



ΔΥΣΠΡΑΞΙΑ (1)

Η δυσπραξία είναι μία αναπτυξιακή διαταραχή που επηρεάζει τον συντονισμό και τις κινητικές δεξιότητες ενός παιδιού. Τα παιδιά με δυσπραξία μπορεί να δυσκολεύονται σε εργασίες που απαιτούν ισορροπία, κίνηση και λεπτές κινητικές δεξιότητες, όπως το γράψιμο, το δέσιμο των κορδονιών των παπουτσιών ή το πιάσιμο της μπάλας. Μπορεί, επίσης, να δυσκολεύονται να οργανώσουν τις σκέψεις τους και να ολοκληρώσουν εργασίες με τη σειρά. Παρά τις προκλήσεις αυτές, η νοημοσύνη τους, συνήθως, δεν επηρεάζεται.

ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΣΤΙΣ ΚΙΝΗΣΕΙΣ

- Ενσωματώστε τακτικές, καθοδηγούμενες σωματικές δραστηριότητες για να βοηθήσετε στη βελτίωση των ακαθάριστων κινητικών δεξιοτήτων, όπως το άλμα, το πήδημα ή η ισορροπία.
- Χρησιμοποιήστε δομημένα διαλείμματα κίνησης για να βοηθήσετε το παιδί να βελτιώσει το συντονισμό και να εκτονώσει τη σωματική ένταση.
- Ενθαρρύνετε δραστηριότητες όπως ο χορός, η κολύμβηση ή η γιόγκα που αναπτύσσουν την ισορροπία και τον έλεγχο της κίνησης σε περιβάλλον χαμηλής πίεσης.

ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΣΥΝΤΟΝΙΣΜΟΥ

- Χωρίστε τις εργασίες σε μικρότερα, διαχειρίσιμα βήματα, παρέχοντας επιπλέον χρόνο για την ολοκλήρωση των σωματικών εργασιών.
- Χρησιμοποιήστε οπτικά βοηθήματα ή επιδείξεις για να δείξετε τον τρόπο εκτέλεσης ορισμένων κινήσεων ή δραστηριοτήτων.
- Ενθαρρύνετε την επαναλαμβανόμενη εξάσκηση συγκεκριμένων κινήσεων με θετική ενίσχυση, επιτρέποντας στο παιδί να αποκτήσει μυϊκή μνήμη.

ΜΕΙΩΜΕΝΕΣ ΛΕΠΤΕΣ ΚΙΝΗΤΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ

- Παρέχετε εναλλακτικά εργαλεία, όπως μεγαλύτερα μολύβια, λαβές ή ψαλίδια σχεδιασμένα για παιδιά με κινητικές δυσκολίες, για να βοηθούν σε εργασίες όπως η γραφή ή η κοπή.
- Συμπεριλάβετε ασκήσεις λεπτής κινητικότητας, όπως το δέσιμο με χάντρες ή το πλάσιμο της πλαστελίνης, για την ενίσχυση των μυών των δακτύλων και του συντονισμού χεριού-ματιού.
- Επιτρέψτε τη χρήση της τεχνολογίας, όπως ταμπλέτες ή δακτυλογράφηση, ως εναλλακτική λύση για τη γραφή με το χέρι στην τάξη.



ΔΥΣΠΡΑΞΙΑ (2)

ΔΥΣΚΟΛΙΕΣ ΣΕ ΕΡΓΑΣΙΕΣ ΟΠΩΣ ΤΟ ΓΡΑΨΙΜΟ, Η ΣΧΕΔΙΑΣΗ, Η ΚΟΠΗ ΜΕ ΨΑΛΙΔΙ, ΤΟ ΚΟΥΜΠΩΜΑ ΚΑΙ ΤΟ ΔΕΣΙΜΟ ΚΟΡΔΟΝΙΩΝ

- Δώστε σαφείς οδηγίες και πρόσθετο χρόνο εξάσκησης για δεξιότητες αυτοεξυπηρέτησης, όπως το κούμπωμα και το δέσιμο των κορδονιών των παπουτσιών, ή χρησιμοποιήστε εναλλακτικές λύσεις, όπως παπούτσια με αυτοκόλλητο.
- Διδάξτε δεξιότητες προ-γραφής και σχεδίασης μέσω δραστηριοτήτων όπως η ανίχνευση σχημάτων ή γραμμάτων πριν προχωρήσετε στην ελεύθερη γραφή.
- Παρέχετε προσαρμοστικά ψαλίδια και άλλα εργαλεία, προσφέροντας ευκαιρίες για καθοδηγούμενη εξάσκηση σε εργασίες λεπτής κινητικότητας σε ένα περιβάλλον χαμηλού στρες.

ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΣΤΗΝ ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΤΟΥ ΧΩΡΟΥ

- Χρησιμοποιήστε οπτικές ενδείξεις, όπως γραμμές, πλέγματα ή οδηγούς χωροθέτησης, για να βοηθήσετε το παιδί με την αντίληψη του χώρου στο χαρτί και κατά τη διάρκεια των δραστηριοτήτων της τάξης.
- Διδάξτε τις έννοιες του χώρου με πρακτικές δραστηριότητες, όπως το χτίσιμο με τουβλάκια, την τοποθέτηση επίπλων ή τη μέτρηση αντικειμένων.
- Ενθαρρύνετε παιχνίδια και εργασίες που απαιτούν χωρική σκέψη, όπως η κατασκευή απλών μοντέλων, για να βοηθήσετε το παιδί να βελτιώσει σταδιακά τη χωρική του αντίληψη.

ΜΕΙΩΜΕΝΗ ΑΠΟΔΟΣΗ ΣΕ ΕΡΓΑΣΙΕΣ ΠΟΥ ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΥΝ ΧΩΡΙΚΕΣ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ (Π.Χ., ΕΠΙΛΥΣΗ ΠΑΖΛ, ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΠΑΙΧΝΙΔΙΩΝ)

- Χρησιμοποιήστε παζλ και παιχνίδια βασισμένα σε μοτίβα που ξεκινούν με απλά σχήματα και αυξάνουν σταδιακά την πολυπλοκότητά τους για την ανάπτυξη της χωρικής σκέψης.
- Δώστε δομημένη καθοδήγηση για την οργάνωση εργασιών, χρησιμοποιώντας οπτικές ετικέτες και υποδείξεις για να βοηθήσετε τα παιδιά να ταξινομήσουν και να τακτοποιήσουν αντικείμενα.
- Ενσωματώστε δραστηριότητες που βελτιώνουν τις οπτικο-χωρικές δεξιότητες, όπως η ταξινόμηση αντικειμένων με βάση το μέγεθος ή το σχήμα ή η χρήση οδηγιών με βάση εικόνες για να βοηθήσετε το παιδί να κατανοήσει τις ακολουθίες εργασιών.

ΠΡΟΣΟΧΗ

Δυσκολία στην ολοκλήρωση εργασιών και στη διατήρηση της προσοχής

Αναβλητικότητα ή αποφυγή δραστηριοτήτων που απαιτούν λεπτές κινητικές δεξιότητες

ΚΙΝΗΤΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ

Αδεξιότητα ή συχνά ατυχήματα

Δυσκολία με τις λεπτές κινητικές λειτουργίες

Αδέξια ή καθυστερημένη αδρή κινητικότητα

ΧΩΡΙΚΗ ΑΝΤΙΛΗΨΗ

Προβλήματα στην κατανόηση του προσωπικού χώρου

Δυσκολία στην οργάνωση αντικειμένων ή εργασιών

**ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ
ΧΡΟΝΟΥ**

Προβλήματα με
την αλληλουχία
και την οργάνωση
των εργασιών

Δυσκολία με τις
μεταβάσεις

**ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙ
ΚΗ ΚΑΙ
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ
ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ**

Απογοήτευση ή
συναισθηματικά
ξεσπάσματα

Αποφυγή
ομαδικών
δραστηριοτήτων

Χαμηλή
αυτοεκτίμηση
σχετικά με
εργασίες που
απαιτούν
σωματική άσκηση

**ΤΑΧΥΤΗΤΑ
ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑΣ**

Βραδύτερη
ολοκλήρωση
εργασιών

Δυσκολία να
συμβαδίσουν με
τους συμμαθητές
τους



ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ ΓΙΑ ΤΗ ΔΥΣΠΡΑΞΙΑ (Αγγλικά)

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ / ΕΠΙΠΡΟΣΘΕΤΟ ΥΛΙΚΟ

- <https://my.clevelandclinic.org/health/diseases/23963-dyspraxia-developmental-coordination-disorder-dcd>
- <https://www.healthdirect.gov.au/dyspraxia>

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- **Aline-Wendy Dunlop.** *Dyspraxia: A guide for teachers and parents*
- **Susan McGurk, Judith L. R. D. B. Wallace.** *Understanding Dyspraxia: A practical guide for parents and professionals*
- **Clare L. O'Farrell.** *Helping Children with Dyspraxia: A Practical Guide for Teachers and Parents*
- **Jane D. R. B. Whittaker.** *Dyspraxia: A practical guide for teachers and parents*
- **Anna Barnett.** *Dyspraxia: A Parent's Guide*

ΜΑΘΕΤΕ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΑ

- <https://dyspraxiakids.com/dyspraxia-in-children/>
- <https://playworld.com/blog/playground-fun-children-dyspraxia/?lang=can>
- <https://www.youtube.com/watch?v=8dYz6pCjEy8&t=86s>



ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ ΓΙΑ ΤΗ ΔΥΣΠΡΑΞΙΑ (Ελληνικά)

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ / ΕΠΙΠΡΟΣΘΕΤΟ ΥΛΙΚΟ

- Αναπτυξιακή Λεκτική Δυσπραξία: <https://paidiatriko.gr/el/asthenies/anaptyxiaki-lektiki-dyspraxia>
- <https://paizokaimilo.gr/index.php/2020/10/12/dyspraksia-gr/>
- 4+1 ΑΣΚΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΔΥΣΠΡΑΞΙΑ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ: <https://www.ergotherapeiakids.com/l/4-1-askiseis-gia-tin-dyspraxia-sto-spiti/>

ΜΑΘΕΤΕ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΑ

- Τι είναι η Δυσπραξία;/ Παίζω και Μαθαίνω: <https://www.youtube.com/watch?v=tLVuVKH6Qlg>
- Τι είναι η Λεκτική Δυσπραξία; : <https://www.facebook.com/reel/1073419424269480>