

Φυσική Αγωγή για όλους

Επιμέλεια: Δρ. Παναγιώτης Βαρσάμης

Εκπαιδευτικός Β/θμιας Εκπαίδευσης

Β' ΚΕ.Δ.Δ.Υ. ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

Θεσσαλονίκη, 10/9/10

Εισαγωγή

Ο σκοπός του παρόντος άρθρου είναι να παρουσιάσει ένα σύντομο περίγραμμα της Φυσικής Αγωγής για την ένταξη μαθητών με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες. Στο επίκεντρο των αναφορών βρίσκεται η «Φυσική Αγωγή για όλους» και όχι κάποια συγκεκριμένη κατεύθυνση, όπως η Προσαρμοσμένη Φυσική Δραστηριότητα, η Ψυχοκινητική κ.ά.. Τα τελευταία χρόνια η επιρροή της εκπαιδευτικής ένταξης έχει καταδείξει ότι τα όρια μεταξύ γενικής και ειδικής αγωγής είναι στην ουσία δυσδιάκριτα. Πολύ περισσότερο, η επιτυχής λειτουργία ενός «σχολείου για όλους» προϋποθέτει την ενοποίηση των κατά περίπτωση ενδειγμένων μεθόδων ανεξαρτήτως του επιστημονικού χώρου από τον οποίο προέρχονται. Σίγουρα, την κυρίαρχη κατεύθυνση των παιδαγωγικών προσπαθειών και προσαρμογών δείχνουν τα ισχύοντα αναλυτικά προγράμματα Φυσικής Αγωγής (τόσο της γενικής, όσο και της ειδικής αγωγής). Για παράδειγμα, το γεγονός ότι πολλοί μαθητές με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες είναι ενταγμένοι στο κοινό σχολείο, δεν τους αποκλείει από εξειδικευμένους στόχους. Επίσης, ο εκπαιδευτικός Φυσικής Αγωγής οφείλει να συνεκτιμήσει τις δυνατότητες των διαθέσιμων εκπαιδευτικών υλικών (π.χ. των δραστηριοτήτων μαθησιακής ετοιμότητας από τα βιβλιοτετράδια ειδικής αγωγής, των δραστηριοτήτων της ευέλικτης ζώνης, βιβλία ή υλικά του εμπορίου και σχετικές ηλεκτρονικές πηγές του διαδικτύου).

Προϋποθέσεις

Ένα σημαντικό ζήτημα για τον εκπαιδευτικό Φυσικής Αγωγής είναι να κατανοήσει τη μεγάλη ετερογένεια των ειδικών εκπαιδευτικών αναγκών. Για παράδειγμα, υπάρχουν περιπτώσεις μαθητών που είναι πλήρως ενταγμένοι στο μάθημα της Φυσικής Αγωγής (όταν π.χ. η βαρηκοΐα ξεπερνιέται με τη χρήση υψηλής τεχνολογίας ακουστικών), αλλά και περιπτώσεις μαθητών που χρήζουν σημαντικών τροποποιήσεων (όταν π.χ. η παραλυσία των κάτω άκρων μπορεί να αντισταθμιστεί μόνο με τροχήλατο αμαξίδιο). Στη Φυσική Αγωγή, οι κυριότεροι διαμορφωτικοί παράγοντες της εν λόγω ετερογένειας θεωρούνται η ψυχοκινητική ικανότητα, η διανοητική κατάσταση, η γενικότερη μαθησιακή ετοιμότητα και το

πολιτισμικό υπόβαθρο του μαθητή. Ένα άλλο σημαντικό θέμα είναι η ύπαρξη μιας ολοκληρωμένης διαφορικής διάγνωσης και μιας άρτιας εκπαιδευτικής αξιολόγησης. Αυτά τα δύο στοιχεία είναι θεμελιώδη για την κατανόηση της ετερογένειας και για τον σχεδιασμό των μαθημάτων, συμπεριλαμβανομένων των εξατομικευμένων διδακτικών προσεγγίσεων. Αρχικά, χρειάζεται η εκτίμηση των αδυναμιών, δυνατοτήτων, κινήτρων, προτιμήσεων και κλίσεων των μαθητών. Επιπλέον, σε συνάρτηση με τους στόχους του σχολείου, προτείνεται η καταγραφή των δραστηριοτήτων ελεύθερου χρόνου των μαθητών και η διερεύνηση των δυνατοτήτων σύζευξης Φυσικής Αγωγής και εξωσχολικής άθλησης.

Στόχοι και Μέθοδοι

Οι στόχοι της Φυσικής Αγωγής στο σχολείο προκύπτουν καταρχήν από τις καθημερινές ανάγκες των μαθητών. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα πρόσφατων ερευνών, οι περισσότεροι μαθητές με αναπηρίες ή με άλλες ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες αντιμετωπίζουν δυσκολίες: α) στην ψυχοκινητική τους ανάπτυξη, β) σε πολλές λειτουργικές δραστηριότητες της καθημερινής τους ζωής, γ) στην ανεξάρτητη διαμόρφωση του ελεύθερου χρόνου τους, δ) στην καθιέρωση ενός φυσικά δραστήριου τρόπου ζωής ή/και ε) στις κοινωνικές τους αλληλεπιδράσεις. Επειδή οι μαθητές αυτοί είναι επιρρεπείς στην αδράνεια και στην απομόνωση, έχουν λίγες ευκαιρίες για να εξασκήσουν κρίσιμες ψυχοκινητικές, εκτελεστικές και κοινωνικές δεξιότητες. Ανάλογα με την κυρίαρχη ειδική εκπαιδευτική ανάγκη, οι μαθητές καλούνται να αντιμετωπίσουν με τη βοήθεια του εκπαιδευτικού Φυσικής Αγωγής σημαντικά έργα προσαρμογής. Μερικά από αυτά είναι τα εξής:

- 1) Ανάπτυξη προσωπικών δεξιοτήτων και στρατηγικών για την αντιμετώπιση των κατά περίπτωση ειδικών προβλημάτων. Εφαρμογή αυτών των δεξιοτήτων σε καταστάσεις της καθημερινής ζωής. Για παράδειγμα, τόσο οι μαθητές της τυπικής ανάπτυξης, όσο και οι μαθητές με σοβαρές δυσκολίες στην ικανότητα ισορροπίας θα πρέπει να μάθουν πως να μεγαλώνουν τη βάση στήριξης όταν κινδυνεύουν να πέσουν και πώς να προστατεύουν ευαίσθητα σημεία του σώματος όταν δεν μπορούν να αποφύγουν την πτώση.
- 2) Ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης, στο μάθημα της Φυσικής Αγωγής, μέσω βιωμάτων που απορρέουν από την επιτυχία και την αναγνώριση. Για αυτό είναι απαραίτητος ο προσανατολισμός στις δυνατότητες και στα επιτεύγματα των μαθητών, ενώ η κοινωνική σύγκριση πρέπει να αποφεύγεται.
- 3) Υιοθέτηση αξιών που συνοδεύονται από έναν υγιή και αθλητικό τρόπο ζωής. Εκμάθηση φυσικών δραστηριοτήτων που μπορούν να συνεχιστούν και εκτός σχολείου - οι δραστηριότητες θα πρέπει να προετοιμάζουν τους μαθητές για κάποια από τα κοινά ή/και προσαρμοσμένα αθλήματα.

- 4) Δημιουργία καλών κοινωνικών σχέσεων με εκπαιδευτικούς και συμμαθητές, ως προϋπόθεση για την επίτευξη μιας πραγματικής αλληλοαποδοχής. Τα παιδιά τυπικής ανάπτυξης και τα παιδιά με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες οφείλουν να ασκηθούν σε βασικές κοινωνικές δεξιότητες. Οι πιο σημαντικές από αυτές είναι: α) η αντιπροσώπευση της προσωπικότητας του καθενός μέσω της έκφρασης αναγκών, επιθυμιών και προτιμήσεων (*δεξιότητα αυτοπαρουσίασης*) και β) η κατανόηση της διαφορετικότητας, ατομικότητας, γνώμης κ.λπ. του άλλου (*δεξιότητα ενσυναίσθησης*).

Έχοντας υπόψη τις παραπάνω αναφορές και αξιοποιώντας τις μαθησιακές, ψυχαγωγικές, επικοινωνιακές και άλλες δυνατότητες του μαθήματος της Φυσικής Αγωγής, μπορεί να προσφερθεί σε όλα τα παιδιά ένα πεδίο απόκτησης χρήσιμων δεξιοτήτων και σημαντικών βιωμάτων. Ανακεφαλαιώνοντας, οι πρωταρχικοί στόχοι της Φυσικής Αγωγής στο σχολείο είναι η υποστήριξη της φυσικής δραστηριότητας, η ανάπτυξη προσωπικών ικανοτήτων και η προαγωγή της κοινωνικής συμμετοχής. Σημαντικές συνιστώσες της ανάδειξης των ικανοτήτων των μαθητών είναι μεταξύ άλλων η αποτελεσματική ρύθμιση της δυσκολίας των ασκήσεων και των συνθηκών εκτέλεσης αυτών (*αρχή της εσωτερικής διαφοροποίησης*). Επιπλέον, η τοποθέτηση προσωπικών στόχων από τους μαθητές και η χρήση ενδοατομικών μέτρων αξιολόγησης (*αρχή του προσανατολισμού στην βελτίωση*) ενισχύει σημαντικά την αυτοεκτίμηση. Ακόμη, χρειάζεται η κριτική αναθεώρηση των ιδεών μας για την «επίδοση», ο συνεχής πειραματισμός του εκπαιδευτικού και των μαθητών για την εύρεση των κατάλληλων μορφών δραστηριότητας / συμμετοχής (*σχεδιασμός για όλους*) και η ενεργή εμπλοκή των μαθητών στον σχεδιασμό των μαθημάτων (*αρχή του αυτοπροσδιορισμού*).

Σε περιπτώσεις που ένα τμήμα δεν έχει μαθητές με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες ο σκοπός της Φυσικής Αγωγής είναι να ευαισθητοποιήσει τους μαθητές της τυπικής ανάπτυξης για τα αποτελέσματα της τροποποίησης των κανονισμών και τις «διαφορετικές» μορφές άθλησης (βλ. Παραολυμπιακοί Αγώνες, Special Olympics κ.λπ.). Επιπροσθέτως, μπορούν να διοργανωθούν εκδηλώσεις αθλητικού ενδιαφέροντος από κοινού με κάποιο γειτονικό (ειδικό) σχολείο. Όλοι οι παραπάνω στόχοι επηρεάζουν την οργάνωση του μαθήματος, το στυλ διδασκαλίας και τις μεθόδους διδασκαλίας. Για παράδειγμα, ο προσανατολισμός στη διαδικασία και όχι στο αποτέλεσμα της συνεργασίας των μαθητών (π.χ. κατά τη μέθοδο project) έχει ενθαρρυντικά αποτελέσματα στην ευαισθητοποίηση των συμμετεχόντων. Σε κάθε περίπτωση χρειάζεται η υποστήριξη της παρακίνησης των μαθητών της τυπικής ανάπτυξης ώστε να συμμετέχουν σε αλλαγμένα, πλην όμως ενδιαφέροντα αθλήματα (π.χ. πετοσφαίριση με μπαλόνι ή ποδόσφαιρο με αργοκίνητη μπάλα, πάντα σε μικρά γήπεδα).

Παρόμοια ισχύουν και στην αξιολόγηση: Εκτός από τις γνωστές της λειτουργίες, η αξιολόγηση χρησιμοποιείται συχνά ως μέσο πειθούς εκπαιδευτικών, μαθητών και γονέων για τα μαθησιακά επιτεύγματα. Για αυτό τον σκοπό ενδείκνυνται η αυθεντική αξιολόγηση (*authentic assessment*) και η αξιολόγηση διαβαθμισμένων κριτηρίων (*rubrics*). Τέλος, για την υλοποίηση των επιδιώξεων της Φυσικής Αγωγής χρειάζονται κατά περίπτωση φύλλα προσδιορισμού των στόχων, φύλλα αυτοαξιολόγησης (αυτορύθμισης), καρτέλες προόδου, σύμβολα οδηγιών και δραστηριοτήτων (MAKATON, PECS, cliparts, σκίτσα κ.λπ.), φωτογραφίες ή βίντεο από τις δραστηριότητες των μαθητών κ.ά..

Συμπέρασμα

Ανάλογα με τις ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες είναι απαραίτητες κάποιες προσαρμογές του μαθήματος της Φυσικής Αγωγής. Μόνο έτσι θα μπορέσουν οι πιο αδύναμοι μαθητές να βρουν νόημα στο μάθημα αυτό, καθώς ο αθλητισμός αποτελεί έναν χώρο συναγωνισμού, αλλά και αμείλικτων κοινωνικών συγκρίσεων. Ο ρόλος της εκπαίδευσης, σε αντίθεση με την θεραπεία, είναι η προαγωγή βιωμάτων ικανότητας και όχι η επικέντρωση στην δυσλειτουργία ή στην ανικανότητα. Σε αυτό το πλαίσιο, η αναπηρία είναι μια καθημερινή, δυναμική και διαλεκτική σχέση με το περιβάλλον και όχι ένα αμετάκλητο αποτέλεσμα. Η αναπηρία γίνεται αντιληπτή με δυσμενή τρόπο και οδηγεί συχνά στον κοινωνικό αποκλεισμό, όταν υπάρχουν σημαντικές ασυμφωνίες μεταξύ των εκάστοτε ατομικών χαρακτηριστικών, των απαιτήσεων ενός έργου και των επίκαιρων κοινωνικών προσδοκιών.

Ενδεικτική Βιβλιογραφία

- Βαρσάμης Π. (2004). Εκπαίδευση παιδιών με σωματικά και κινητικά προβλήματα. 2^η βελτιωμένη έκδοση. Θεσσαλονίκη: Διδασκαλείο Ειδικής Αγωγής «Δημήτριος Γληνός», Π.Τ.Δ.Ε., Α.Π.Θ.
- Βαρσάμης Π., Θεοδοσιάδης Ν. & Ευαγγελίδου Δ. (2007). Κριτήρια βαθμολόγησης μαθητών κατά την εκπαιδευτική ένταξη: Έρευνα σε εκπαιδευτικούς πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης. *Θέματα Ειδικής Αγωγής*, Α' Μέρος: τχ. 36, σσ. 7-13. Β' Μέρος: τχ. 37, σσ. 14-22.

Ενδεικτικοί σύνδεσμοι

- <http://www.paralympic.org>
- <http://www.cortland.edu/apens>
- <http://www.kuleuven.be/thenapa>
- <http://www.move-international.org>
- <http://www.specialolympicshellas.gr>
- <http://www.FlagHouse.com/ActivityGuides>
- http://www.ncpe4me.com/inclusive_pe.html
- http://www.csun.edu/education/eed/credential_programs/itep/pe.htm