“Ο σκοπός της Φυσικής Αγωγής στην υποχρεωτική εκπαίδευση είναι να συμβάλλει κατά προτεραιότητα στην σωματική ανάπτυξη των μαθητών και παράλληλα να βοηθήσει στην ψυχική και πνευματική τους καλλιέργεια καθώς και στην αρμονική ένταξή τους στην κοινωνία. Προτεραιότητα έχει η ανάπτυξη των κινητικών δεξιοτήτων των μαθητών και μέσω αυτών η καλλιέργεια των φυσικών τους ικανοτήτων και η ενίσχυση της υγείας τους”.

Η Προσαρμοσμένη Φυσική Αγωγή είναι κλάδος της φυσικής αγωγής που εντάσσεται στα πλαίσια της ειδικής εκπαίδευσης. Ο σκοπός της Προσαρμοσμένης Φυσικής Αγωγής στο σχολείο μας, στο Ε.Ε.Ε.Ε.Κ Αγίου Δημητρίου είναι ίδιος με αυτόν της Φυσικής Αγωγής στην υποχρεωτική εκπαίδευση, δηλαδή να συμβάλλει στη σωματική ανάπτυξη των μαθητών, στην ψυχική και πνευματική τους καλλιέργεια, καθώς και στην αρμονική ένταξή τους στην κοινωνία. Ο απώτερος σκοπός είναι η πλήρης και η ισότιμη ένταξη των μαθητών του Ε.Ε.Ε.Ε.Κ τόσο στο σχολικό περιβάλλον, όσο και σε όλα τα επίπεδα της κοινωνικής ζωής.

Καθορίζοντας τους γενικούς στόχους της Προσαρμοσμένης Φυσικής Αγωγής θα μπορούσαμε να πούμε ότι είναι αλληλένδετοι, καθώς η επιτυχία του ενός αποτελεί απαραίτητη προϋπόθεση για την επιτυχία του άλλου.

Αποβλέπει:
1. Να καταστήσει το παιδί ικανό να κινείται στο χώρο αξιοποιώντας όλους τους δυνατούς τρόπους ελευθερίας που επιτρέπει το σώμα του.
2. Να αναπτύξει το παιδί βουλητικές κινητικές αντιδράσεις – ενέργειες στα ερεθίσματα που δέχεται από το περιβάλλον.
3. Στο σχεδιασμό και την εφαρμογή του εκπαιδευτικού προγράμματος με βάση την ιατρική διάγνωση του μαθητή, αλλά και τις ατομικές του ανάγκες και δυνατότητες.
4. Στη συνεργασία εκπαιδευτικών διαφόρων ειδικοτήτων και τη χρήση προσαρμοσμένου και εξειδικευμένου εξοπλισμού, για την ασφαλή και αποτελεσματική οργάνωση του μαθήματος.

Οι ειδικοί στόχοι της Προσαρμοσμένης Φυσικής Αγωγής είναι:
1. Προγραμματισμός δραστηριοτήτων για την ανάπτυξη της γενικής φυσικής κατάστασης των μαθητών ως προς τις φυσικές ικανότητες (καρδιοαναπνευστική λειτουργία, μυϊκή δύναμη, αντοχή, ευκαμψία, επιδεξιότητα και ταχύτητα).
2. Βελτίωση των θεμελιωδών και στοιχειωδών κινητικών προτύπων (βάδισμα, τρέξιμο, άλματα, ρίψεις, μετακίνηση στον χώρο, ισορροπία, χειρισμός αντικειμένων).
3. Ανάπτυξη προσαρμοσμένων προγραμμάτων, ομαδικών και ατομικών κινητικών δραστηριοτήτων με κύριο στόχο την ψυχαγωγία των παιδιών.
4. Εξασφάλιση της υγείας των μαθητών μέσω της εξάσκησης υποστηρικτικών μυϊκών ομάδων (ραχιαίοι-κοιλιακοί) που συμβάλλουν στη σωστή όρθια στάση και λειτουργία των οργάνων και συστημάτων του ανθρώπινου σώματος.
5. Εκμάθηση μεθόδων νευρομυϊκής χαλάρωσης σε παιδιά με νευρολογικές διαταραχές και υπερκινητικότητα. Οι δραστηριότητες αυτές βοηθούν στην απόκτηση μηχανισμών ψυχολογικής προσαρμογής και κοινωνικών ενδιαφερόντων που επιτρέπουν μια φυσιολογική ζωή.
6. Διδασκαλία κινητικών δεξιοτήτων που βοηθούν το παιδί να συναγωνίζεται με τους συνομηλίκους του βοηθώντας έτσι την πλήρη και ταχεία ένταξή του στην κοινωνία.
7. Ανάπτυξη των αντιληπτικών ικανοτήτων: κιναισθητική αντίληψη, οπτική αντίληψη, ακουστική αντίληψη, αντίληψη μέσω της αφής, ικανότητες συντονισμού.
8. Ανάπτυξη κινητικών δεξιοτήτων, απλών και σύνθετων, οι οποίες χρησιμεύουν στην αυτοεξυπηρέτηση και την ανεξάρτητη διαβίωσή τους.
9. Πρόληψη, βελτίωση και διόρθωση μορφολογικών και λειτουργικών παρεκκλίσεων (ορθοπεδικών κ.α.).
10. Ανάπτυξη αυτογνωσίας με την αποδοχή της κατάστασης των μαθητών και των περιορισμών που επιβάλει η αναπηρία τους και ενίσχυση της αυτοεκτίμησης και αυτοπεποίθησης τους με την ενδυνάμωση των ατομικών τους ικανοτήτων,
11. Δημιουργία κινήτρων για την ενεργό και πρόθυμη συμμετοχή στις κινητικές και προσαρμοσμένες αθλητικές δραστηριότητες, η οποίες συντελούν στην καλλιέργεια της αυτοπειθαρχίας, θέλησης, υπευθυνότητας, υπομονής, επιμονής, θάρρους και θετικής αντιμετώπισης της νίκης και της ήττας μέσα από το συναγωνισμό με συνομηλίκους.
12. Ανάπτυξη επικοινωνίας, συνεργατικότητας και ομαδικότητας μέσα από τη συνεργασία σε ομαδικά αθλήματα με τους συνομηλίκους.
13. Κατανόηση εννοιών και η απόκτηση γνώσεων σχετικών με τη Φυσική Αγωγή, τον αθλητισμό και το Ολυμπιακό πνεύμα, καθώς και των κανονισμών των διαφόρων αθλημάτων και αγωνισμάτων.
14. Γνώση στοιχείων που σχετίζονται με το χορό, τη μουσική και το τραγούδι σε τοπικό και εθνικό επίπεδο και η καλλιέργεια της ρυθμικής κινητικής έκφρασης και του ελληνικού παραδοσιακού χορού,
15. Συνειδητοποίηση της ανάγκης γι άσκηση ή άθληση και της ωφέλειας που προκύπτει από αυτή, καθώς και απόκτηση αθλητικών συνηθειών για ενασχόληση με τον αθλητισμό και εκτός σχολείου.

Η δημιουργία ενός προγράμματος προσαρμοσμένης φυσικής αγωγής για κάθε μαθητή/τρια προϋποθέτει την αξιολόγησή του τόσο ως προς τις κινητικές δεξιότητες, όσο και με βάση το ιστορικό του/της. Έτσι, σχεδιάζεται ένα εξατομικευμένο πρόγραμμα φυσικής αγωγής, θέτοντας ατομικούς αλλά και ομαδικούς στόχους. Ανάλογα με τις δυνατότητες, τις ανάγκες και τα ενδιαφέροντα, οι μαθητές/τριες εντάσσονται σε δραστηριότητες και παιχνίδια ψυχοκινητικής και ορθοσωματικής αγωγής, αθλοπαιδιές (καλαθοσφαίριση, ποδόσφαιρο, βόλεϊ. κ.α.), παραδοσιακούς και μοντέρνους χορούς, παιχνίδια μουσικοκινητικής αγωγής, ασκήσεις στίβου, Παραολυμπιακά αθλήματα (Boccia και Goalball), αθλήματα όπως πινγκ-πονγκ και μπάντμιντον, ασκήσεις φυσικής κατάστασης καθώς και δραστηριότητες και παιχνίδια ψυχαγωγίας. Οι παραπάνω δραστηριότητες, έχοντας ως στόχο τη συμμετοχή όλων των μαθητών, προσαρμόζονται ανάλογα με τις δυνατότητές τους (π.χ. προσαρμογή εξοπλισμού, γηπέδου, κανονισμών, κ.α.). Σημαντική είναι και η συμμετοχή των μαθητών στους αγώνες καλαθοσφαίρισης, ποδοσφαίρου, boccia και άλλων αθλημάτων, τους οποίους διοργανώνει τόσο το ίδιο το σχολείο, όσο και άλλα σχολεία και φορείς ειδικής αγωγής.

Οι μαθητές του Ε.Ε.Ε.Ε.Κ Αγίου Δημητρίου, μέσα από το μάθημα της Φυσικής Αγωγής, συμμετέχουν στις γιορτές τους σχολείου με χορούς παραδοσιακούς και μοντέρνους. Επίσης, παίρνουν μέρος σε αθλητικούς αγώνες, τόσο στη γενική, όσο και στην ειδική αγωγή με σημαντικές διακρίσεις, καθώς και σε διοργανώσεις από φορείς ειδικής αγωγής, όπως αγώνες bowling. Τέτοιους αγώνες διοργανώνει και το Ε.Ε.Ε.Ε.Κ Αγίου Δημητρίου με στόχο τη γνωριμία των μαθητών του σχολείου με μαθητές από άλλα σχολεία και περαιτέρω την κοινωνικοποίησή τους. Πολύ σημαντική είναι η συμμετοχή των μαθητών μας σε αγώνες και δραστηριότητες με σχολεία της γενικής αγωγής, καθώς έτσι προωθείται η κοινωνικοποίηση και η κοινωνική ένταξή τους μέσα από το σχολικό περιβάλλον, αλλά και η γνωριμία τους από τους μαθητές των σχολείων της γενικής αγωγής.

Το Ε.Ε.Ε.Ε.Κ Αγίου Δημητρίου, από άποψη χώρων, διαθέτει κλειστό γυμναστήριο με γήπεδο βόλεϊ και αίθουσα ψυχοκινητικής αγωγής, γήπεδο μπάσκετ, ενώ μπορεί να χρησιμοποιεί και το γήπεδο ποδοσφαίρου 5Χ5 σε συνεργασία με το Ειδικό Γυμνάσιο Αγίου Δημητρίου. Όσον αφορά στον εξοπλισμό διαθέτει υλικό ψυχοκινητικής αγωγής, όργανα εκγύμνασης (διαδρόμους, ποδήλατα, όργανα ενδυνάμωσης), αθλητικό υλικό για αθλοπαιδιές και παιχνίδια (πινγκ-πονγκ, μπάντμιντον, κ.α.), ηχοσυστήματα, στρώματα, τραμπολίνο, δοκούς ισορροπίας, κ.α.

{loadposition user14}