

Τομέας εστίασης: Δυσπραξία

Τίτλος της δραστηριότητας: «Περιπέτεια στη δοκό ισορροπίας»

Στόχος:

- Βελτίωση της ισορροπίας, του συντονισμού και της αντίληψης του χώρου.
- Ανάπτυξη αδρών κινητικών δεξιοτήτων μέσω ελεγχόμενων κινήσεων.
- Οικοδόμηση αυτοπεποίθησης στις σωματικές δραστηριότητες μέσω διασκεδαστικών και εφικτών προκλήσεων.

Διάρκεια: 30-45 λεπτά

Οργανωτική μορφή της δραστηριότητας: Αυτή η δραστηριότητα έχει σχεδιαστεί για ατομική εξάσκηση, αλλά μπορεί επίσης να προσαρμοστεί για προκλήσεις μικρών ομάδων ή ομαδικές ασκήσεις, με βάση τις οδηγίες του εκπαιδευτικού.

Ηλικιακή ομάδα-στόχος: Σχεδιασμένη κυρίως για μαθητές της πρώτης τάξης, αλλά μπορεί να προσαρμοστεί για μεγαλύτερα ή μικρότερα παιδιά τροποποιώντας το επίπεδο δυσκολίας.

Εργαλεία:

- Δοκός ισορροπίας (ή μία γραμμή με ταινία στο πάτωμα για απλούστερη εκδοχή).
- Μικρά αντικείμενα για μεταφορά (σακούλες με φασόλια, ελαφριές μπάλες, μικρά παιχνίδια).
- Κώνοι ή μαρκαδόροι για τη δημιουργία διαδρομής.
- Χρονόμετρο (προαιρετικά).

Οδηγίες:

- Στήστε μία δοκό ισορροπίας στο πάτωμα (ή χρησιμοποιήστε μία ταινία ή μία σανίδα με ασφαλή στήριξη).
- Ξεκινήστε με μία απλή άσκηση: ζητήστε από το παιδί να διασχίσει τη δοκό ισορροπίας χωρίς να κατέβει.
- Εισάγετε σταδιακά προκλήσεις, όπως το να μεταφέρει ένα μικρό αντικείμενο, να περπατήσει προς τα πίσω ή να ακολουθήσει μια καμπύλη διαδρομή.
- Για ομαδικό περιβάλλον, πραγματοποιήστε μία διασκεδαστική σκυταλοδρομία, όπου τα παιδιά διασχίζουν εκ περιτροπής τη δοκό ισορροπίας και περνούν ένα αντικείμενο στον επόμενο συμμετέχοντα.
- Παρέχετε λεκτική ενθάρρυνση και καθοδήγηση καθώς το παιδί πλοηγείται στη διαδρομή, επαινώντας την προσπάθειά του και την πρόοδό του.

Συμβουλές για εκπαιδευτικούς:

- Ξεκινήστε με μία πλατιά και σταθερή δοκό και, στη συνέχεια, μεταβείτε σταδιακά σε πιο στενές ή πιο δύσκολες ρυθμίσεις.
- Χρησιμοποιήστε δείκτες ή αυτοκόλλητα στη δοκό για να καθοδηγήσετε την τοποθέτηση των ποδιών για πρόσθετη στήριξη.



Co-funded by
the European Union



- Επιτρέψτε διαλείμματα και προσαρμόστε τη δυσκολία με βάση το επίπεδο άνεσης του παιδιού.
- Δώστε έμφαση στη διασκέδαση και την ευχαρίστηση αντί για την τελειότητα για να ενισχύσετε την αυτοπεποίθηση του παιδιού και την προθυμία του να συμμετέχει.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ:



Co-funded by
the European Union



Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.

Τομέας εστίασης: Δυσπραξία

Τίτλος της δραστηριότητας «Εγώ σε φυσικό μέγεθος»

Στόχος:

- Βελτίωση της επίγνωσης του σχήματος του σώματός τους, των αναλογιών και του χωρικού προσανατολισμού.
- Εξάσκηση των λεπτών και αδρών κινητικών δεξιοτήτων σχεδιάζοντας, χρωματίζοντας και τοποθετώντας μέρη του σώματος

Διάρκεια: 30-60 λεπτά

Οργανωτική μορφή της δραστηριότητας: Αυτή η δραστηριότητα έχει σχεδιαστεί για ατομική εξάσκηση, αλλά μπορεί επίσης να χρησιμοποιηθεί σε ομαδικό πλαίσιο, σύμφωνα με τις οδηγίες του εκπαιδευτικού.

Ηλικιακή ομάδα-στόχος: Αυτή η δραστηριότητα έχει σχεδιαστεί κυρίως για μαθητές της πρώτης τάξης, αλλά μπορεί να προσαρμοστεί για χρήση σε άλλες ηλικιακές ομάδες ανάλογα με τις ανάγκες των μαθητών.

Εργαλεία:

- Ρολό χαρτιού ζωγραφικής ή μεγάλα κομμάτια χαρτονιού ενωμένα μεταξύ τους
- Είδη ζωγραφικής (μαρκαδόροι, ξυλομπογιές, πινέλα, νερομπογιές κ.λπ.)
- Ψαλίδι (αν χρειάζεται κόψιμο)
- Ταινία (για να στερεώσετε το χαρτί στο πάτωμα).

Οδηγίες:

- Ανοίξτε το ρολό χαρτί ζωγραφικής και στερεώστε το στο πάτωμα με ταινία για να μην γλιστράει. Βεβαιωθείτε ότι ο χώρος είναι ελεύθερος και ασφαλής για να ξαπλώσει το παιδί.
- Ζητήστε από το παιδί να ξαπλώσει στο χαρτί. Χρησιμοποιήστε έναν μαρκαδόρο για να σχεδιάσετε προσεκτικά γύρω από το σώμα του, δημιουργώντας το περίγραμμα της φιγούρας του.
- Ενθαρρύνετε το παιδί να σχεδιάσει λεπτομέρειες μέσα στο περίγραμμα - μέρη του σώματος (μάτια, μύτη, στόμα, χέρια, πόδια), ρούχα και αξεσουάρ.
- Χρησιμοποιήστε υλικά ζωγραφικής για να προσθέσετε χρώμα, υφή και δημιουργικότητα στην ανθρώπινη φιγούρα τους.
- Συζητήστε την τοποθέτηση των μερών του σώματος για να ενισχύσετε την κατανόηση της θέσης και της λειτουργίας τους.

Συμβουλές για εκπαιδευτικούς:

- Παρέχετε έναν καθρέφτη ώστε το παιδί να μπορεί να παρατηρεί το σώμα του και να τοποθετεί με ακρίβεια τα χαρακτηριστικά του.



Co-funded by
the European Union



- Αν το παιδί δυσκολεύεται, χωρίστε την εργασία σε μικρότερα βήματα (π.χ., σχεδιάστε πρώτα το κεφάλι, μετά τα χέρια κ.λπ.).
- Επιδείξτε τη σχεδίαση ενός απλού περιγράμματος ή σημείου για να τα καθοδηγήσετε.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ:



Co-funded by
the European Union



Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο ΕΑΕΑ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.



Co-funded by
the European Union



Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο ΕΑΕΑ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.



Co-funded by
the European Union



Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο ΕΑΕΑ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.