ομάδα

80 λεπτά

ΣΚΟΠΟΣ ΤΟΥ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Οι μαθητές να μπορούν να επιδείξουν μια νέα δεξιότητα μέσα σε μια ομάδα

ΥΛΙΚΑ

Ιστορία της Έλλας: <https://ellakids.app/s/30a60537-e995-4e2c-aa86-54e3f5f0527d>

Αθλητικά ρούχα

Μετάλλια (που μπορείτε να κατασκευάσετε μόνοι σας)

Κώνοι

Μπάλες τένις ή σόφτμπολ

ΤΕΧΝΙΚΕΣ

Ανάλυση εργασιών: Η ανάλυση της τεχνικής της ρίψης μιας μπάλας σε μικρά, κατανοητά μέρη, τα οποία οι μαθητές μπορούν να μάθουν βήμα προς βήμα.

Μοντελοποίηση συμπεριφοράς: Επίδειξη της άσκησης βήμα προς βήμα από τον δάσκαλο και τους συμμαθητές.

Προτροπή και απόσβεση: Αρχικά καθοδήγηση της Συμπεριφοράς του μαθητή με λεκτικές ή σωματικές υποδείξεις, στη συνέχεια σταδιακή μείωση των υποδείξεων αυτών καθώς βελτιώνεται η δεξιότητά του.

Διαφορική ενίσχυση: Παροχή θετικής ενίσχυσης για σωστές τεχνικές και μικρή διόρθωση για λάθη, γεγονός που ενθαρρύνει τη συνεχή βελτίωση.

Οικονομία με μάρκες: Χρήση μαρκών ή άλλων ανταμοιβών για τη σωστή τεχνική ρίψης ή για την αποτελεσματική συνεργασία εντός της ομάδας, ενισχύοντας τόσο την απόκτηση δεξιοτήτων όσο και την ομαδική συνεργασία

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Εισαγωγή (10 λεπτά):

Συγκεντρώστε τους μαθητές και εξηγήστε ότι θα μάθουν να ρίχνουν μια μπάλα μεταξύ 5 ατόμων. Ενθαρρύνετέ τους να είναι ανοιχτοί στο να μάθουν μαζί και να εργαστούν ως ομάδα.

Παρουσιάστε τη δραστηριότητα στην ομάδα και εξηγήστε τα βήματα.

Οπτική ιστορία: Δείξτε το παράδειγμα της ιστορίας που δημιούργησε η Έλλα

Επίδειξη: Δείξτε στους μαθητές τι πρέπει να επιτύχουν και πώς να το κάνουν εύκολα
Εργασία σε ομάδες: Η εργασία σε ομάδες θα τους βοηθήσει να αλληλοβοηθηθούν και να βελτιώσουν τις κοινωνικές τους δεξιότητες.

Αρχική επίδειξη (10 λεπτά):

Ο δάσκαλος δείχνει πώς να ρίχνουν σωστά την μπάλα, εστιάζοντας στη στάση, τη λαβή και την κίνηση του βραχίονα. Χρησιμοποιήστε απλή γλώσσα και επαναλάβετε τα σημαντικά βήματα.

Ατομική εξάσκηση (5 λεπτά):

Αφήστε κάθε μαθητή να εξασκηθεί στη ρίψη της μπάλας ξεχωριστά. Παρέχετε ατομική ανατροφοδότηση και προσαρμόστε τις οδηγίες ανάλογα με τις ανάγκες του κάθε μαθητή.

Σχηματισμός ομάδας (5 λεπτά):

Χωρίστε τους μαθητές σε ομάδες των 5 ή περισσότερων ατόμων, διασφαλίζοντας ότι κάθε ομάδα έχει μαθητές από ένα φάσμα δεξιοτήτων και επιπέδων ικανοτήτων. Αυτό θα ενθαρρύνει τη συνεργασία και την αμοιβαία υποστήριξη.

Εξάσκηση σε ομάδες (20 λεπτά):

Κάθε ομάδα ακολουθεί οδηγίες για να πετάξει την μπάλα από κοινού. Ενθαρρύνετε την επικοινωνία και τη συνεργασία στην ομάδα, φροντίζοντας να συμμετέχουν όλοι οι μαθητές και να υποστηρίξουν ο ένας τον άλλο.

Αξιολόγηση (10 λεπτά):

Παρατηρείστε τις ομάδες και δώστε εξατομικευμένες συμβουλές

Φιλικός ανταγωνισμός (15 λεπτά):

Διοργανώστε έναν φιλικό διαγωνισμό μεταξύ των ομάδων για να δείτε ποια μπορεί να πετάξει την μπάλα πιο μακριά ή με μεγαλύτερη ακρίβεια. Η έμφαση εδώ θα πρέπει να δοθεί στη συμμετοχή και όχι στη νίκη.

Κλείσιμο (5 λεπτά):

Επιβραβεύστε τα επιτεύγματα και την ομαδική εργασία των μαθητών. Μπορείτε να δώσετε τα μετάλλια που ετοιμάσατε!

ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Απόκτηση δεξιοτήτων: Οι μαθητές θα ρίχνουν με ακρίβεια μια μπάλα μεγέθους τένις με το ένα χέρι. Θα μάθουν και θα εφαρμόζουν σωστές τεχνικές στάσης, λαβής και κίνησης του βραχίονα, παρουσιάζοντας βελτίωση στην ακρίβεια και την απόσταση της ρίψης τους.

Ομαδική συνεργασία: Κάθε μαθητής θα συμμετέχει ενεργά σε ομαδικές ασκήσεις, μαθαίνοντας να συνεργάζεται με τους συμμαθητές του σε ομαδικό πλαίσιο. Θα κατανοήσουν τους ρόλους των διαφόρων μελών της ομάδας και θα συμβάλλουν στην επίτευξη ενός κοινού στόχου μέσω αποτελεσματικής επικοινωνίας και αμοιβαίας υποστήριξης.

Ανάπτυξη κοινωνικών δεξιοτήτων: Οι μαθητές θα βελτιώσουν τις κοινωνικές τους δεξιότητες συμμετέχοντας σε δραστηριότητες που χρειάζονται αμοιβαία υποστήριξη και ενθάρρυνση. Θα μάθουν τη

σημασία της θετικής ενίσχυσης μεταξύ των συνομηλίκων και πώς να παρέχουν εποικοδομητική ανατροφοδότηση.

Ανταγωνιστικό πνεύμα και αθλητικό πνεύμα: Οι μαθητές θα αναπτύξουν ένα υγιές ανταγωνιστικό πνεύμα μέσω του φιλικού ανταγωνισμού. Θα μάθουν να εξισορροπούν την ανταγωνιστικότητα με το καλό αθλητικό πνεύμα, σεβόμενοι τους αντιπάλους και εκτιμώντας τη συμμετοχή έναντι της νίκης.

Συναισθηματική ανθεκτικότητα: Οι μαθητές θα αποκτήσουν ανθεκτικότητα μαθαίνοντας να διαχειρίζονται την επιτυχία και την απογοήτευση σε ανταγωνιστικές και ομαδικές δραστηριότητες. Θα μάθουν να διατηρούν θετική στάση ανεξάρτητα από τα αποτελέσματα, κατανοώντας ότι η βελτίωση έρχεται με την εξάσκηση και την επιμονή.

Σωματική ικανότητα και συντονισμός: Οι μαθητές θα βελτιώσουν τον σωματικό συντονισμό και τη φυσική τους κατάσταση μέσω της ενεργού συμμετοχής σε δραστηριότητες ρίψεων.

Ενσωμάτωση και προσαρμοστικότητα: Οι μαθητές θα κατανοήσουν και θα εφαρμόσουν τρόπους για να συμπεριλάβουν όλους τους συνομηλίκους, ανεξάρτητα από το επίπεδο δεξιοτήτων, προσαρμόζοντας τις δραστηριότητες ώστε να διασφαλίζεται ότι όλοι μπορούν να συμμετέχουν ουσιαστικά.

ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΥΠΟΒΑΘΡΟ

Εφαρμοσμένη Ανάλυση Συμπεριφοράς: Επικεντρώνεται στη χρήση συστηματικών προσεγγίσεων για τη διδασκαλία νέων δεξιοτήτων και Συμπεριφορών, με έμφαση στην ενίσχυση για την εδραίωση της μάθησης.

Η **κονστροκτιβιστική** θεωρία υποστηρίζει ότι οι μαθητές κατασκευάζουν τη γνώση μέσω εμπειριών. Οι μαθητές χτίζουν και βελτιώνουν την κατανόησή τους με βάση τη σωματική εμπειρία και την κοινωνική αλληλεπίδραση, συμμετέχοντας σε πρακτικές, χειροπιαστές δραστηριότητες, όπως η ρίψη μιας μπάλας. Η μορφή ομαδικής διδασκαλίας διευκολύνει τη μάθηση από ομότιμους, όπου οι μαθητές μπορούν να μάθουν ο ένας από τις τεχνικές και την ανατροφοδότηση του άλλου, ενσωματώνοντας την έννοια του Vygotsky για τη Ζώνη της Άμεσης Ανάπτυξης (ZPD), όπου η συνεργασία μεταξύ ομότιμων οδηγεί σε μάθηση που μπορεί να μην συνέβαινε αυτόνομα.

Θεωρία της κοινωνικής μάθησης: Θεωρία της κοινωνικής μάθησης: Η θεωρία του Albert Bandura τονίζει τη σημασία της παρατήρησης, της μίμησης και της μοντελοποίησης στη μάθηση. Σε αυτό το μάθημα, οι μαθητές παρατηρούν τους συμμαθητές τους και τον εκπαιδευτή για να μάθουν και να αναπαράγουν τις σωστές τεχνικές ρίψης.

Η **θεωρία της κινητικής μάθησης** επικεντρώνεται στην απόκτηση κινητικών δεξιοτήτων μέσω της εξάσκησης, της ανατροφοδότησης και της επεξεργασίας των αισθητηριακών πληροφοριών. Η δομή του μαθήματος, από την ατομική εξάσκηση έως την ομαδική εξάσκηση και το ανταγωνιστικό παιχνίδι, συνάδει με τα στάδια της κινητικής μάθησης - γνωστικό, συνειρμικό και αυτόνομο. Αυτά τα στάδια περιγράφουν πώς οι μαθητές προχωρούν από την κατανόηση μιας νέας δεξιότητας, την τελειοποίησή της και τελικά την αβίαστη εκτέλεσή της.

Η **θεωρία του αυτοπροσδιορισμού** τονίζει το ρόλο της *αυτονομίας*, της *επάρκειας* και της ανάγκης για *σχετίζεσθαι* στα κίνητρα και την ψυχολογική ανάπτυξη. Το μάθημα υποστηρίζει την αυτονομία, επιτρέποντας στους μαθητές να αναλάβουν τον έλεγχο της μάθησής τους μέσω του καθορισμού στόχων και της αυτοαξιολόγησης. Η *επάρκεια* αναπτύσσεται καθώς οι μαθητές βελτιώνουν τις δεξιότητες ρίψης και λαμβάνουν θετική ανατροφοδότηση και η ανάγκη για *σχετίζεσθαι* ενισχύεται μέσω των ομαδικών αλληλεπιδράσεων και των κοινών εμπειριών.

Η **θεωρία του γνωστικού φόρτου** αφορά την ποσότητα πληροφοριών που μπορεί να συγκρατήσει η λειτουργική μνήμη ταυτόχρονα. Με τη δόμηση του μαθήματος έτσι ώστε να αυξάνεται σταδιακά η πολυπλοκότητα -από την παρατήρηση και την εξάσκηση απλών κινήσεων έως τη συμμετοχή σε έναν διαγωνισμό- αυτό το σχέδιο μαθήματος βοηθά στη διαχείριση του γνωστικού φορτίου, διασφαλίζοντας ότι οι μαθητές δεν υπερφορτώνονται και μπορούν να εντάξουν αποτελεσματικά τις νέες δεξιότητες.

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Κινητικές δεξιότητες και φυσικός συντονισμός: Βελτίωση των λεπτών και αδρών κινητικών δεξιοτήτων μέσω της επαναλαμβανόμενης εξάσκησης τεχνικών ρίψης.

Επικοινωνία και διαπροσωπικές δεξιότητες: Η ανάπτυξη καθαρής επικοινωνίας και η ικανότητα αποτελεσματικής συνεργασίας στο πλαίσιο μιας ομάδας είναι ζωτικής σημασίας για ομαδικά αθλήματα και δραστηριότητες.

Επίλυση προβλημάτων και κριτική σκέψη: Καλλιέργεια της ικανότητας γρήγορης αξιολόγησης και προσαρμογής ως απάντηση στην ανατροφοδότηση.

Ηγεσία και πρωτοβουλία: Ενθάρρυνση των μαθητών να αναλάβουν ηγετικούς ρόλους στις ομάδες τους, προωθώντας την πρωτοβουλία και την υπευθυνότητα.

ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΜΑΘΗΤΕΣ ΜΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΕΣ

ΧΩΡΟΣ

Ο χώρος μεταξύ των μαθητών μπορεί να είναι μικρότερος ή μεγαλύτερος για να κάνει τους μαθητές να αισθάνονται πιο άνετα ή να μειώνει ή να αυξάνει την δυσκολία για τους άλλους.

ΑΣΚΗΣΗ

Αυτή η δραστηριότητα μπορεί να στηθεί σε ένα Speed Date. Τα Speed Date έχουν δύο σειρές μαθητών απέναντι η μία από την άλλη.

Οι πιο έμπειροι μαθητές ή οι βοηθοί διδασκαλίας σχηματίζουν τη Γραμμή 1 και στο τέλος κάθε δραστηριότητας, το τελευταίο άτομο στη Γραμμή 1 μετακινείται στην αρχή της Γραμμής 1 και κάθε άτομο μετακινείται μία σειρά προς τα κάτω. Η γραμμή 2 κρατάει την μπάλα.

Σε ένα Speed Date, τα ζευγάρια μαθητών μπορούν να στέκονται πιο μακριά ή πιο κοντά μεταξύ τους.

Ο καθένας μπορεί να συμμετέχει στην ίδια δραστηριότητα με διαφορετικούς τρόπους και με διαφορετικά άτομα ταυτόχρονα.

ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ

Για να ανταποκρίνονται καλύτερα στις ανάγκες των μαθητών, μπορούν να χρησιμοποιηθούν μπάλες σε διαφορετικά χρώματα, υφές, μεγέθη και σχήματα. Οι μπάλες μπορεί να έχουν κουδούνια και να είναι από διαφορετικά αθλήματα. Αντί για μπάλες μπορούν να χρησιμοποιηθούν σακουλάκια. Κάθε μαθητής θα έχει μια εξατομικευμένη μαθησιακή εμπειρία. Διαφορετικές μπάλες μπορεί να βελτιώσουν την εμπλοκή ή να μειώσουν το άγχος.

Χρησιμοποιήστε μπάλες φτιαγμένες από χαρτί και σελοτέπ αν δεν έχετε εξοπλισμό.

Σε ένα Speed Date, η σειρά των λιγότερο ικανών μαθητών θα πρέπει να κρατάει τον εξοπλισμό, ενώ οι πιο ικανοί μαθητές κινούνται στη σειρά όπως περιεγράφηκε προηγουμένως.

Σε ένα Speed Date, τα ζευγάρια μαθητών μπορούν να επιλέξουν να σταθούν πιο μακριά ή πιο κοντά μεταξύ τους.

Όλοι μπορούν να συμμετέχουν στην ίδια δραστηριότητα με διαφορετικούς τρόπους και με διαφορετικό εξοπλισμό και άτομα ταυτόχρονα.

ΑΤΟΜΑ

Η καθοδήγηση από ομοτίμους μπορεί να λάβει χώρα στη Γραμμή 1, καθώς οι μαθητές με πιο πολλές ικανότητες καθοδηγούν τους μαθητές με λιγότερες ικανότητες.

Οι μαθητές θα μάθουν πώς να προσαρμόζονται στις ανάγκες των μαθητών με μικρότερες ικανότητες και πώς να συμπεριλαμβάνουν

Συμπεριφορικές δεξιότητες στο πλαίσιο της φυσικής αγωγής

Τα ακόλουθα τρία Σχέδια Μαθήματος αφορούν συμπεριφορικές δεξιότητες. Αφορούν την προκλητική συμπεριφορά των παιδιών με ΔΑΦ σε περιβάλλοντα χωρίς αποκλεισμούς κατά τη διάρκεια του μαθήματος της Φυσικής Αγωγής. Επειδή κάθε παιδί με ΔΑΦ είναι μοναδικό, διαφορετικές στρατηγικές και προσεγγίσεις που ακολουθούνται από τους δασκάλους Φυσικής Αγωγής μπορεί να λειτουργήσουν με καλύτερα αποτελέσματα. Κατά συνέπεια, τα Σχέδια Μαθημάτων PErfect κάνουν υποδειγματικές προτάσεις για τη στόχευση ορισμένων συμπεριφορών.

Για την επίτευξη υψηλής ποιότητας, συμπεριληπτικών μαθημάτων Φυσικής Αγωγής, οι δάσκαλοι Φυσικής Αγωγής πρέπει να κατανοούν τους μαθητές τους με ειδικές ανάγκες, συμπεριλαμβανομένων των δύσκολων συμπεριφορών, των σωματικών αναγκών κ.λπ.

Μαθήματα

Σ11: Καθ' όλη τη διάρκεια της γυμναστικής, τα παιδιά συμπεριφέρονται με τέτοιο τρόπο ώστε να μην εμποδίζουν την μάθηση των συμμαθητών τους.

Σ12: Παραμένει εντός του περιβάλλοντος της ομάδας των 5 ή περισσότερων παιδιών καθ' όλη τη διάρκεια της ώρας γυμναστικής.

Σ13: Ανταποκρίνεται σε όλες τις ερωτήσεις/ερωτήματα που υποβάλλονται από τους συμμαθητές του κατά τη διάρκεια μιας ώρας γυμναστικής.

ΣΕΝΑΡΙΟ:

Σε ένα μάθημα φυσικής αγωγής που διαρκεί 45 λεπτά, υπάρχουν 20 μαθητές στην 6η τάξη. Ένας από αυτούς τους μαθητές είναι ο Ιβάν, ένα 12χρονο αγόρι που έχει ΔΑΦ και ΔΕΠΥ. Κατά τη διάρκεια ορισμένων μαθημάτων γυμναστικής, ένας βοηθός δασκάλου βοηθά τον Ιβάν- σε άλλα μαθήματα, ο δάσκαλος γυμναστικής μπορεί να χρησιμοποιήσει τη διδασκαλία από συνομηλίκους.

Ο Ιβάν ενθουσιάζεται όταν έρχεται στο μάθημα της γυμναστικής στο γυμναστήριο του σχολείου. Δεν του αρέσει όταν οι δραστηριότητες αλλάζουν πολύ γρήγορα. Αν αυτό συμβεί, μπορεί να αναστατωθεί και να ενοχληθεί. Λόγω της ελλειμματικής του προσοχής, όταν ο δάσκαλος εξηγεί τις ασκήσεις, μερικές φορές δείχνει σαν να μην προσέχει. Ο Ιβάν δυσκολεύεται να μείνει συγκεντρωμένος και να κάνει αυτό που λέει ο δάσκαλος. Μερικές φορές, αρχίζει να κινείται, να πηδάει και να φωνάζει δυνατά. Αυτό μπορεί να επηρεάσει τη μαθησιακή ροή των άλλων μαθητών.

Αυτό το σενάριο δείχνει μια κατάσταση που μπορεί να αντιμετωπίσουν οι δάσκαλοι φυσικής αγωγής σε οποιοδήποτε μάθημα, ανεξαρτήτως του στόχου ή των ασκήσεων. Οι τροποποιήσεις του σχεδίου μαθήματος συνιστούν ότι ένας βοηθός δασκάλου μπορεί να βοηθήσει τον δάσκαλο φυσικής αγωγής σε ορισμένα μαθήματα. Ο στόχος του εκπαιδευτικού θα μπορούσε να είναι να κάνει τις σωστές συμπεριφορές να συμβαίνουν συχνότερα, τις ακατάλληλες συμπεριφορές να συμβαίνουν λιγότερο ή καθόλου.

Ο δάσκαλος θα μπορούσε να χρησιμοποιήσει μεθόδους για να προάγει τις σωστές συμπεριφορές, όπως η διαμόρφωση, η αλυσίδα, η προτροπή και η εξασθένιση. Η διαμόρφωση περιλαμβάνει την επιβράβευση των βημάτων που πλησιάζουν στην επιθυμητή συμπεριφορά. Η αλυσιδωτή ενίσχυση ενισχύει μια σειρά

συνδεδεμένων δράσεων που οδηγούν στο επιθυμητό αποτέλεσμα. Η προτροπή δίνει ενδείξεις πριν από μια ενέργεια για να υπενθυμίσει τι αναμένεται. Η εξασθένιση είναι η αργή αφαίρεση των υπενθυμίσεων ή των ανταμοιβών, ώστε οι επιθυμητές συμπεριφορές να συμβαίνουν με φυσικό τρόπο.

Εφαρμόζοντας αυτές τις μεθόδους στο σενάριο με τον Ιβάν, το αγόρι με ΔΑΦ και ΔΕΠΥ.

SHAPING/ ΔΙΑΜΟΡΦΩΣΗ

Για τον Ιβάν, ο δάσκαλος μπορεί να επαινέσει και να επιβραβεύσει τα μικρά βήματα προς την επίτευξη καλύτερης συγκέντρωσης και συμπεριφοράς. Αν ο Ιβάν συνήθως αναστατώνεται κατά τη διάρκεια γρήγορων μεταβάσεων, ο δάσκαλος μπορεί να τον επιβραβεύσει αν παραμείνει ήρεμος λίγο περισσότερο κατά τη διάρκεια κάθε μετάβασης.

CHAINING/ ΑΛΥΣΙΔΑ

Στην περίπτωση του Ιβάν, ο καταμερισμός των δραστηριοτήτων σε μικρότερα βήματα μπορεί να βοηθήσει. Αν η ομάδα κάνει μια σύνθετη σωματική δραστηριότητα, ο δάσκαλος μπορεί να καθοδηγήσει τον Ιβάν σε κάθε βήμα και να τον επιβραβεύσει για την ολοκλήρωσή τους με τη σειρά.

PROMPTING/ΠΡΟΤΡΟΠΗ

Ο δάσκαλος μπορεί να δώσει στον Ιβάν σαφείς και ξεκάθαρες οδηγίες πριν από τις δραστηριότητες για να τον βοηθήσει να καταλάβει τι αναμένεται. Για παράδειγμα, λέγοντας: «Ιβάν, θυμήσου να παραμείνεις ήρεμος και να ακούς» πριν από τις μεταβάσεις.

FADING/ ΕΞΑΣΘΕΝΗΣΗ

Καθώς ο Ιβάν εξοικειώνεται περισσότερο με τις ρουτίνες και τις προσδοκίες, ο δάσκαλος μπορεί να μειώσει σταδιακά την παροχή βοήθειας και υπενθυμίσεων, επιτρέποντάς του να δείχνει αυτόνομα τις κατάλληλες συμπεριφορές με την πάροδο του χρόνου.

PEER TUTORING/ ΑΛΛΗΛΟΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑ

Μια άλλη προσέγγιση είναι η χρήση ενός συστήματος αλληλοδιδασκαλίας (Τροποποιήσεις: Άτομα), το οποίο θα στηρίξει έναν εξατομικευμένο τρόπο μάθησης.

Το peer tutoring είναι όταν οι μαθητές βοηθούν άλλους μαθητές να μάθουν. Μπορεί να περιλαμβάνει διάφορους τρόπους διδασκαλίας, όπως το να δείξει κανείς πώς να κάνει κάτι, να εξηγήσει πράγματα, να κάνει ερωτήσεις και να δώσει ανατροφοδότηση και έπαινο για να βοηθήσει τον άλλο μαθητή να μάθει καλύτερα. Για τον Ivan, η αλληλοδιδασκαλία μπορεί να είναι ένας πολύ αποτελεσματικός τρόπος για να μάθει, να ενισχύσει την αυτοπεποίθηση και να κάνει φίλους. Για τον μαθητή, βελτιώνει τη συναισθηματική του νοημοσύνη μέσω του εθελοντισμού.

Πώς να κάνετε τη διδασκαλία από ομοτίμους να λειτουργήσει για τον Ivan

Επιλογή καθηγητών συνομηλίκων: Επιλέξτε μαθητές που δεν είναι μόνο καλοί στο θέμα αλλά έχουν και την υπομονή και την κατανόηση για να βοηθήσουν τον Ivan. Αυτοί οι ομοτίμοι δάσκαλοι θα πρέπει να είναι εκπαιδευμένοι για να παρέχουν το σωστό είδος υποστήριξης.

Προσαρμοσμένη μάθηση: Ο δάσκαλος του Ιβάν θα πρέπει να έχει ένα σχέδιο για το τι θα διδάξει και τι χρειάζεται να μάθει ο Ιβάν. Τα μαθήματα θα πρέπει να προσαρμόζονται ανάλογα με τις ικανότητες και τον ρυθμό μάθησης του Ιβάν.

Παρακολούθηση της πρόοδου: Να παρακολουθείτε πόσο καλά μαθαίνει ο Ιβάν και να το συγκρίνετε με τις προηγούμενες επιδόσεις του. Αυτό βοηθά να δείτε την πρόοδο που κάνει.

Θετική ενίσχυση: Όταν ο Ιβάν τα καταφέρνει καλά, είναι σημαντικό να τον επιβραβεύετε με κάποιο τρόπο. Επιβραβεύστε ταυτόχρονα και τον ομότιμο δάσκαλο. Αυτό μπορεί να είναι κάτι «μικρό», όπως ο λεκτικός έπαινος, αλλά θα παρακινήσει και τους δύο να συνεχίσουν να ενδιαφέρονται και να ασχολούνται.

Τα οφέλη της διδασκαλίας από ομότιμους για τον Ιβάν

Εξατομικευμένη υποστήριξη από έναν συμμαθητή που κατανοεί τις μοναδικές του ανάγκες.

Ένα άνετο και υποστηρικτικό περιβάλλον μάθησης.

Αυξημένη αυτοπεποίθηση στη μάθηση και στις κοινωνικές αλληλεπιδράσεις.

Την ευκαιρία να κάνει φίλους και να χτίσει θετικές σχέσεις.

Αυτή η προσαρμοσμένη προσέγγιση στη διδασκαλία από ομότιμους δίνει μεγάλη έμφαση στην εξατομικευμένη στήριξη, στην κατανόηση των αναγκών του Ιβάν και στη δημιουργία μιας θετικής και χωρίς αποκλεισμούς μαθησιακής εμπειρίας γι' αυτόν. Αξιοποιεί τα οφέλη της διδασκαλίας από ομότιμους για να τον βοηθήσει να ευδοκιμήσει στην τάξη.

Τα οφέλη για τον ομότιμο δάσκαλο

Οι "δάσκαλοι" γίνονται καλύτεροι σε ένα θέμα όταν το διδάσκουν σε κάποιον άλλο. Πρέπει να το γνωρίζουν καλά για να το εξηγήσουν. Γίνονται καλύτεροι στο να μιλάνε σε άλλους επειδή πρέπει να εξηγούν τα πράγματα και να απαντούν σε ερωτήσεις. Μαθαίνουν να επαιτούν, να είναι ευγενικοί και να κατανοούν όταν οι άλλοι χρειάζονται βοήθεια στη μάθηση. Οι ομότιμοι δάσκαλοι βελτιώνουν τη συναισθηματική τους νοημοσύνη, μια σημαντική δεξιότητα ζωής. Οι μαθητές-διδάσκαλοι γίνονται ηγέτες βοηθώντας τους άλλους. Αυτό τους κάνει να έχουν μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση. Αισθάνονται καλά όταν βοηθούν τους άλλους να μάθουν και να τα πάνε καλά. Μαθαίνουν να είναι υπομονετικοί, επειδή ο καθένας μαθαίνει διαφορετικά. Αισθάνονται περήφανοι όταν βοηθούν τους άλλους να πετύχουν. Αποκτούν μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση στη μάθηση και στις κοινωνικές αλληλεπιδράσεις και την ευκαιρία να κάνουν φίλους χωρίς αποκλεισμούς και να χτίσουν θετικές σχέσεις.

ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Σ11

Καθ' όλη τη διάρκεια της γυμναστικής, τα παιδιά συμπεριφέρονται με τέτοιο τρόπο ώστε να μην εμποδίζουν την μάθηση των συμμαθητών τους.

45 λεπτά

ΣΚΟΠΟΣ ΤΟΥ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Οι μαθητές να συμμετέχουν σε ψυχαγωγικές και διαδραστικές δραστηριότητες για να βελτιώσουν το συντονισμό μεταξύ των ποδιών και των χεριών τους, συμπεριλαμβανομένων των παιδιών με ΔΑΦ, κάνοντας δραστηριότητες με προσαρμογές για την κάλυψη διαφόρων αναγκών.

ΥΛΙΚΑ

Κώνοι ή δείκτες
Μπάλες (μπάλα ποδοσφαίρου, μπάσκετ, dodgeball κ.λπ.)
Οπτικά βοηθήματα
Χρονόμετρα
Αισθητηριακά αντικείμενα

ΤΕΧΝΙΚΕΣ

Μοντελοποίηση συμπεριφοράς: Επίδειξη των επιθυμητών δεξιοτήτων, φροντίζοντας ώστε όλοι οι μαθητές, συμπεριλαμβανομένων εκείνων με ΔΑΦ, να μπορούν να παρατηρούν και να μιμούνται με ακρίβεια.

Διαφορική ενίσχυση: Παρέχετε θετική ενίσχυση για τις συμπεριφορές που προωθούν τη μάθηση και τη συνεργασία μεταξύ των μαθητών, ενώ διορθώνετε άμεσα και εποικοδομητικά τις ανεπιθύμητες συμπεριφορές.

Οπτικά βοηθήματα και υποδείξεις: Χρησιμοποιήστε με συστηματικό τρόπο οπτικά βοηθήματα, μειώνοντας σταδιακά τις υποδείξεις καθώς οι μαθητές αυτονομούνται.

Δομημένη αλληλεπίδραση μεταξύ συνομηλίκων: Διευκολύνετε τις δομημένες αλληλεπιδράσεις μεταξύ των μαθητών για την ενίσχυση της κοινωνικής μάθησης και της συνεργασίας, χρησιμοποιώντας παιχνίδια ρόλων.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Εισαγωγή (5 λεπτά):

Συγκεντρώστε τους μαθητές σε κύκλο. Εξηγήστε τους στόχους του μαθήματος και γιατί είναι σημαντικό να σεβόμαστε τους άλλους.

Δείξτε οπτικά βοηθήματα που απεικονίζουν τις αναμενόμενες συμπεριφορές. Παροτρύνετε τους μαθητές να μοιραστούν τις σκέψεις τους σχετικά με το πώς μπορούν να βοηθήσουν ή να εμποδίσουν τη μάθηση των συμμαθητών τους.

Προθέρμανση (10 λεπτά):

Βάλτε τους μαθητές να τρέξουν ή να περπατήσουν. Χρησιμοποιήστε μια σφυρίχτρα για να σηματοδοτήσετε αλλαγές στην κατεύθυνση ή το ρυθμό. Ενθαρρύνετε τους να έχουν επίγνωση του χώρου τους και να αποφεύγουν τις προσκρούσεις. Συμπεριλάβετε τον μαθητή με ΔΑΦ στην προθέρμανση, εξασφαλίζοντας ότι αισθάνεται άνετα. Στη συνέχεια, χωρίστε τους μαθητές σε μικρές ομάδες ή ζευγάρια.

Δραστηριότητα 1: Ντρίμπλα στο ποδόσφαιρο (10 λεπτά)

Τοποθετήστε κώνους ως διαδρομή για ντρίμπλες.

Κάθε μαθητής κάνει με τη σειρά του ντρίμπλα με μια μπάλα ποδοσφαίρου μέσα στο χώρο χρησιμοποιώντας τα πόδια του και διατηρώντας τον έλεγχο.

Ενθαρρύνετε τον μαθητή με ΔΑΦ να συμμετέχει και χρησιμοποιήστε υποδείξεις αν παρουσιάσει ακατάλληλη συμπεριφορά. Κάντε διαλείμματα αν χρειαστεί.

Δραστηριότητα 2: Πάσα στο μπάσκετ (10 λεπτά)

Δώστε σε κάθε ζεύγος μια μπάλα μπάσκετ.

Οι μαθητές εξασκούνται στο να πασάρουν τη μπάλα στον συμπαίκτη τους, ενώ κινούνται και συντονίζουν τις κινήσεις των χεριών τους.

Δώστε έμφαση στη σωστή τεχνική της πάσας.

Αναθέστε έναν παρτενέρ στον μαθητή με ΔΑΦ που κατανοεί τις ανάγκες του.

Προσαρμόστε τη δραστηριότητα ώστε να εξυπηρετεί τον μαθητή με ΔΑΦ, επιτρέποντάς του να συμμετέχει με τρόπο που να ταιριάζει στις δυνατότητές του.

Επικεντρώστε την προσοχή του κατά τη διάρκεια των επιδείξεων και ανακατευθύνετε κάθε ακατάλληλη συμπεριφορά.

Ενθαρρύνετε το ομαδικό παιχνίδι, ώστε ο συμπαίκτης του μαθητή με ΔΑΦ να μπορεί να τον βοηθήσει όταν χρειάζεται.

Χαλάρωση και κλείσιμο (10 λεπτά):

Συγκεντρώστε τους μαθητές σε κύκλο και ξεκινήστε το χαλάρωμα. Ενθαρρύνετε του μαθητές να μοιραστούν τι έμαθαν σήμερα και επιβραβεύστε τις προσπάθειες τους.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Συντονισμός των κινήσεων: Οι μαθητές θα επιδείξουν βελτιωμένο συντονισμό μεταξύ των χεριών και των ποδιών σε διάφορες σωματικές δραστηριότητες, γεγονός που αξιολογείται από την ικανότητά τους να εκτελούν με μεγαλύτερη ακρίβεια καθορισμένες διαδρομές ή ρουτίνες.

Αυτορρύθμιση της συμπεριφοράς: Οι μαθητές δεν θα διακόπτουν το μάθημα με τη συμπεριφορά τους και θα μπορούν να ελέγχουν τον εαυτό τους κατά τη διάρκεια του μαθήματος.

Συμμετοχή χωρίς αποκλεισμούς: Όλοι οι μαθητές, συμπεριλαμβανομένων των μαθητών με ΔΑΦ, θα συμμετέχουν ενεργά σε ομαδικά παιχνίδια κατά τη διάρκεια του μαθήματος.

Κοινωνικές και συνεργατικές δεξιότητες: Οι μαθητές θα μάθουν να συνεργάζονται και να ακολουθούν ομαδικούς κανόνες.

ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΥΠΟΒΑΘΡΟ

Εφαρμοσμένη Ανάλυση Συμπεριφοράς: Επικεντρώνεται στη συστηματική εφαρμογή παρεμβάσεων με βάση τις αρχές της θεωρίας της μάθησης για τη βελτίωση της κοινωνικής Συμπεριφοράς.

Θεωρία κοινωνικής μάθησης: Δίνει έμφαση στη μάθηση μέσω της παρατήρησης, της μίμησης και της μοντελοποίησης, η οποία είναι σημαντική σε ομαδικά περιβάλλοντα όπου οι μαθητές μαθαίνουν ο ένας από τον άλλον.

Θεωρία Κινητικής Μάθησης: Τονίζει τη σημασία της εξάσκησης, της ανατροφοδότησης και της αισθητηριακής επεξεργασίας των κινήσεων, που είναι απαραίτητες για τη διδασκαλία πολύπλοκων κινητικών δεξιοτήτων στη φυσική αγωγή.

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Αποτελεσματική επικοινωνία: Ανάπτυξη της ικανότητας να επικοινωνούν τις ανάγκες, να ακολουθούν οδηγίες και να εκφράζονται αποτελεσματικά σε μια ομάδα.

Σωματική ικανότητα και συντονισμός: Ενίσχυση των λεπτών και αδρών κινητικών δεξιοτήτων μέσω δομημένων σωματικών δραστηριοτήτων

Επίλυση προβλημάτων και προσαρμοστικότητα: Καλλιεργείται η ικανότητα προσαρμογής στις απαιτήσεις της δραστηριότητας και τις αλληλεπιδράσεις με τους συνομηλίκους, ενισχύοντας την ευελιξία και τις ικανότητες επίλυσης προβλημάτων.

Συναισθηματική και κοινωνική ευαισθητοποίηση: Αυξημένη επίγνωση της επίπτωσης της συμπεριφοράς του ατόμου στους άλλους, ενίσχυση της ενσυναίσθησης και βελτίωση των αλληλεπιδράσεων με τους συνομηλίκους.

Ηγεσία και ομαδική εργασία: Ενθάρρυνση των μαθητών να αναλαμβάνουν ηγετικούς ρόλους στις δραστηριότητες, προώθηση της πρωτοβουλίας και της ομαδικής εργασίας.

ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΜΑΘΗΤΕΣ ΜΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΕΣ

ΧΩΡΟΣ

Δραστηριότητα 1

Κάντε τα διαστήματα μεταξύ των κώνων μικρότερα ή μεγαλύτερα για να καλύψετε τις ανάγκες όλων των μαθητών.

Διαμορφώστε ένα ήσυχο σημείο όπου ο μαθητής με ΔΑΦ μπορεί να πάει αν χρειάζεται διάλειμμα.

Δραστηριότητα 2

Δείτε τις τροποποιήσεις στο σχέδιο μαθήματος Κ3

ΑΣΚΗΣΗ

Προθέρμανση και Δραστηριότητα 1

Χρησιμοποιήστε ομόκεντρους δακτυλίους από κώνους, διαφορετικού χρώματος ο καθένας, για να δημιουργήσετε διαδρόμους στους οποίους μπορούν να ντριμπλάρουν την μπάλα, να τρέξουν ή να περπατήσουν. Οι πιο επιδέξιοι ή κινητικοί μαθητές θα λάβουν μια πιο σημαντική πρόκληση, κινούμενοι στους εξωτερικούς διαδρόμους, οι οποίοι μπορεί επίσης να είναι στενότεροι ή πλατύτεροι, ενώ τα άτομα με σωματικές αναπηρίες μπορούν να ντριμπλάρουν στους εσωτερικούς διαδρόμους, οι οποίοι είναι πιο κοντοί. Οι χρήστες αναπηρικών αμαξιδίων μπορούν να έχουν τη δική τους λωρίδα.

Δραστηριότητα 2

Σπάστε τις πολύπλοκες σωματικές δραστηριότητες σε μικρότερα, διαχειρίσιμα βήματα που όλοι οι μαθητές μπορούν να κατανοήσουν και να ακολουθήσουν, χρησιμοποιώντας οπτικές και λεκτικές ενδείξεις.

Σε ένα Speed Date, οι μαθητές μπορούν να χωριστούν σε δύο σειρές. Στη Γραμμή 1 βρίσκονται οι μαθητές με τις περισσότερες δεξιότητες- στη Γραμμή 2, οι μαθητές με τις λιγότερες δεξιότητες κρατούν τον προσαρμοσμένο εξοπλισμό. Βλέπουν ο ένας τον άλλον για να εξασκηθούν ταυτόχρονα στις ίδιες δεξιότητες με διαφορετικό τρόπο. Μόλις και οι δύο σειρές κάνουν την άσκηση, ο μαθητής στο τέλος της σειράς 1 (μαθητές με υψηλές δεξιότητες) μετακινείται στο άλλο άκρο και όλοι στη σειρά μετακινούνται μία θέση για να σταθούν απέναντι σε ένα νέο άτομο. Αυτή η μεθοδολογία επιτρέπει σε διαφορετικούς μαθητές να εξασκηθούν μαζί και να βελτιώσουν τις δεξιότητές τους.

Η απόσταση μεταξύ κάθε ζεύγους μπορεί να αλλάξει. Το μέγεθος ή το σχήμα της μπάλας μπορεί να αλλάξει. Τα χρώματα μπορούν να αλλάξουν για μαθητές με προβλήματα όρασης. Η υφή μπορεί να αλλάξει για μαθητές με αισθητηριακά προβλήματα. Η γραμμή με τις λιγότερες δεξιότητες θα κρατάει πάντα τον εξοπλισμό.

Οι ασκήσεις μπορούν επίσης να σπάσουν σε επιμέρους μέρη (task analysis).

Οι Σταθμοί Δεξιοτήτων (βλ. Σχέδιο Μαθήματος Κ4) μπορούν να δημιουργηθούν σε κάθε γωνία της αίθουσας, π.χ. Σταθμός 1: Ρίψη και προσεκτική παρατήρηση μιας μεγάλης μπάλας.

Σταθμός 2: Διατήρηση των χεριών ενωμένων και ανοιχτών ενώ παρακολουθείτε προσεκτικά και πιάνετε τη μπάλα.

Σταθμός 3: Πιάσιμο και ρίψη μιας ελαφρώς μικρότερης μπάλας ή μιας βαρύτερης μπάλας.

Σταθμός 4: Μικρότερες μπάλες, μεγαλύτερη απόσταση ανάμεσα στο πιάσιμο και τη ρίψη. Κάθε σταθμός θα περιέχει ένα στοιχείο του «πιασίματος». Ο δάσκαλος μπορεί να μετακινήσει τους μαθητές σε άλλους σταθμούς ή να τους ρωτήσει αν θέλουν να μετακινηθούν.

ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ

Οι μπάλες μπορεί να έχουν διαφορετικά χρώματα, βάρη, σχήματα, μεγέθη ή υφές. Οι μπάλες μπορεί επίσης να έχουν τρύπες και σχέδια. Αυτό θα επιτρέψει τη συμπερίληψη ατόμων που δυσκολεύονται να δουν ορισμένα χρώματα και θα παρέχει ελκυστικές εναλλακτικές λύσεις για άτομα με αισθητηριακά προβλήματα.

Μια μπάλα με κουδούνι μπορεί να χρησιμοποιηθεί για μαθητές με προβλήματα όρασης.

Αντί για σφυρίχτρα, ο δάσκαλος μπορεί να κρατήσει ψηλά έναν κόκκινο (στοπ), πράσινο (πάμε) ή κίτρινο (αναμονή) κώνο για να δώσει σήμα στους μαθητές.

ΑΤΟΜΑ

Συμπεριλάβετε έναν βοηθό διδασκαλίας που γνωρίζει πώς να υποστηρίξει τα παιδιά με ΔΑΦ.

Βάλτε το παιδί με ΔΑΦ σε ζευγάρι με έναν φίλο που το καταλαβαίνει και μπορεί να είναι εκεί για βοήθεια.

Διδάξτε στους άλλους μαθητές να είναι ευγενικοί και υπομονετικοί, ώστε όλοι να μπορούν να συνεργαστούν.

Οι συμμαθητές μπορούν να βοηθήσουν όσους έχουν λιγότερες δεξιότητες.

ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Σ12

Παραμένει εντός του περιβάλλοντος της ομάδας των 5 ή περισσότερων παιδιών καθ' όλη τη διάρκεια της ώρας γυμναστικής.

45 λεπτά

ΣΚΟΠΟΣ ΤΟΥ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Οι μαθητές θα συμμετέχουν σε παιχνίδια σκυταλοδρομίας που βελτιώνουν την ομαδική εργασία και τον συντονισμό με τον πρόσθετο στόχο να συμμετέχει το παιδί με ΔΑΦ άνετα σε ένα ομαδικό περιβάλλον 5 ή περισσότερων παιδιών καθ' όλη τη διάρκεια του μαθήματος.

ΥΛΙΚΑ

Κώνοι ή δείκτες σκυταλοδρομίας και χούλα χουπς
Χρονόμετρα
Αισθητηριακά αντικείμενα

ΤΕΧΝΙΚΕΣ

Μοντελοποίηση συμπεριφοράς: Επίδειξη των επιθυμητών δεξιοτήτων, φροντίζοντας ώστε όλοι οι μαθητές, συμπεριλαμβανομένων εκείνων με ΔΑΦ, να μπορούν να παρατηρούν και να μιμούνται με ακρίβεια.

Διαφορική ενίσχυση: Παρέχετε θετική ενίσχυση για τις συμπεριφορές που προωθούν τη μάθηση και τη συνεργασία μεταξύ των μαθητών, ενώ διορθώνετε άμεσα και εποικοδομητικά τις ανεπιθύμητες συμπεριφορές.

Οπτικά βοηθήματα και υποδείξεις: Χρησιμοποιήστε με συστηματικό τρόπο οπτικά βοηθήματα, μειώνοντας σταδιακά τις υποδείξεις καθώς οι μαθητές αυτονομούνται.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Εισαγωγή (5 λεπτά):

Όλοι οι μαθητές συγκεντρώνονται σε έναν κύκλο. Δείξτε οπτικά βοηθήματα που απεικονίζουν τις κατάλληλες θέσεις.

Προθέρμανση (10 λεπτά):

Βάλτε τους μαθητές να τρέξουν ή να περπατήσουν. Χρησιμοποιήστε μια σφυρίχτρα για να σηματοδοτήσετε αλλαγές στην κατεύθυνση ή το ρυθμό. Ενθαρρύνετε τους να έχουν επίγνωση του χώρου τους και να αποφεύγουν τις προσκρούσεις. Συμπεριλάβετε τον μαθητή με ΔΑΦ στην προθέρμανση, εξασφαλίζοντας ότι αισθάνεται άνετα. Στη συνέχεια, χωρίστε τους μαθητές σε ομάδες των 5 ή περισσότερων ατόμων, με το παιδί με ΔΑΦ σε μία από τις ομάδες. Χρησιμοποιήστε χούλα χουπ

τοποθετημένα σε γραμμές για να επισημάνετε τις θέσεις όπου οι μαθητές θα πρέπει να περιμένουν τη σειρά τους.

Δραστηριότητα 1: Αγώνας σκυταλοδρομίας (10 λεπτά)

Στήστε μια διαδρομή σκυταλοδρομίας με δείκτες.

Κάθε ομάδα δίνει εναλλάξ μια σκυτάλη σκυταλοδρομίας, δίνοντας έμφαση στην ομαδική εργασία και τον συντονισμό.

Ενθαρρύνετε τους μαθητές με ΔΑΦ να μείνουν στη σειρά στο χούλα-χουπ τους και να περιμένουν. Εστιάστε την προσοχή τους στον μαθητή που τρέχει πριν από αυτούς. Επιτρέψτε διαλλείματα αν χρειαστεί.

Επαναλάβετε το παιχνίδι αφαιρώντας τα χούλα-χουπ.

Δραστηριότητα 2: Ομαδική πρόκληση (10 λεπτά)

Δημιουργήστε μια ομαδική πρόκληση όπου κάθε ομάδα πρέπει να λύσει έναν γρίφο ή να ολοκληρώσει μια αποστολή από κοινού. Οι ομάδες παρατάσσονται σε μια γραμμή μέσα στα χούλα-χουπ τους. Κάθε ομάδα πρέπει να λύσει ένα παζλ μαζί. Κάθε κομμάτι του παζλ αντιπροσωπεύει ένα διαφορετικό μέρος ενός διάσημου ορόσημου. Για να πετύχουν, όλοι στην ομάδα πρέπει να συνεργαστούν για να βάλουν τα κομμάτια του παζλ στη σωστή σειρά. Όταν δοθεί το σήμα της εκκίνησης, ο πρώτος από αριστερά τρέχει στο σημείο όπου πρέπει να συμπληρωθεί το παζλ και αφήνει το κομμάτι του παζλ του. Επιστρέφουν και αγγίζουν τον επόμενο μαθητή, ο οποίος επαναλαμβάνει την άσκηση. Όταν όλα τα κομμάτια είναι στη θέση τους, όλη η ομάδα πηγαίνει και συμπληρώνει το παζλ. Όταν ολοκληρωθεί, τρέχουν πίσω και παίρνουν τις θέσεις τους.

Ενθαρρύνετε το ομαδικό παιχνίδι, όπου ο παρτενέρ του μαθητή με ΔΑΦ μπορεί να τον υποστηρίξει όπως χρειάζεται. Επαναλάβετε το παιχνίδι αφαιρώντας τα χούλα-χουπς.

Χαλάρωση (10 λεπτά)

Συγκεντρώστε τους μαθητές σε έναν κύκλο.

Συζητήστε τι έμαθαν και τι βίωσαν.

Αναγνωρίστε τις προσπάθειες όλων και επαινέστε τους.

Κάντε σύντομες διατάξεις για να χαλαρώσουν οι μύες.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Συμμετοχή σε ομάδα: Οι μαθητές με ΔΑΦ θα είναι σε θέση να συμμετέχουν ενεργά σε ομαδικές δραστηριότητες καθ' όλη τη διάρκεια του μαθήματος φυσικής αγωγής, βελτιώνοντας την κοινωνική τους ένταξη και μειώνοντας την κοινωνική απομόνωση.

Καλύτερη ομαδική προσπάθεια και συντονισμός: Όλοι οι μαθητές θα είναι σε θέση να λειτουργούν ομαδικά και να συντονίζονται μέσω της συμμετοχής σε παιχνίδια σκυταλοδρομίας και ομαδικές δοκιμασίες.

Αποτελεσματική επικοινωνία: Οι μαθητές θα βελτιώσουν τις επικοινωνιακές τους δεξιότητες, μαθαίνοντας να εκφράζουν τις ανάγκες τους και να συνεργάζονται με τους συμμαθητές τους κατά τη διάρκεια των δραστηριοτήτων.

ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΥΠΟΒΑΘΡΟ

Εφαρμοσμένη Ανάλυση Συμπεριφοράς: Επικεντρώνεται στη συστηματική εφαρμογή παρεμβάσεων με βάση τις αρχές της θεωρίας της μάθησης για τη βελτίωση της κοινωνικής Συμπεριφοράς.

Θεωρία Κοινωνικής Μάθησης: Τονίζει τη σημασία της μάθησης μέσω της παρατήρησης και της αλληλεπίδρασης με τους συνομηλίκους, γεγονός που υποστηρίζει την τεχνική της δομημένης αλληλεπίδρασης με τους συνομηλίκους.

Θεωρία του αυτοπροσδιορισμού: Εστιάζει στην ενίσχυση της αυτονομίας και της επάρκειας, η οποία είναι ιδιαίτερα σημαντική για την τόνωση των κινήτρων και της συμμετοχής των μαθητών με ΔΑΦ.

Η γνωστική θεωρία της κοινωνικής ενσωμάτωσης: Τονίζει τα οφέλη της κοινωνικής ενσωμάτωσης για τα παιδιά με ΔΑΦ, στηρίζοντας την ανάπτυξή τους μέσω δομημένων κοινωνικών και ομαδικών δραστηριοτήτων.

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Ομαδική εργασία: Οι μαθητές θα αναπτύξουν αποτελεσματικές δεξιότητες ομαδικής εργασίας συνεργαζόμενοι κατά τη διάρκεια των παιχνιδιών σκυταλοδρομίας και των ομαδικών προκλήσεων.

Αποτελεσματική επικοινωνία: βελτιωμένες επικοινωνιακές δεξιότητες καθώς οι μαθητές συνεργάζονται με τους συμμαθητές τους.

Δεξιότητες επίλυσης προβλημάτων: Οι μαθητές θα αναπτύξουν δεξιότητες επίλυσης προβλημάτων καθώς εργάζονται συλλογικά για την ολοκλήρωση των προκλήσεων.

Ενσυναίσθηση: Οι μαθητές θα βελτιώσουν την ενσυναίσθηση καθώς κατανοούν και ανταποκρίνονται στις μοναδικές ανάγκες τους.

Αυτονομία και αυτορρύθμιση: Οι μαθητές με ΔΑΦ θα γίνουν πιο αυτόνομοι και θα βελτιώσουν τις ικανότητες αυτορρύθμισης, νιώθοντας σταδιακά πιο άνετα μέσα σε ομαδικά περιβάλλοντα.

Συμπερίληψη και σεβασμός: Το σχέδιο μαθήματος θα εδραιώσει τις αξίες της συμμετοχικότητας και του σεβασμού μεταξύ όλων των μαθητών, προωθώντας ένα φιλόξενο και καταδεκτικό περιβάλλον στην τάξη.

ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΜΑΘΗΤΕΣ ΜΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΕΣ

ΧΩΡΟΣ

Βεβαιωθείτε ότι οι χώροι για τις δραστηριότητες είναι ανοιχτοί και όχι πολύ συνωστισμένοι.

Κάντε τους χώρους για τις δραστηριότητες μικρότερους ή μεγαλύτερους ανάλογα με τις ανάγκες των μαθητών ή για να το δυσκολέψετε/ευκολύνετε για κάποιους μαθητές.

Φτιάξτε ένα ήρεμο χώρο όπου οι μαθητές με ΔΑΦ μπορούν να πάνε αν χρειάζονται διάλειμμα.

ΑΣΚΗΣΗ

Κάντε τις εργασίες πιο εύκολες χωρίζοντάς τες σε μικρότερα βήματα.

Δώστε επιπλέον χρόνο, αν χρειάζεται.

Παρέχετε παζλ με λιγότερα ή μεγαλύτερα κομμάτια σε ομάδες με λογότερες ικανότητες.

ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ

Οτιδήποτε μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως σκυτάλη.

Μια ζωγραφιά μπορεί να γίνει πάνω σε πολλά φύλλα χρωματιστού χαρτιού για να λειτουργήσει ως ένα γιγαντιαίο παζλ.

Τα φύλλα χαρτιού μπορούν να περιέχουν αριθμούς ή γράμματα που πρέπει να τοποθετηθούν στη σειρά αντί για παζλ.

Μπορούν να χρησιμοποιηθούν διαφορετικού χρώματος δείκτες Poly Spot για κάθε ομάδα για να σημειωθούν οι θέσεις στο πάτωμα.

Ένα μεγάλο ρολόι τοίχου θα επιτρέψει στους μαθητές να γνωρίζουν πότε θα αρχίσει και θα τελειώσει κάθε δραστηριότητα σύμφωνα με το σχέδιο μαθήματος.

ΑΤΟΜΑ

Χρησιμοποιήστε προτροπές και εξασθένιση για να βοηθήσετε τους μαθητές, ιδιαίτερα εκείνους με ΔΑΦ, κατά τη διάρκεια των δραστηριοτήτων και μειώστε σταδιακά αυτές τις προτροπές καθώς θα γίνονται πιο αυτόνομοι.

Διαθέστε έναν βοηθό διδασκαλίας για την υποστήριξη των παιδιών με ΔΑΦ.

Αυξήστε τον αριθμό των μαθητών στις πιο επιδέξιες ομάδες για να αυξήσετε την δυσκολία.

Συνδυάστε το παιδί με ΔΑΦ με έναν συμμαθητή που το καταλαβαίνει και μπορεί να είναι εκεί για βοήθεια.

Διδάξτε στους άλλους μαθητές να είναι ευγενικοί και υπομονετικοί, ώστε όλοι να μπορούν να συμμετέχουν, να πετυχαίνουν και να απολαμβάνουν τα συναισθήματα που φέρνει η επιτυχία

ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Σ13

Ανταποκρίνεται σε όλες τις ερωτήσεις/ερωτήματα που υποβάλλονται από τους συμμαθητές του κατά τη διάρκεια μιας ώρας γυμναστικής.

45 λεπτά

ΣΚΟΠΟΣ ΤΟΥ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Οι μαθητές θα συμμετέχουν σε ένα αθλητικό παιχνίδι, διασφαλίζοντας ότι το παιδί με ΔΑΦ συμμετέχει ενεργά, απαντώντας σε ερωτήσεις και αιτήματα των συμμαθητών του κατά τη διάρκεια του μαθήματος φυσικής αγωγής, χρησιμοποιώντας έναν ομότιμο «δάσκαλο» για βοήθεια.

ΥΛΙΚΑ

Κώνοι ή δείκτες σκυταλοδρομίας και χούλα χουπς
Χρονόμετρα
Αισθητηριακά αντικείμενα

ΤΕΧΝΙΚΕΣ

Στοχευμένη μοντελοποίηση συμπεριφοράς: Επίδειξη κοινωνικών αλληλεπιδράσεων, με έμφαση στον τρόπο ανταπόκρισης σε ερωτήσεις και αιτήματα συνομηλίκων.

Προτροπή και εξασθένιση: Χρήση προτροπών για την καθοδήγηση των κατάλληλων απαντήσεων και αλληλεπιδράσεων, μειώνοντας σταδιακά τις προτροπές αυτές μέχρι οι μαθητές να αποκρίνονται αυτόνομα.

Συστηματική ενίσχυση: Παροχή σταθερής θετικής ανατροφοδότησης για τις σωστές αποκρίσεις και την εμπλοκή στις δραστηριότητες.

Διδασκαλία με τη μεσολάβηση ομοτίμων: Χρήση εκπαιδευμένων συνομηλίκων «δασκάλων» για τη διευκόλυνση της κοινωνικής αλληλεπίδρασης και τη μοντελοποίηση της κατάλληλης Συμπεριφοράς, ενισχύοντας τις ευκαιρίες μάθησης για τους μαθητές με ΔΑΦ.

Οπτικά βοηθήματα και υποδείξεις: Εφαρμογή ξεκάθαρων και δομημένων οπτικών βοηθημάτων για την κατανόηση των κανόνων του παιχνιδιού και των αναμενόμενων Συμπεριφορών.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Εισαγωγή (5 λεπτά):

Συγκεντρώστε όλους τους μαθητές σε κύκλο. Ορίστε έναν ομότιμο “δάσκαλο” και εξηγήστε τα καθήκοντα του και τι αναμένεται από τον μαθητή με ΔΑΦ. Η έμφαση δίνεται στο να ανταποκρίνεται ο μαθητής με ΔΑΦ στις ερωτήσεις του συνομηλίκου, όπως: «Πού είναι η φυλακή;» και στις υποδείξεις, όπως: « Προσπάθησε να αποφύγεις να πέφτεις πάνω σε άλλους».

Προθέρμανση (10 λεπτά)

Βάλτε τους μαθητές να τρέξουν ή να περπατήσουν. Χρησιμοποιήστε μια σφυρίχτρα για να σηματοδοτήσετε αλλαγές στην κατεύθυνση ή το ρυθμό. Ενθαρρύνετε τους να έχουν επίγνωση του χώρου τους και να αποφεύγουν τις προσκρούσεις. Συμπεριλάβετε τον μαθητή με ΔΑΦ στην προθέρμανση, εξασφαλίζοντας ότι αισθάνεται άνετα. Παροτρύνετε τον ομότιμο δάσκαλο να βοηθήσει τον μαθητή με ΔΑΦ να παραμείνει συγκεντρωμένος κατά τη διάρκεια της προθέρμανσης και να παραμείνει στην ομάδα με τους άλλους.

Δραστηριότητα 1: Κατακτήστε τη σημαία (10 λεπτά)

Χωρίστε τους μαθητές σε δύο ομάδες.

Δημιουργήστε έναν χώρο παιχνιδιού με ένα σαφές όριο στο κέντρο και μια περιοχή «φυλακής» για κάθε ομάδα.

Εξηγήστε τους κανόνες: Κάθε ομάδα έχει μια σημαία κρυμμένη στην περιοχή της. Ο στόχος είναι να κατακτήσετε τη σημαία της αντίπαλης ομάδας και να την επιστρέψετε στη «βάση» της ομάδας σας χωρίς να σας πιάσει η αντίπαλη ομάδα. Αν ένας παίκτης πιαστεί, πηγαίνει στη φυλακή της αντίπαλης ομάδας και μπορεί να απελευθερωθεί αν τον αγγίξει κάποιος συμπαίκτης του.

Ένας δάσκαλος ομοτίμων μπορεί να βοηθήσει τον μαθητή με ΔΑΦ να κατανοήσει τους στόχους και τις στρατηγικές του παιχνιδιού. Ο δάσκαλος ομοτίμων θα πρέπει να κάνει ερωτήσεις για να κάνει τον μαθητή με ΔΑΦ να απαντήσει. Ο δάσκαλος φυσικής αγωγής θα πρέπει επίσης να ενθαρρύνει τους μαθητές με ΔΑΦ να ανταποκρίνονται σε ερωτήσεις και αιτήματα των συμμαθητών τους, μεταξύ άλλων να συμμετέχουν στον συντονισμό σχεδίου για την κατάκτηση της σημαίας ή να βοηθούν στην αποφυλάκιση συμπαίκτων τους από τη φυλακή.

Δραστηριότητα 2: Ρίψη σακουλιών (10 λεπτά)

Οργανώστε ένα παιχνίδι ρίψης σακουλιών με καθορισμένες περιοχές-στόχους, όπως χούλα χουπ ή σηματοδοτημένα σημεία στο έδαφος.

Χωρίστε τους μαθητές σε ζευγάρια ή μικρές ομάδες.

Δώστε σε κάθε ομάδα σακουλάκια για να τα πετάξουν.

Εξηγήστε τους κανόνες: Ο στόχος είναι να πετάξετε τα σακουλάκια στις περιοχές-στόχους για να κερδίσετε πόντους. Όσο πιο κοντά στο κέντρο προσγειώνεται το σακουλάκι, τόσο περισσότερους πόντους κερδίζετε.

Ο δάσκαλος ομοτίμων θα πρέπει να βοηθήσει τον μαθητή με ΔΑΦ να κατανοήσει τους στόχους και τις στρατηγικές, και θα πρέπει να κάνει ερωτήσεις για να αποσπάσει απαντήσεις.

Ο δάσκαλος φυσικής αγωγής θα πρέπει επίσης να ενθαρρύνει τον μαθητή με ΔΑΦ να ανταποκρίνεται σε ερωτήσεις ή αιτήματα, όπως να συζητά τις στρατηγικές με τους συμμαθητές του και να πετάει εναλλάξ τα σακουλάκια.

Χαλάρωση (10 λεπτά)

Συγκεντρώστε τους μαθητές σε έναν κύκλο.
Συζητήστε τι έμαθαν και τι βίωσαν.
Αναγνωρίστε τις προσπάθειες όλων και επαινέστε τους.
Κάντε σύντομες διατάξεις για να χαλαρώσουν οι μύες.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Επικοινωνιακή ανταπόκριση: Οι μαθητές με ΔΑΦ θα επιδείξουν την ικανότητα να ανταποκρίνονται κατάλληλα στις ερωτήσεις και τα αιτήματα των συνομηλίκων τους σε πάνω από το 80% των ευκαιριών κατά τη διάρκεια των παιχνιδιών.

Ενισχυμένη κοινωνική αλληλεπίδραση: Όλοι οι μαθητές θα βελτιώσουν τις κοινωνικές τους δεξιότητες, συμμετέχοντας σε ομαδικές δραστηριότητες και επικοινωνώντας αποτελεσματικά.

Ενεργός συμμετοχή: Οι μαθητές με ΔΑΦ θα εμπλακούν ενεργά σε ομαδικές δραστηριότητες, με ελάχιστες παροτρύνσεις.

Αλληλεπιδράσεις με ενσυναίσθηση μεταξύ των συμμαθητών: Οι δάσκαλοι ομοτίμων θα δείξουν ενσυναίσθηση και κατανόηση προς τους μαθητές με ΔΑΦ, βοηθώντας τους αποτελεσματικά στη συμμετοχή στις ομαδικές δραστηριότητες.

ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΥΠΟΒΑΘΡΟ

Εφαρμοσμένη Ανάλυση Συμπεριφοράς: Εστιάζει στην πρακτική εφαρμογή των συμπεριφορικών παρεμβάσεων για τη βελτίωση της κοινωνικής αλληλεπίδρασης και των επικοινωνιακών δεξιοτήτων σε μαθητές με ΔΑΦ.

Η θεωρία της κοινωνικής μάθησης τονίζει ότι οι μαθητές μαθαίνουν παρατηρώντας τους άλλους μέσα σε ένα κοινωνικό πλαίσιο. Οι δραστηριότητες που δομούνται σε αυτό το μάθημα, ιδιαίτερα μέσω των συνομηλίκων, παρέχουν ευκαιρίες στο παιδί με ΔΑΦ να διαμορφώσει πρότυπα συμπεριφοράς, βελτιώνοντας την επικοινωνία και τις κοινωνικές αλληλεπιδράσεις με τους συνομηλίκους.

Θεωρία της συμπεριληπτικής εκπαίδευσης: Αυτή η θεωρία στηρίζεται στις τροποποιήσεις και προσαρμογές που γίνονται στο μάθημα, ώστε να διασφαλίζεται ότι όλοι οι μαθητές μπορούν να συμμετέχουν πλήρως και αποτελεσματικά, ανεξάρτητα από τις ικανότητές τους. Η δομή του μαθήματος υποστηρίζει ένα περιβάλλον χωρίς αποκλεισμούς, όπου οι μαθητές με ΔΑΦ μπορούν να αλληλεπιδρούν με τους συνομηλίκους τους υπό λιγότερο περιοριστικές συνθήκες.

Θεωρία του αυτοπροσδιορισμού: Αυτή η θεωρία ενθαρρύνει την αυτονομία και την αυτοϋποστήριξη. Επιτρέποντας στους μαθητές με ΔΑΦ να συμμετέχουν ενεργά και να ανταποκρίνονται στους συνομηλίκους τους σε δομημένα παιχνίδια, ενισχύονται οι συνιστώσες της επάρκειας, της συνάφειας, της αυτονομίας, των κρίσιμων εσωτερικών κινήτρων και της συμμετοχής τους.

Θεωρία του Νου: Τοποθετώντας τους μαθητές με ΔΑΦ σε σενάρια όπου πρέπει να ερμηνεύσουν και να ανταποκριθούν στις ανάγκες και τα αιτήματα των άλλων, το μάθημα υποστηρίζει την ανάπτυξη της ενσυναίσθησης και της κατανόησης, που συχνά δυσκολεύουν τα άτομα με ΔΑΦ.

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Επίλυση προβλημάτων: Βελτίωση των δεξιοτήτων επίλυσης προβλημάτων κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού.

Αυτορρύθμιση και αυτονομία: Καλύτερη αυτορρύθμιση και αυτονομία μέσω της ενεργού συμμετοχής στις δραστηριότητες.

Ομαδικότητα: Οι μαθητές θα αναπτύξουν την ομαδικότητα μέσα από τη συνεργασία κατά τη διάρκεια των παιχνιδιών και των ομαδικών προκλήσεων.

Αποτελεσματική επικοινωνία: Θα παρατηρηθούν καλύτερες επικοινωνιακές δεξιότητες καθώς οι μαθητές αλληλεπιδρούν και συνεργάζονται με τους συμμαθητές τους.

Αυτονομία και αυτο-υπεράσπιση: Οι μαθητές θα μάθουν να επικοινωνούν και να υπερασπίζονται τις ατομικές τους ανάγκες, προωθώντας την αυτονομία και την αυτορρύθμιση.

ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΜΑΘΗΤΕΣ ΜΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΕΣ

ΧΩΡΟΣ

Δραστηριότητα 1: Ορίστε ένα χώρο για το παιχνίδι με κώνους ή χρωματιστή ταινία.

Βεβαιωθείτε ότι οι χώροι για τις δραστηριότητες είναι ανοιχτοί και όχι πολύ ασφυκτικά γεμάτοι.

Αυτό το παιχνίδι μπορεί να δημιουργήσει πολύ φασαρία, γι' αυτό φροντίστε να υπάρχει ένα ήσυχο σημείο όπου οι μαθητές με ΔΑΦ μπορούν να πάνε αν χρειαστούν διάλειμμα.

Δραστηριότητα 2: Προσαρμόστε την απόσταση από το στόχο για να αυξήσετε/μειώσετε τη δυσκολία.

ΑΣΚΗΣΗ

Δραστηριότητα 1: Κάντε τις ασκήσεις πιο εύκολες χωρίζοντάς τες σε μικρότερα βήματα- για παράδειγμα, ο μαθητής με ΔΑΦ μπορεί να συμμετέχει μόνο ως αμυντικός ή μόνο ως επιθετικός σε διαφορετικούς γύρους.

Δώστε επιπλέον χρόνο, αν χρειάζεται.

Δραστηριότητα 2: Οι σταθμοί δεξιοτήτων μπορούν να χρησιμοποιηθούν για να γίνει η δραστηριότητα πιο συμπεριληπτική. (Βλέπε σχέδιο μαθήματος K4)

ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ

Χρησιμοποιήστε μπάλες από χαρτί και σελοτέιπ αν δεν έχετε εξοπλισμό.

Σε ένα Speed Date, η σειρά των λιγότερο ικανών μαθητών θα πρέπει να κρατάει τον εξοπλισμό, ενώ οι πιο ικανοί μαθητές κινούνται στη σειρά όπως περιγράφηκε προηγουμένως. (βλ. Σχέδιο μαθήματος K3)

Σε ένα Speed Date, τα ζευγάρια των μαθητών μπορούν να επιλέξουν να σταθούν πιο μακριά ή πιο κοντά μεταξύ τους.

Όλοι μπορούν να συμμετέχουν στην ίδια δραστηριότητα με διαφορετικούς τρόπους και με διαφορετικό εξοπλισμό και άτομα ταυτόχρονα.

Δραστηριότητα 1: Ένας κώνος ή μια μπάλα μπορεί να τοποθετηθεί σε μια καρέκλα αντί για μια σημαία.

Δραστηριότητα 2: Για τη διαφοροποίηση των προκλήσεων, εκτός από τα σακουλάκια μπορούν να χρησιμοποιηθούν μπάλες σε διαφορετικά χρώματα, υφές, μεγέθη και σχήματα. Οι μπάλες μπορεί να έχουν κουδούνια και να προέρχονται από διαφορετικά αθλήματα.

Χρησιμοποιήστε στόχους διαφορετικών μεγεθών για διαφορετικούς μαθητές (π.χ κουτιά από χαρτόνι διαφορετικών μεγεθών).

ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Κ1

Μιμείται μια σειρά κινήσεων που υποδεικνύει ο δάσκαλος φυσικής αγωγής.

45 λεπτά

ΣΚΟΠΟΣ ΤΟΥ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Οι μαθητές να αναπτύξουν οι μαθητές κινητικές δεξιότητες και συντονισμό μέσω της μίμησης διαφόρων κινήσεων, ενώ παράλληλα εξασκούνται σε κοινωνικές δεξιότητες.

ΥΛΙΚΑ

Υλικά για τον σταθμό μίμησης κινητικών δεξιοτήτων

Κάρτες αυτοαξιολόγησης κινήσεων

Κάρτες οπτικής καθοδήγησης

Κοινωνική ιστορία

Έντυπο αυτοαξιολόγησης του δασκάλου

ΤΕΧΝΙΚΕΣ

Κοινωνικές ιστορίες: Οι μαθητές διαβάζουν μια ιστορία για το πώς να κινούνται όπως οι άλλοι.

Μοντελοποίηση συμπεριφοράς: Επίδειξη των κινήσεων που θα πρέπει να μιμηθούν, ώστε να δοθεί ένα ξεκάθαρο παράδειγμα στους μαθητές.

Προτροπή και εξασθένιση: Χρήση λεκτικών, σωματικών ή οπτικών υποδείξεων για την καθοδήγηση των κινήσεων των μαθητών, μειώνοντας σταδιακά τις υποδείξεις καθώς οι μαθητές βελτιώνονται.

Διαφορική ενίσχυση: Παροχή θετικής ενίσχυσης για τις κινήσεις που μιμούνται με ακρίβεια και διορθωτική ανατροφοδότηση για τις μη ακριβείς μιμήσεις.

Ανάλυση εργασιών: Εφαρμογή της ανάλυσης εργασιών για τη λεπτομερή περιγραφή και διδασκαλία των βημάτων που εμπλέκονται σε κάθε κίνηση, διευκολύνοντας τους μαθητές να κατανοήσουν και να αναπαράγουν τις κινήσεις.

Αυτοαξιολόγηση

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Εισαγωγή:

Διαβάστε την κοινωνική ιστορία με τους μαθητές. Κάντε ερωτήσεις για να ελέγξετε την κατανόηση καθ' όλη τη διάρκεια. Προετοιμάστε την τάξη με τους σταθμούς κινητικής μίμησης:

Καθρέφτης:

Τοποθετήστε καθρέφτες όπου οι μαθητές μπορούν να μιμηθούν ανόητες ενέργειες των συνομηλίκων τους στον καθρέφτη.

Χορός: Βάλτε ήρεμη χορευτική μουσική να παίζει και κάθε μαθητής κάνει με τη σειρά του μια χορευτική κίνηση για να τη μιμηθούν οι άλλοι.

Ζώα: Οι μαθητές επιλέγουν μια κάρτα ζώου, κάνουν μια ενέργεια και οι άλλοι μιμούνται.

Καθοδηγήστε τους μαθητές στους σταθμούς μίμησης χρησιμοποιώντας πρόσθετες προτροπές αν χρειάζεται και ζητήστε τους να αυτοαξιολογήσουν αν έκαναν σωστά την ενέργεια χρησιμοποιώντας τις κάρτες αυτοαξιολόγησης της κίνησης.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Απόκτηση κινητικών δεξιοτήτων: Οι μαθητές θα μιμηθούν με ακρίβεια ένα σύνολο κινήσεων που θα επιδείξει ο δάσκαλος, βελτιώνοντας το συντονισμό και τις κινητικές τους δεξιότητες, όπως θα μετρηθεί από την παρατήρηση του δασκάλου και τις κάρτες αυτοαξιολόγησης.

Ενισχυμένη κοινωνική αλληλεπίδραση: Όλοι οι μαθητές θα βελτιώσουν τις κοινωνικές τους δεξιότητες, συμμετέχοντας σε ομαδικές δραστηριότητες και επικοινωνώντας αποτελεσματικά.

Βελτιωμένη αυτοαξιολόγηση: Οι μαθητές θα αναπτύξουν δεξιότητες αυτοαξιολόγησης, θα είναι σε θέση να κρίνουν τις δικές τους επιδόσεις και να εντοπίζουν τομείς για βελτίωση χρησιμοποιώντας κάρτες αυτοαξιολόγησης.

ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΥΠΟΒΑΘΡΟ

Εφαρμοσμένη Ανάλυση Συμπεριφοράς: Εστιάζει στην πρακτική εφαρμογή των συμπεριφορικών παρεμβάσεων για τη βελτίωση της κοινωνικής αλληλεπίδρασης και των επικοινωνιακών δεξιοτήτων σε μαθητές με ΔΑΦ, καθώς και στη βελτίωση των λεπτών και αδρών κινητικών δεξιοτήτων. Οι θετικές ενισχύσεις, όπως ο έπαινος και οι κάρτες αυτοαξιολόγησης, ενθαρρύνουν τους μαθητές να επαναλαμβάνουν τις επιθυμητές συμπεριφορές, εδραιώνοντας έτσι την εκμάθηση των σωστών κινήσεων.

Η θεωρία της κοινωνικής μάθησης τονίζει ότι οι μαθητές μαθαίνουν παρατηρώντας τους άλλους μέσα σε ένα κοινωνικό πλαίσιο. Σε αυτό το μάθημα οι μαθητές παρατηρούν τις επιδεικνυόμενες ενέργειες των συνομηλίκων τους και του δασκάλου και στη συνέχεια προσπαθούν να τις αναπαράγουν.

Η θεωρία της κινητικής μάθησης βασίζεται στον τρόπο με τον οποίο τα άτομα αποκτούν και βελτιώνουν δεξιότητες μέσω της σωματικής κίνησης, της εξάσκησης και της ανατροφοδότησης. Το μάθημα αξιοποιεί την κινητική μάθηση μέσω δραστηριοτήτων που απαιτούν επανάληψη και τροποποίηση, οι οποίες αποτελούν το κλειδί για την ανάπτυξη κινητικών δεξιοτήτων. Με τη μίμηση ενεργειών, οι μαθητές βελτιώνουν την ικανότητά τους να επεξεργάζονται οπτικές πληροφορίες, να τις μετατρέπουν σε κινητικές εντολές και να βελτιώνουν τις κινήσεις τους με βάση την ανατροφοδότηση, σύμφωνα με τις αρχές της κινητικής μάθησης.

Η κονστрукτιβιστική θεωρία μάθησης λέει ότι οι μαθητές χτίζουν τη γνώση μέσω εμπειριών. Σε αυτό το μάθημα, οι μαθητές είναι ενεργοί συμμετέχοντες και όχι παθητικοί δέκτες πληροφοριών. Συμμετέχουν σε διαδραστικούς σταθμούς όπως η μίμηση καθρέφτη, ο χορός και οι δράσεις ζώων, καθιστώντας τη μάθηση πιο ουσιαστική και προσαρμοσμένη στις προσωπικές τους εμπειρίες.

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Κινητικός συντονισμός και έλεγχος: Οι μαθητές θα επιδείξουν βελτιωμένες κινητικές δεξιότητες και επίγνωση του σώματος.

Κοινωνική αλληλεπίδραση και ομαδική εργασία: Ανάπτυξη δεξιοτήτων ομαδικής εργασίας μέσω της συμμετοχής σε ομαδικές δραστηριότητες.

Επικοινωνία και ενσυναίσθηση: Βελτίωση της επικοινωνίας και της κατανόησης των άλλων, καλλιεργώντας ένα περιβάλλον αμοιβαίου σεβασμού και υποστήριξης μεταξύ των μαθητών.

ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΜΑΘΗΤΕΣ ΜΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΕΣ

ΧΩΡΟΣ

Ο διάστημα μεταξύ των σταθμών μπορεί να γίνει μικρότερο ή μεγαλύτερο για να αισθάνονται οι μαθητές πιο άνετα ή για να διαφοροποιηθεί η δυσκολία.

Αριθμήστε κάθε άτομο, π.χ. 1 έως 5. Κάθε ομάδα συγκεντρώνεται σε έναν σταθμό. Κάθε ομάδα μπορεί να εκλέξει έναν αρχηγό ή έναν βοηθό διδασκαλίας που μπορεί να βοηθήσει την ομάδα.

ΑΣΚΗΣΗ

Δραστηριότητα 1: Κάντε τις ασκήσεις πιο εύκολες χωρίζοντάς τις σε μικρότερα βήματα- για παράδειγμα, ο μαθητής με ΔΑΦ μπορεί να συμμετέχει μόνο ως αμυντικός ή μόνο ως επιθετικός σε διαφορετικούς γύρους.

(Βλέπε σχέδιο μαθήματος Κ3).

ΑΣΚΗΣΗ

Χρησιμοποιήστε την Αλυσίδα (chaining) για να αναλύσετε σύνθετες κινήσεις σε μικρότερα, πιο διαχειρίσιμα βήματα που μπορούν να μάθουν διαδοχικά για να φτάσουν στην ολοκληρωμένη κίνηση.

Speed dates: Έχετε δύο σειρές μαθητών και πίνακες ανάμεσα στις σειρές.

Οι πιο επιδέξιοι μαθητές ή οι βοηθοί διδασκαλίας σχηματίζουν τη Γραμμή 1 και στο τέλος κάθε δραστηριότητας, το τελευταίο άτομο στη Γραμμή 1 μετακινείται στην αρχή της Γραμμής 1 και κάθε άτομο μετακινείται μία σειρά προς τα κάτω.

Ο καθένας μπορεί να συμμετέχει σε διαφορετικές δραστηριότητες με διαφορετικούς τρόπους και με διαφορετικά άτομα ταυτόχρονα. (Βλέπε σχέδιο μαθήματος Κ3).

ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ

Χρησιμοποιήστε μπάλες από χαρτί και σελοτέιπ αν δεν έχετε εξοπλισμό.

ΑΤΟΜΑ

Η καθοδήγηση από ομότιμους μπορεί να γίνει με τους πιο ικανούς μαθητές να καθοδηγούν τους λιγότερο ικανούς.



Μίμηση κινήσεων στην φυσική αγωγή.

Στο μάθημα της φυσικής αγωγής μάθαμε να μιμούμαστε κινήσεις. Μίμηση σημαίνει να αντιγράφουμε αυτό που κάνουν οι άλλοι άνθρωποι. Είναι σαν να παίζουμε ένα παιχνίδι ακολουθώντας τον αρχηγό.



Γιατί μιμούμαστε;

Μιμούμαστε στη γυμναστική για να μάθουμε νέες κινήσεις και ασκήσεις. Όταν βλέπουμε τους άλλους να κάνουν κάτι, αυτό μας βοηθά να καταλάβουμε πώς να το κάνουμε κι εμείς.



Πώς να μιμηθείς

Για να μιμηθούμε ενέργειες, πρέπει να προσέχουμε τι κάνουν οι άλλοι. Μπορούμε να παρακολουθήσουμε τις κινήσεις του σώματός τους, να ακούσουμε τις οδηγίες του δασκάλου και να προσπαθήσουμε να τις αντιγράψουμε με τον καλύτερο δυνατό τρόπο.



Η εξάσκηση φέρνει την τελειότητα

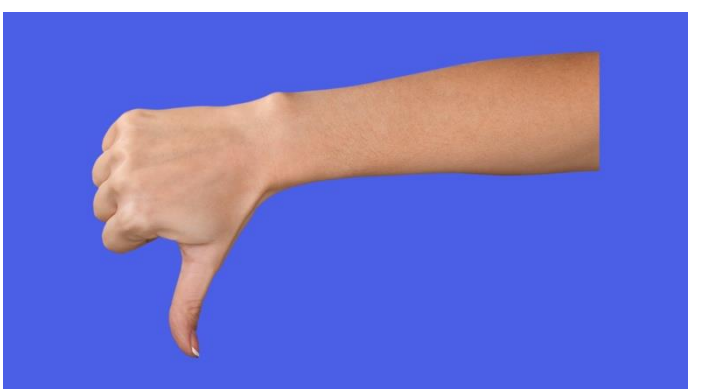
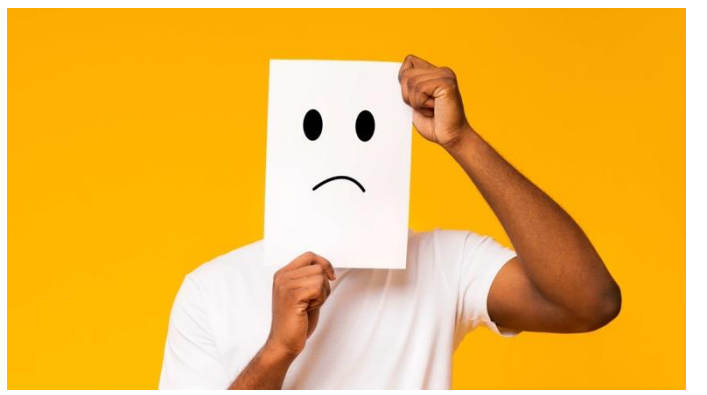
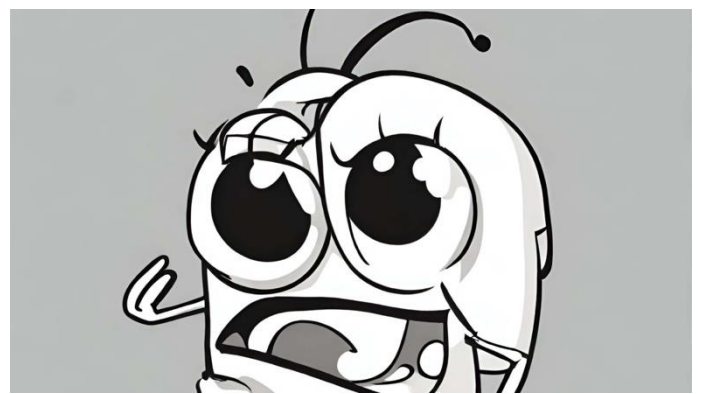
Η μίμηση των κινήσεων χρειάζεται εξάσκηση. Μπορεί να μην τα καταφέρουμε με την πρώτη φορά, και αυτό δεν πειράζει. Μπορούμε να συνεχίσουμε να προσπαθούμε και να εξασκούμαστε.



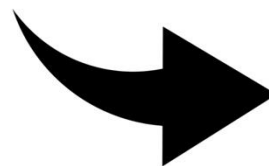
Διασκεδάζοντας μαζί

Η μίμηση κινήσεων δεν έχει να κάνει μόνο με τη μάθηση, αλλά και με τη διασκέδαση με τους φίλους μας.

ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Κ1 ΚΑΡΤΕΣ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΚΙΝΗΣΗΣ



ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Κ1 ΚΑΡΤΕΣ ΟΠΤΙΚΩΝ ΒΟΗΘΗΜΑΤΩΝ



ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Κ1 ΦΟΡΜΑ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ

Οδηγίες: Ο εκπαιδευτικός θα πρέπει να συμπληρώσει αυτόν τον κατάλογο ελέγχου μετά την ολοκλήρωση του μαθήματος.

ΣΤΟΧΟΣ	ΤΑ ΚΑΤΑΦΕΡΑ!	ΙΣΩΣ ΤΗΝ ΕΠΟΜΕΝΗ ΦΟΡΑ	ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ
1. Προσαρμογή της κοινωνικής ιστορίας με τους μαθητές.			
2. Επανεξέταση της κοινωνικής ιστορίας με τους μαθητές.			
3. Τέθηκαν ερωτήσεις για να ελεγχθεί η κατανόηση της κοινωνικής ιστορίας			
4. Έστησε τους σταθμούς μίμησης, όπου οι μαθητές τοποθετούνται σε μικρές ομάδες και εναλλάσσονται στους διάφορους σταθμούς για να ολοκληρώσουν μια δραστηριότητα μίμησης.			
5. Οι μαθητές συμμετείχαν σε αυτοαξιολόγηση κατά τη διάρκεια κάθε δραστηριότητας μίμησης			
6. Χρησιμοποιήθηκαν πρόσθετες υποδείξεις, αν χρειάστηκε, για να βοηθηθούν οι μαθητές να μιμηθούν, να μετακινηθούν από σταθμό σε σταθμό και/ή να αυτοαξιολογηθούν. Αυτές μπορεί να είναι οπτικές υποδείξεις, εικόνες, λεκτικές, χειρονομίες ή/και αντικείμενα όπως καθρέφτες.			
7. Ολοκληρώθηκε το μάθημα με την επανάληψη της κοινωνικής ιστορίας με τους μαθητές.			

ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Κ2

Πηδά με το ένα πόδι διασχίζοντας το αίθουσα χωρίς να πέσει.

45 λεπτά

ΣΚΟΠΟΣ ΤΟΥ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Οι μαθητές θα αναπτύξουν κινητικές δεξιότητες και συντονισμό μαθαίνοντας να χοροπηδάνε στο ένα πόδι ενώ παράλληλα θα εξασκηθούν στο να ακολουθούν οδηγίες και θα αναπτύξουν κοινωνικές δεξιότητες.

ΥΛΙΚΑ

Υλικά που θα χρησιμοποιηθούν ως εμπόδια
 Κάρτες αυτοαξιολόγησης κινήσεων (μπορείτε να χρησιμοποιήσετε τις κάρτες από το Μάθημα Κ1)
 Κάρτες με οπτικά βοηθήματα
 Κοινωνική ιστορία και βίντεο
 Έντυπο αυτοαξιολόγησης του δασκάλου

ΤΕΧΝΙΚΕΣ

Κοινωνικές ιστορίες: Οι μαθητές διαβάζουν μια ιστορία για το πώς να κινούνται όπως οι άλλοι.

Μοντελοποίηση συμπεριφοράς: Επίδειξη των κινήσεων που θα πρέπει να μιμηθούν, ώστε να δοθεί ένα ξεκάθαρο παράδειγμα στους μαθητές.

Προτροπή και εξασθένιση: Χρήση λεκτικών, σωματικών ή οπτικών υποδείξεων για την καθοδήγηση των κινήσεων των μαθητών, μειώνοντας σταδιακά τις υποδείξεις καθώς οι μαθητές βελτιώνονται.

Διαφορική ενίσχυση: Παροχή θετικής ενίσχυσης για τις κινήσεις που μιμούνται με ακρίβεια και διορθωτική ανατροφοδότηση για τις μη ακριβείς μιμήσεις.

Ανάλυση εργασιών: Εφαρμογή της ανάλυσης εργασιών για τη λεπτομερή περιγραφή και διδασκαλία των βημάτων που εμπλέκονται σε κάθε κίνηση, διευκολύνοντας τους μαθητές να κατανοήσουν και να αναπαράγουν τις κινήσεις.

Διαφορική ενίσχυση: Παροχή θετικής ενίσχυσης για σωστά εκτελεσμένες δεξιότητες και κατάλληλες συμπεριφορές και χρήση διορθωτικής ανατροφοδότησης για λάθη με σκοπό την προώθηση της μάθησης

Διόρθωση λαθών: Παροχή άμεσης και συγκεκριμένης ανατροφοδότησης μετά από κάθε προσπάθεια για την τελειοποίηση της τεχνικής του μαθητή και τη βελτίωση των αποτελεσμάτων.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Ετοιμάστε μια διαδρομή με εμπόδια και μια διαδρομή για το παιχνίδι «κουτσό».

Διαβάστε την κοινωνική ιστορία με τους μαθητές. Κάντε ερωτήσεις για να ελέγξετε την κατανόηση καθ' όλη τη διάρκεια.

Παρακολουθήστε μαζί με τους μαθητές το βίντεο.

Καθοδηγήστε τους μαθητές να συνεργαστούν στην διαδρομή εμποδίων και να αυτοαξιολογήσουν τις προσπάθειές τους χρησιμοποιώντας τις κάρτες.

Αυξήστε τη δυσκολία της διαδρομής ανάλογα με την περίπτωση (π.χ. να μεγαλώσει η απόσταση, να πρέπει να μεταφέρουν αντικείμενα, να υπάρχει ομαδικός διαγωνισμός κ.λπ.)

Χρησιμοποιήστε πρόσθετες προτροπές ανάλογα με τις ανάγκες (π.χ. κάρτες οπτικών βοηθημάτων).

ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Κινητικές δεξιότητες: Οι μαθητές θα Μπορούν να πηδούν με το ένα πόδι για μια καθορισμένη απόσταση, βελτιώνοντας την ισορροπία και το συντονισμό τους.

Ακολούθηση οδηγιών: Οι μαθητές θα ακολουθούν απλές οδηγίες με ακρίβεια κατά τη διάρκεια δραστηριοτήτων.

Δεξιότητες αυτοαξιολόγησης: Οι μαθητές θα χρησιμοποιήσουν κάρτες αυτοαξιολόγησης για να αξιολογήσουν την απόδοσή τους και να εντοπίσουν τομείς για βελτίωση, καλλιεργώντας την αυτορρύθμιση και την κριτική σκέψη.

Κοινωνικές δεξιότητες: Οι μαθητές θα μπορούν να συμμετέχουν ενεργά σε ομάδα.

ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΥΠΟΒΑΘΡΟ

Εφαρμοσμένη Ανάλυση Συμπεριφοράς: Εστιάζει στην πρακτική εφαρμογή των συμπεριφορικών παρεμβάσεων για τη βελτίωση της κοινωνικής αλληλεπίδρασης και των επικοινωνιακών δεξιοτήτων σε μαθητές με ΔΑΦ.

Η θεωρία της κοινωνικής μάθησης τονίζει ότι οι μαθητές μαθαίνουν παρατηρώντας τους άλλους μέσα σε ένα κοινωνικό πλαίσιο. Το σχέδιο μαθήματος αξιοποιεί τη μοντελοποίηση μέσω βίντεο και τις επιδείξεις από ομότιμους, επιτρέποντας στους μαθητές να παρατηρήσουν τις σωστές τεχνικές άλματος πριν τις επιχειρήσουν.

Θεωρία γνωστικού φόρτου: Αυτή η θεωρία εξετάζει την ικανότητα του εγκεφάλου να επεξεργάζεται πληροφορίες και υποστηρίζει ότι η μάθηση βελτιστοποιείται όταν ο γνωστικός φόρτος γίνεται κατάλληλα διαχειρίσιμος. Με τη διάσπαση της δραστηριότητας σε εύκολα μέρη και την ενσωμάτωση οπτικών βοηθημάτων και κοινωνικών ιστοριών, το σχέδιο μαθήματος συμβάλλει στη μείωση του περιττού γνωστικού φορτίου, επιτρέποντας στους μαθητές να επικεντρωθούν στην εκμάθηση της δεξιότητας.

Η θεωρία της κινητικής μάθησης βασίζεται στον τρόπο με τον οποίο τα άτομα αποκτούν και βελτιώνουν δεξιότητες μέσω της σωματικής κίνησης, της εξάσκησης και της ανατροφοδότησης. Το μάθημα αξιοποιεί την κινητική μάθηση μέσω δραστηριοτήτων που απαιτούν επανάληψη και τροποποίηση, οι οποίες αποτελούν το κλειδί για την ανάπτυξη κινητικών δεξιοτήτων. Με τη μίμηση ενεργειών, οι μαθητές βελτιώνουν την ικανότητά τους να επεξεργάζονται οπτικές πληροφορίες, να τις μετατρέπουν σε κινητικές

εντολές και να βελτιώνουν τις κινήσεις τους με βάση την ανατροφοδότηση, σύμφωνα με τις αρχές της κινητικής μάθησης.

Η κονστрукτιβιστική θεωρία μάθησης λέει ότι οι μαθητές χτίζουν τη γνώση μέσω εμπειριών. Σε αυτό το μάθημα, οι μαθητές είναι ενεργοί συμμετέχοντες και όχι παθητικοί δέκτες πληροφοριών.

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Σωματικός συντονισμός και ισορροπία: Ανάπτυξη των λεπτών κινητικών δεξιοτήτων και της ισορροπίας μέσω επαναλαμβανόμενης εξάσκησης σε δραστηριότητες με άλματα.

Επικοινωνία και συνεργασία: Βελτίωση των επικοινωνιακών δεξιοτήτων μέσω της αλληλεπίδρασης με συνομηλίκους και εκπαιδευτές κατά τη διάρκεια ομαδικών δραστηριοτήτων.

Επίλυση προβλημάτων και προσαρμοστικότητα: Οι μαθητές μπορούν να προσαρμόζονται' με βάση την ανατροφοδότηση.

Ηγεσία και υποστήριξη από ομότιμους: Ενθάρρυνση ηγετικών ρόλων στο πλαίσιο ομαδικών δραστηριοτήτων, προώθηση της αλληλοϋποστήριξης και της ομαδικής εργασίας.

ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΜΑΘΗΤΕΣ ΜΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΕΣ

ΧΩΡΟΣ

Ο χώρος μεταξύ των σταθμών μπορεί να γίνει μικρότερος ή μεγαλύτερος για να αισθάνονται οι μαθητές πιο άνετα.

ΑΣΚΗΣΗ

Speed dates: Έχετε δύο σειρές μαθητών και πίνακες ανάμεσα στις σειρές.

Οι πιο επιδέξιοι μαθητές ή οι βοηθοί διδασκαλίας σχηματίζουν τη Γραμμή 1 και στο τέλος κάθε δραστηριότητας, το τελευταίο άτομο στη Γραμμή 1 μετακινείται στην αρχή της Γραμμής 1 και κάθε άτομο μετακινείται μία σειρά προς τα κάτω.

Ο καθένας μπορεί να συμμετέχει σε διαφορετικές δραστηριότητες με διαφορετικούς τρόπους και με διαφορετικά άτομα ταυτόχρονα. (Βλέπε σχέδιο μαθήματος K3).

ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ

Χρησιμοποιήστε μπάλες από χαρτί και σελοτέιπ αν δεν έχετε εξοπλισμό.

Μαρκάρετε τετράγωνα στο πάτωμα με μια χρωματιστή ταινία αντί για χούλα-χουπ ή στεφάνια.

ΑΤΟΜΑ

Η καθοδήγηση από ομότιμους μπορεί να γίνει με τους πιο έμπειρους μαθητές να καθοδηγούν τους λιγότερο έμπειρους.

ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Κ2 ΚΑΡΤΕΣ ΟΠΤΙΚΩΝ ΒΟΗΘΗΜΑΤΩΝ



ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Κ2 ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΙΣΤΟΡΙΑ



Μαθαίνω να κάνω άλματα

Μερικές φορές μπορούμε να διασκεδάσουμε χοροπηδώντας με το ένα πόδι. Είναι ένας ιδιαίτερος τρόπος να κινούμε το σώμα μας. Ας μάθουμε πώς να το κάνουμε!



Προετοιμασία

Πριν αρχίσουμε, είναι σημαντικό να βεβαιωθούμε ότι έχουμε αρκετό χώρο γύρω μας. Χρειαζόμαστε έναν ασφαλή ανοιχτό χώρο.



Ισορροπία στο ένα πόδι

Το άλμα στο ένα πόδι απαιτεί καλή ισορροπία. Πρώτον, σταθείτε όρθιοι με τα πόδια σας κοντά μεταξύ τους. Σηκώστε το ένα πόδι από το έδαφος και λυγίστε ελαφρά το γόνατό σας.



Εξάσκηση στο άλμα

Τώρα ήρθε η ώρα να αρχίσετε να χοροπηδάτε. Με το ένα πόδι μακριά από το έδαφος, χρησιμοποιήστε το πόδι στο οποίο στέκεστε για να πηδήξετε προς τα εμπρός. Προσπαθήστε να προσγειωθείτε μαλακά στο ίδιο πόδι με το οποίο πηδάτε. Συνεχίστε την εξάσκηση μέχρι να νιώσετε άνετα.



Χαρείτε με την πρόοδο!

Το να μάθεις να χοροπηδάς χρειάζεται χρόνο και εξάσκηση. Να είστε περήφανοι για τον εαυτό σας που προσπαθείτε και κάνετε πρόοδο. Συνεχίστε τη σπουδαία δουλειά!

ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Κ2 ΦΟΡΜΑ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ

Οδηγίες: Ο εκπαιδευτικός θα πρέπει να συμπληρώσει αυτόν τον κατάλογο ελέγχου μετά την ολοκλήρωση του μαθήματος.

ΣΤΟΧΟΣ	ΤΑ ΚΑΤΑΦΕΡΑ!	ΙΣΩΣ ΤΗΝ ΕΠΟΜΕΝΗ ΦΟΡΑ	ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ
1. Προσαρμογή της κοινωνικής ιστορίας με τους μαθητές.			
2. Επανεξέταση της κοινωνικής ιστορίας με τους μαθητές.			
3. Τέθηκαν ερωτήσεις για να ελεγχθεί η κατανόηση της κοινωνικής ιστορίας			
4. Προετοιμάστηκε και διεξήχθη η διαδρομή με τα εμπόδια, όπου οι μαθητές σχηματίζουν ζευγάρια για να ολοκληρώσουν μια διαδρομή «κουτσό» (hopscotch), η οποία περιλαμβάνει: -Παρακολούθηση από κοινού του βίντεο που επιδεικνύει, την κίνηση του άλματος και την επίδειξη της κίνησης από έναν συμμαθητή τους -Χρήση μιας διαδρομής άλματος, φτιαγμένης από κώνους ή ταινία. -Να χοροπηδάνε εναλλάξ κατά μήκος της διαδρομής με έναν παρτενέρ, κρατώντας ο ένας το χέρι/υποστηρίζοντας ο ένας τον άλλον.			
5. Οι μαθητές συμμετείχαν σε αυτοαξιολόγηση κατά τη διάρκεια κάθε δραστηριότητας μίμησης			
6. Χρησιμοποιήθηκαν πρόσθετες υποδείξεις, αν χρειάστηκε, για να βοηθηθούν οι μαθητές να μιμηθούν, να μετακινηθούν από σταθμό σε σταθμό και/ή να αυτοαξιολογηθούν. Αυτές μπορεί να είναι οπτικές υποδείξεις, εικόνες, λεκτικές, χειρονομίες ή/και αντικείμενα όπως καθρέφτες.			
7. Ολοκληρώθηκε το μάθημα με την επανάληψη της κοινωνικής ιστορίας με τους μαθητές.			

ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Κ3

Ρίχνει μια μπάλα με το χέρι για να πετύχει έναν στόχο

60 λεπτά

ΣΚΟΠΟΣ ΤΟΥ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Οι μαθητές να αναπτύξουν κινητικές δεξιότητες και συντονισμό, ενώ μαθαίνουν να πετούν μια μπάλα και να χτυπούν έναν στόχο.

ΥΛΙΚΑ

Μια μπάλα μεσαίου μεγέθους

1 x 2μ. στόχος

1 x 1μ. στόχος

Χούλα χουπς

Μπαλόνια

Πίνακας για βελάκια με αυτοκόλλητες μπάλες

Τσάντα έκπληξη με μικρές ανταμοιβές (αυτοκόλλητα, μικρά παιχνίδια κ.λπ.)

ΤΕΧΝΙΚΕΣ

Μοντελοποίηση συμπεριφοράς: Μοντελοποίηση συμπεριφοράς: Επίδειξη των σωστών τεχνικών ρίψης με το χέρι για την παροχή ξεκάθαρων παραδειγμάτων της δεξιότητας

Διαφορική ενίσχυση: Παρέχετε θετική ενίσχυση για τις για σωστές ρίψεις, ενώ διορθώνετε άμεσα και εποικοδομητικά τις λανθασμένες.

Οπτικά βοηθήματα και υποδείξεις: Χρησιμοποιήστε με συστηματικό τρόπο οπτικά βοηθήματα, μειώνοντας σταδιακά τις υποδείξεις καθώς οι μαθητές αυτονομούνται.

Φυσική προτροπή και εξασθένιση: Αρχικά γίνεται καθοδήγηση των κινήσεων του μαθητή, και στη συνέχεια μειώνουμε σταδιακά τη βοήθεια καθώς ο μαθητής τα καταφέρνει καλύτερα μόνος του.

Διαχωρισμός εργασιών: Διαίρεση της άσκησης σε μικρότερα, εφικτά βήματα, όπως το πιάσιμο, η στάση και η ρίψη, για να διευκολυνθεί η εκμάθηση.

Ενισχυτικά κίνητρα: Χρήση μιας ποικιλίας ενισχυτών, όπως λεκτικός έπαινος, αυτοκόλλητα ή μικρά παιχνίδια από μια «τσάντα με δώρα» για να παρακινήσετε τη συνεχή προσπάθεια.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Φουσκώστε τα μπαλόνια και βάλτε τους μαθητές να παίξουν « πιάσε και πέταξέ».

Ετοιμάστε [παιχνιδιάρικους στόχους](#) διαφορετικών μεγεθών (2m και 1m)- οι μαθητές μπορούν να συμμετάσχουν στην παρασκευή.

Ξεκινήστε [δείχνοντας πώς να ρίχνετε την μπάλα](#) στεκόμενοι 2μ. μακριά από τον στόχο των 2μ.

Βάλτε τους μαθητές να δοκιμάσουν με εσάς να στέκεστε δίπλα τους και να τους καθοδηγείτε χέρι με χέρι.

Καθώς οι μαθητές εξοικειώνονται περισσότερο με τη ρίψη, μειώστε την βοήθεια.

Όταν ένας μαθητής πετύχει το στόχο, αφήστε τον να επιλέξει μια ανταμοιβή από το «σακουλάκι με τα δωράκια».

Για μαθητές χαμηλότερου επιπέδου, πριν εισαγάγετε την [μπάλα](#), μπορείτε να ξεκινήσετε με σακουλάκια. Για περισσότερες [ιδέες](#) για στόχους, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε χούλα χουπ, πλαστικά κύπελλα στοιβαγμένα ή ταμπλό με βελάκια Velcro. Τέλος, μπορείτε να βάζετε τους μαθητές να παίζουν ομαδικά παιχνίδια όπως το [Popcorn Roll & Bounce](#), τα "μήλα" και το [dodgeball](#).

ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Κινητικές δεξιότητες: Οι μαθητές θα είναι σε θέση να εκτελούν με ακρίβεια μια ρίψη με το χέρι, πετυχαίνοντας ένα στόχο από απόσταση 4 μέτρων.

Αυτόνομη εκτέλεση: Οι μαθητές θα προχωρήσουν από το να χρειάζονται σωματικές υποδείξεις στο να εκτελούν τη ρίψη με το χέρι μόνοι τους.

Κοινωνική αλληλεπίδραση: Οι μαθητές θα συμμετέχουν σε ομαδικές δραστηριότητες, μαθαίνοντας παρακολουθώντας τους συμμαθητές τους και εφαρμόζοντας αυτές τις παρατηρήσεις οι ίδιοι.

ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΥΠΟΒΑΘΡΟ

Εφαρμοσμένη Ανάλυση Συμπεριφοράς: Εστιάζει στην πρακτική εφαρμογή των συμπεριφορικών παρεμβάσεων για τη βελτίωση της κοινωνικής αλληλεπίδρασης και των επικοινωνιακών δεξιοτήτων σε μαθητές με ΔΑΦ.

Η θεωρία της κοινωνικής μάθησης τονίζει ότι οι μαθητές μαθαίνουν παρατηρώντας τους άλλους μέσα σε ένα κοινωνικό πλαίσιο. Το σχέδιο μαθήματος αξιοποιεί τη μοντελοποίηση, επιτρέποντας στους μαθητές να παρατηρήσουν τις σωστές τεχνικές ρίψης πριν τις επιχειρήσουν.

Θεωρία γνωστικού φόρτου: Αυτή η θεωρία εξετάζει την ικανότητα του εγκεφάλου να επεξεργάζεται πληροφορίες και υποστηρίζει ότι η μάθηση βελτιστοποιείται όταν ο γνωστικός φόρτος γίνεται κατάλληλα διαχειρίσιμος. Με τη σπάσιμο της άσκησης της ρίψης σε τμήματα που είναι εφικτά (π.χ. λαβή, στάση, τεχνική ρίψης) και τη χρήση (βίντεο) μοντελοποίησης για την επίδειξη αυτών των στοιχείων, το μάθημα βοηθά τους μαθητές να επικεντρωθούν στην απόκτηση μιας δεξιότητας κάθε φορά, μειώνοντας το περιττό γνωστικό φορτίο.

Η θεωρία της κινητικής μάθησης βασίζεται στον τρόπο με τον οποίο τα άτομα αποκτούν και βελτιώνουν δεξιότητες μέσω της σωματικής κίνησης, της εξάσκησης και της ανατροφοδότησης. Σε αυτό το μάθημα, οι μαθητές εξασκούνται στη ρίψη μιας μπάλας με το χέρι, μια σύνθετη κινητική δεξιότητα που περιλαμβάνει συντονισμό, συγχρονισμό και ακρίβεια. Η θεωρία της κινητικής μάθησης υποστηρίζει τα στοιχεία δομημένης εξάσκησης και ανατροφοδότησης του μαθήματος, τα οποία έχουν σχεδιαστεί για να βελτιώσουν την ακρίβεια και την τεχνική της ρίψης των μαθητών.

Η κοστρουκτιβιστική θεωρία μάθησης λέει ότι οι μαθητές χτίζουν τη γνώση μέσω εμπειριών. Σε αυτό το μάθημα, οι μαθητές είναι ενεργοί συμμετέχοντες και όχι παθητικοί δέκτες πληροφοριών.

Ζώνη εγγύς ανάπτυξης (ZPD): Η θεωρία ZPD του Vygotsky εφαρμόζεται με τη δημιουργία δραστηριοτήτων που οι μαθητές μπορούν να εκτελέσουν με βοήθεια. Η σωματική καθοδήγηση με τα χέρια και οι προσδευτικά δύσκολοι στόχοι διασφαλίζουν ότι οι δραστηριότητες βρίσκονται εντός της ZPD του μαθητή, προάγοντας τη μάθηση και την ανάπτυξη δεξιοτήτων με την κατάλληλη υποστήριξη.

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Ακρίβεια και συντονισμός: Ανάπτυξη του συντονισμού χεριού-ματιού που απαιτείται για την ακριβή ρίψη.

Γνωστικές δεξιότητες: Βελτίωση της συγκέντρωσης, της προσοχής στη λεπτομέρεια και της ικανότητας να ακολουθούν οδηγίες πολλών βημάτων.

Συνεργασία και επικοινωνία: Βελτίωση της συνεργασίας σε ομαδικά πλαίσια και της αποτελεσματικής επικοινωνίας με τους συνομηλίκους κατά τη διάρκεια των δραστηριοτήτων.

Σωματική επίγνωση και έλεγχος: Αυξημένη επίγνωση της θέσης του σώματος και του ελέγχου των κινήσεων που είναι απαραίτητες για την αποτελεσματική εκτέλεση της κίνησης.

ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΜΑΘΗΤΕΣ ΜΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΕΣ

ΧΩΡΟΣ

Κάντε τους χώρους για τις δραστηριότητες μικρότερους ή μεγαλύτερους ανάλογα με τις ανάγκες των μαθητών ή για να το δυσκολέψετε/ευκολύνετε για κάποιους μαθητές.

Η θεωρία της Οικολογικής Δυναμικής υποστηρίζει τη δημιουργία μαθησιακών περιβαλλόντων που ενισχύουν τη σύζευξη αντίληψης-δράσης. Με τη δημιουργία διαφόρων σταθμών με διαφορετικά καθήκοντα και προκλήσεις, οι τροποποιήσεις αυτές ενθαρρύνουν τους μαθητές να προσαρμόζουν τις κινήσεις τους ανάλογα με το δυναμικό περιβάλλον, γεγονός που συμβάλλει στην ανάπτυξη ευέλικτων κινητικών δεξιοτήτων που μπορούν να εφαρμοστούν σε ποικίλες καταστάσεις.

Η δραστηριότητα μπορεί να δημιουργηθεί σε ένα Speed Date.

Τα Speed Dates έχουν δύο σειρές μαθητών απέναντι η μία από την άλλη.

Οι πιο έμπειροι μαθητές ή οι βοηθοί διδασκαλίας σχηματίζουν τη γραμμή 1 και στο τέλος κάθε δραστηριότητας, το τελευταίο άτομο στη γραμμή 1 μετακινείται στην αρχή της γραμμής 1 και κάθε άτομο μετακινείται μία σειρά προς τα κάτω. Ο χώρος μεταξύ των γραμμών μπορεί να αυξηθεί ή να μειωθεί. Ο χώρος μεταξύ των μεμονωμένων μαθητών μπορεί να αυξηθεί ή να μειωθεί για να γίνει η άσκηση πιο δύσκολη ή εύκολη.

Ο καθένας μπορεί να συμμετέχει στην ίδια δραστηριότητα με διαφορετικούς τρόπους και με διαφορετικά άτομα ταυτόχρονα.

ΑΣΚΗΣΗ

Κάντε τις εργασίες πιο εύκολες χωρίζοντάς τες σε μικρότερα βήματα.

Δώστε επιπλέον χρόνο, αν χρειάζεται.

Παρέχετε παζλ με λιγότερα ή μεγαλύτερα κομμάτια σε ομάδες με λιγότερες ικανότητες.

ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ

Χρησιμοποιήστε μπάλες από χαρτί και σελοτέιπ αν δεν έχετε εξοπλισμό.

Μαρκάρετε τετράγωνα στο πάτωμα με μια χρωματιστή ταινία αντί για χούλα-χουπ ή στεφάνια.

ΑΤΟΜΑ

Αριθμήστε κάθε άτομο, π.χ. 1 έως 5 (ή δώστε τους ένα χρώμα). Κάθε Ομάδα που καλείται να συγκεντρωθεί στον σταθμό δεξιοτήτων που τους αντιστοιχεί.

Σε κάθε σταθμό θα εξασκείται ένα διαφορετικό κομμάτι της δραστηριότητας (πχ. Πιάσιμο της μπάλας, σωστή λαβή, ρίψη) ενώ στον τελευταίο σταθμό θα εξασκείται η άσκηση ολοκληρωμένη.

Διαθέστε έναν βοηθό διδασκαλίας για την υποστήριξη των παιδιών με ΔΑΦ.

Αυξήστε τον αριθμό των μαθητών στις πιο επιδέξιες ομάδες για να αυξήσετε την δυσκολία.

Συνδυάστε το παιδί με ΔΑΦ με έναν συμμαθητή που το καταλαβαίνει και μπορεί να είναι εκεί για βοήθεια.

Κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας, ο δάσκαλος θα πρέπει να επισκέπτεται κάθε Σταθμό Δεξιοτήτων και να καθοδηγεί και να επαινεί τους μαθητές.

Μετά τη δραστηριότητα, οι μαθητές θα πρέπει να ερωτηθούν αν επιθυμούν να μετακινηθούν σε άλλο Σταθμό Δεξιοτήτων ή ο δάσκαλος μπορεί να τους προτείνει να μετακινηθούν επειδή τα πήγαν τόσο καλά ή για να εξασκηθούν σε άλλο στοιχείο.

ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Κ4

Αναπηδά και πιάνει μια μπάλα του τένις με το ένα χέρι

60 λεπτά

ΣΚΟΠΟΣ ΤΟΥ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Οι μαθητές θα αναπτύξουν κινητικές δεξιότητες και συντονισμό, ενώ θα μάθουν να κάνουν μια μπάλα του τένις να αναπηδά και να την πιάνουν με το ένα χέρι.

ΥΛΙΚΑ

Μπάλες για αναπήδηση διαφόρων μεγεθών

Χούλα χουπς

Πλαστικά δαχτυλίδια

« Σακούλα με δώρα » με ανταμοιβές

ΤΕΧΝΙΚΕΣ

Μοντελοποίηση συμπεριφοράς: Επίδειξη των επιθυμητών δεξιοτήτων, φροντίζοντας ώστε όλοι οι μαθητές, συμπεριλαμβανομένων εκείνων με ΔΑΦ, να μπορούν να παρατηρούν και να μιμούνται με ακρίβεια.

Ανάλυση εργασιών: Διάσπαση της άσκησης της αναπήδησης και του πιασίματος σε μικρότερα, πιο εύκολα βήματα, και διδασκαλία του κάθε στοιχείου ξεχωριστά.

Διαφορική ενίσχυση: Παρέχετε θετική ενίσχυση για τις συμπεριφορές που προωθούν τη μάθηση και τη συνεργασία μεταξύ των μαθητών, ενώ διορθώνετε άμεσα και εποικοδομητικά τις ανεπιθύμητες συμπεριφορές.

Φυσική προτροπή και εξασθένιση: Αρχικά γίνεται καθοδήγηση των κινήσεων του μαθητή, και στη συνέχεια μειώνουμε σταδιακά τη βοήθεια καθώς ο μαθητής τα καταφέρνει καλύτερα μόνος του.

Ενίσχυση: Εφαρμογή ανταμοιβών για παρακίνηση των μαθητών.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Άσκηση 1

Αφήστε τα παιδιά να διαλέξουν μια μπάλα και να εξασκηθούν στο να τη ρίχνουν από το ύψος της μέσης προς το πάτωμα και να προσπαθούν να πιάσουν το ριμπάουντ με τα δύο χέρια. Βάλτε τους μαθητές να σταθούν σε έναν κύκλο και να παίξουν το παιχνίδι «Αναπήδηση της μπάλας» χρησιμοποιώντας μια μπάλα μεγέθους βόλεϊ. Οι μαθητές χρησιμοποιούν δύο χέρια για να πετάξουν την μπάλα ο ένας στον άλλον με αναπήδηση. Δείξτε την κίνηση στην αρχή, ώστε οι μαθητές να σας μιμηθούν.

Μπορείτε να προσθέσετε κανόνες ή να χρησιμοποιήσετε μουσική για να κάνετε το παιχνίδι πιο διασκεδαστικό. Δείτε τις παραλλαγές στο τέλος αυτού του σχεδίου μαθήματος. Ως προέκταση της

δραστηριότητας, βάλτε τους μαθητές να πετάνε μπάλες του τένις ο ένας στον άλλον χρησιμοποιώντας το ένα χέρι.

Άσκηση 2

Οι μαθητές μπορούν να πιάσουν είτε με ένα είτε με δύο χέρια. Τοποθετήστε τα χούλα-χουπ στο πάτωμα και ζητήστε από τους μαθητές να σταθούν μέσα στον κύκλο. Πρέπει να αφήσουν τη μπάλα (μεγέθους βόλεϊ) να αναπηδήσει και να την πιάσουν, φροντίζοντας η μπάλα να παραμείνει μέσα στο χούλα χουπ.

Χρησιμοποιήστε τα πλαστικά δαχτυλίδια αντί για χούλα-χουπ και αντικαταστήστε την μπάλα του βόλεϊ με την μπάλα του τένις. Οι μαθητές πρέπει να χρησιμοποιούν το ένα χέρι για να κάνουν τη μπάλα να αναπηδήσει και να την πιάσουν. Ορίστε έναν αριθμό-στόχο επιτυχημένων «αναπηδήσεων και πιασιμάτων» και αφήστε τους να επιλέξουν μια ανταμοιβή από μια «τσάντα με δώρα» όταν ένας μαθητής φτάσει το στόχο του.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Κινητικές δεξιότητες: Οι μαθητές θα είναι σε θέση να εκτελούν με ακρίβεια μια ρίψη με το χέρι, πετυχαίνοντας ένα στόχο από απόσταση 4 μέτρων.

Αυτόνομη εκτέλεση: Οι μαθητές θα προχωρήσουν από το να χρειάζονται σωματικές υποδείξεις στο να εκτελούν τη ρίψη με το χέρι μόνοι τους.

Κοινωνική αλληλεπίδραση: Οι μαθητές θα συμμετέχουν σε ομαδικές δραστηριότητες, μαθαίνοντας παρακολουθώντας τους συμμαθητές τους και εφαρμόζοντας αυτές τις παρατηρήσεις οι ίδιοι.

ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΥΠΟΒΑΘΡΟ

Εφαρμοσμένη Ανάλυση Συμπεριφοράς: Επικεντρώνεται στη συστηματική εφαρμογή συμπεριφορικών παρεμβάσεων βασισμένων στις αρχές της μάθησης για τη βελτίωση συγκεκριμένων κινητικών δεξιοτήτων μέσω δομημένης διδασκαλίας και ενίσχυσης.

Η θεωρία της κοινωνικής μάθησης τονίζει ότι οι μαθητές μαθαίνουν παρατηρώντας τους άλλους μέσα σε ένα κοινωνικό πλαίσιο. Το σχέδιο μαθήματος αξιοποιεί τη μοντελοποίηση, επιτρέποντας στους μαθητές να παρατηρήσουν τις σωστές τεχνικές πριν τις επιχειρήσουν.

Θεωρία γνωστικού φόρτου: Αυτή η θεωρία εξετάζει την ικανότητα του εγκεφάλου να επεξεργάζεται πληροφορίες και υποστηρίζει ότι η μάθηση βελτιστοποιείται όταν ο γνωστικός φόρτος γίνεται κατάλληλα διαχειρίσιμος. Με τη σπάσιμο της άσκησης της ρίψης σε τμήματα που είναι εφικτά (π.χ. λαβή, στάση, τεχνική ρίψης) και τη χρήση (βίντεο) μοντελοποίησης για την επίδειξη αυτών των στοιχείων, το μάθημα βοηθά τους μαθητές να επικεντρωθούν στην απόκτηση μιας δεξιότητας κάθε φορά, μειώνοντας το περιττό γνωστικό φορτίο.

Η θεωρία της κινητικής μάθησης βασίζεται στον τρόπο με τον οποίο τα άτομα αποκτούν και βελτιώνουν δεξιότητες μέσω της σωματικής κίνησης, της εξάσκησης και της ανατροφοδότησης. Σε αυτό το μάθημα, οι μαθητές εξασκούνται στη ρίψη μιας μπάλας με το χέρι, μια σύνθετη κινητική δεξιότητα που περιλαμβάνει συντονισμό, συγχρονισμό και ακρίβεια. Η θεωρία της κινητικής μάθησης υποστηρίζει τα στοιχεία δομημένης εξάσκησης και ανατροφοδότησης του μαθήματος, τα οποία έχουν σχεδιαστεί για να βελτιώσουν την ακρίβεια και την τεχνική της αναπήδησης και πιασίματος της μπάλας.

Η κονστрукτιβιστική θεωρία μάθησης λέει ότι οι μαθητές χτίζουν τη γνώση μέσω εμπειριών. Σε αυτό το μάθημα, οι μαθητές είναι ενεργοί συμμετέχοντες και όχι παθητικοί δέκτες πληροφοριών.

Αναπτυξιακή εμβιομηχανική: Βοηθά στο σχεδιασμό δραστηριοτήτων κατάλληλων και σωματικά εφικτών για την ηλικία. Με αυτό το σκεπτικό γίνεται χρήση διαφορετικών μεγεθών και βαρών μπάλας για να προσαρμοστούν τα αναπτυξιακά στάδια των διαφόρων μαθητών, διασφαλίζοντας ότι οι δραστηριότητες ενισχύουν τον κινητικό συντονισμό χωρίς να προκαλούν σωματική καταπόνηση.

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Ακρίβεια και συντονισμός: Ανάπτυξη του συντονισμού χεριού-ματιού που απαιτείται για την αναπήδηση και πιάσιμο της μπάλας.

Γνωστικές δεξιότητες: Βελτίωση της συγκέντρωσης, της προσοχής στη λεπτομέρεια και της ικανότητας να ακολουθούν οδηγίες πολλών βημάτων.

Συνεργασία και επικοινωνία: Βελτίωση της συνεργασίας σε ομαδικά πλαίσια και της αποτελεσματικής επικοινωνίας με τους συνομηλίκους κατά τη διάρκεια των δραστηριοτήτων.

Σωματική επίγνωση και έλεγχος: Αυξημένη επίγνωση της θέσης του σώματος και του ελέγχου των κινήσεων που είναι απαραίτητες για την αποτελεσματική εκτέλεση της κίνησης.

ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΜΑΘΗΤΕΣ ΜΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΕΣ

ΧΩΡΟΣ

Κάντε τους χώρους για τις δραστηριότητες μικρότερους ή μεγαλύτερους ανάλογα με τις ανάγκες των μαθητών ή για να το δυσκολέψετε/ευκολύνετε για κάποιους μαθητές.

Η θεωρία της Οικολογικής Δυναμικής υποστηρίζει τη δημιουργία μαθησιακών περιβαλλόντων που ενισχύουν τη σύζευξη αντίληψης-δράσης. Με τη δημιουργία διαφόρων σταθμών με διαφορετικά καθήκοντα και προκλήσεις, οι τροποποιήσεις αυτές ενθαρρύνουν τους μαθητές να προσαρμόζουν τις κινήσεις τους ανάλογα με το δυναμικό περιβάλλον, γεγονός που συμβάλλει στην ανάπτυξη ευέλικτων κινητικών δεξιοτήτων που μπορούν να εφαρμοστούν σε ποικίλες καταστάσεις.

Μπορούν να δημιουργηθούν τέσσερις σταθμοί δεξιοτήτων, με κάθε σταθμό να περιλαμβάνει ένα στοιχείο της "αναπήδησης" ή του "πιασίματος". Ο στόχος είναι κάθε σταθμός να προσθέτει ένα στοιχείο ενώ στον τελευταίο σταθμό να εξασκείται η κίνηση ολοκληρωμένη.

Εναλλακτικά, μπορείτε να οργανώσετε ένα Speed Date (βλ. Κ3)

Επίσης, μπορείτε να οργανώσετε μια ανοιχτή δραστηριότητα στην οποία μπορούν να συμμετέχουν όλοι (διαλέξτε μια μπάλα και αναπηδήστε και πιάστε) μπορεί να χρησιμοποιηθεί για την αξιολόγηση των δεξιοτήτων των μαθητών. Οι μαθητές τοποθετούνται σε ένα σταθμό δεξιοτήτων με ασκήσεις που ταιριάζουν περισσότερο στις ικανότητές τους. Για παράδειγμα, Σταθμός δεξιοτήτων 1: Ρίξτε μια μεγάλη μπάλα που αναπηδά μέσα σε ένα στεφάνι. Σταθμός δεξιοτήτων 2: Πετάξτε μια μπάλα προς τα κάτω ώστε

να αναπηδήσει ψηλότερα. Σταθμός δεξιοτήτων 3: Ρίξτε μια μπάλα μέσα σε στεφάνι και πιάστε την. Σταθμός δεξιοτήτων 4: Ρίξτε την μπάλα κάτω, χτυπήστε την μπάλα δύο φορές μέσα στο στεφάνι και στη συνέχεια πιάστε την. Ο καθένας μπορεί να συμμετέχει σε διαφορετικές δραστηριότητες με διαφορετικούς τρόπους και με διαφορετικά άτομα ταυτόχρονα.

ΑΣΚΗΣΗ

Στους διάφορους Σταθμούς Δεξιοτήτων μπορούν να χρησιμοποιηθούν μπάλες διαφορετικών χρωμάτων, υφών, μεγεθών και σχημάτων με διαφορετικά επίπεδα αναπήδησης, ώστε να ανταποκρίνονται στις ανάγκες των μαθητών. Οι μπάλες μπορεί να έχουν κουδούνια μέσα και να προέρχονται από διαφορετικά αθλήματα.

Χρωματιστές ταινίες στο πάτωμα ή χρωματιστοί κώνοι μπορούν να χρησιμοποιηθούν για τη σήμανση διαφορετικών σταθμών δεξιοτήτων. Τα μεγέθη των στεφανιών μπορεί να αλλάζουν για να δυσκολέψουν την άσκηση. Αντί για στεφάνια μπορούν να χρησιμοποιηθούν τετράγωνα με χρωματιστή ταινία στο πάτωμα.

Χρησιμοποιήστε βίντεο μοντελοποίησης για να δείξετε τη σωστή τεχνική για την αναπήδηση και το πιάσιμο της μπάλας.

ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ

Η χρωματιστή ταινία μπορεί να χρησιμοποιηθεί για να σημειωθούν τετράγωνα στο πάτωμα αντί για χούλα-χουπ ή στεφάνια.

Οι μπάλες μπορούν να διαφοροποιηθούν περαιτέρω ανάλογα με την υφή, το σχήμα και το χρώμα.

Μπορούν να χρησιμοποιηθούν ποικίλα συστήματα ενίσχυσης για την εφαρμογή διαφορετικών τύπων ανταμοιβών ώστε να διατηρούνται υψηλά επίπεδα κινήτρων καθ' όλη τη διάρκεια της δραστηριότητας.

ΑΤΟΜΑ

Αριθμήστε κάθε άτομο, π.χ. 1 έως 5 (ή δώστε τους ένα χρώμα). Κάθε Ομάδα που καλείται να συγκεντρωθεί στον σταθμό δεξιοτήτων που τους αντιστοιχεί.

Σε κάθε σταθμό θα εξασκείται ένα διαφορετικό κομμάτι της δραστηριότητας (πχ. Πιάσιμο της μπάλας, σωστή λαβή, ρίψη) ενώ στον τελευταίο σταθμό θα εξασκείται η άσκηση ολοκληρωμένη.

Διαθέστε έναν βοηθό διδασκαλίας για την υποστήριξη των παιδιών με ΔΑΦ.

Αυξήστε τον αριθμό των μαθητών στις πιο επιδέξιες ομάδες για να αυξήσετε την δυσκολία.

Συνδυάστε το παιδί με ΔΑΦ με έναν συμμαθητή που το καταλαβαίνει και μπορεί να είναι εκεί για βοήθεια.

Κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας, ο δάσκαλος θα πρέπει να επισκέπτεται κάθε Σταθμό Δεξιοτήτων και να καθοδηγεί και να επαινεί τους μαθητές.

Μετά τη δραστηριότητα, οι μαθητές θα πρέπει να ερωτηθούν αν επιθυμούν να μετακινηθούν σε άλλο Σταθμό Δεξιοτήτων ή ο δάσκαλος μπορεί να τους προτείνει να μετακινηθούν επειδή τα πήγαν τόσο καλά ή για να εξασκηθούν σε άλλο στοιχείο.

ΠΑΡΑΛΛΑΓΕΣ ΠΑΙΧΝΙΔΙΟΥ

- Ορίστε διάρκεια του παιχνιδιού. Βάλτε τους μαθητές να πετούν με αναπήδηση και να μια μπάλα ο ένας στον άλλο. Όταν ένας μαθητής χάσει την μπάλα, βγαίνει εκτός παιχνιδιού. Όταν απομείνει μόνο ένας μαθητής ή λήξει ο χρόνος, ο μαθητής ή οι μαθητές που δεν έχασαν τη μπάλα παίρνουν μια έκπληξη από την τσάντα με τα δώρα.
- Οι μαθητές μπορούν να παίξουν σε ζευγάρια, με ένα χούλα χουπ στη μέση. Προσπαθούν να πετάξουν την μπάλα μέσα στον κύκλο του χούλα χουπ πριν την πιάσει ο άλλος μαθητής. Δείτε το παράδειγμα βίντεο [εδώ](#).
- Τοποθετήστε στη μέση έναν κουβά/καλάθι και βάλτε μέσα μια μεγάλη μπάλα Pilates. Δώστε στους μαθητές μπάλες για να ρίχνουν (π.χ. μπάλες του τένις). Οι μαθητές ρίχνουν το μπαλάκι στην μπάλα Pilates και προσπαθούν να το πιάσουν καθώς αναπηδά. Δείτε το παράδειγμα βίντεο [εδώ](#).
- Ορίστε βαθμούς για διαφορετικούς τρόπους πιασίματος (π.χ. ένας βαθμός για κανονικό πιάσιμο, δύο βαθμοί για πιάσιμο με το ένα χέρι). Βάλτε τους μαθητές να παίξουν προσπαθώντας να συγκεντρώσουν όσο το δυνατόν περισσότερους πόντους κατά τη διάρκεια ενός καθορισμένου χρόνου.
- Simon Says: Παίξτε ένα παιχνίδι του "Simon Says", αλλά αντικαταστήστε τις συνήθεις εντολές με οδηγίες για πιάσιμο και αναπήδηση. Για παράδειγμα, "Ο Simon λέει χτύπα την μπάλα τρεις φορές" ή "Ο Simon λέει πιάσε την μπάλα με το αριστερό σου χέρι".
- Πιάστε την μπάλα σε κύκλο: Σχηματίστε έναν κύκλο με τους μαθητές και βάλτε τους να πασάρουν την μπάλα στους άλλους ενώ οι υπόλοιποι προσπαθούν να την πιάσουν. Κάντε το παιχνίδι πιο πολύπλοκο, χρησιμοποιώντας πολλές μπάλες σε ταυτόχρονα.

ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Κ5

Κλωτσάει μια ακινητοποιημένη μπάλα έτσι ώστε να πετάξει στον αέρα

60 λεπτά

ΣΚΟΠΟΣ ΤΟΥ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

οι μαθητές θα αναπτύξουν κινητικές δεξιότητες και συντονισμό, ενώ θα μάθουν να κλωτσάνε μια μπάλα σε απόσταση τουλάχιστον 4 μέτρων.

ΥΛΙΚΑ

Μπάλες (που αναπηδούν) διάφορων μεγεθών

Μπαλόνια

Κορίνες

Χάρτινα ποτήρια

"Τσάντα με δώρα"

ΤΕΧΝΙΚΕΣ

Μοντελοποίηση συμπεριφοράς: Επίδειξη των σωστών τεχνικών κλωτσήματος για την παροχή ξεκάθαρων, οπτικών παραδειγμάτων για όλους τους μαθητές.

Ανάλυση εργασιών: Διάσπαση της άσκησης της "κλωτσιάς» σε μικρότερα, πιο εύκολα βήματα, και διδασκαλία του κάθε στοιχείου ξεχωριστά.

Διαφορική ενίσχυση: Παρέχετε θετική ενίσχυση για τη σωστή τεχνική ενώ διορθώνετε άμεσα και επικοινωνητικά τις μη σωστές.

Φυσική προτροπή και εξασθένιση: Αρχικά γίνεται καθοδήγηση των κινήσεων του μαθητή, και στη συνέχεια μειώνουμε σταδιακά τη βοήθεια καθώς ο μαθητής τα καταφέρνει καλύτερα μόνος του.

Ενίσχυση: Εφαρμογή ανταμοιβών για παρακίνηση των μαθητών.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Άσκηση 1

Τοποθετήστε μια ποικιλία από μπάλες διαφορετικών σχημάτων, μεγεθών και υφών και ζητήστε από τα παιδιά να διαλέξουν μία. Ζητήστε τους να βρουν διαφορετικούς τρόπους για να κάνουν τη μπάλα τους να κινείται και να σταματά, κυλώντας, ρίχνοντας, κλωτσώντας ή σπρώχνοντας με ένα μέρος του σώματός τους.

Άσκηση 2

Κλωτσιές με μπαλόνι - τα παιδιά προσπαθούν να κρατήσουν ένα μπαλόνι στον αέρα χρησιμοποιώντας μόνο τα πόδια τους, είτε μόνα τους είτε σε ζευγάρια.

Άσκηση 3

Δημιουργήστε τον στόχο σας - Κατασκευάστε μια πυραμίδα χρησιμοποιώντας χάρτινα ποτήρια, κορίνες ή μπουκάλια. Σταθείτε δίπλα στον μαθητή σε απόσταση λίγων μέτρων και σταδιακά απομακρυνθείτε μέχρι τα 4 μέτρα. Στη συνέχεια, προτρέψτε τον μαθητή να κλωτσήσει την μπάλα στον στόχο. Δώστε τους πολλούς επαίνους για το χτύπημα του στόχου.

Καθώς ο μαθητής γίνεται καλύτερος σε αυτό, μειώστε τις προτροπές και αφήστε τον να το κάνει αυτόνομα.

Βάλτε τον στόχο ψηλότερα για να ενθαρρύνετε τον μαθητή να κλωτσήσει την μπάλα στον αέρα και επαναλάβετε την παραπάνω διαδικασία.

Ορίστε έναν αριθμό στόχο επιτυχημένων κλωτσιών και όταν ο μαθητής φτάσει το στόχο του, αφήστε τον να επιλέξει μια ανταμοιβή από το σακουλάκι με τα καλούδια.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Κινητικές δεξιότητες: Οι μαθητές θα μπορούν να κλωτσούν μια ακινητοποιημένη μπάλα, τουλάχιστον 4 μέτρα μακριά.

Συντονισμός κινήσεων: Οι μαθητές θα βελτιώσουν το συντονισμό και την ισορροπία που απαιτείται για την εκτέλεση μιας σωστής κλωτσιάς.

Αυτόνομη εκτέλεση: Οι μαθητές θα προχωρήσουν από το να χρειάζονται σωματικές υποδείξεις στο να εκτελούν το σουτ αυτόνομα.

ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΥΠΟΒΑΘΡΟ

Εφαρμοσμένη Ανάλυση Συμπεριφοράς: Επικεντρώνεται στη συστηματική εφαρμογή συμπεριφορικών παρεμβάσεων βασισμένων στις αρχές της μάθησης για τη βελτίωση συγκεκριμένων κινητικών δεξιοτήτων μέσω δομημένης διδασκαλίας και ενίσχυσης.

Η θεωρία της κοινωνικής μάθησης τονίζει ότι οι μαθητές μαθαίνουν παρατηρώντας τους άλλους μέσα σε ένα κοινωνικό πλαίσιο. Το σχέδιο μαθήματος αξιοποιεί τη μοντελοποίηση, επιτρέποντας στους μαθητές να παρατηρήσουν τις σωστές τεχνικές πριν τις επιχειρήσουν.

Η θεωρία της κινητικής μάθησης βασίζεται στον τρόπο με τον οποίο τα άτομα αποκτούν και βελτιώνουν δεξιότητες μέσω της σωματικής κίνησης, της εξάσκησης και της ανατροφοδότησης. Σε αυτό το μάθημα, οι μαθητές εξασκούνται στο κλότσημα μιας μπάλας, μια σύνθετη κινητική δεξιότητα που περιλαμβάνει συντονισμό, συγχρονισμό και ακρίβεια.

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Ακρίβεια και συντονισμός: Ανάπτυξη των λεπτών κινητικών δεξιοτήτων και της ισορροπίας μέσω επαναλαμβανόμενης εξάσκησης σε ασκήσεις κλωτσιάς.

Γνωστικές δεξιότητες: Βελτίωση της συγκέντρωσης, της προσοχής στη λεπτομέρεια και της ικανότητας να ακολουθούν οδηγίες πολλών βημάτων.

Συνεργασία και επικοινωνία: Βελτίωση της συνεργασίας σε ομαδικά πλαίσια και της αποτελεσματικής επικοινωνίας με τους συνομηλίκους κατά τη διάρκεια των δραστηριοτήτων.

Σωματική επίγνωση και έλεγχος: Αυξημένη επίγνωση της θέσης του σώματος και του ελέγχου των κινήσεων που είναι απαραίτητες για την αποτελεσματική εκτέλεση της κίνησης.

ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΜΑΘΗΤΕΣ ΜΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΕΣ

ΧΩΡΟΣ

Χρησιμοποιώντας ως παράδειγμα το παρακάτω παιχνίδι με χαρτόκουτα (βλ. παρακάτω), ο χώρος μεταξύ των μαθητών και των στόχων μπορεί να γίνει μικρότερος ή μεγαλύτερος για να νιώσουν οι μαθητές πιο άνετα ή για να αυξηθεί η δυσκολία.

ΑΣΚΗΣΗ

Ένα Speed Date μπορεί να οργανωθεί με δύο σειρές μαθητών. Οι πιο έμπειροι μαθητές, ή οι βοηθοί διδασκαλίας, σχηματίζουν τη Γραμμή 1 και στο τέλος κάθε δραστηριότητας, το τελευταίο άτομο στη Γραμμή 1 μετακινείται στην αρχή της Γραμμής 1 και κάθε άτομο στη Γραμμή 1 μετακινείται προς τα κάτω στη Γραμμή 1 για να αντικρίσει ένα νέο άτομο της γραμμής 2.

Όπως και στο παιχνίδι με το χαρτόνι-κουτί που ακολουθεί, όλοι μπορούν να συμμετέχουν σε διαφορετικές δραστηριότητες με διαφορετικούς τρόπους και με διαφορετικά άτομα ταυτόχρονα.

Η βιντεοσκόπηση μπορεί να χρησιμοποιηθεί για την επίδειξη των σωστών τεχνικών κλωτσιάς, ώστε να παρέχονται ξεκάθαρα, οπτικά παραδείγματα για όλους τους μαθητές.

ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ

The Cardboard Box Game: Μπορούμε να φτιάξουμε διαφορετικούς στόχους από χαρτόκουτα διαφόρων μεγεθών. Τα κουτιά αυτά κολλιούνται μεταξύ τους και τοποθετούνται σε μια γραμμή ανάμεσα σε δύο σειρές μαθητών. Οι πιο έμπειροι μαθητές θα πρέπει να βρίσκονται στη γραμμή 1 και οι λιγότερο έμπειροι μαθητές στη γραμμή 2. Η γραμμή 2 κρατάει την ίδια μπάλα. Κάθε άτομο στη Γραμμή 1 θα αντικρίσει ένα διαφορετικό άτομο στη Γραμμή 2, ένα διαφορετικό χαρτόκουτο και θα χρησιμοποιήσει μια διαφορετική μπάλα. Η Γραμμή 2 θα έχει την ίδια μπάλα και το ίδιο κουτί μπροστά της.

Μετά από λίγη εξάσκηση, το άτομο στο ένα άκρο της Γραμμής 1 θα μετακινηθεί στο άλλο άκρο της Γραμμής 1 και όλοι στη Γραμμή 1 θα μετακινηθούν μία θέση προς τα κάτω για να αντικρίσουν ένα νέο άτομο στη Γραμμή 2.

Μπορούν να χρησιμοποιηθούν ποικίλα συστήματα ενίσχυσης για την εφαρμογή διαφορετικών τύπων ανταμοιβών ώστε να διατηρούνται υψηλά επίπεδα κινήτρων καθ' όλη τη διάρκεια της δραστηριότητας.

ΑΤΟΜΑ

Αριθμήστε κάθε άτομο, π.χ. 1 έως 5 (ή δώστε τους ένα χρώμα). Κάθε Ομάδα που καλείται να συγκεντρωθεί στον σταθμό δεξιοτήτων που τους αντιστοιχεί.

Σε κάθε σταθμό θα εξασκείται ένα διαφορετικό κομμάτι της δραστηριότητας (πχ. Πιάσιμο της μπάλας, σωστή λαβή, ρίψη) ενώ στον τελευταίο σταθμό θα εξασκείται η άσκηση ολοκληρωμένη.

Διαθέστε έναν βοηθό διδασκαλίας για την υποστήριξη των παιδιών με ΔΑΦ.

Αυξήστε τον αριθμό των μαθητών στις πιο επιδέξιες ομάδες για να αυξήσετε την δυσκολία.

Συνδυάστε το παιδί με ΔΑΦ με έναν συμμαθητή που το καταλαβαίνει και μπορεί να είναι εκεί για βοήθεια.

Κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας, ο δάσκαλος θα πρέπει να επισκέπτεται κάθε Σταθμό Δεξιοτήτων και να καθοδηγεί και να επαινεί τους μαθητές.

Μετά τη δραστηριότητα, οι μαθητές θα πρέπει να ερωτηθούν αν επιθυμούν να μετακινηθούν σε άλλο Σταθμό Δεξιοτήτων ή ο δάσκαλος μπορεί να τους προτείνει να μετακινηθούν επειδή τα πήγαν τόσο καλά ή για να εξασκηθούν σε άλλο στοιχείο.

ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Κ6

Μαζεύει ένα αντικείμενο και τρέχει κρατώντας το

60 λεπτά

ΣΚΟΠΟΣ ΤΟΥ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

οι μαθητές θα αναπτύξουν κινητικές δεξιότητες και συντονισμό, πιάνοντας αντικείμενα και τρέχοντας κρατώντας τα.

ΥΛΙΚΑ

4 σακουλάκια (διαφορετικά χρώματα)
40 Poly Spots
1 κουβάς
"Τσάντα με δώρα"

ΤΕΧΝΙΚΕΣ

Μοντελοποίηση συμπεριφοράς: Επίδειξη των σωστών τεχνικών της κίνησης για την παροχή ξεκάθαρων, οπτικών παραδειγμάτων για όλους τους μαθητές.

Ανάλυση εργασιών: Διάσπαση της άσκησης σε μικρότερα, πιο εύκολα βήματα, και διδασκαλία του κάθε στοιχείου ξεχωριστά.

Διαφορική ενίσχυση: Παρέχετε θετική ενίσχυση για τη σωστή τεχνική ενώ διορθώνετε άμεσα και επικοδομητικά τις μη σωστές.

Φυσική προτροπή και εξασθένιση: Αρχικά γίνεται καθοδήγηση των κινήσεων του μαθητή, και στη συνέχεια μειώνουμε σταδιακά τη βοήθεια καθώς ο μαθητής τα καταφέρνει καλύτερα μόνος του.

Ενίσχυση: Εφαρμογή ανταμοιβών για παρακίνηση των μαθητών.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Άσκηση 1

Παιχνίδι "Σήκωσέ το": Τοποθετήστε τον κουβά στη μέση της αίθουσας και δημιουργήστε τέσσερις σειρές από Poly Spots που οδηγούν στον κουβά.

Χωρίστε τους μαθητές σας σε τέσσερις ομάδες και δώστε σε κάθε ομάδα ένα σακουλάκι διαφορετικού χρώματος.

Παρουσιάστε τη δραστηριότητα.

Ξεκινούν με το να στέκονται στην αρχή της γραμμής Poly Spot. Οι παίκτες πρέπει να τρέξουν στη γραμμή Poly Spot, να σταματήσουν σε ένα σημείο και να πετάξουν το σακουλάκι στον κουβά. Αν μπει μέσα, πρέπει να πάρουν το σακουλάκι από τον κουβά, να μαζέψουν το Poly Spot από το σημείο που στάθηκαν και να τρέξουν πίσω στην αφετηρία. Αν αστοχήσουν, πρέπει να σηκώσουν το σακουλάκι φασολιών, να τρέξουν πίσω και να το δώσουν στον επόμενο παίκτη.

Ζητήστε από μία από τις ομάδες να δείξει την άσκηση.

Νικήτρια ομάδα είναι η ομάδα που θα μαζέψει πρώτη όλα τα Poly Spots της. Η νικήτρια ομάδα θα κερδίσει ένα βραβείο στο τέλος.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Κινητικές δεξιότητες: Οι μαθητές θα μπορούν να σηκώνουν ένα αντικείμενο και να επιστρέφουν στο σημείο εκκίνησης χωρίς να το ρίχνουν.

Συντονισμός κινήσεων: Οι μαθητές θα βελτιώσουν το συντονισμό και την ευκινησία κατά την εκτέλεση των κινήσεων τρεξίματος και μαζέματος.

Αυτόνομη εκτέλεση: Οι μαθητές θα προχωρήσουν από το να χρειάζονται σωματικές υποδείξεις στο να εκτελούν την άσκηση αυτόνομα.

Ομαδική εργασία και ανταγωνιστικό πνεύμα: Οι μαθητές θα συμμετέχουν ενεργά στην ομαδική δραστηριότητα, δείχνοντας ομαδικότητα και βιώνοντας τον υγιή ανταγωνισμό.

ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΥΠΟΒΑΘΡΟ

Εφαρμοσμένη Ανάλυση Συμπεριφοράς: Επικεντρώνεται στη συστηματική εφαρμογή συμπεριφορικών παρεμβάσεων βασισμένων στις αρχές της μάθησης για τη βελτίωση συγκεκριμένων κινητικών δεξιοτήτων μέσω δομημένης διδασκαλίας και ενίσχυσης.

Η θεωρία της κοινωνικής μάθησης τονίζει ότι οι μαθητές μαθαίνουν παρατηρώντας τους άλλους μέσα σε ένα κοινωνικό πλαίσιο. Το σχέδιο μαθήματος αξιοποιεί τη μοντελοποίηση, επιτρέποντας στους μαθητές να παρατηρήσουν τις σωστές τεχνικές πριν τις επιχειρήσουν.

Η θεωρία της κινητικής μάθησης βασίζεται στον τρόπο με τον οποίο τα άτομα αποκτούν και βελτιώνουν δεξιότητες μέσω της σωματικής κίνησης, της εξάσκησης και της ανατροφοδότησης.

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Ακρίβεια και συντονισμός: Οι μαθητές βελτιώνουν το συντονισμό και την ευκινησία τους καθώς τρέχουν, μαζεύουν ένα αντικείμενο και αλλάζουν γρήγορα κατεύθυνση για να τρέξουν πίσω. Αυτή η άσκηση ενισχύει τις συνολικές κινητικές τους δεξιότητες, την ισορροπία και την ικανότητά τους να ελίσσονται στο χώρο.

Ταχύτητα και χρόνος αντίδρασης: Η άσκηση απαιτεί από τους μαθητές να ολοκληρώσουν την ενέργεια μέσα σε περιορισμένο χρονικό διάστημα, γεγονός που βοηθά στην ανάπτυξη της ταχύτητας και του χρόνου αντίδρασης. Αυτά αποτελούν σημαντικές πτυχές σε πολλά αθλήματα και σωματικές δραστηριότητες.

Συντονισμός χεριού-ματιού: Καθώς οι μαθητές πρέπει να σηκώσουν ένα αντικείμενο από το πάτωμα ενώ τρέχουν, βελτιώνουν το συντονισμό χεριού-ματιού. Αυτή η δεξιότητα είναι βασική σε πολλούς τομείς της καθημερινής ζωής και σε άλλα αθλήματα όπου ο συγχρονισμός και η ακρίβεια είναι απαραίτητα.

Σωματική επίγνωση και έλεγχος: Αυξημένη επίγνωση της θέσης του σώματος και του ελέγχου των κινήσεων που είναι απαραίτητες για την αποτελεσματική εκτέλεση της κίνησης.

Επίγνωση του χώρου: Το τρέξιμο μπρος-πίσω και η αλληλεπίδραση με αντικείμενα και συνομηλίκους σε έναν καθορισμένο χώρο βοηθούν στη βελτίωση της επίγνωσης του χώρου των μαθητών. Μαθαίνουν να κρίνουν τις αποστάσεις με μεγαλύτερη ακρίβεια και αποκτούν μεγαλύτερη επίγνωση της θέσης του σώματός τους στο χώρο.

Ομαδική εργασία και κοινωνική αλληλεπίδραση: Η ομαδική δραστηριότητα για τη συλλογή αντικειμένων προάγει την ομαδικότητα και την κοινωνική αλληλεπίδραση. Οι μαθητές μαθαίνουν να επικοινωνούν υπό πίεση και να υποστηρίζουν τους συμπαίκτες τους, καλλιεργώντας την αίσθηση της συντροφικότητας και της συλλογικής επίτευξης στόχων.

Συγκέντρωση και προσοχή: Η ανάγκη συγκέντρωσης στην άσκηση μέσα σε σύντομο χρονικό διάστημα συμβάλλει στην ενίσχυση της συγκέντρωσης και της προσοχής των μαθητών. Αυτές οι γνωστικές δεξιότητες είναι ζωτικής σημασίας για την ακαδημαϊκή μάθηση και άλλες εξωσχολικές δραστηριότητες.

ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΜΑΘΗΤΕΣ ΜΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΕΣ

ΧΩΡΟΣ

Ο χώρος μεταξύ των poly-sports μπορεί να γίνει μικρότερος ή μεγαλύτερος για να μειωθεί ή να αυξηθεί η δυσκολία.

ΑΣΚΗΣΗ

Η διαίρεση της άσκησης σε μικρότερα, ευκολότερα κομμάτια μπορεί να βοηθήσει στην εκμάθηση κάθε τμήματος ξεχωριστά.

Η βιντεοσκόπηση μπορεί να χρησιμοποιηθεί για την επίδειξη των σωστών τεχνικών, ώστε να παρέχονται ξεκάθαρα, οπτικά παραδείγματα για όλους τους μαθητές.

Ένας ή περισσότεροι ευκολότεροι στόχοι μπορούν να χρησιμοποιηθούν για να συμπεριλάβουν όσους θεωρούν τη δραστηριότητα ανέφικτη. Μπορεί να χρησιμοποιηθεί χρωματιστή ταινία για να σημειωθούν τετράγωνα περιοχές διαφορετικών μεγεθών στο πάτωμα αντί για έναν μόνο κάδο. Ο στόχος θα πρέπει πάντα να είναι ότι όλοι μπορούν να συμμετέχουν ταυτόχρονα σε διαφορετικές δραστηριότητες με διαφορετικούς τρόπους και με διαφορετικά άτομα.

ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ

Αν δεν έχετε τον εξοπλισμό, χρησιμοποιήστε μπάλες από χαρτί και κολλήστε χρωματιστά φύλλα χαρτιού αντί για poly-sports και ένα κουτί από χαρτόνι αντί για κουβά.

Τα σακουλάκια μπορούν να τοποθετηθούν σε ένα τραπέζι για να συμπεριλάβετε τους χρήστες αναπηρικών αμαξιδίων και άλλους μαθητές με προβλήματα κινητικότητας.

ΑΤΟΜΑ

Οι συμμαθητές μπορούν να λειτουργήσουν ως φίλοι για να καθοδηγήσουν τους μαθητές με λιγότερες ικανότητες σε μέρη του παιχνιδιού. Για τους μαθητές με σοβαρά, έντονα κινητικά προβλήματα, οι συμμαθητές μπορούν να τρέξουν ή να ρίξουν στη θέση τους.

ΑΙΣΘΗΤΗΡΙΑΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΣΤΟ ΠΛΑΙΣΙΟ ΤΗΣ ΦΑ

Οι αισθητηριακές δεξιότητες στο πλαίσιο της γυμναστικής αφορούν δεξιότητες επικοινωνίας και τη συναισθηματική νοημοσύνη σε δύσκολες καταστάσεις για παιδιά με ΔΑΦ σε περιβάλλοντα χωρίς αποκλεισμούς κατά τη διάρκεια του μαθήματος της γυμναστικής. Επειδή κάθε παιδί με ΔΑΦ είναι μοναδικό, μπορεί να επικοινωνεί διαφορετικά, χρησιμοποιώντας λεκτικές ή μη λεκτικές προσεγγίσεις - λέξεις/χειρονομίες/AAC/PECS.

Για να παρέχει ένα ποιοτικό μάθημα Φ.Α. χωρίς αποκλεισμούς, ο δάσκαλος Φ.Α. πρέπει να γνωρίζει σε βάθος τους μαθητές του με ειδικές ανάγκες, συμπεριλαμβανομένων των δύσκολων συμπεριφορών, της φυσικής κατάστασης κ.λπ.

Τα μαθήματα S1 και S2 είναι σχεδιασμένα για ένα μάθημα φυσικής αγωγής που διαρκεί 45 λεπτά- υπάρχουν 20 μαθητές στην 6η τάξη. Ένας από αυτούς τους μαθητές είναι ένα 12χρονο αγόρι που έχει ΔΑΦ και ΔΕΠΥ.

ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Α1

Εκφράζει πως νιώθει όταν τα πόδια του σηκώνονται από το έδαφος

60 λεπτά

ΣΚΟΠΟΣ ΤΟΥ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

οι μαθητές θα μπορούν να κάνουν ένα άλμα εις μήκος

οι μαθητές θα συμμετέχουν ενεργά

οι μαθητές να μπορούν να χρησιμοποιούν κατάλληλους τρόπους επικοινωνίας και να εκφράζουν πως νιώθουν κατά τη διάρκεια των ασκήσεων, ιδίως όταν τα πόδια τους σηκώνονται από το έδαφος.

ΥΛΙΚΑ

Κώνοι ή δείκτες

Μεζούρα

Μαλακά στρώματα ενόργανης

Εργαλεία επικοινωνίας AAC ή PECS (αν χρειάζεται)

ΤΕΧΝΙΚΕΣ

Μοντελοποίηση συμπεριφοράς: Επίδειξη των σωστών τεχνικών της κίνησης για την παροχή ξεκάθαρων, οπτικών παραδειγμάτων για όλους τους μαθητές.

Ανάλυση εργασιών: Διάσπαση της άσκησης σε μικρότερα, πιο εύκολα βήματα, και διδασκαλία του κάθε στοιχείου ξεχωριστά.

Διαφορική ενίσχυση: Παρέχετε θετική ενίσχυση για τη σωστή τεχνική ενώ διορθώνετε άμεσα και επικοδομητικά τις μη σωστές.

Φυσική προτροπή και εξασθένιση: Αρχικά γίνεται καθοδήγηση των κινήσεων του μαθητή, και στη συνέχεια μειώνουμε σταδιακά τη βοήθεια καθώς ο μαθητής τα καταφέρνει καλύτερα μόνος του.

Ενίσχυση: Εφαρμογή ανταμοιβών για παρακίνηση των μαθητών.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Εισαγωγή (5 λεπτά)

Οι μαθητές μαζεύονται σε κύκλο. Αναθέστε σε ένα μαθητή να είναι ο βοηθός του μαθητή με ΔΑΦ

Προθέρμανση (10 λεπτά)

Βάλτε τους μαθητές να τρέξουν ή να περπατήσουν. Χρησιμοποιήστε μια σφυρίχτρα για να σηματοδοτήσετε αλλαγές στην κατεύθυνση ή το ρυθμό.

Ενθαρρύνετε τους να έχουν επίγνωση του χώρου τους και να αποφεύγουν να πέφτουν ο ένας πάνω στον άλλον. Ενθαρρύνετε τον μαθητή-βοηθό να βοηθήσει τον μαθητή με ΔΑΦ να παραμείνει συγκεντρωμένος και αφοσιωμένος κατά τη διάρκεια της προθέρμανσης.

Κύρια δραστηριότητα - Εκμάθηση άλματος σε μήκος

Δραστηριότητα 1: Επίδειξη και επεξήγηση

Εξηγήστε τα βασικά βήματα και τα μέτρα ασφαλείας που περιλαμβάνονται σε ένα άλμα σε μήκος.

Κάντε επίδειξη της τεχνικής του άλματος σε μήκος σε ολόκληρη την τάξη.

Τοποθετήστε δείκτες για την εκκίνηση. Σχηματίστε ζεύγη, φροντίζοντας ώστε ο καθένας να έχει έναν συνομήλικο βοηθό.

Ο μαθητής-βοηθός του μαθητή με ΔΑΦ θα τον βοηθήσει στην κατανόηση της τεχνικής του άλματος σε μήκος, βοηθώντας τον να εκφραστεί χρησιμοποιώντας λέξεις, χειρονομίες, AAC ή PECS, ανάλογα με τις ανάγκες.

Ενθαρρύνετε τον μαθητή-βοηθό να διατηρεί θετική στάση και να έχει υπομονή.

Δραστηριότητα 2: Εξάσκηση με δείκτες

Βάλτε τους μαθητές να εξασκηθούν στο άλμα σε μήκος με δείκτες που έχουν τοποθετηθεί για την εκκίνηση.

Ο δάσκαλος φυσικής αγωγής και ο βοηθός θα δίνουν οδηγίες για να σιγουρευτούν ότι όλοι χρησιμοποιούν τη σωστή τεχνική και παραμένουν ασφαλείς. Κατά τη διάρκεια της προπόνησης, κάντε στους μαθητές με ΔΑΦ ερωτήσεις σχετικά με τα συναισθήματά τους κατά τη διάρκεια των αλμάτων και ενθαρρύνετε τους να επικοινωνήσουν πως νιώθουν.

Δραστηριότητα 3: Στρώμα προσγείωσης

Μεταβείτε σταδιακά από τη χρήση δεικτών σε ένα στρώμα προσγείωσης. Κάθε μαθητής θα έχει την ευκαιρία να εκτελέσει ένα άλμα σε μήκος

Ο δάσκαλος φυσικής αγωγής και οι μαθητές/βοηθοί θα παρέχουν υποστήριξη, καθοδήγηση και επικοινωνιακή βοήθεια στους μαθητές με ΔΑΦ, εφόσον είναι απαραίτητο. Συνεχίστε να ρωτάτε τον μαθητή με ΔΑΦ για τα συναισθήματά του κατά τη διάρκεια κάθε άλματος, επιτρέποντάς του να εκφραστεί.

Χαλάρωση (10 λεπτά)

Συγκεντρώστε τους μαθητές σε κύκλο.

Συζητήστε τι έμαθαν και τι βίωσαν.

Αναγνωρίστε τις προσπάθειες όλων.

Κάντε σύντομες διατάξεις για να χαλαρώσουν οι μύες.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Κινητικές δεξιότητες: Οι μαθητές θα μπορούν να εκτελούν άλμα σε μήκος με σωστή τεχνική.

Αποτελεσματική επικοινωνία: Οι μαθητές, ειδικά εκείνοι με ΔΑΦ, θα χρησιμοποιούν τις κατάλληλες μεθόδους επικοινωνίας (λεκτικά, AAC, PECS) για να εκφράσουν τα συναισθήματά τους και να απαντήσουν σε ερωτήσεις κατά τη διάρκεια των δραστηριοτήτων.

Έκφραση συναισθημάτων: Οι μαθητές θα εκφράσουν τα συναισθήματά τους που σχετίζονται με τις δραστηριότητες, ενισχύοντας την αυτογνωσία και τη συναισθηματική τους ρύθμιση.

Αλληλεπίδραση με συνομηλίκους και κοινωνικές δεξιότητες: Οι μαθητές θα αλληλεπιδρούν αποτελεσματικά με τους συμμαθητές τους, βελτιώνοντας τις κοινωνικές αλληλεπιδράσεις και τη μεταξύ τους συνεργασία.

ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΥΠΟΒΑΘΡΟ

Εφαρμοσμένη Ανάλυση Συμπεριφοράς: Επικεντρώνεται στη συστηματική εφαρμογή συμπεριφορικών παρεμβάσεων βασισμένων στις αρχές της μάθησης για τη βελτίωση συγκεκριμένων κινητικών δεξιοτήτων μέσω δομημένης διδασκαλίας και ενίσχυσης.

Η θεωρία της κοινωνικής μάθησης τονίζει ότι οι μαθητές μαθαίνουν παρατηρώντας τους άλλους μέσα σε ένα κοινωνικό πλαίσιο. Το σχέδιο μαθήματος αξιοποιεί τη μοντελοποίηση, επιτρέποντας στους μαθητές να παρατηρήσουν τις σωστές τεχνικές πριν τις επιχειρήσουν.

Η θεωρία της κινητικής μάθησης βασίζεται στον τρόπο με τον οποίο τα άτομα αποκτούν και βελτιώνουν δεξιότητες μέσω της σωματικής κίνησης, της εξάσκησης και της ανατροφοδότησης.

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Σωματικός συντονισμός και ευκινησία: Ανάπτυξη των σωματικών δεξιοτήτων που είναι απαραίτητες για την εκτέλεση του άλματος εις μήκος, συμπεριλαμβανομένου του τρεξίματος, του άλματος και της προσγείωσης.

Δεξιότητες επικοινωνίας: Βελτίωση της ικανότητας χρήσης λεκτικών και μη λεκτικών μεθόδων επικοινωνίας κατά τη διάρκεια σωματικών δραστηριοτήτων.

Συνεργασία και ομαδικότητα: Βελτίωση της συνεργασίας με συνομηλίκους και κατανόηση της δυναμικής της ομαδικής εργασίας και υποστήριξης.

Αυτορρύθμιση και συναισθηματικός έλεγχος: Καλλιέργεια δεξιοτήτων για τη ρύθμιση της Συμπεριφοράς και των συναισθημάτων κατά τη διάρκεια ανταγωνιστικών και σωματικά απαιτητικών δραστηριοτήτων.

ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΜΑΘΗΤΕΣ ΜΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΕΣ

ΧΩΡΟΣ

Το σημείο εκκίνησης μπορεί να είναι από στατική θέση ή με μικρότερο ή μεγαλύτερο ύψος. Έχετε διαθέσιμο ένα ήσυχο σημείο όπου ο μαθητής με ΔΑΦ μπορεί να πάει αν χρειαστεί διάλειμμα.

ΑΣΚΗΣΗ

Η διαίρεση της άσκησης σε μικρότερα, ευκολότερα κομμάτια μπορεί να βοηθήσει στην εκμάθηση κάθε τμήματος ξεχωριστά.

Χωρίστε το άλμα σε μικρότερα βήματα σε Σταθμούς Δεξιοτήτων (βλ. Σχέδιο μαθήματος M4), για παράδειγμα:

Σταθμός 1: Άλμα επί τόπου με τα πόδια ενωμένα.

Σταθμός 2: Βήμα προς τα εμπρός και μάζεμα του πίσω ποδιού ενώνοντας τα πόδια.

Σταθμός 3: Ένα μεγαλύτερο βήμα προς τα εμπρός και μάζεμα του πίσω ποδιού ενώνοντας τα πόδια.

Σταθμός 4: Πλήρες άλμα σε μήκος με μεγαλύτερη απόσταση.

Δώστε επιπλέον χρόνο αν χρειάζεται.

Χρησιμοποιήστε τόσο επιδείξεις όσο και λόγια για να εξηγήσετε τι πρέπει να γίνει.

ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ

Με τη χρήση σταθμών δεξιοτήτων (βλ. Σχέδιο μαθήματος M4), μπορεί να χρησιμοποιηθεί διαφορετικός εξοπλισμός:

Σταθμός 1: Πηδήξτε και προσγειωθείτε με τα δύο πόδια μαζί.

Σταθμός 2: Περάστε πάνω από ένα χαμηλό εμπόδιο και μαζέψτε το πίσω πόδι για να σταθείτε με τα πόδια μαζί.

Σταθμός 3: Περάστε πάνω από ένα ψηλότερο εμπόδιο και μαζέψτε το πίσω πόδι για να σταθείτε με τα πόδια μαζί.

Σταθμός 4: Περάστε πάνω από ένα μακρύτερο και ψηλότερο εμπόδιο και μαζέψτε το πίσω πόδι για να σταθείτε με τα πόδια μαζί.

Σταθμός 5: Πηδήξτε πάνω από ένα μακρύτερο και ψηλότερο εμπόδιο και μαζέψτε το πίσω πόδι για να σταθείτε με τα πόδια μαζί.

Σταθμός 6: Άλμα σε μήκος χωρίς εμπόδια.

Για τα εμπόδια μπορείτε να χρησιμοποιήσετε κουτιά.

ΑΤΟΜΑ

Να έχετε έναν βοηθό δασκάλου που μπορεί να υποστηρίξει τα παιδιά με ΔΑΦ.

Βάλτε το παιδί με ΔΑΦ σε ζευγάρι με έναν συμμαθητή που το καταλαβαίνει και μπορεί να το στηρίξει.

Διδάξτε στους άλλους μαθητές να είναι ευγενικοί και υπομονετικοί, ώστε όλοι να μπορούν να συνεργαστούν.

ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Α2

Εκφράζει πως νιώθει όταν συμμετέχει σε δραστηριότητες που απαιτούν ανέβασμα σε ύψος ή πτώση από ύψος.

60 λεπτά

ΣΚΟΠΟΣ ΤΟΥ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

οι μαθητές θα μπορούν να αναρριχηθούν σε σχοινί/σκάλα
οι μαθητές θα μπορούν να χρησιμοποιούν κατάλληλους τρόπους επικοινωνίας και να εκφράζουν τα συναισθήματά τους κατά τη διάρκεια των ασκήσεων, ιδίως όταν ανεβαίνουν σε ύψος.

ΥΛΙΚΑ

Σχοινιά και εξοπλισμός γυμναστικής
Σκάλες και τσουλήθρες
Μαλακά στρώματα προσγείωσης.
Εργαλεία επικοινωνίας AAC ή PECS (αν χρειάζεται)

ΤΕΧΝΙΚΕΣ

Μοντελοποίηση συμπεριφοράς: Επίδειξη των σωστών τεχνικών της κίνησης για την παροχή ξεκάθαρων, οπτικών παραδειγμάτων για όλους τους μαθητές.

Ανάλυση εργασιών: Διάσπαση της άσκησης σε μικρότερα, πιο εύκολα βήματα, και διδασκαλία του κάθε στοιχείου ξεχωριστά.

Διαφορική ενίσχυση: Παρέχετε θετική ενίσχυση για τη σωστή τεχνική ενώ διορθώνετε άμεσα και επικοδομητικά τις μη σωστές.

Φυσική προτροπή και εξασθένιση: Αρχικά γίνεται καθοδήγηση των κινήσεων του μαθητή, και στη συνέχεια μειώνουμε σταδιακά τη βοήθεια καθώς ο μαθητής τα καταφέρνει καλύτερα μόνος του.

Ενίσχυση: Εφαρμογή ανταμοιβών για παρακίνηση των μαθητών.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Εισαγωγή (5 λεπτά)

Οι μαθητές μαζεύονται σε κύκλο. Αναθέστε σε ένα μαθητή να είναι ο βοηθός του μαθητή με ΔΑΦ

Προθέρμανση (10 λεπτά)

Βάλτε τους μαθητές να τρέξουν ή να περπατήσουν. Χρησιμοποιήστε μια σφυρίχτρα για να σηματοδοτήσετε αλλαγές στην κατεύθυνση ή το ρυθμό.

Ενθαρρύνετε τους να έχουν επίγνωση του χώρου τους και να αποφεύγουν να πέφτουν ο ένας πάνω στον άλλον. Ενθαρρύνετε τον μαθητή-βοηθό να βοηθήσει τον μαθητή με ΔΑΦ να παραμείνει συγκεντρωμένος και αφοσιωμένος κατά τη διάρκεια της προθέρμανσης.

Κύρια δραστηριότητα - ύψη και την πτώση (20 λεπτά)

Δραστηριότητα 1: Αναρρίχηση με σχοινί

Στήστε μια περιοχή αναρρίχησης με σχοινί με μαλακά στρώματα από κάτω.

Δείξτε τις τεχνικές αναρρίχησης με σχοινί εξηγώντας τες ταυτόχρονα και δίνοντας έμφαση στα μέτρα ασφαλείας.

Κάντε στο μαθητή με ΔΑΦ ερωτήσεις σχετικά με το πώς αισθάνεται για την αναρρίχηση με σχοινί, προτρέποντάς τον να επικοινωνήσει χρησιμοποιώντας λέξεις, χειρονομίες, AAC ή PECS, όπως χρειάζεται.

Υπενθυμίστε στον μαθητή βοηθό να βοηθήσει και να ενθαρρύνει τον μαθητή με ΔΑΦ κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας.

Ενθαρρύνετε τον μαθητή-βοηθό να διατηρεί θετική στάση και να έχει υπομονή.

Δραστηριότητα 2: Ολίσθηση σε πάγκο

Ετοιμάστε πάγκους ολίσθησης με μαλακά στρώματα προσγείωσης.

Εξηγήστε και δείξτε την τεχνική ολίσθησης στον πάγκο δίνοντας έμφαση στα μέτρα ασφαλείας.

Κατά τη διάρκεια της προπόνησης, κάντε στους μαθητές με ΔΑΦ ερωτήσεις σχετικά με τα συναισθήματά τους κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας και ενθαρρύνετε τους να επικοινωνήσουν πως νιώθουν.

Δραστηριότητα 3: Απευαισθητοποίηση στο ύψος

Δημιουργήστε μια απλή διαδρομή εμποδίων που περιλαμβάνει δραστηριότητες σε διαφορετικά ύψη.

Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει περπάτημα σε δοκούς ισορροπίας, ανέβασμα και κατέβασμα από χαμηλές εξέδρες και διέλευση μέσα από στεφάνια ή τούνελ σε διαφορετικά ύψη. Ο μαθητής-βοηθός θα καθοδηγήσει τον μαθητή με ΔΑΦ μέσα στην πορεία εμποδίων.

Ο δάσκαλος φυσικής αγωγής και οι μαθητές/βοηθοί θα παρέχουν υποστήριξη, καθοδήγηση και επικοινωνιακή βοήθεια στους μαθητές με ΔΑΦ, εφόσον είναι απαραίτητο. Συνεχίστε να ρωτάτε τον μαθητή με ΔΑΦ για τα συναισθήματά του κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας, επιτρέποντάς του να εκφραστεί.

Χαλάρωση (10 λεπτά)

Συγκεντρώστε τους μαθητές σε κύκλο.

Συζητήστε τι έμαθαν και τι βίωσαν.

Αναγνωρίστε τις προσπάθειες όλων.

Κάντε σύντομες διατάξεις για να χαλαρώσουν οι μύες.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Κινητικές δεξιότητες: Οι μαθητές θα μπορούν να εκτελούν την αναρρίχηση με σωστή τεχνική.

Αποτελεσματική επικοινωνία: Οι μαθητές, ειδικά εκείνοι με ΔΑΦ, θα χρησιμοποιούν τις κατάλληλες μεθόδους επικοινωνίας (λεκτικά, AAC, PECS) για να εκφράσουν τα συναισθήματά τους και να απαντήσουν σε ερωτήσεις κατά τη διάρκεια των δραστηριοτήτων.

Ασφάλεια και αξιολόγηση κινδύνων: Οι μαθητές θα κατανοήσουν και θα εφαρμόσουν μέτρα ασφαλείας σχετικά με τα ύψη, μαθαίνοντας να αξιολογούν τους κινδύνους και να πράττουν αναλόγως.

Έκφραση συναισθημάτων: Οι μαθητές θα εκφράσουν τα συναισθήματά τους που σχετίζονται με τις δραστηριότητες, ενισχύοντας την αυτογνωσία και τη συναισθηματική τους ρύθμιση.

ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΥΠΟΒΑΘΡΟ

Εφαρμοσμένη Ανάλυση Συμπεριφοράς: Επικεντρώνεται στη συστηματική εφαρμογή συμπεριφορικών παρεμβάσεων βασισμένων στις αρχές της μάθησης για τη βελτίωση συγκεκριμένων κινητικών δεξιοτήτων μέσω δομημένης διδασκαλίας και ενίσχυσης.

Η θεωρία της κοινωνικής μάθησης τονίζει ότι οι μαθητές μαθαίνουν παρατηρώντας τους άλλους μέσα σε ένα κοινωνικό πλαίσιο. Το σχέδιο μαθήματος αξιοποιεί τη μοντελοποίηση, επιτρέποντας στους μαθητές να παρατηρήσουν τις σωστές τεχνικές πριν τις επιχειρήσουν.

Η θεωρία της κινητικής μάθησης βασίζεται στον τρόπο με τον οποίο τα άτομα αποκτούν και βελτιώνουν δεξιότητες μέσω της σωματικής κίνησης, της εξάσκησης και της ανατροφοδότησης.

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Σωματικός συντονισμός και κινητικές δεξιότητες: Η αναρρίχηση σε σχοινί και η ολίσθηση ενισχύουν τις αδρές κινητικές δεξιότητες, βελτιώνουν τη μυϊκή δύναμη και βελτιώνουν το συντονισμό. Αυτές οι σωματικές δεξιότητες είναι σημαντικές για τη γενική υγεία των παιδιών και την ικανότητά τους να συμμετέχουν με αυτοπεποίθηση σε διάφορες δραστηριότητες.

Σωματική επίγνωση και έλεγχος: Αυξημένη επίγνωση της θέσης του σώματος και του ελέγχου των κινήσεων που είναι απαραίτητες για την αποτελεσματική εκτέλεση της κίνησης.

Αντίληψη του χώρου και ισορροπία: Οι δραστηριότητες αυτού του μαθήματος βοηθούν στη βελτίωση της αντίληψης του χώρου και της ισορροπίας. Για τα παιδιά με ΔΑΦ, αυτές οι δραστηριότητες μπορεί να είναι ιδιαίτερα ευεργετικές, καθώς συχνά αντιμετωπίζουν δυσκολίες σε αυτούς τους τομείς.

Ευαισθητοποίηση για την ασφάλεια και αξιολόγηση κινδύνων: Η συμμετοχή στις δραστηριότητες αυτού του μαθήματος βοηθά τα παιδιά να κατανοήσουν και να σεβαστούν τα πρωτόκολλα ασφαλείας. Τους μαθαίνει να αξιολογούν τους κινδύνους και να λαμβάνουν συνειδητές αποφάσεις σχετικά με τις ενέργειές τους, μια σημαντική δεξιότητα ζωής.

Ομαδική εργασία και κοινωνική αλληλεπίδραση: Η ομαδική δραστηριότητα για τη συλλογή αντικειμένων προάγει την ομαδικότητα και την κοινωνική αλληλεπίδραση. Οι μαθητές μαθαίνουν να επικοινωνούν υπό πίεση και να υποστηρίζουν τους συμπαίκτες τους, καλλιεργώντας την αίσθηση της συντροφικότητας και της συλλογικής επίτευξης στόχων.

Συγκέντρωση και προσοχή: Η ανάγκη συγκέντρωσης στην άσκηση μέσα σε σύντομο χρονικό διάστημα συμβάλλει στην ενίσχυση της συγκέντρωσης και της προσοχής των μαθητών. Αυτές οι γνωστικές δεξιότητες είναι ζωτικής σημασίας για την ακαδημαϊκή μάθηση και άλλες εξωσχολικές δραστηριότητες.

ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΜΑΘΗΤΕΣ ΜΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΕΣ

ΧΩΡΟΣ

Βεβαιωθείτε ότι οι χώροι για τις δραστηριότητες δεν έχουν πολύ κόσμο. Έχετε διαθέσιμο ένα ήσυχο σημείο όπου ο μαθητής με ΔΑΦ μπορεί να πάει αν χρειαστεί διάλειμμα.

ΑΣΚΗΣΗ

Η διαίρεση της άσκησης σε μικρότερα, ευκολότερα κομμάτια μπορεί να βοηθήσει στην εκμάθηση κάθε τμήματος ξεχωριστά.

Όλες οι δραστηριότητες μπορούν επίσης να δημιουργηθούν ως μια διαδρομή εμποδίων για ομάδες μαθητών που θα εκτελέσουν όλες τις δραστηριότητες μαζί, χωρίς να αφήσουν κανέναν πίσω.

Πρέπει όλοι να αλληλοϋποστηρίζονται για να ολοκληρώσουν τις ασκήσεις.

Δώστε επιπλέον χρόνο αν χρειαστεί.

Σταθμοί Δραστηριοτήτων μπορούν να στηθούν γύρω ή κατά μήκος της αίθουσας σε σειρές (βλ. Σχέδιο μαθήματος M4).

Δείξτε οι ίδιοι (μοντελοποίηση) αλλά εξηγήστε κα με λόγια ταυτόχρονα τις ασκήσεις.

ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ

Βεβαιωθείτε ότι όλος ο εξοπλισμός είναι ασφαλής και προσβάσιμος για όλους.

Μπορούν να χρησιμοποιηθούν εργαλεία επικοινωνίας για να βοηθηθούν όλοι να αισθάνονται άνετα και να συμμετέχουν.

Εκτός από τον λεκτικό και μη λεκτικό έπαινο, μπορεί να χρησιμοποιηθεί μια ποικιλία από ενισχυτικά κίνητρα, όπως αυτοκόλλητα ή μικρά παιχνίδια, για να παρακινήσετε τη συνεχή προσπάθεια.

ΑΤΟΜΑ

Να έχετε έναν βοηθό δασκάλου που μπορεί να υποστηρίξει τα παιδιά με ΔΑΦ. Βάλτε το παιδί με ΔΑΦ σε ζευγάρι με έναν συμμαθητή που το καταλαβαίνει και μπορεί να το στηρίξει. Διδάξτε στους άλλους μαθητές να είναι ευγενικοί και υπομονετικοί, ώστε όλοι να μπορούν να συνεργαστούν.

ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Α3

Εκφράζει πως νιώθει όταν συμμετέχει σε δραστηριότητες που απαιτούν να έχει το κεφάλι ανάποδα

60 λεπτά

ΣΚΟΠΟΣ ΤΟΥ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

οι μαθητές θα μπορούν να εκφράζουν πως νιώθουν όταν συμμετέχουν σε δραστηριότητες που απαιτούν να έχουν το κεφάλι ανάποδα

ΥΛΙΚΑ

Βιβλίο επικοινωνίας

Κοινωνική ιστορία

ΤΕΧΝΙΚΕΣ

Κοινωνική ιστορία: Χρήση μιας εξατομικευμένης ιστορίας για την προετοιμασία των μαθητών για την εμπειρία του να έχουν το κεφάλι τους ανάποδα, εξηγώντας τι να περιμένουν και πώς να χειριστούν τα συναισθήματα που προκύπτουν.

Μοντελοποίηση συμπεριφοράς: Επίδειξη των δραστηριοτήτων, ενώ παράλληλα γίνεται ξεκάθαρη επίδειξη του τρόπου έκφρασης των συναισθημάτων με τη χρήση ενός βιβλίου επικοινωνίας.

Λεκτική και οπτική προτροπή: Παροχή υποδείξεων για την καθοδήγηση των μαθητών στην αποτελεσματική χρήση των εργαλείων επικοινωνίας

Θετική ενίσχυση: Επαινος, ενθάρρυνση ή απτές ανταμοιβές για την κατάλληλη έκφραση συναισθημάτων και τη συμμετοχή σε δραστηριότητες παρά τη σχετική δυσφορία.

Σταδιακή επαφή: Σταδιακή εισαγωγή δραστηριοτήτων που περιλαμβάνουν το κεφάλι ανάποδα, αυξάνοντας την πολυπλοκότητα ή τη διάρκεια καθώς ο μαθητής νιώθει πιο άνετα.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Διαβάστε με τον μαθητή την κοινωνική ιστορία σχετικά με το να έχει το κεφάλι ανάποδα κατά τη διάρκεια των δραστηριοτήτων γυμναστικής.

Ετοιμάστε δραστηριότητες όπου ο μαθητής πρέπει να δοκιμάσει να έχει το κεφάλι ανάποδα (π.χ τούμπες).

Ετοιμάστε το βιβλίο επικοινωνίας για να εκφράσει το παιδί τι νιώθει. Δείξτε του πως να κάνει τις ασκήσεις και βάλτε τον να τις δοκιμάσει, έχοντας το βιβλίο επικοινωνίας κοντά. Προτρέψτε οπτικά και προφορικά το παιδί να χρησιμοποιήσει τις οπτικές κάρτες για να επικοινωνήσει. Ενισχύστε θετικά αφού χρησιμοποιήσει τις κάρτες για να εκφραστεί.

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τα βιβλία επικοινωνίας, δείτε το [βίντεο](#).

ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Αποτελεσματική επικοινωνία: Οι μαθητές θα χρησιμοποιήσουν το βιβλίο επικοινωνίας για να εκφράσουν τα συναισθήματά τους σχετικά με δραστηριότητες που περιλαμβάνουν να έχουν το κεφάλι τους ανάποδα.

Συμμετοχή: Οι μαθητές θα συμμετέχουν σε δραστηριότητες που περιλαμβάνουν το ανάποδο κεφάλι, δείχνοντας ολοένα και μεγαλύτερη άνεση με την πάροδο του χρόνου.

Δεξιότητες αυτορρύθμισης: Οι μαθητές θα παρουσιάσουν βελτίωση στην αυτορρύθμιση των συναισθημάτων και της συμπεριφοράς τους σε δύσκολες σωματικές δραστηριότητες.

ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΥΠΟΒΑΘΡΟ

Εφαρμοσμένη Ανάλυση Συμπεριφοράς: Επικεντρώνεται στη συστηματική εφαρμογή συμπεριφορικών παρεμβάσεων βασισμένων στις αρχές της μάθησης για τη βελτίωση συγκεκριμένων δεξιοτήτων μέσω δομημένης διδασκαλίας και ενίσχυσης.

Αναπτυξιακή Ψυχολογία: Λαμβάνει υπόψη το αναπτυξιακό στάδιο των μαθητών για την προσαρμογή δραστηριοτήτων και μεθόδων επικοινωνίας που είναι κατάλληλες για την ηλικία.

Γνωστική συμπεριφορική θεωρία: Δίνει έμφαση στην κατανόηση και την αλλαγή των μοτίβων σκέψης που επηρεάζουν τα συναισθήματα και τις συμπεριφορές, ιδιαίτερα σημαντική για τη διαχείριση των συναισθημάτων δυσφορίας ή φόβου.

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Επικοινωνία και έκφραση: Βελτίωση της ικανότητας επικοινωνίας προσωπικών εμπειριών και συναισθημάτων

Συναισθηματική ανθεκτικότητα και αντιμετώπιση: Καλλιέργεια ανθεκτικότητας και μηχανισμών διαχείρισης για την αντιμετώπιση σωματικών και συναισθηματικών δυσκολιών.

ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΜΑΘΗΤΕΣ ΜΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΕΣ

ΧΩΡΟΣ

Ο χώρος μεταξύ των μαθητών μπορεί να είναι μικρότερος ή μεγαλύτερος για να αισθάνονται οι μαθητές πιο άνετα.

Ορισμένα παιδιά με αυτισμό είναι ιδιαίτερα ευαίσθητα στο φως και τα έντονα χρώματα, συμπεριλαμβανομένου του έντονου λευκού. Το μπεζ, το γκρι, το κρεμ ή οι θερμότεροι τόνοι, για τη δημιουργία ελαφρώς χρωματισμένων τοίχων μπορούν να μειώσουν τους περισπασμούς και μπορεί να έχουν ηρεμιστικό αποτέλεσμα.

Ο φωτισμός φθορισμού δείχνει να λειτουργεί αρνητικά για ένα αυτιστικό παιδί.

ΑΣΚΗΣΗ

Οι ασκήσεις μπορούν να διασπαστούν στα επιμέρους μέρη, χρησιμοποιώντας τη μεθοδολογία του σταθμού δεξιοτήτων (βλ. Σχέδιο μαθήματος M4)

Γέφυρες και σκύψιμο προς τα εμπρός για να αγγίξετε τα δάχτυλα των ποδιών

Σταθμός δεξιοτήτων 1: Στα δύο γόνατα, με τα δύο χέρια στο πάτωμα μπροστά, κάντε μια γέφυρα.

Σταθμός δεξιοτήτων 2: Ξαπλώστε μπρούμυτα στο πάτωμα με τα χέρια μπροστά ή τα χέρια στα πλάγια του κεφαλιού και στη συνέχεια φέρτε τα χέρια πιο κοντά στο σώμα, κρατώντας το κεφάλι προς το πάτωμα.

Σταθμός δεξιοτήτων 3: Σταθείτε όρθιοι και μετακινήστε τα χέρια προς τα κάτω στο σώμα για να αγγίξετε τα γόνατα.

Σταθμός δεξιοτήτων 4: Σταθείτε όρθιοι και μετακινήστε τα χέρια προς τα κάτω στο σώμα για να αγγίξουν.

Μπροστινή τούμπα (Forward Roll)

Σταθμός δεξιοτήτων 1: Γονατίζοντας, βάλτε τα χέρια στο πάτωμα μπροστά, κάντε μια γέφυρα.

Σταθμός δεξιοτήτων 2: Γονατίζοντας, βάλτε τα χέρια στο πάτωμα μπροστά, αλλά πιο κοντά στο σώμα και το κεφάλι προς το πάτωμα.

Σταθμός δεξιοτήτων 3: Γονάτισε το δεξί γόνατο, έχοντας το αριστερό πόδι στο πάτωμα, το αριστερό χέρι στο πάτωμα δίπλα στο αριστερό πόδι και το δεξί χέρι ανάμεσα στα πόδια με τις παλάμες προς τα πάνω και τα δάχτυλα να δείχνουν προς τα πίσω.

Σταθμός δεξιοτήτων 4: Πλήρης κυβίστηση προς τα εμπρός. Η θέση είναι όπως στο Σταθμό 3, αλλά το κεφάλι κατεβαίνει ανάμεσα στα πόδια, έτσι ώστε το πίσω μέρος του αυχένα να πηγαίνει στο πάτωμα, καθώς σπρώχνουν με το δεξί πόδι για να κάνουν κυβίστηση προς τα εμπρός.

ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ

Μπορούν να χρησιμοποιηθούν μαλακά στρώματα γυμναστικής και μαξιλάρια τοίχου.

Μπορούν να χρησιμοποιηθούν χρωματιστά βραχιολάκια (π.χ κόκκινα για το δεξί και μπλε για το αριστερό), ώστε να είναι πιο εύκολο να ξεχωρίζουν το σωστό χέρι και πόδι

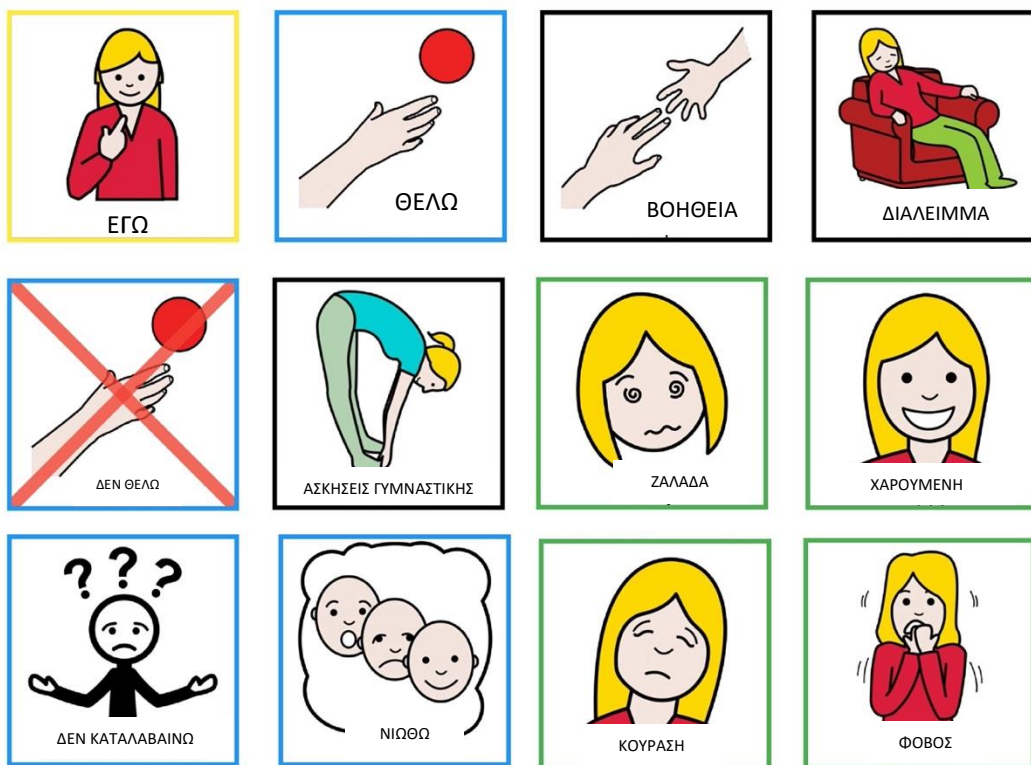
ΑΤΟΜΑ

Οι συμμαθητές μπορούν να βοηθήσουν σε κάθε σταθμό και σε κάθε άσκηση.

ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Α3 ΠΙΝΑΚΑΣ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ

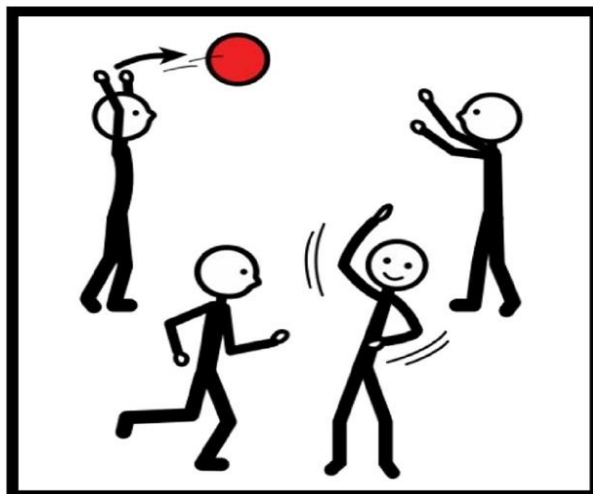


Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)

ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Α3 ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΙΣΤΟΡΙΑ



Κατά τη διάρκεια του μαθήματος της γυμναστικής, κάνω διάφορες ασκήσεις

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Μερικές φορές, κατά τη διάρκεια του μαθήματος της γυμναστικής, μπορώ να κάνω ασκήσεις που απαιτούν να έχω το κεφάλι μου ανάποδα.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Κάνοντας αυτές τις ασκήσεις μπορεί να νιώσω φόβο, κούραση ή ακόμα και ζαλάδα.

Αυτό μπορεί να είναι εξουθενωτικό και μπορεί να χρειάζομαι ένα διάλειμμα.

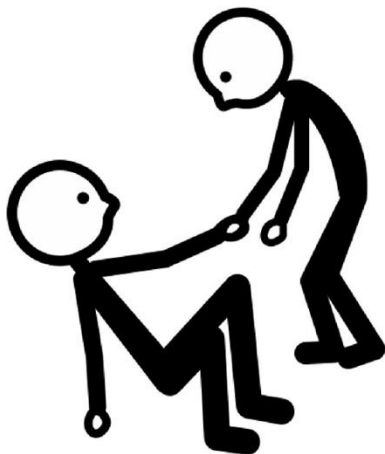
Και αυτό είναι εντάξει.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



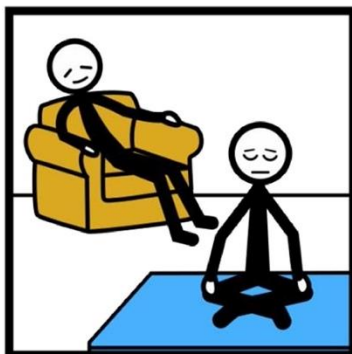
Μπορώ να δείξω θάρρος και να προσπαθήσω να κάνω την άσκηση.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



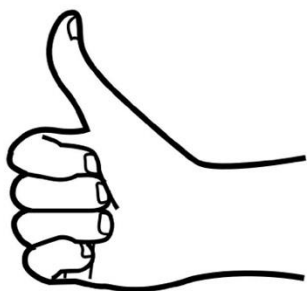
Ίσως να μην καταλάβω την άσκηση. Μπορώ να ζητήσω βοήθεια από τον δάσκαλο.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Μπορώ να κάνω ένα διάλειμμα από την άσκηση και να ξεκουραστώ.
Μπορώ να πω στον δάσκαλό μου ότι πρέπει να κάνω ένα διάλειμμα,
χρησιμοποιώντας λέξεις ή εικόνες.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Δεν πειράζει να μην κάνω τις ασκήσεις. Θα παραμείνω ήρεμος και θα κάνω διαφορετικές δραστηριότητες.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)

ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Α4

Εκφράζει πως νιώθει όταν έρχεται σε επαφή με άλλους

60 λεπτά (Μπορεί να χωριστεί σε περισσότερα μαθήματα)

ΣΚΟΠΟΣ ΤΟΥ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

οι μαθητές θα μπορούν να εκφράζουν πως νιώθουν όταν τους αγγίζουν ή αγγίζουν άλλους κατά τη διάρκεια δραστηριοτήτων Φ.Α

ΥΛΙΚΑ

Βιβλίο/πίνακας επικοινωνίας

Κάρτες δραστηριοτήτων

Κοινωνική ιστορία

ΤΕΧΝΙΚΕΣ

Κοινωνική ιστορία: Χρήση μιας εξατομικευμένης ιστορίας που προετοιμάζει τους μαθητές για καταστάσεις που απαιτούν επαφή με άλλους, εξηγώντας τι να περιμένουν και πώς να χειριστούν τα συναισθήματα που προκύπτουν.

Μοντελοποίηση συμπεριφοράς: Επίδειξη των δραστηριοτήτων, ενώ παράλληλα γίνεται ξεκάθαρη επίδειξη του τρόπου έκφρασης των συναισθημάτων με τη χρήση ενός βιβλίου επικοινωνίας.

Λεκτική και οπτική προτροπή: Παροχή υποδείξεων για την καθοδήγηση των μαθητών στην αποτελεσματική χρήση των εργαλείων επικοινωνίας

Θετική ενίσχυση: Έπαινος, ενθάρρυνση ή απτές ανταμοιβές για την κατάλληλη έκφραση συναισθημάτων και τη συμμετοχή σε δραστηριότητες παρά τη σχετική δυσφορία.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Διαβάστε με τον μαθητή την κοινωνική ιστορία που αφορά το άγγιγμα/την επαφή με τους άλλους κατά τη διάρκεια των δραστηριοτήτων γυμναστικής. Ετοιμάστε οπτικές κάρτες με διάφορες δραστηριότητες που θα κάνει ο μαθητής με έναν συνομήλικο και οι οποίες περιλαμβάνουν στενή επαφή (high five, χτύπημα με τη γροθιά, χτύπημα με τον αγκώνα κ.λπ.)

Καθοδηγήστε τους μαθητές και αφήστε τους να δοκιμάσουν τις δραστηριότητες.

Προτρέψτε οπτικά και προφορικά το παιδί να χρησιμοποιήσει τις οπτικές κάρτες για να επικοινωνήσει. Ενισχύστε θετικά εάν χρησιμοποιήσει τις κάρτες για να εκφραστεί.

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τα βιβλία επικοινωνίας, δείτε τα παρακάτω [βίντεο1](#) και [βίντεο 2](#).

ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Αποτελεσματική επικοινωνία: Οι μαθητές θα χρησιμοποιήσουν το βιβλίο/πίνακα επικοινωνίας για να εκφράσουν τα συναισθήματά τους σχετικά με δραστηριότητες που περιλαμβάνουν να έχουν το κεφάλι τους ανάποδα.

Συμμετοχή: Οι μαθητές θα συμμετέχουν σε δραστηριότητες που περιλαμβάνουν άγγιγμα, δείχνοντας ολοένα και μεγαλύτερη άνεση με την πάροδο του χρόνου.

Δεξιότητες αυτοδιαχείρισης: Οι μαθητές θα παρουσιάσουν δεξιότητες αυτοδιαχείρισης, εντοπίζοντας τότε αισθάνονται άβολα και επικοινωνώντας τις ανάγκες τους.

ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΥΠΟΒΑΘΡΟ

Εφαρμοσμένη Ανάλυση Συμπεριφοράς: Επικεντρώνεται στη συστηματική διδασκαλία των μαθητών να επικοινωνούν τις ανάγκες τους και να διαχειρίζονται τις αισθητηριακές ευαισθησίες μέσω της θετικής ενίσχυσης και της δομημένης αλληλεπίδρασης.

Θεωρία αισθητηριακής ολοκλήρωσης: Βοηθά στην κατανόηση του τρόπου με τον οποίο οι μαθητές επεξεργάζονται τις αισθητηριακές πληροφορίες, ιδιαίτερα την αφή, και τη σημασία της προσαρμογής των αισθητηριακών αναγκών στα εκπαιδευτικά περιβάλλοντα.

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Επικοινωνία και έκφραση: Βελτίωση της ικανότητας επικοινωνίας προσωπικών εμπειριών και συναισθημάτων

Συναισθηματική ανθεκτικότητα και αντιμετώπιση: Καλλιέργεια ανθεκτικότητας και μηχανισμών διαχείρισης για την αντιμετώπιση σωματικών και συναισθηματικών δυσκολιών.

Δεξιότητες αισθητηριακής επεξεργασίας: Βελτιωμένη ικανότητα επεξεργασίας αισθητηριακών πληροφοριών που σχετίζονται με την αφή και ανάπτυξη στρατηγικών διαχείρισης.

ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΜΑΘΗΤΕΣ ΜΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΕΣ

ΧΩΡΟΣ

Ο χώρος μεταξύ των μαθητών μπορεί να είναι μικρότερος ή μεγαλύτερος για να αισθάνονται οι μαθητές πιο άνετα.

Ορισμένα παιδιά με αυτισμό είναι ιδιαίτερα ευαίσθητα στο φως και τα έντονα χρώματα, συμπεριλαμβανομένου του έντονου λευκού. Το μπλε, το γκρι, το κρεμ ή οι θερμότεροι τόνοι, για τη δημιουργία ελαφρώς χρωματισμένων τοίχων μπορούν να μειώσουν τους περισπασμούς και μπορεί να έχουν ηρεμιστικό αποτέλεσμα.

Ο φωτισμός φθορισμού δείχνει να λειτουργεί αρνητικά για ένα αυτιστικό παιδί.

ΑΣΚΗΣΗ

Οργανώστε ένα speed date με δύο σειρές μαθητών που βρίσκονται ένας απέναντι από τον άλλο. Οι πιο

έμπειροι μαθητές ή οι βοηθοί διδασκαλίας σχηματίζουν τη Γραμμή 1 και στο τέλος κάθε δραστηριότητας, το τελευταίο άτομο στη Γραμμή 1 μετακινείται στην αρχή της Γραμμής 1 και όλοι μετακινούνται μία σειρά προς τα κάτω. Η γραμμή 2 κρατάει τον εξοπλισμό (εάν υπάρχει). Όλοι μπορούν να συμμετέχουν ταυτόχρονα σε δραστηριότητες αφής με διαφορετικούς τρόπους και με διαφορετικά άτομα. (Βλέπε σχέδιο μαθήματος M3).

Η σταδιακή έκθεση (Graduated Exposure) εισάγει το άγγιγμα σταδιακά με λιγότερο παρεμβατικές δραστηριότητες (π.χ., high fives) και προχωρά σε πιο εκτεταμένη επαφή καθώς τα επίπεδα άνεσης αυξάνονται.


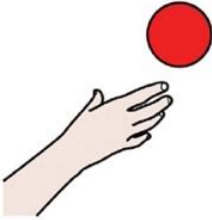










ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ

Ο δάσκαλος φυσικής αγωγής ή ο συνοδός μπορεί να χρησιμοποιήσει αντικείμενα που αρέσουν στο παιδί, όπως ένα αυτοκινητάκι, μια βούρτσα μαλλιών ή ακόμη και μια μαριονέτα για να αγγίξει.

ΑΤΟΜΑ

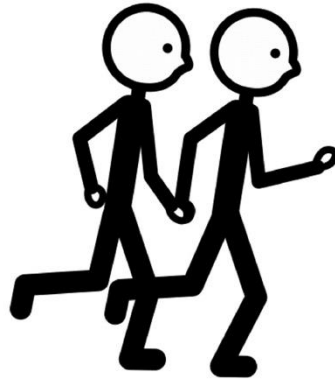
Οι συμμαθητές μπορούν να βοηθήσουν σε κάθε σταθμό και σε κάθε άσκηση.

ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Α4 ΠΙΝΑΚΑΣ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ

 <p>ΕΓΩ</p>	 <p>ΘΕΛΩ</p>	 <p>ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ</p>	 <p>ΔΕΝ ΕΙΜΑΙ ΚΑΛΑ</p>
 <p>ΤΙ ΘΕΛΕΙΣ;</p>	 <p>ΔΕΝ ΘΕΛΩ</p>	 <p>ΚΡΑΤΗΜΑ ΧΕΡΙΩΝ</p>	 <p>ΑΓΧΩΜΕΝΟΣ</p>
 <p>ΠΩΣ ΕΙΣΑΙ;</p>	 <p>ΝΙΩΘΩ</p>	 <p>ΕΙΜΑΙ ΟΚ</p>	 <p>ΧΑΡΟΥΜΕΝΟΣ/Η</p>

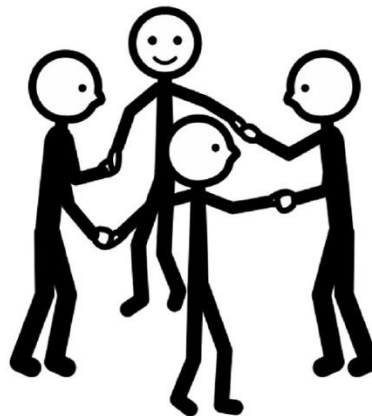
Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)

ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Α4 ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΙΣΤΟΡΙΑ



Μερικές φορές κατά τη διάρκεια του μαθήματος της φυσικής αγωγής μπορεί να κάνω δραστηριότητες μαζί με τους μαθητές.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Μερικές φορές θα χρειαστεί να τους κρατάω τα χέρια.

Όπως όταν σχηματίζουμε έναν κύκλο όλοι μαζί.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Όταν κάνω αυτές τις δραστηριότητες, μπορεί να αισθάνομαι άγχος. Αυτό μπορεί να είναι εξουθενωτικό και μπορεί να χρειάζομαι ένα διάλειμμα. Αυτό δεν είναι εντάξει.



Μπορώ να δοκιμάσω να είμαι θαρραλέος/α και να κάνω τη δραστηριότητα με τους άλλους μαθητές.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



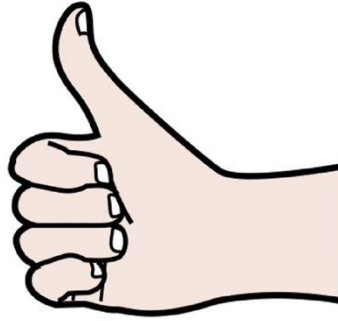
Δεν πειράζει αν δεν θέλω να κρατιέμαι από το χέρι ή να είμαι κοντά σε άλλους μαθητές.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Θα πω στον δάσκαλό μου ότι χρειάζομαι διάλειμμα χρησιμοποιώντας λέξεις, χειρονομίες ή εικόνες.

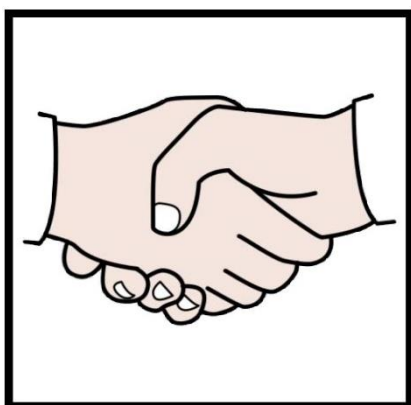
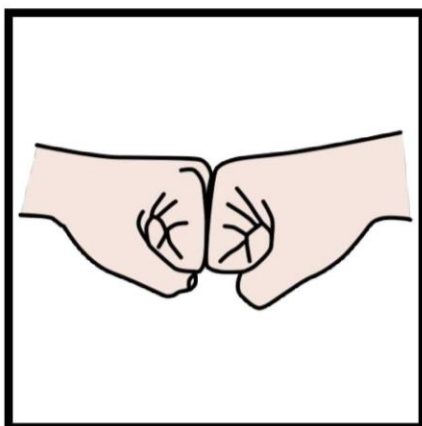
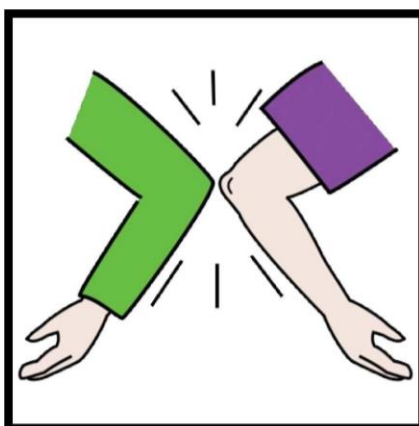
Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Δεν πειράζει να μην συμμετέχω σε ομαδικές δραστηριότητες. Θα παραμείνω ήρεμος/η και θα κάνω διαφορετικές δραστηριότητες.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)

ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Α4 ΚΑΡΤΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ



ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Α5

Εκφράζει πως νιώθει όταν στέκεται κοντά σε άλλους

60 λεπτά (Μπορεί να χωριστεί σε περισσότερα μαθήματα)

ΣΚΟΠΟΣ ΤΟΥ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

οι μαθητές θα μπορούν να εκφράζουν πως νιώθουν όταν στέκονται κοντά σε άλλους κατά τη διάρκεια δραστηριοτήτων Φ.Α

ΥΛΙΚΑ

Στεφάνια

Αντικείμενα που βοηθούν στη χαλάρωση (π.χ μπάλες αντιστρες)

Κάρτες με εικόνες

Κοινωνική ιστορία

ΤΕΧΝΙΚΕΣ

Κοινωνική ιστορία: Χρήση μιας εξατομικευμένης ιστορίας που προετοιμάζει τους μαθητές για καταστάσεις που απαιτούν επαφή με άλλους, εξηγώντας τι να περιμένουν και πώς να χειριστούν τα συναισθήματα που προκύπτουν.

Μοντελοποίηση συμπεριφοράς: Επίδειξη των δραστηριοτήτων, ενώ παράλληλα γίνεται ξεκάθαρη επίδειξη του τρόπου έκφρασης των συναισθημάτων με τη χρήση ενός βιβλίου επικοινωνίας.

Λεκτική και οπτική προτροπή: Παροχή υποδείξεων για την καθοδήγηση των μαθητών στην αποτελεσματική χρήση των εργαλείων επικοινωνίας

Θετική ενίσχυση: Έπαινος, ενθάρρυνση ή απτές ανταμοιβές για την κατάλληλη έκφραση συναισθημάτων και τη συμμετοχή σε δραστηριότητες παρά τη σχετική δυσφορία.

Δομημένες περιβαλλοντικές επισημάνσεις: Χρήση δεικτών, όπως στεφάνια ή χρωματιστές βούλες, για να υποδεικνύουν οπτικά τις κατάλληλες θέσεις στάσης, βοηθώντας στη διαχείριση της αντίληψης του χώρου και της άνεσης.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Διαβάστε με τον μαθητή την κοινωνική ιστορία που αφορά καταστάσεις που πρέπει να στεκόμαστε κοντά σε άλλους. Ετοιμάστε ένα σταθμό δραστηριοτήτων με αντικείμενα χαλάρωσης (μπάλα αντιστρες, χλαπάτσα, αισθητηριακά μπουκαλάκια κ.λπ.).

Περάστε από τον Σταθμό Δραστηριοτήτων με τον μαθητή και ζητήστε του να επεξεργαστεί τα αντικείμενα.

Ετοιμάστε σημάδια όπου οι μαθητές μπορούν να σταθούν όταν περιμένουν στην ουρά (μπορείτε να χρησιμοποιήσετε στεφάνια). Δείξτε στο μαθητή πού πρέπει να στέκεται όταν περιμένει στην ουρά για να αποφύγει τη στενή επαφή με τους άλλους μαθητές..

Δώστε στον μαθητή τις οπτικές κάρτες. Προτρέψτε τον να χρησιμοποιήσει τις οπτικές κάρτες για να επικοινωνήσει. Ενισχύστε θετικά εάν χρησιμοποιήσει τις κάρτες για να εκφραστεί. (π.χ χρειάζομαι ένα αντικείμενο κατά του στρες και ένα διάλειμμα από τη δραστηριότητα).

ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Αποτελεσματική επικοινωνία: Οι μαθητές θα χρησιμοποιούν αποτελεσματικά εργαλεία επικοινωνίας για να εκφράσουν τα συναισθήματά τους σχετικά με δραστηριότητες που απαιτούν να στέκονται κοντά σε άλλους.

Δεξιότητες αυτοδιαχείρισης: Οι μαθητές θα διαχειρίζονται τα συναισθήματα και τη συμπεριφορά τους σε καταστάσεις όπου ο προσωπικός χώρος είναι περιορισμένος.

Χρήση στρατηγικών ηρεμίας: Οι μαθητές θα χρησιμοποιούν αυτόνομα αντικείμενα ή τεχνικές ηρεμίας όταν αισθάνονται καταβεβλημένοι από τη δραστηριότητα που απαιτεί να στέκονται κοντά σε άλλους.

ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΥΠΟΒΑΘΡΟ

Εφαρμοσμένη Ανάλυση Συμπεριφοράς: Επικεντρώνεται στη συστηματική διδασκαλία των μαθητών να επικοινωνούν τις ανάγκες τους και να διαχειρίζονται τις αισθητηριακές ευαισθησίες μέσω της θετικής ενίσχυσης και της δομημένης αλληλεπίδρασης.

Γνωστική-συμπεριφορική θεωρία: Αφορά την κατανόηση του τρόπου με τον οποίο οι σκέψεις και τα συναισθήματα μπορούν να επηρεάσουν τη Συμπεριφορά, ιδιαίτερα στη διαχείριση των αντιδράσεων στη σωματική επαφή.

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Επικοινωνία και έκφραση: Βελτίωση της ικανότητας επικοινωνίας προσωπικών εμπειριών και συναισθημάτων

Συναισθηματική ανθεκτικότητα και αντιμετώπιση: Καλλιέργεια ανθεκτικότητας και μηχανισμών διαχείρισης για την αντιμετώπιση σωματικών και συναισθηματικών δυσκολιών.

Δεξιότητες αισθητηριακής επεξεργασίας: Βελτιωμένη ικανότητα επεξεργασίας αισθητηριακών πληροφοριών που σχετίζονται με την αφή και τον προσωπικό χώρο, και ανάπτυξη στρατηγικών διαχείρισης.

Συναισθηματική ρύθμιση: Καλλιέργεια δεξιοτήτων συναισθηματικής ρύθμισης μέσω της αναγνώρισης και της επικοινωνίας προσωπικών δυσφοριών ή αναγκών σε ένα κοινωνικό περιβάλλον.

ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΜΑΘΗΤΕΣ ΜΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΕΣ

ΧΩΡΟΣ

Οι μαθητές μπορούν να πλησιάζουν σταδιακά όταν στέκονται στην ουρά.

ΑΣΚΗΣΗ

Οι σταθμοί δεξιοτήτων μπορούν να στηθούν με διαφορετικές ή προοδευτικά εξελισσόμενες ασκήσεις αφής ή ηρεμιστικές ασκήσεις. Τα στεφάνια/σημάδια που σημειώνεται στο πάτωμα για να δείχνουν που πρέπει να στέκονται οι μαθητές, μπορούν σιγά-σιγά να έρθουν πιο κοντά, μέχρι να φτάσουν στην επιθυμητή απόσταση. (Βλέπε σχέδιο μαθήματος K4)

Μπορεί επίσης να χρησιμοποιηθεί ένα Speed date (Βλέπε σχέδιο μαθήματος K3)

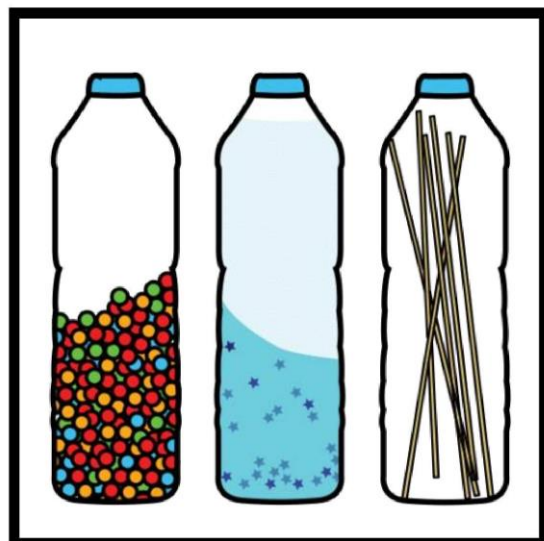
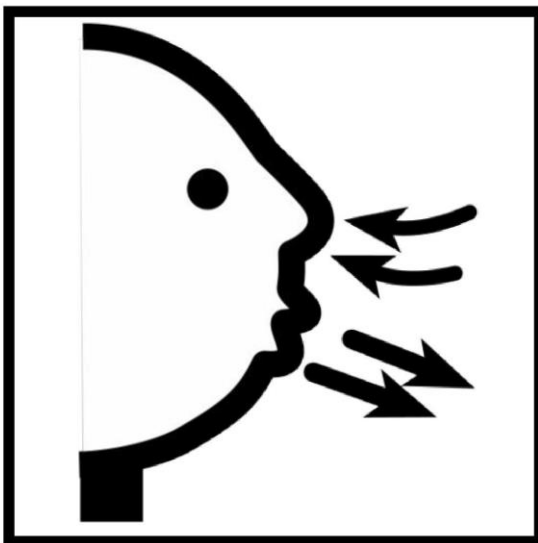
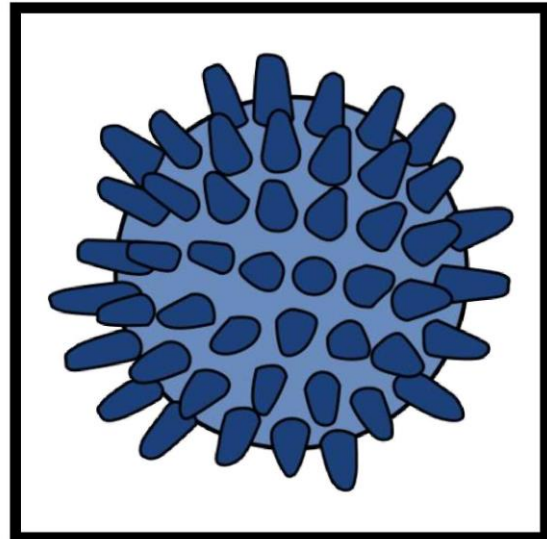
ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ

Ο δάσκαλος φυσικής αγωγής ή ο συνοδός μπορεί να χρησιμοποιήσει αντικείμενα που αρέσουν στο παιδί, όπως ένα αυτοκινητάκι, μια βούρτσα μαλλιών ή ακόμη και μια μαριονέτα για να αγγίξει.

ΑΤΟΜΑ

Οι συμμαθητές μπορούν να βοηθήσουν σε κάθε σταθμό και σε κάθε άσκηση.

ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Α5 ΚΑΡΤΕΣ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ



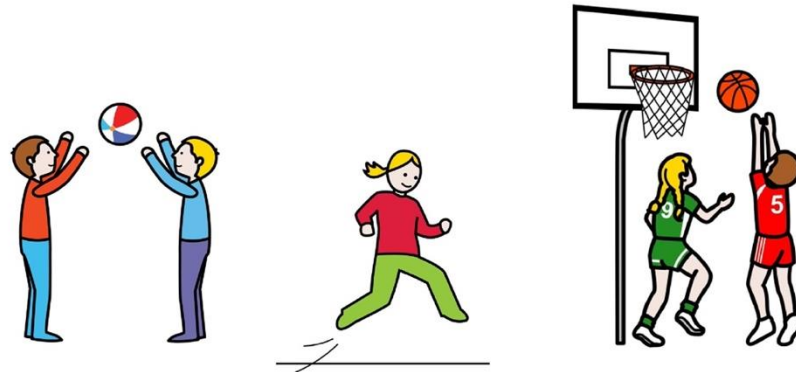
Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Δημιουργήστε κάρτες με διάφορα αντικείμενα anti-stress που διαθέτετε στην τάξη φυσικής αγωγής.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)

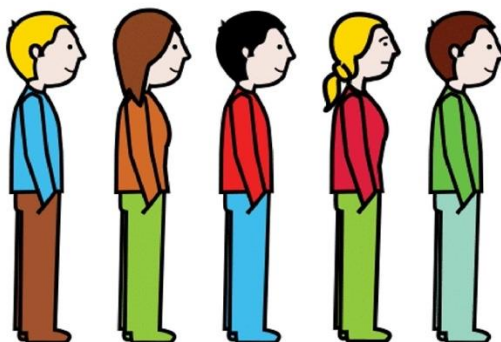
ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Α5 ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΙΣΤΟΡΙΑ



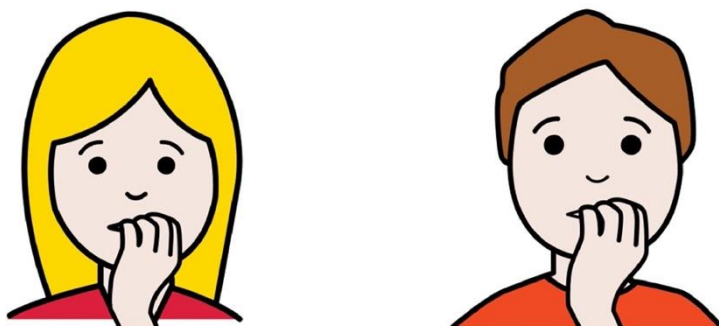
Στην αίθουσα γυμναστικής υπάρχουν πολλοί μαθητές.



Μερικές φορές κάνουμε δραστηριότητες σε κύκλο και κάθονται δίπλα μου.



Μερικές φορές θα πρέπει να περιμένω στην ουρά για να κάνω τις δραστηριότητες.

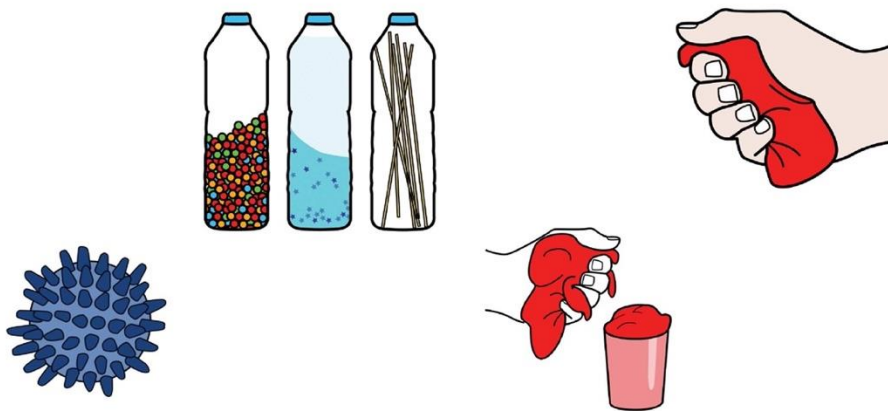


Το να είμαι πολύ κοντά σε άλλα παιδιά μπορεί να με κάνει να νιώθω άγχος και ανησυχία. Μπορώ όμως να δοκιμάσω κάτι που μπορεί να με βοηθήσει να ηρεμήσω.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)

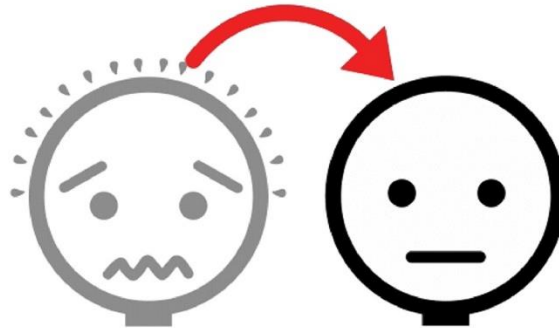


Πρώτον, μπορώ να προσπαθήσω να πάρω βαθιές αναπνοές και να προσπαθήσω να παραμείνω ήρεμος/η.

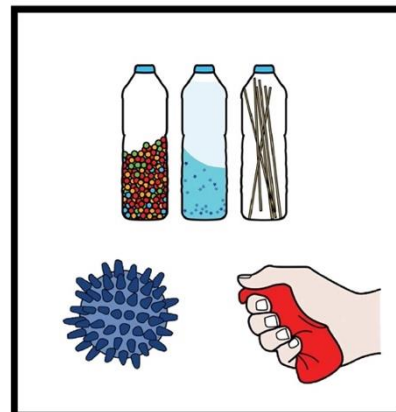


Αν εξακολουθώ να είμαι αγχωμένος/η, μπορώ να χρησιμοποιήσω ένα αντικείμενο που μπορεί να με ηρεμήσει. Αυτό μπορεί να είναι μια μπάλα, ένα αισθητηριακό μπουκάλι, μια χλαπάτσα ή οτιδήποτε άλλο μου αρέσει.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Αυτό μπορεί να με βοηθήσει να ηρεμήσω.



Θα ζητήσω από τον δάσκαλό μου ένα αντικείμενο που μπορεί να με ηρεμήσει χρησιμοποιώντας λέξεις, κάρτες ή χειρονομίες.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Αν είμαι αγχωμένος/η. Θα κάνω ένα διάλειμμα από τη δραστηριότητα και θα κάτσω μόνος/η μου.



Θα ζητήσω από το δάσκαλό μου να κάνω διάλειμμα χρησιμοποιώντας λέξεις, κάρτες ή χειρονομίες.

ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Α6

Εκφράζει πως νιώθει όταν παίρνει μέρος σε δραστηριότητες με γρήγορη κίνηση

60 λεπτά (Μπορεί να χωριστεί σε περισσότερα μαθήματα)

ΣΚΟΠΟΣ ΤΟΥ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

οι μαθητές θα μπορούν να εκφράζουν πως νιώθουν όταν παίρνουν μέρος σε δραστηριότητες με γρήγορη κίνηση, όπως οι πηουέτες ή ο γρήγορος χορός.

ΥΛΙΚΑ

Μπάλα θεραπείας/πιλατες

Πίνακας επικοινωνίας

Κοινωνική ιστορία

ΤΕΧΝΙΚΕΣ

Κοινωνική ιστορία: Χρήση μιας εξατομικευμένης ιστορίας που προετοιμάζει τους μαθητές για καταστάσεις που απαιτούν επαφή με άλλους, εξηγώντας τι να περιμένουν και πώς να χειριστούν τα συναισθήματα που προκύπτουν.

Μοντελοποίηση συμπεριφοράς: Επίδειξη των δραστηριοτήτων, ενώ παράλληλα γίνεται ξεκάθαρη επίδειξη του τρόπου έκφρασης των συναισθημάτων με τη χρήση ενός βιβλίου επικοινωνίας.

Λεκτική και οπτική προτροπή: Παροχή υποδείξεων για την καθοδήγηση των μαθητών στην αποτελεσματική χρήση των εργαλείων επικοινωνίας

Θετική ενίσχυση: Έπαινος, ενθάρρυνση ή απτές ανταμοιβές για την κατάλληλη έκφραση συναισθημάτων και τη συμμετοχή σε δραστηριότητες παρά τη σχετική δυσφορία.

Σταδιακή επαφή: Σταδιακή εισαγωγή δραστηριοτήτων που περιλαμβάνουν γρήγορη κίνηση, αυξάνοντας την ταχύτητα ή τη διάρκεια καθώς ο μαθητής νιώθει πιο άνετα.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Διαβάστε με τον μαθητή την κοινωνική ιστορία που αφορά δραστηριότητες με γρήγορη κίνηση. Προετοιμάστε τις δραστηριότητες των μαθητών, συμπεριλαμβανομένων διαφορετικών δραστηριοτήτων (αναπήδηση στη θεραπευτική μπάλα, δραστηριότητες με άλματα, σβούρες, γρήγορος χορός κ.λπ.)

Ετοιμάστε έναν πίνακα επικοινωνίας για να εκφράσουν οι μαθητές πως νιώθουν κατά τη διάρκεια των δραστηριοτήτων.

Δείξτε τις δραστηριότητες στους μαθητές. Αφήστε τους να τις δοκιμάσουν.

Δώστε στον μαθητή τον πίνακα επικοινωνίας. Προτρέψτε τον να τον χρησιμοποιήσει για να επικοινωνήσει. Ενισχύστε θετικά εάν χρησιμοποιήσει τις κάρτες για να εκφραστεί. (π.χ ζαλίζομαι ή χρειάζομαι ένα διάλειμμα από τη δραστηριότητα).

ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Αποτελεσματική επικοινωνία: Οι μαθητές θα χρησιμοποιούν αποτελεσματικά εργαλεία επικοινωνίας για να εκφράσουν τα συναισθήματά τους σχετικά με δραστηριότητες που απαιτούν να στέκονται κοντά σε άλλους.

Δεξιότητες αυτοδιαχείρισης: Οι μαθητές θα διαχειρίζονται τα συναισθήματα και τη συμπεριφορά τους σε καταστάσεις όπου ο προσωπικός χώρος είναι περιορισμένος.

Προσαρμογή σε δραστηριότητες με κίνηση: Οι μαθητές θα συμμετέχουν σε δραστηριότητες με κίνηση, δείχνοντας όλο και μεγαλύτερη άνεση και ικανότητα διαχείρισης της συμπεριφοράς τους με την πάροδο του χρόνου.

Χρήση στρατηγικών ηρεμίας: Οι μαθητές θα χρησιμοποιούν αυτόνομα αντικείμενα ή τεχνικές ηρεμίας όταν αισθάνονται καταβεβλημένοι από τη δραστηριότητα που απαιτεί να στέκονται κοντά σε άλλους.

ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΥΠΟΒΑΘΡΟ

Εφαρμοσμένη Ανάλυση Συμπεριφοράς: Επικεντρώνεται στη συστηματική διδασκαλία των μαθητών να επικοινωνούν τις ανάγκες τους και να διαχειρίζονται τις αισθητηριακές ευαισθησίες μέσω της θετικής ενίσχυσης και της δομημένης αλληλεπίδρασης.

Γνωστική-συμπεριφορική θεωρία: Αφορά την κατανόηση του τρόπου με τον οποίο οι σκέψεις και τα συναισθήματα μπορούν να επηρεάσουν τη Συμπεριφορά, ιδιαίτερα στη διαχείριση των αντιδράσεων στη σωματική επαφή.

Θεωρία αισθητηριακής ολοκλήρωσης: Βοηθά στην κατανόηση του τρόπου με τον οποίο οι μαθητές επεξεργάζονται τις αισθητηριακές πληροφορίες, ιδιαίτερα την αφή, και τη σημασία της προσαρμογής των αισθητηριακών αναγκών στα εκπαιδευτικά περιβάλλοντα.

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Επικοινωνία και έκφραση: Βελτίωση της ικανότητας επικοινωνίας προσωπικών εμπειριών και συναισθημάτων

Συναισθηματική ανθεκτικότητα και αντιμετώπιση: Καλλιέργεια ανθεκτικότητας και μηχανισμών διαχείρισης για την αντιμετώπιση σωματικών και συναισθηματικών δυσκολιών.

Δεξιότητες αισθητηριακής επεξεργασίας: Βελτιωμένη ικανότητα επεξεργασίας αισθητηριακών πληροφοριών που σχετίζονται με την αφή και τον προσωπικό χώρο, και ανάπτυξη στρατηγικών διαχείρισης.

Συναισθηματική ρύθμιση: Καλλιέργεια δεξιοτήτων συναισθηματικής ρύθμισης μέσω της αναγνώρισης και της επικοινωνίας προσωπικών δυσφοριών ή αναγκών σε ένα κοινωνικό περιβάλλον.

Κοινωνική αλληλεπίδραση και συνεργασία: Βελτίωση της αλληλεπίδρασης με τους συνομηλίκους και τους εκπαιδευτικούς κατά τη διάρκεια των δραστηριοτήτων

ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΜΑΘΗΤΕΣ ΜΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΕΣ

ΧΩΡΟΣ

Μπορούν να δημιουργηθούν σταθμοί δεξιοτήτων σε όλη την αίθουσα. Σε κάθε σταθμό εξασκείται η ίδια δραστηριότητα αλλά με σταδιακή ανάπτυξη δεξιοτήτων. (Βλέπε σχέδιο μαθήματος Κ4).

Οι Σταθμοί Δραστηριοτήτων μπορούν να στηθούν κατά τμήματα σε όλη την αίθουσα, σε κάθε γωνιά ή ως μια ομαδική διαδρομή εμποδίων, όπου κάθε μαθητής βοηθάει τον άλλον να κάνει τις δραστηριότητες. Κάθε Σταθμός Δραστηριότητας πρέπει να έχει διαφορετικές δραστηριότητες.

ΑΣΚΗΣΗ

Μπορεί να στηθεί ένα Speed date με δύο σειρές μαθητών να βρίσκονται ο ένας απέναντι στον άλλο.

Οι πιο έμπειροι μαθητές ή οι βοηθοί διδασκαλίας σχηματίζουν τη Γραμμή 1 και στο τέλος κάθε δραστηριότητας, το τελευταίο άτομο στη Γραμμή 1 μετακινείται στην αρχή της Γραμμής 1 και όλοι μετακινούνται μία σειρά προς τα κάτω. Η Γραμμή 2 κρατάει τον εξοπλισμό προσαρμοσμένο στις ανάγκες τους. (Βλέπε σχέδιο μαθήματος Κ3)

Ο καθένας μπορεί να συμμετέχει σε διαφορετικές δραστηριότητες με διαφορετικούς τρόπους και με διαφορετικά άτομα ταυτόχρονα.

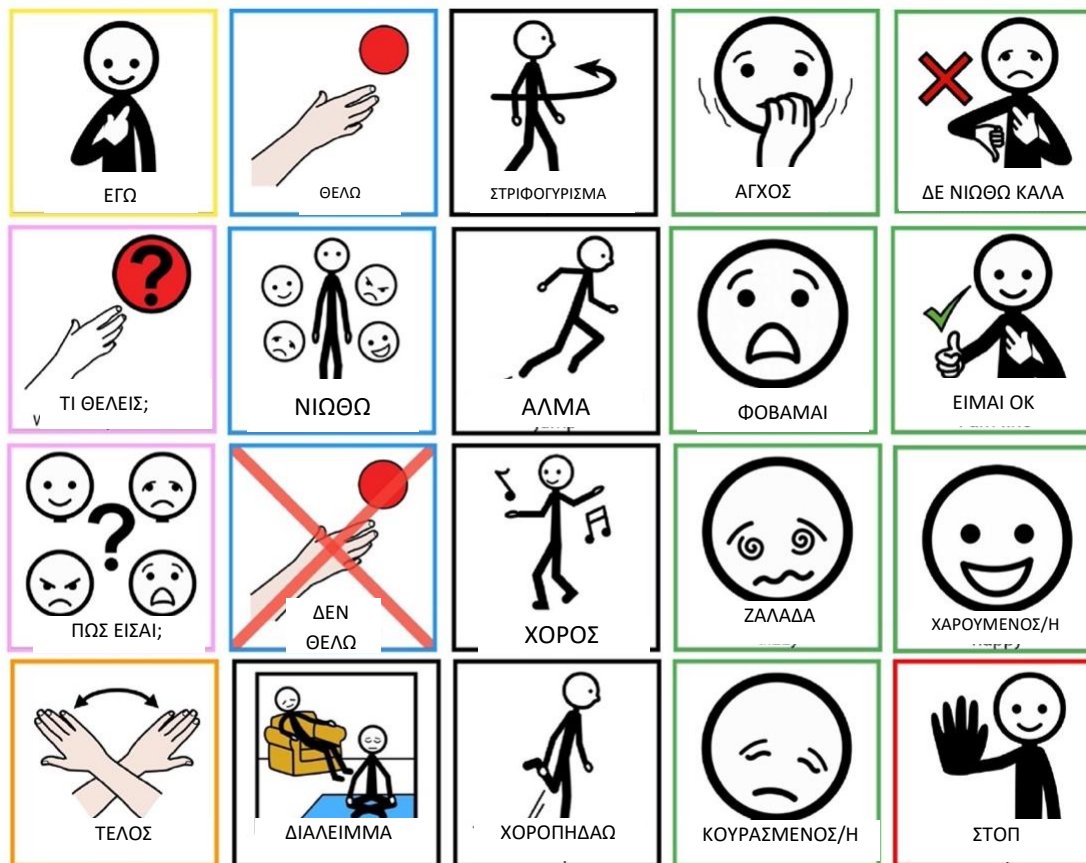
ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ

Μια θεραπευτική μπάλα μπορεί να αντικατασταθεί με ένα μαξιλάρι ή ένα χαλάκι.

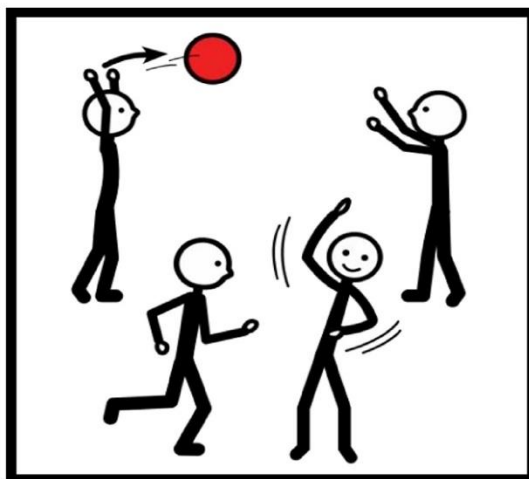
ΑΤΟΜΑ

Αριθμήστε κάθε άτομο, π.χ. από το 1 έως το 5. Κάθε ομάδα συγκεντρώνεται σε ένα Σταθμό Δραστηριοτήτων ή σε ένα Σταθμό Διαδοχικών Δεξιοτήτων με αρίθμηση από το 1 έως το 5. Κάθε ομάδα μπορεί να έχει έναν αρχηγό ή έναν βοηθό διδασκαλίας που μπορεί να βοηθήσει την ομάδα. (Βλέπε σχέδιο μαθήματος Μ4)

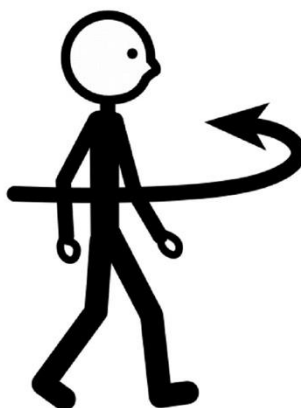
ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Α6 ΠΙΝΑΚΑΣ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ



Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)

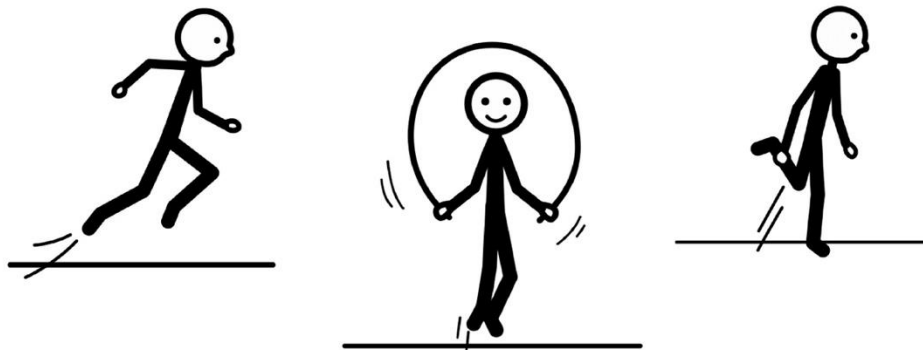


Κατά τη διάρκεια των μαθημάτων φυσικής αγωγής κάνω διάφορες ασκήσεις



Μερικές φορές, κατά τη διάρκεια του μαθήματος της γυμναστικής μπορώ να κάνω ασκήσεις όπως στροφές

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



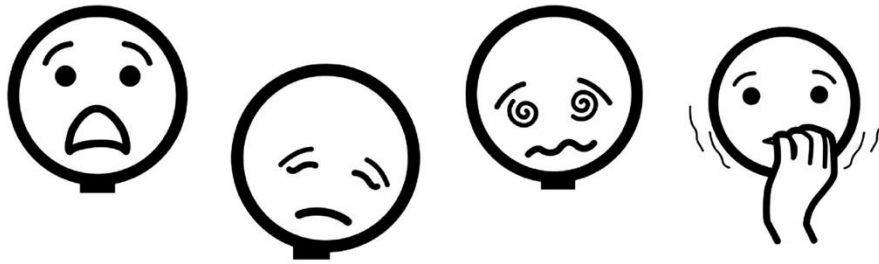
Μερικές φορές κάνω ασκήσεις όπως άλματα ή πηδηματάκια στο ένα πόδι.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Μερικές φορές κατά τη διάρκεια του μαθήματος της γυμναστικής μπορεί επίσης να χορέψω.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Κάνοντας αυτές τις ασκήσεις μπορεί να νιώσω φόβο, άγχος, κούραση ή ακόμα και ζαλάδα. Αυτό μπορεί να είναι εξουθενωτικό και μπορεί να χρειάζομαι ένα διάλειμμα. Και αυτό είναι απολύτως φυσιολογικό.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Μπορώ να προσπαθήσω να δείξω θάρρος και να προσπαθήσω να κάνω τις δραστηριότητες.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Διάλειμμα

Μπορώ να κάνω ένα διάλειμμα από την άσκηση και να ξεκουραστώ. Μπορώ να πω στον δάσκαλο ότι χρειάζομαι διάλειμμα χρησιμοποιώντας λέξεις, χειρονομίες ή εικόνες.



Δεν πειράζει να μην κάνω όλες τις ασκήσεις. Θα κάνω ένα διάλειμμα και θα ηρεμήσω.

ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Α7

Εκφράζει πως νιώθει όταν πρέπει να παραμείνει ακίνητος

60 λεπτά

ΣΚΟΠΟΣ ΤΟΥ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

οι μαθητές θα μπορούν να εκφράζουν πως νιώθουν όταν πρέπει να παραμείνουν ακίνητοι

ΥΛΙΚΑ

Μπάλα αντιστρες
Οπτικές κάρτες διαλείμματος
Οπτικές κάρτες υπενθύμισης
Κοινωνική ιστορία

ΤΕΧΝΙΚΕΣ

Κοινωνική ιστορία: Χρήση μιας εξατομικευμένης ιστορίας που προετοιμάζει τους μαθητές για καταστάσεις που απαιτούν επαφή με άλλους, εξηγώντας τι να περιμένουν και πώς να χειριστούν τα συναισθήματα που προκύπτουν.

Μοντελοποίηση συμπεριφοράς: Επίδειξη των δραστηριοτήτων, ενώ παράλληλα γίνεται ξεκάθαρη επίδειξη του τρόπου έκφρασης των συναισθημάτων με τη χρήση ενός βιβλίου επικοινωνίας.

Λεκτική και οπτική προτροπή: Παροχή υποδείξεων για την καθοδήγηση των μαθητών στην αποτελεσματική χρήση των εργαλείων επικοινωνίας

Θετική ενίσχυση: Έπαινος, ενθάρρυνση ή απτές ανταμοιβές για την κατάλληλη έκφραση συναισθημάτων και τη συμμετοχή σε δραστηριότητες παρά τη σχετική δυσφορία.

Σταδιακή επαφή: Σταδιακή εισαγωγή δραστηριοτήτων που περιλαμβάνουν γρήγορη κίνηση, αυξάνοντας την ταχύτητα ή τη διάρκεια καθώς ο μαθητής νιώθει πιο άνετα.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Διαβάστε με τον μαθητή την κοινωνική ιστορία που αφορά δραστηριότητες όπου πρέπει να παραμείνει ακίνητος.

Ετοιμάστε οπτικές κάρτες διαλείμματος για να τις χρησιμοποιεί ο μαθητής όταν χρειάζεται να κινηθεί και να κάνει μια άλλη δραστηριότητα.

Ετοιμάστε κάρτες οπτικής υπενθύμισης για να τις χρησιμοποιήσετε ως οπτική προτροπή.

Παρέχετε μια μπάλα anti-stress ή άλλα παιχνίδια ηρεμίας που ο μαθητής μπορεί να κρατήσει στο χέρι του. Δείξτε στο μαθητή τις μπάλες συμπίεσης.

Κατά την εκτέλεση των δραστηριοτήτων κατά τις οποίες οι μαθητές πρέπει να παραμείνουν ακίνητοι (αγαλατάκια ακούνητα, παιχνίδι με κόκκινο φως και πράσινο φως, αναμονή στην ουρά κ.λπ.), χρησιμοποιήστε τις κάρτες οπτικής υπενθύμισης για να προτρέψετε το παιδί να μην κινείται συνεχώς.

Προτρέψτε τον μαθητή να χρησιμοποιήσει τις κάρτες για να επικοινωνήσει. Ενισχύστε θετικά εάν χρησιμοποιήσει τις κάρτες για να εκφραστεί. (π.χ χρειάζομαι ένα διάλειμμα).

ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Αποτελεσματική επικοινωνία: Οι μαθητές θα χρησιμοποιούν αποτελεσματικά εργαλεία επικοινωνίας για να εκφράσουν τα συναισθήματά τους σχετικά με δραστηριότητες που απαιτούν να στέκονται κοντά σε άλλους.

Δεξιότητες αυτοδιαχείρισης: Οι μαθητές θα διαχειρίζονται τα συναισθήματα και τη συμπεριφορά τους σε καταστάσεις όπου ο προσωπικός χώρος είναι περιορισμένος.

Προσαρμογή σε δραστηριότητες με κίνηση: Οι μαθητές θα συμμετέχουν σε δραστηριότητες με ακινησία, δείχνοντας όλο και μεγαλύτερη άνεση και ικανότητα διαχείρισης της συμπεριφοράς τους με την πάροδο του χρόνου.

Χρήση στρατηγικών ηρεμίας: Οι μαθητές θα χρησιμοποιούν αυτόνομα αντικείμενα ή τεχνικές ηρεμίας όταν αισθάνονται καταβεβλημένοι από τη δραστηριότητα που απαιτεί να παραμείνουν ακίνητοι.

ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΥΠΟΒΑΘΡΟ

Εφαρμοσμένη Ανάλυση Συμπεριφοράς: Επικεντρώνεται στη συστηματική διδασκαλία των μαθητών να επικοινωνούν τις ανάγκες τους και να διαχειρίζονται τις αισθητηριακές ευαισθησίες μέσω της θετικής ενίσχυσης και της δομημένης αλληλεπίδρασης.

Γνωστική-συμπεριφορική θεωρία: Αφορά την κατανόηση του τρόπου με τον οποίο οι σκέψεις και τα συναισθήματα μπορούν να επηρεάσουν τη συμπεριφορά.

Θεωρία αισθητηριακής ολοκλήρωσης: Βοηθά στην κατανόηση του τρόπου με τον οποίο οι μαθητές επεξεργάζονται τις αισθητηριακές πληροφορίες, και τη σημασία της προσαρμογής των αισθητηριακών αναγκών στα εκπαιδευτικά περιβάλλοντα.

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Επικοινωνία και έκφραση: Βελτίωση της ικανότητας επικοινωνίας προσωπικών εμπειριών και συναισθημάτων

Συναισθηματική ανθεκτικότητα και αντιμετώπιση: Καλλιέργεια ανθεκτικότητας και μηχανισμών διαχείρισης για την αντιμετώπιση σωματικών και συναισθηματικών δυσκολιών.

Δεξιότητες αισθητηριακής επεξεργασίας: Βελτιωμένη ικανότητα επεξεργασίας αισθητηριακών πληροφοριών που σχετίζονται με την αφή και τον προσωπικό χώρο, και ανάπτυξη στρατηγικών διαχείρισης.

Δεξιότητες αντιμετώπισης: Χρήση αντικειμένων, όπως μπάλες κατά του άγχους, για τη διαχείριση των αισθητηριακών αναγκών κατά τη διάρκεια της ακινησίας.

Αυτοδιαχείριση: Βελτιωμένη ικανότητα διαχείρισης παρορμήσεων και ακινησίας όταν απαιτείται, χρησιμοποιώντας τεχνικές που έχουν διδαχθεί.

ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΜΑΘΗΤΕΣ ΜΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΕΣ

ΧΩΡΟΣ

Μπορούν να στηθούν σταθμοί δεξιοτήτων με δραστηριότητες που απαιτούν σταδιακά μεγαλύτερο χρόνο ακινησίας.

(Βλέπε σχέδιο μαθήματος M4).

ΑΣΚΗΣΗ

Ο σταθμός δεξιοτήτων 1 μπορεί να είναι ακίνητος ξαπλωμένος, ο σταθμός 2 ακίνητος καθιστός, ο σταθμός 3 ακίνητος γονατιστός και ο σταθμός 4 ακίνητος όρθιος.

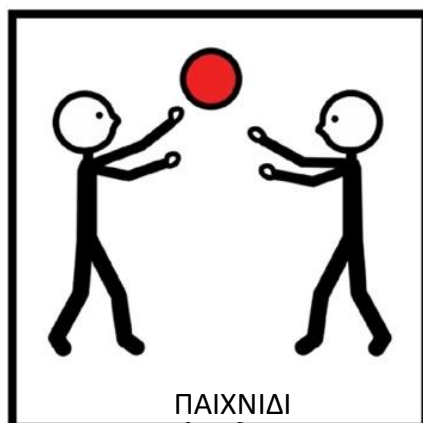
ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ

Μικροί κρίκοι/στεφάνια μπορούν να χρησιμοποιηθούν για να στέκονται μέσα. Ή ένα χαρτί τοποθετημένο στο πάτωμα.

ΑΤΟΜΑ

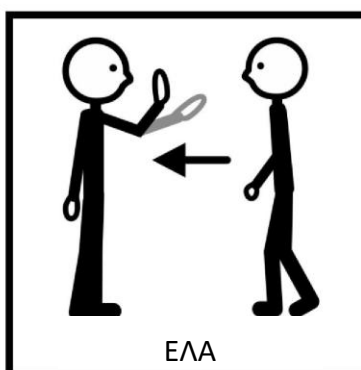
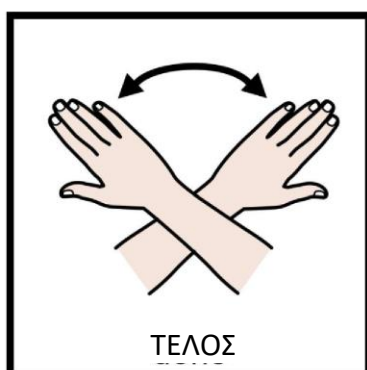
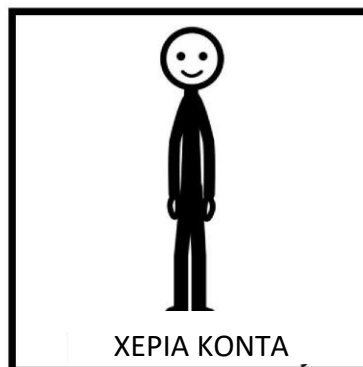
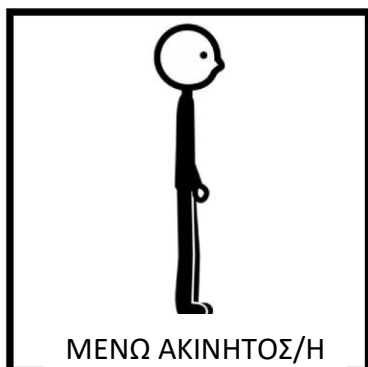
Ένας συμμαθητής ή βοηθός διδασκαλίας μπορεί να βοηθήσει τους μαθητές με λιγότερες δεξιότητες.

ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Α7 ΚΑΡΤΕΣ ΔΙΑΛΕΙΜΜΑΤΟΣ



Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)

ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Α7 ΚΑΡΤΕΣ ΥΠΕΝΘΥΜΙΣΗΣ



Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)

ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Α7 ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΙΣΤΟΡΙΑ

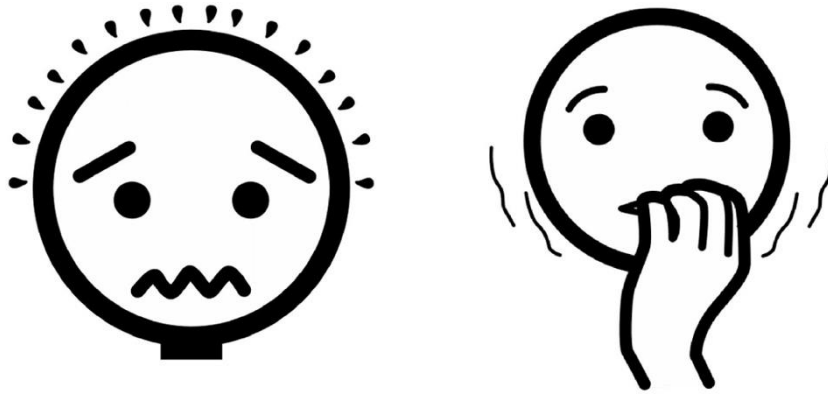


Μερικές φορές, κατά τη διάρκεια δραστηριοτήτων γυμναστικής, πρέπει να παραμείνω ακίνητος/η.

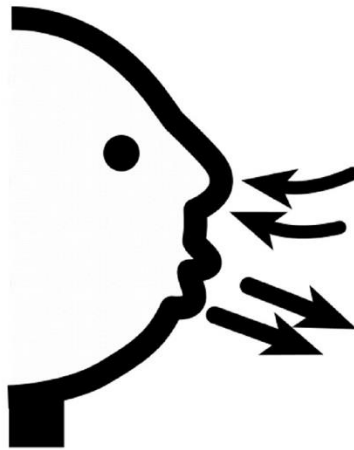


Αυτό σημαίνει ότι πρέπει να σταματήσω να κινούμαι.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



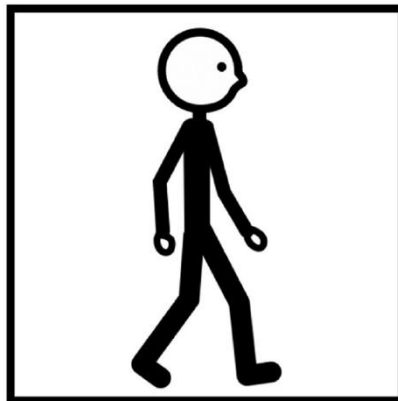
Αυτό μπορεί να με αγχώσει και να με κάνει να νιώθω νευρικότητα.



Μπορώ όμως να προσπαθήσω να κάνω κάτι που θα με βοηθήσει να παραμείνω ακίνητος. Μπορώ να προσπαθήσω να πάρω βαθιές αναπνοές.

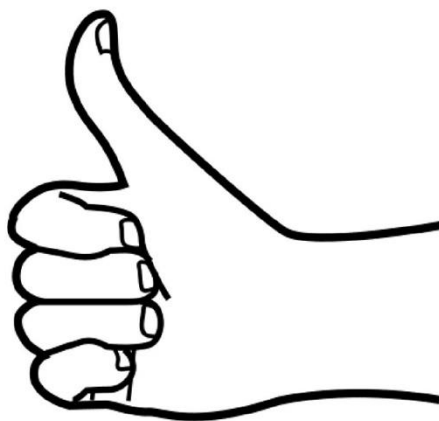


Αν εξακολουθώ να νιώθω νευρικότητα ή άγχος, μπορώ να πάρω μια μπάλα αντιστρέψ στο χέρι μου και να προσπαθήσω να παραμείνω ακίνητος /η κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας.



Ίσως χρειαστώ ένα διάλειμμα από τη δραστηριότητα και να κάνω μια βόλτα. Δεν πειράζει. Μπορώ να πω στον δάσκαλό μου ότι χρειάζομαι διάλειμμα χρησιμοποιώντας λέξεις, χειρονομίες ή εικόνες

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)



Πρέπει να θυμάμαι ότι δεν πειράζει να κάνω ένα διάλειμμα από τη δραστηριότητα.

Pictograms author: Sergio Palao Origin: ARASAAC (<http://arasaac.org>) License: CC (BY-NC-SA)

ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Α8

Εκφράζει πως νιώθει όταν βρίσκεται σε θορυβώδες περιβάλλον

60 λεπτά (Μπορεί να χωριστεί σε περισσότερα μαθήματα)

ΣΚΟΠΟΣ ΤΟΥ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Οι μαθητές να είναι σε θέση να αυτοαξιολογούν τις αισθητηριακές τους ανάγκες σε ένα θορυβώδες περιβάλλον και να παίρνουν μέτρα για να καλύψουν τις δικές τους ανάγκες.

ΥΛΙΚΑ

Υλικά σταθμού ήχων (βλ. παρακάτω)
Κατάλογος αυτοαξιολόγησης του ήχου
Κάρτες οπτικής προτροπής
Βίντεο
Κοινωνική ιστορία
Ακουστικά για το θόρυβο
Φόρμα αξιολόγησης

ΤΕΧΝΙΚΕΣ

Κοινωνική ιστορία και βίντεο μοντελοποίησης: Χρήση μιας κοινωνικής ιστορίας και βίντεο επίδειξης για τη διαχείριση του θορύβου στο γυμναστήριο.

Σταθμοί αισθητηριακής αξιολόγησης: Δημιουργία σταθμών με διαφορετικές ακουστικές εμπειρίες, ώστε οι μαθητές να εξερευνήσουν τις αισθητηριακές τους αντιδράσεις σε διάφορες εντάσεις και τύπους θορύβου.

Μοντελοποίηση συμπεριφοράς: Επίδειξη των δραστηριοτήτων, ενώ παράλληλα γίνεται ξεκάθαρη επίδειξη του τρόπου έκφρασης των συναισθημάτων με τη χρήση ενός βιβλίου επικοινωνίας.

Λεκτική και οπτική προτροπή: Παροχή υποδείξεων για την καθοδήγηση των μαθητών στην αποτελεσματική χρήση των εργαλείων επικοινωνίας

Θετική ενίσχυση: Έπαινος, ενθάρρυνση ή απτές ανταμοιβές για την κατάλληλη έκφραση συναισθημάτων και τη συμμετοχή σε δραστηριότητες παρά τη σχετική δυσφορία.

Σταδιακή επαφή: Σταδιακή εισαγωγή δραστηριοτήτων που περιλαμβάνουν γρήγορη κίνηση, αυξάνοντας την ταχύτητα ή τη διάρκεια καθώς ο μαθητής νιώθει πιο άνετα.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Διαβάστε με τον μαθητή την κοινωνική ιστορία που αφορά τα θορυβώδη περιβάλλοντα. Κάντε ερωτήσεις για να ελέγξετε την κατανόηση σε όλη τη διάρκεια.

Προετοιμάστε την τάξη με έναν σταθμό ήχου με ακουστικά και πολυμέσα με διαφορετικούς κοινούς ήχους της Φ.Α. σε διάφορες εντάσεις (π.χ. μια ομάδα παιδιών που τρέχουν σε κλειστό χώρο).

Καθοδηγήστε τους μαθητές στον σταθμό ήχου, βάζοντάς τους να αυτοαξιολογήσουν το επίπεδο ευαισθησίας τους σε κάθε ήχο χρησιμοποιώντας το παρεχόμενο αρχείο αυτοαξιολόγησης ήχου.

Δείξτε στους μαθητές τις κάρτες με τις οπτικές προτροπές για διάλειμμα ή την πρόσβαση σε ακουστικά ακύρωσης θορύβου.

Ζητήστε από τους μαθητές να παρακολουθήσουν το βίντεο-μοντέλο επικοινωνίας των αναγκών και να εξασκηθούν στην επικοινωνία.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Αποτελεσματική επικοινωνία: Οι μαθητές θα χρησιμοποιούν αποτελεσματικά εργαλεία επικοινωνίας για να εκφράσουν τα συναισθήματά τους σχετικά με δραστηριότητες που απαιτούν να στέκονται κοντά σε άλλους.

Προσαρμογή σε θορυβώδη περιβάλλοντα: Οι μαθητές μπορούν να λειτουργούν σε ένα θορυβώδες περιβάλλον γυμναστικής, εφαρμόζοντας στρατηγικές διαχείρισης που διδάσκονται μέσα από το μάθημα.

Αισθητηριακή αυτοαξιολόγηση: Οι μαθητές θα χρησιμοποιήσουν με ακρίβεια την αυτοαξιολόγηση ήχου για να προσδιορίσουν τα επίπεδα ευαισθησίας τους σε διάφορους θορύβους.

ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΥΠΟΒΑΘΡΟ

Εφαρμοσμένη Ανάλυση Συμπεριφοράς: Επικεντρώνεται στη συστηματική διδασκαλία των μαθητών να επικοινωνούν τις ανάγκες τους και να διαχειρίζονται τις αισθητηριακές ευαισθησίες μέσω της θετικής ενίσχυσης και της δομημένης αλληλεπίδρασης.

Γνωστική-συμπεριφορική θεωρία: Αφορά την κατανόηση του τρόπου με τον οποίο οι σκέψεις και τα συναισθήματα μπορούν να επηρεάσουν τη Συμπεριφορά.

Θεωρία αισθητηριακής ολοκλήρωσης: Βοηθά στην κατανόηση του τρόπου με τον οποίο οι μαθητές επεξεργάζονται τις αισθητηριακές πληροφορίες, και τη σημασία της προσαρμογής των αισθητηριακών αναγκών στα εκπαιδευτικά περιβάλλοντα.

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Επικοινωνία και έκφραση: Βελτίωση της ικανότητας επικοινωνίας προσωπικών εμπειριών και συναισθημάτων

Συναισθηματική ανθεκτικότητα και αντιμετώπιση: Καλλιέργεια ανθεκτικότητας και μηχανισμών διαχείρισης για την αντιμετώπιση σωματικών και συναισθηματικών δυσκολιών.

Δεξιότητες αισθητηριακής επεξεργασίας: Βελτιωμένη ικανότητα επεξεργασίας αισθητηριακών πληροφοριών που σχετίζονται με την αφή και τον προσωπικό χώρο, και ανάπτυξη στρατηγικών διαχείρισης.

Συναισθηματική ρύθμιση: Καλλιέργεια δεξιοτήτων συναισθηματικής ρύθμισης μέσω της αναγνώρισης και της επικοινωνίας προσωπικών δυσφοριών ή αναγκών σε ένα κοινωνικό περιβάλλον.

Κοινωνική αλληλεπίδραση και συνεργασία: Βελτίωση της αλληλεπίδρασης με τους συνομηλίκους και τους εκπαιδευτικούς κατά τη διάρκεια των δραστηριοτήτων.

Συναισθηματική ευελιξία: Καλλιέργεια της ανθεκτικότητας με την προσαρμογή σε απαιτητικά περιβάλλοντα και τη διατήρηση της ψυχραιμίας υπό πίεση.

ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΜΑΘΗΤΕΣ ΜΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΕΣ

ΧΩΡΟΣ

Η απόσταση μεταξύ των σταθμών μπορεί να αλλάζει έτσι ώστε να αισθάνονται οι μαθητές πιο άνετα.

ΑΣΚΗΣΗ

Μπορεί να στηθεί ένα Speed date με δύο σειρές μαθητών να βρίσκονται ο ένας απέναντι στον άλλο.

Οι πιο έμπειροι μαθητές ή οι βοηθοί διδασκαλίας σχηματίζουν τη Γραμμή 1 και στο τέλος κάθε δραστηριότητας, το τελευταίο άτομο στη Γραμμή 1 μετακινείται στην αρχή της Γραμμής 1 και όλοι μετακινούνται μία σειρά προς τα κάτω. Η Γραμμή 2 κρατάει τον εξοπλισμό προσαρμοσμένο στις ανάγκες τους. (Βλέπε σχέδιο μαθήματος K3)

Ο καθένας μπορεί να συμμετέχει σε διαφορετικές δραστηριότητες με διαφορετικούς τρόπους και με διαφορετικά άτομα ταυτόχρονα.

ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ

Αντί για σταθμό ήχου μπορείτε να χρησιμοποιήσετε ήχους που κάνουν οι μαθητές εκείνη τη στιγμή.

ΑΤΟΜΑ

Αριθμήστε κάθε άτομο, π.χ. από το 1 έως το 5. Κάθε ομάδα συγκεντρώνεται σε ένα Σταθμό Δραστηριοτήτων ή σε ένα Σταθμό Διαδοχικών Δεξιοτήτων με αρίθμηση από το 1 έως το 5. Κάθε ομάδα μπορεί να έχει έναν αρχηγό ή έναν βοηθό διδασκαλίας που μπορεί να βοηθήσει την ομάδα. (Βλέπε σχέδιο μαθήματος M4)

ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ A8 VIDEO

https://youtu.be/taC_hE6CyGA



ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Α8 ΚΑΡΤΕΣ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ





ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ

ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Α8 ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΙΣΤΟΡΙΑ

Μερικές φορές, πηγαίνουμε σε χώρους με πολύ θόρυβο. Σε αυτά τα μέρη, υπάρχουν πολλοί ήχοι, όπως γέλια, μουσική, ομιλίες, ποδοβολητά, ακόμα και δυνατός αντίλαλος. Μερικές φορές, το μάθημα της γυμναστικής μπορεί να έχει πολλούς από αυτούς τους δυνατούς ήχους. Μπορεί να είναι λίγο ενοχλητικό. Το να αισθάνεστε ότι οι θόρυβοι είναι ενοχλητικοί είναι οκ. Μπορείς όμως να χρησιμοποιήσεις κάποιες ειδικές στρατηγικές για να σε βοηθήσουν να νιώσεις καλύτερα.

Πρώτον, είναι σημαντικό να ακούσεις τα συναισθήματά σου. Μπορείς να πάρεις μια βαθιά ανάσα και να πεις στον εαυτό σου ότι είσαι γενναίος και δυνατός.

Αν ο θόρυβος στην γυμναστική εξακολουθεί να είναι υπερβολικός, τότε μπορείς να χρησιμοποιήσεις τα ειδικά ακουστικά ακύρωσης θορύβου. Αυτά τα ακουστικά μπορούν να κάνουν τους δυνατούς ήχους πιο ήπιους και πιο υποφερτούς. Πρέπει να βεβαιωθείς ότι ξέρεις πού μπορείς να βρεις αυτά τα ακουστικά ή ότι μπορείς να πεις σε έναν δάσκαλο ότι τα χρειάζεσαι.

Μπορείς επίσης να κάνεις ένα διάλειμμα από τη φασαρία στην αίθουσα γυμναστικής. Μπορείς να χρησιμοποιήσεις τα χέρια σου, λέξεις ή εικόνες για να ζητήσεις από τον δάσκαλό σου ένα διάλειμμα. Οι χειρονομίες, οι λέξεις ή οι εικόνες μπορούν να σε βοηθήσουν να εκφράσεις τα συναισθήματα και τις ανάγκες σου.

Να θυμάσαι μόνο ότι δεν πειράζει αν δεν σου αρέσουν οι δυνατοί ήχοι στην αίθουσα γυμναστικής. Μπορείς να προσπαθήσεις να παραμείνεις ήρεμος και να κάνεις πράγματα για να βοηθήσεις τον εαυτό σου.

ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Α8 ΦΟΡΜΑ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΔΑΣΚΑΛΟΥ

Οδηγίες: Ο εκπαιδευτικός θα πρέπει να συμπληρώσει αυτόν τον κατάλογο ελέγχου μετά την ολοκλήρωση του μαθήματος.

ΣΤΟΧΟΣ	ΤΑ ΚΑΤΑΦΕΡΑ!	ΙΣΩΣ ΤΗΝ ΕΠΟΜΕΝΗ ΦΟΡΑ	ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ
1. Προσαρμογή της κοινωνικής ιστορίας με τους μαθητές.			
2. Επανεξέταση της κοινωνικής ιστορίας με τους μαθητές.			
3. Τέθηκαν ερωτήσεις για να ελεγχθεί η κατανόηση της κοινωνικής ιστορίας			
4. Προετοιμάστηκε και διεξήχθη αισθητηριακός σταθμός ήχων.			
5. Οι μαθητές συμμετείχαν σε αυτοαξιολόγηση κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας με τους αισθητηριακούς σταθμούς			
6. Επιλέχθηκαν οι κατάλληλες κάρτες επικοινωνίας για τους μαθητές			
7. Έδειξα τις κάρτες στους μαθητές, το βίντεο και τους έδειξα πως να χρησιμοποιούν τις κάρτες.			
8. Οι μαθητές εξασκήθηκαν στη χρήση των καρτών επικοινωνίας, δίνοντας τους προτροπές ανάλογα με τις ανάγκες.			
9. Ολοκληρώθηκε το μάθημα με την επανάληψη της κοινωνικής ιστορίας με τους μαθητές.			

ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ A9

Εκφράζει πως νιώθει όταν βρίσκεται σε περιβάλλον με έντονο φωτισμό

60 λεπτά (Μπορεί να χωριστεί σε περισσότερα μαθήματα)

ΣΚΟΠΟΣ ΤΟΥ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Οι μαθητές να είναι σε θέση να αυτοαξιολογούν τις αισθητηριακές τους ανάγκες σε ένα περιβάλλον με έντονο φωτισμό και να παίρνουν μέτρα για να καλύψουν τις δικές τους ανάγκες.

ΥΛΙΚΑ

Υλικά σταθμού φωτισμού (βλ. παρακάτω)
Κατάλογος αυτοαξιολόγησης του φωτισμού
Κάρτες οπτικής προτροπής
Βίντεο
Κοινωνική ιστορία
Γυαλιά ηλίου και καπέλο
Φόρμα αξιολόγησης

ΤΕΧΝΙΚΕΣ

Κοινωνική ιστορία και βίντεο μοντελοποίησης: Χρήση μιας κοινωνικής ιστορίας και βίντεο επίδειξης για τη διαχείριση του έντονου φωτισμού στο γυμναστήριο.

Σταθμοί αισθητηριακής αξιολόγησης: Δημιουργία σταθμών με διαφορετικούς φωτισμούς, ώστε οι μαθητές να εξερευνήσουν τις αισθητηριακές τους αντιδράσεις σε διάφορους φωτισμούς.

Μοντελοποίηση συμπεριφοράς: Επίδειξη των δραστηριοτήτων, ενώ παράλληλα γίνεται ξεκάθαρη επίδειξη του τρόπου έκφρασης των συναισθημάτων με τη χρήση ενός βιβλίου επικοινωνίας.

Λεκτική και οπτική προτροπή: Παροχή υποδείξεων για την καθοδήγηση των μαθητών στην αποτελεσματική χρήση των εργαλείων επικοινωνίας

Θετική ενίσχυση: Έπαινος, ενθάρρυνση ή απτές ανταμοιβές για την κατάλληλη έκφραση συναισθημάτων και τη συμμετοχή σε δραστηριότητες παρά τη σχετική δυσφορία.

Σταδιακή επαφή: Σταδιακή εισαγωγή δραστηριοτήτων που περιλαμβάνουν γρήγορη κίνηση, αυξάνοντας την ταχύτητα ή τη διάρκεια καθώς ο μαθητής νιώθει πιο άνετα.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Διαβάστε με τον μαθητή την κοινωνική ιστορία που αφορά τα θορυβώδη περιβάλλοντα. Κάντε ερωτήσεις για να ελέγξετε την κατανόηση σε όλη τη διάρκεια.

Προετοιμάστε την τάξη με έναν σταθμό φωτισμού με γυαλιά και καπέλα και πολυμέσα με διαφορετικούς φωτισμούς (π.χ. έντονο, που αναβοσβήνει, με διάφορα χρώματα κλπ).

Καθοδηγήστε τους μαθητές στον σταθμό φωτισμού, βάζοντάς τους να αυτοαξιολογήσουν το επίπεδο ευαισθησίας τους σε κάθε φωτισμό χρησιμοποιώντας το παρεχόμενο αρχείο αυτοαξιολόγησης ήχου.

Δείξτε στους μαθητές τις κάρτες με τις οπτικές προτροπές για διάλειμμα ή την πρόσβαση σε γυαλιά ή καπέλο.

Ζητήστε από τους μαθητές να παρακολουθήσουν το βίντεο-μοντέλο επικοινωνίας των αναγκών και να εξασκηθούν στην επικοινωνία.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Αποτελεσματική επικοινωνία: Οι μαθητές θα χρησιμοποιούν αποτελεσματικά εργαλεία επικοινωνίας για να εκφράσουν τα συναισθήματά τους σχετικά με δραστηριότητες που απαιτούν να στέκονται κοντά σε άλλους.

Προσαρμογή σε θορυβώδη περιβάλλοντα: Οι μαθητές μπορούν να λειτουργούν σε ένα θορυβώδες περιβάλλον γυμναστικής, εφαρμόζοντας στρατηγικές διαχείρισης που διδάσκονται μέσα από το μάθημα.

Αισθητηριακή αυτοαξιολόγηση: Οι μαθητές θα χρησιμοποιήσουν με ακρίβεια την αυτοαξιολόγηση ήχου για να προσδιορίσουν τα επίπεδα ευαισθησίας τους σε διάφορους θορύβους.

ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΥΠΟΒΑΘΡΟ

Εφαρμοσμένη Ανάλυση Συμπεριφοράς: Επικεντρώνεται στη συστηματική διδασκαλία των μαθητών να επικοινωνούν τις ανάγκες τους και να διαχειρίζονται τις αισθητηριακές ευαισθησίες μέσω της θετικής ενίσχυσης και της δομημένης αλληλεπίδρασης.

Γνωστική-συμπεριφορική θεωρία: Αφορά την κατανόηση του τρόπου με τον οποίο οι σκέψεις και τα συναισθήματα μπορούν να επηρεάσουν τη Συμπεριφορά.

Θεωρία αισθητηριακής ολοκλήρωσης: Βοηθά στην κατανόηση του τρόπου με τον οποίο οι μαθητές επεξεργάζονται τις αισθητηριακές πληροφορίες, και τη σημασία της προσαρμογής των αισθητηριακών αναγκών στα εκπαιδευτικά περιβάλλοντα.

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Επικοινωνία και έκφραση: Βελτίωση της ικανότητας επικοινωνίας προσωπικών εμπειριών και συναισθημάτων

Συναισθηματική ανθεκτικότητα και αντιμετώπιση: Καλλιέργεια ανθεκτικότητας και μηχανισμών διαχείρισης για την αντιμετώπιση σωματικών και συναισθηματικών δυσκολιών.

Δεξιότητες αισθητηριακής επεξεργασίας: Βελτιωμένη ικανότητα επεξεργασίας αισθητηριακών πληροφοριών που σχετίζονται με την αφή και τον προσωπικό χώρο, και ανάπτυξη στρατηγικών διαχείρισης.

Συναισθηματική ρύθμιση: Καλλιέργεια δεξιοτήτων συναισθηματικής ρύθμισης μέσω της αναγνώρισης και της επικοινωνίας προσωπικών δυσφοριών ή αναγκών σε ένα κοινωνικό περιβάλλον.

Κοινωνική αλληλεπίδραση και συνεργασία: Βελτίωση της αλληλεπίδρασης με τους συνομηλίκους και τους εκπαιδευτικούς κατά τη διάρκεια των δραστηριοτήτων.

Συναισθηματική ευελιξία: Καλλιέργεια της ανθεκτικότητας με την προσαρμογή σε απαιτητικά περιβάλλοντα και τη διατήρηση της ψυχραιμίας υπό πίεση.

ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΜΑΘΗΤΕΣ ΜΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΕΣ

ΧΩΡΟΣ

Η απόσταση μεταξύ των σταθμών μπορεί να αλλάζει έτσι ώστε να αισθάνονται οι μαθητές πιο άνετα.

Μπορούν να δημιουργηθούν πολλαπλοί σταθμοί δεξιοτήτων. Δείτε το σχέδιο μαθήματος M4.

ΑΣΚΗΣΗ

Δείτε το σχέδιο μαθήματος M4.

ΑΤΟΜΑ

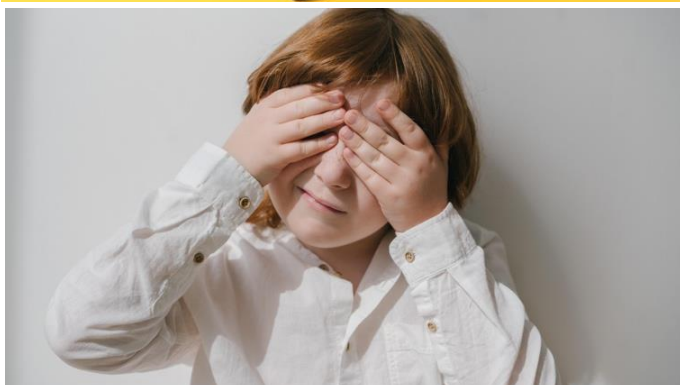
Αριθμήστε κάθε άτομο, π.χ. από το 1 έως το 5. Κάθε ομάδα συγκεντρώνεται σε ένα Σταθμό Δραστηριοτήτων ή σε ένα Σταθμό Διαδοχικών Δεξιοτήτων με αρίθμηση από το 1 έως το 5. Κάθε ομάδα μπορεί να έχει έναν αρχηγό ή έναν βοηθό διδασκαλίας που μπορεί να βοηθήσει την ομάδα. (Βλέπε σχέδιο μαθήματος M4)

ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Α9 ΒΙΝΤΕΟ

<https://youtu.be/4Vujwx21I7o>



ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Α9 ΚΑΡΤΕΣ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ





ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Α9 ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΙΣΤΟΡΙΑ

Φωτεινά περιβάλλοντα

Μερικές φορές, πηγαίνουμε σε πολύ φωτεινά μέρη. Σε αυτά τα φωτεινά μέρη υπάρχουν πολλές έντονες ακτίνες φωτός, όπως εκτυφλωτικές λάμπες, εκτυφλωτικές οθόνες, εικόνες που αναβοσβήνουν, φωτεινές πινακίδες, ακόμη και εκτυφλωτικές αντανάκλασεις. Μερικές φορές, το μάθημα της γυμναστικής μπορεί να έχει πολλά από αυτά τα έντονα φώτα. Τα φώτα μπορεί να σε κάνουν να νιώθεις πόνο στα μάτια σου ή στο κεφάλι σου. Το να αισθάνεσαι ότι η φωτεινότητα είναι υπερβολική είναι εντάξει. Μπορείς όμως να χρησιμοποιήσεις κάποιες ειδικές στρατηγικές για να σε βοηθήσουν να νιώσεις καλύτερα.

Πρώτον, είναι σημαντικό να ακούς το σώμα σου. Μπορείς να πάρεις μια βαθιά ανάσα και να πεις στον εαυτό σου ότι έχεις τον έλεγχο.

Αν η φωτεινότητα στην ΦΑ εξακολουθεί να είναι υπερβολική, τότε μπορείς να χρησιμοποιήσεις τα ειδικά γυαλιά ηλίου ή το καπέλο σου. Αυτά τα προστατευτικά γυαλιά μπορούν να κάνουν τα έντονα φώτα πιο ήπια. Πρέπει να βεβαιωθείς ότι ξέρεις πού να βρεις τα γυαλιά ή ότι μπορείς να πεις σε έναν δάσκαλο ότι τα χρειάζεσαι.

Μπορείς επίσης να κάνεις ένα διάλειμμα από τα έντονα φώτα στην αίθουσα γυμναστικής. Μπορείς να χρησιμοποιήσεις τα χέρια σου, λέξεις ή εικόνες για να ζητήσεις από τον δάσκαλό σου ένα διάλειμμα. Οι χειρονομίες, οι λέξεις ή οι εικόνες μπορούν να σε βοηθήσουν να εκφράσεις τα συναισθήματα και τις ανάγκες σου.

Απλά θυμήσου, δεν πειράζει αν δεν σου αρέσουν τα έντονα φώτα στην αίθουσα γυμναστικής. Μπορείς να προσπαθήσεις να παραμείνεις ήρεμος και να κάνεις πράγματα για να βοηθήσεις τον εαυτό σου.

ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Α9 ΦΟΡΜΑ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΔΑΣΚΑΛΟΥ

Οδηγίες: Ο εκπαιδευτικός θα πρέπει να συμπληρώσει αυτόν τον κατάλογο ελέγχου μετά την ολοκλήρωση του μαθήματος.

ΣΤΟΧΟΣ	ΤΑ ΚΑΤΑΦΕΡΑ!	ΙΣΩΣ ΤΗΝ ΕΠΟΜΕΝΗ ΦΟΡΑ	ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ
Προσαρμογή της κοινωνικής ιστορίας με τους μαθητές.			
Επανεξέταση της κοινωνικής ιστορίας με τους μαθητές.			
Τέθηκαν ερωτήσεις για να ελεγχθεί η κατανόηση της κοινωνικής ιστορίας			
Προετοιμάστηκε και διεξήχθη αισθητηριακός σταθμός φωτισμού.			
Οι μαθητές συμμετείχαν σε αυτοαξιολόγηση κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας με τους αισθητηριακούς σταθμούς			
Επιλέχθηκαν οι κατάλληλες κάρτες επικοινωνίας για τους μαθητές			
Έδειξα τις κάρτες στους μαθητές, το βίντεο και τους έδειξα πως να χρησιμοποιούν τις κάρτες.			
Οι μαθητές εξασκήθηκαν στη χρήση των καρτών επικοινωνίας, δίνοντας τους προτροπές ανάλογα με τις ανάγκες.			
Ολοκληρώθηκε το μάθημα με την επανάληψη της κοινωνικής ιστορίας με τους μαθητές.			

Εκπαίδευση σε θέματα αυτισμού και διαχείρισης συμπεριφοράς για εκπαιδευτικούς Φυσικής Αγωγής

Αριθμός έργου: KA220-SCH-D6D31EDD

Αποποίηση ευθύνης

Το έργο αυτό χρηματοδοτήθηκε από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος ERASMUS+. Η υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής για την παραγωγή της παρούσας έκδοσης δεν συνιστά έγκριση του περιεχομένου, το οποίο αντικατοπτρίζει τις απόψεις μόνο των συγγραφέων, και η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτό.

Website: <https://perfectproject.org/>

Επικοινωνία: Info@Insideeu.eu

Μετάφραση:



Co-funded by
the European Union

