

ΟΛΟΙ ΜΠΟΡΟΥΝ ΝΑ ΠΑΙΞΟΥΝ



Ο αθλητισμός πρέπει να είναι για όλους. Υποστηρίζοντας άτομα με διαφορετικές ικανότητες, οι μαθητές μαθαίνουν ενσυναίσθηση, υπομονή και ηγεσία. Οι αθλητικές δραστηριότητες χωρίς αποκλεισμούς βοηθούν στη δημιουργία μιας ισχυρής, υποστηρικτικής κοινότητας όπου κάθε άτομο μπορεί να συμμετέχει, να αναπτυχθεί και να απολαύσει τη δραστηριότητα.

Σε αυτό το μάθημα, οι μαθητές θα βιώσουν αθλητικές δραστηριότητες χωρίς αποκλεισμούς, θα εξασκηθούν στον εθελοντισμό για να βοηθήσουν άλλους και θα σκεφτούν πώς μπορούν να βοηθήσουν να γίνει ο αθλητισμός φιλόξενος για όλους.

Το προτεινόμενο δείγμα έχει σχεδιαστεί για δραστηριότητες στην τάξη με αναστοχασμό.

Μάθημα

Αθλητισμός

Βαθμός

4

Μαθησιακοί στόχοι

- ✓ Εξασκηθείτε στις δεξιότητες εθελοντισμού για να υποστηρίξετε άτομα με διαφορετικές ικανότητες σε δύσκολες καταστάσεις.
- ✓ Αναπτύξτε ενσυναίσθηση και ηγεσία μέσω αθλημάτων χωρίς αποκλεισμούς και δραστηριοτήτων που σχετίζονται με καταστροφές.
- ✓ Κατανοήστε την αξία της συμμετοχής χωρίς αποκλεισμούς τόσο στον αθλητισμό όσο και στην ετοιμότητα της κοινότητας για καταστροφές.

Διάρκεια

Δύο μαθήματα (2x40 λεπτά)

Απαιτούμενα Υλικά

- ✓ ΦΥΛΛΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ (ένα για κάθε μαθητή)
- ✓ Κώνοι, μπάλες και εξοπλισμός για προσαρμοσμένες αθλητικές δραστηριότητες (π.χ. γκολμπολ, καθιστό βόλεϊ, σκυταλοδρομίες με τροποποιήσεις)
- ✓ Δεμένα μάτια, μαλακές μπάλες και απλές διαδρομές με εμπόδια

- ✓ Αντιγράψτε το ΦΥΛΛΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ όσο και ο αριθμός των μαθητών.
- ✓ Προετοιμάστε προσαρμοσμένα παιχνίδια που προσομοιώνουν κοινές αναπηρίες (π.χ. προβλήματα όρασης, περιορισμένη κινητικότητα).
- ✓ Εξηγήστε με σαφήνεια τις διαδικασίες ασφαλείας και την επικοινωνία με σεβασμό.

ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ

Αποποίηση ευθυνών δασκάλου:

Αυτές οι δραστηριότητες έχουν σχεδιαστεί για να υποστηρίζουν τη μάθηση, την ευημερία και την ένταξη των μαθητών. Τα παιδιά που εκτίθενται σε τραύμα μπορεί να μην αισθάνονται πάντα ασφαλή ή έτοιμα να συμμετάσχουν και ο εξαναγκασμός ρόλων ή προκλήσεων μπορεί να κινδυνεύσει με επανατραυματισμό. Οι δάσκαλοι ενθαρρύνονται να χρησιμοποιούν μια προσέγγιση με βάση το τραύμα: να προσφέρουν επιλογές, να παρέχουν εναλλακτικούς ρόλους, να χρησιμοποιούν υποστηρικτική γλώσσα και να δίνουν προτεραιότητα στη συναισθηματική ασφάλεια, ώστε όλοι οι μαθητές να μπορούν να μάθουν και να ευδοκιμήσουν.

ΠΡΩΤΟ ΜΑΘΗΜΑ

1

ΕΙΣΑΓΩΓΗ (5 λεπτά)

- Ξεκινήστε με μια γρήγορη συζήτηση:
 - «Γιατί είναι σημαντικό να μπορούν όλοι να αθλούνται;»
 - «Πώς μπορούμε να βοηθήσουμε τους άλλους να αισθάνονται ότι περιλαμβάνονται κατά τη διάρκεια των δραστηριοτήτων;»
- Τονίστε ότι το σημερινό μάθημα θα επικεντρωθεί στην ένταξη, την ενσυναίσθηση και την υποστήριξη.

2

ΑΘΛΗΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΣΥΜΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΜΕΝΩΝ (30 λεπτά)

- Ρύθμιση (5 λεπτά):
 - Χωρίστε τους μαθητές σε ζευγάρια ή μικρές ομάδες.
 - Ανάθεση ρόλων: ένας μαθητής = «εθελοντής/βοηθός», ένας μαθητής = «προσαρμοσμένος συμμετέχων στην πρόκληση» (π.χ. με δεμένα μάτια, περιορισμένη κίνηση του χεριού).
- Δραστηριότητες (25 λεπτά):
 - Αθλητικά παιχνίδια χωρίς αποκλεισμούς:
 - Σκυταλοδρομία με δεμένα μάτια: Ένας συνεργάτης καθοδηγεί τον μαθητή με δεμένα μάτια σε ένα μάθημα χρησιμοποιώντας προφορικές οδηγίες.

- Καθιστό βόλεϊ: Όλοι παίζουν καθιστοί για να διασφαλιστεί η δικαιοσύνη και η προσβασιμότητα.
- Προσομοίωση γκολμπολ: Χρησιμοποιώντας μια μαλακή μπάλα με κουδούνι ή ηχητικές ενδείξεις, οι μαθητές προσπαθούν να σκοράρουν γκολ με δεμένα μάτια, καθοδηγούμενοι από συμπαίκτες.
- Ενθαρρύνω:
 - Ευγενικές, σαφείς οδηγίες.
 - Γιορτάζοντας την προσπάθεια κάθε ατόμου.
 - Επίλυση προβλημάτων ως ομάδα όταν προκύπτουν προκλήσεις.

3

ΨΥΞΗ (5 λεπτά)

- Απαλό τέντωμα
- Συνοψίστε τη σημασία της υπομονής, της ενθάρρυνσης και της δικαιοσύνης.
 - «Πώς ένιωσες που βοήθησες ή σε βοήθησε ένας σύντροφος σήμερα;»
 - «Πώς ένιωσες που βοήθησες ή σε βοήθησαν σήμερα;»

ΔΕΥΤΕΡΟ ΜΑΘΗΜΑ

4

ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΚΑΙ ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ (5 λεπτά)

- Δείτε τα βασικά σημεία από την προηγούμενη συνεδρία:
 - «Τι έμαθες για το να βοηθάς άλλους την τελευταία φορά;»
 - «Γιατί είναι σημαντική η ένταξη στον αθλητισμό και τη ζωή;»

5

ΣΥΜΠΕΡΙΛΗΠΤΙΚΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ ΜΕ ΕΝΑΛΛΑΓΗ ΡΟΛΩΝ (30 λεπτά)

- Ρύθμιση (5 λεπτά):
 - Σχηματίστε ομάδες και εναλλάξτε ρόλους εθελοντών/βοηθών για να διασφαλίσετε ότι όλοι βιώνουν και τις δύο προοπτικές.
- Δραστηριότητες (25 λεπτά):
 - Συνεχίστε τα προηγούμενα παιχνίδια χωρίς αποκλεισμούς με εναλλαγές ρόλων.
 - Οι μαθητές σχεδιάζουν το δικό τους «μίνι παιχνίδι χωρίς αποκλεισμούς» και το διδάσκουν σε μια άλλη ομάδα.
 - Εστίαση σε:
 - Υπομονή και ενθάρρυνση.
 - Ηγεσία και σαφής επικοινωνία.
 - Συμπερίληψη όλων και προσαρμογή των παιχνιδιών ανάλογα με τις ανάγκες.

6

ΑΝΑΣΤΟΧΑΣΜΟΣ ΚΑΙ ΣΥΖΗΤΗΣΗ (5 λεπτά)

- Δώστε φύλλα εργασίας στους μαθητές.
- Ομαδικός προβληματισμός:
 - «Πώς έδειξες καλοσύνη και υπομονή σήμερα;»
 - «Τι έμαθες για να βοηθάς άλλους στον αθλητισμό;»

- «Πώς μπορούμε να κάνουμε τον αθλητισμό φιλόξενο για όλους στο σχολείο μας;»

ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

- Παρατηρήστε πώς οι μαθητές υποστηρίζουν και ενθαρρύνουν τους συμμαθητές τους κατά τη διάρκεια των δραστηριοτήτων.
- Ελέγξτε τους γραπτούς προβληματισμούς των μαθητών.

ΣΥΣΤΑΣΕΙΣ

1

Δημιουργήστε μια *αφίσα* «*Συμπεριλαμβάnuμε όλους*» με ιδέες μαθητών για να κάνετε τον αθλητισμό χωρίς αποκλεισμούς.

2

Ενθαρρύνετε τους μαθητές να μοιραστούν παραδείγματα βοήθειας και βοήθειας σε άλλους τομείς της σχολικής ζωής.

3

Χρησιμοποιήστε θετική ενίσχυση για πράξεις καλοσύνης και ηγεσίας.

4

Προσκαλέστε έναν προσκεκλημένο ομιλητή ή μεγαλύτερο μαθητή να μοιραστεί εμπειρίες με αθλήματα χωρίς αποκλεισμούς, αν είναι δυνατόν.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ



ΦΥΛΛΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Οδηγίες δασκάλου για χρήση φύλλου εργασίας:

Αυτό το φύλλο εργασίας θα πρέπει να συμπληρωθεί από τους μαθητές αμέσως μετά τη δραστηριότητα κατά τη διάρκεια της φάσης αναστοχασμού (τελευταία 5-10 λεπτά). Οι δάσκαλοι μπορούν να επιλέξουν να συλλέξουν και να αναθεωρήσουν τα φύλλα εργασίας για να αξιολογήσουν εάν επιτυγχάνονται οι μαθησιακοί στόχοι ή να τα διατηρήσουν σε χαρτοφυλάκια μαθητών για να παρακολουθούν την πρόοδο με την πάροδο του χρόνου. Η ανατροφοδότηση μπορεί να παρέχεται προφορικά στη συζήτηση στην τάξη ή μεμονωμένα γραπτώς, ανάλογα με το χρόνο και το πλαίσιο.

Όνομα μαθητή:

Ημερομηνία:

Μέρος 1: Αναστοχασμός εθελοντισμού

Απαντήστε στις ακόλουθες ερωτήσεις με 1-2 προτάσεις η καθεμία:

9. Ποιο ήταν ένα πράγμα που κάνατε για να βοηθήσετε τον σύντροφό σας κατά τη διάρκεια των δραστηριοτήτων;

10. Πώς αντέδρασε ο σύντροφός σας;

Μέρος 2: Αθλητικός προβληματισμός χωρίς αποκλεισμούς

Απαντήστε στις ακόλουθες ερωτήσεις με 1-2 προτάσεις η καθεμία:

9. Τι ήταν δύσκολο στο να παίζεις μια προσαρμοσμένη έκδοση ενός παιχνιδιού;

10. Πώς έδειξε η ομάδα σας υποστήριξη ο ένας στον άλλον;

Μέρος 3: Προσωπική ανάπτυξη

Απαντήστε στις ακόλουθες ερωτήσεις με 1-2 προτάσεις η καθεμία:

6. Ένα πράγμα που θα κάνω για να κάνω τον αθλητισμό πιο περιεκτικό είναι
