Εκπαίδευση
Έρευνα
Ψυχοκοινωνική Υποστήριξη

JOIN US

ΚΕΝΤΡΟ ΔΙΗΜΕΡΕΥΣΗΣ
ΚΑΙ ΗΜΕΡΗΣΙΑΣ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ
ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΑΝΑΠΗΡΙΑ

Συμβουλευτική
Θεραπεία
Υποστηριζόμενη Διαβίωση

Ασκήσεις αμφιπλευρικότητας για την κατανόηση των εννοιών δεξί – αριστερό μέσα από παιχνίδι!

ΠΟΥ ΑΠΕΥΘΥΝΕΤΑΙ

Απευθύνεται σε παιδιά νηπιαγωγείου, δημοτικού και σε όλες τις βαθμίδες εκπαίδευσης της ειδικής αγωγής.

ΕΠΙΜΕΡΟΥΣ ΣΤΟΧΟΙ

- Προσανατολισμός στο χώρο
- Κατανόηση εννοιών δεξί – αριστερό
- Σωματογνωσία
- Συγκέντρωση

- Αμφίπλευρος συντονισμός

ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ

Για την εφαρμογή των ασκήσεων θα χρειαστούμε ειδικά στρώματα γυμναστικής. Ο εκπαιδευτής παροτρύνει τους εκπαιδευόμενους να ξαπλώσουν στα ειδικά στρώματα για να παίξουν όλοι μαζί ένα παιχνίδι που λέγεται «δεξί-αριστερό!»

1. Οι εκπαιδευόμενοι ξαπλώνουν στα στρώματα (ανάσκελα)

2. Τα χέρια και τα πόδια θα πρέπει να ακουμπούν στο στρώμα

3. Το παιχνίδι ξεκινά! Ο εκπαιδευτής ζητά από τους εκπαιδευόμενους να σηκώσουν το δεξί χέρι, να το κατεβάσουν, να χαιρετήσουν με αυτό…

4. Το ίδιο συμβαίνει και με το άλλο χέρι.

5. Στη συνέχεια σηκώνουμε και τα δυο χέρια ψηλά κατεβάζοντας πρώτα το δεξί και έπειτα το αριστερό. Το ίδιο γίνεται και με τα πόδια

6. Ζητούμε να γυρίσουν όλοι στο πλάι από τη δεξιά τους πλευρά

7. Σηκώνουμε τότε το αριστερό χέρι ή πόδι ή και τα δύο

8. Ζητούμε να γυρίσουν όλοι στο πλάι από την αριστερή τους πλευρά κοκ

Μπορούμε τέλος να συνεχίσουμε, ζητώντας από τους εκπαιδευόμενους να γυρίσουν μπρούμυτα και επαναλαμβάνουμε τις ασκήσεις

Για να γίνει η άσκηση πιο διασκεδαστική, καθώς οι εκπαιδευόμενοι σηκώνουν χέρια και πόδια τους, ζητάμε να μας χαιρετήσουν, να πιάσουν το αυτί τους, να δώσουν κλωτσιά, ή να κάνουν οποιαδήποτε άλλη κίνηση.

Εκπαίδευση
Έρευνα
Ψυχοκοινωνική Υποστήριξη

JOIN US

ΚΕΝΤΡΟ ΔΙΗΜΕΡΕΥΣΗΣ
ΚΑΙ ΗΜΕΡΗΣΙΑΣ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ
ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΑΝΑΠΗΡΙΑ

Συμβουλευτική
Θεραπεία
Υποστηριζόμενη Διαβίωση

ΘΕΜΑΤΑ ΓΙΑ ΣΥΖΗΤΗΣΗ

Χρησιμοποιούμε τις ασκήσεις αμφιπλευρικότητας ώστε οι εκπαιδευόμενοι να συνειδητοποιήσουν έννοιες όπως δεξί-αριστερό, μέσα από το σώμα τους αλλά και σε σχέση με τα αντικείμενα. Οι ασκήσεις αυτές συμβάλλουν στο συντονισμό των κινήσεων, στην ενεργοποίηση και τον διαχωρισμό των δύο πλευρών του σώματος. Τέλος, στην ειδική αγωγή η αμφιπλευρικότητα είναι σημαντική για την ανάπτυξη του ατόμου καθώς βοηθά στον αμφίπλευρο συντονισμό και τον προσανατολισμό στο χώρο.

Εκπαίδευση
Έρευνα
Ψυχοκοινωνική Υποστήριξη

JOIN US

ΚΕΝΤΡΟ ΔΙΗΜΕΡΕΥΣΗΣ
ΚΑΙ ΗΜΕΡΗΣΙΑΣ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ
ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΑΝΑΠΗΡΙΑ

Συμβουλευτική
Θεραπεία
Υποστηριζόμενη Διαβίωση

ΤΑ ΧΕΡΙΑ ΠΟΥ ΜΙΛΟΥΝ

Ενίσχυση της έκφρασης μέσα από το σώμα! Εκφράζουμε συναισθήματα & στέλνουμε μηνύματα.

ΠΟΥ ΑΠΕΥΘΥΝΕΤΑΙ

Απευθύνεται σε παιδιά νηπιαγωγείου και δημοτικού καθώς και σε όλες τις βαθμίδες εκπαίδευσης της ειδικής αγωγής.

ΕΠΙΜΕΡΟΥΣ ΣΤΟΧΟΙ

- Συγκέντρωση
- Παρατήρηση

- Φαντασία
- Ενίσχυση μη λεκτικής επικοινωνίας
- Έκφραση μέσα από την κίνηση

ΠΩΣ ΠΑΙΖΕΤΑΙ

Η ομάδα συγκεντρώνεται γύρω από ένα τραπέζι. Ο εκπαιδευτής κάθεται απέναντι και εξηγεί: "Σήμερα θα προσπαθήσουμε να μιλήσουμε χρησιμοποιώντας μόνο τα χέρια μας". Οι εκπαιδευόμενοι λοιπόν θα πρέπει να βρουν τι θέλει να τους πει με τις κινήσεις που θα κάνει με το ένα ή και με τα δύο του χέρια.

Ο εκπαιδευτής κρύβεται πίσω από ένα παραβάν ώστε να φαίνονται μόνο τα χέρια του.

Παραδείγματα:

1. Ο εκπαιδευτής ξεκινά με τη χαρακτηριστική κίνηση που κάνουμε με το ένα χέρι όταν θέλουμε να χαιρετήσουμε.

2. Ο εκπαιδευτής κινεί την παλάμη του πάνω -κάτω όπως όταν θέλουμε να πούμε «θα σε μαλώσω»

3. Ο εκπαιδευτής κινεί την παλάμη του όπως όταν ρωτάμε «γιατί;»

4. Ο εκπαιδευτής κινεί τον δείκτη δεξιά-αριστερά όπως όταν λέμε «όχι»

5. Ο εκπαιδευτής κινεί την παλάμη του όπως όταν λέμε «δεν ξέρω»

6. Ο εκπαιδευτής κινεί την παλάμη του όπως όταν λέμε «τώρα»

7. Ο εκπαιδευτής κάνει τη χαρακτηριστική κίνηση με την παλάμη ανασηκώνοντας τον αντίχειρα και με κλειστά τα υπόλοιπα δάχτυλα, όπως κάνουμε όταν θέλουμε να πούμε «μου αρέσει» και έπειτα με τον αντίχειρα προς τα κάτω για το «δε μου αρέσει»

8. Ο εκπαιδευτής σηκώνει την παλάμη με κλειστά δάχτυλα, όπως κάνουμε όταν θέλουμε να πούμε«στοπ»

9. Ο εκπαιδευτής ενώνει τα δάχτυλά του (αντίχειρα-δείκτη), όπως όταν λέμε «λίγο»

10. Ο εκπαιδευτής κινεί το χέρι του όπως όταν λέμε«ωραίο!»,«εδώ», «δε θέλω» κτλ.

Έπειτα ζητάμε από τους εκπαιδευόμενους να μας δείξουν τι άλλο μπορούμε να πούμε με τα χέρια, όπως για παράδειγμα μια μικρή ιστορία. Κάποιος περπατάει και σκοντάφτει, κάποιος παίζει «πέτρα ,ψαλίδι, χαρτί», κάποιος πανηγυρίζει κοκ.

ΘΕΜΑΤΑ ΓΙΑ ΣΥΖΗΤΗΣΗ

Στο παιχνίδι αυτό ενισχύεται η έκφραση μέσα από το σώμα. Το σώμα εδώ αντικαθιστά τον λόγο και οι εκπαιδευόμενοι καλούνται να αποκρυπτογραφήσουν τις κινήσεις των χεριών. Η σωματική επικοινωνία αποτελεί μέρος του λόγου. Έτσι τη χρησιμοποιούμε μέσα από κινήσεις-χειρονομίες για να εκφράσουμε τα συναισθήματά μας και να στείλουμε μηνύματα προς το συνομιλητή μας.

Εκπαίδευση
Έρευνα
Ψυχοκοινωνική Υποστήριξη

JOIN US

ΚΕΝΤΡΟ ΔΙΗΜΕΡΕΥΣΗΣ
ΚΑΙ ΗΜΕΡΗΣΙΑΣ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ
ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΑΝΑΠΗΡΙΑ

Συμβουλευτική
Θεραπεία
Υποστηριζόμενη Διαβίωση

Στάσου όρθιο

Ένα διασκεδαστικό παιχνίδι συνεργασίας και προσανατολισμού στον χώρο. Ο Gallahue (2006) αναφέρει ότι οι συντονιστικές ικανότητες (ικανότητα προσανατολισμού στο χώρο, ικανότητα ισορροπίας, ικανότητα αντίδρασης κ.α.) είναι άμεσα συνυφασμένες με τη φυσική, νοητική και κοινωνική ανάπτυξη των παιδιών, και διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο στην υιοθέτηση ενός δραστήριου τρόπου ζωής.

ΑΠΕΥΘΥΝΕΤΑΙ ΣΕ:

Παιδιά προσχολικής και σχολικής ηλικίας και σε όλες τις βαθμίδες εκπαίδευσης της ειδικής αγωγής.

ΕΠΙΜΕΡΟΥΣ ΣΤΟΧΟΙ:

- Προσανατολισμός χώρου

- Συνεργασία
- Επικοινωνία
- Ψυχαγωγία
- Κυκλική κίνηση

ΥΛΙΚΑ :

- Σκουπόξυλα ή μακαρόνια επίπλευσης στο νερό

ΧΡΗΣΗ:

Τοποθετούμε από ένα σκουπόξυλο ή μακαρόνι σε κάθε παιδί.

ΠΩΣ ΠΑΙΖΕΤΑΙ :

Ο εκπαιδευτής ενημερώνει τα παιδιά ότι:

- Πρέπει να χωριστούν σε δύο-τρεις ομάδες και να δημιουργήσουν κύκλους.
- Μόλις δημιουργήσουν τους κύκλους θα πρέπει να σταθούν με το σκουπόξυλο ή μακαρόνι μπροστά τους.
- Με το σφύριγμα του εκπαιδευτικού, τα παιδιά πρέπει να αλλάξουν θέση δεξιόστροφα με τον διπλανό τους αφήνοντας στον αέρα το σκουπόξυλο ή μακαρόνι, ώστε να το πιάσει ο επόμενος πριν πέσει κάτω.
- Μόλις ολοκληρώσουν τον γύρο τους και φθάσουν στην αρχική τους θέση το παιχνίδι ολοκληρώνεται.

ΠΑΡΑΛΛΑΓΕΣ:

Μπορεί ο εκπαιδευτικός να δημιουργήσει αντί για μικρούς κύκλους, έναν μεγάλο κύκλο με όλους τους μαθητές.

ΘΕΜΑΤΑ ΓΙΑ ΣΥΖΗΤΗΣΗ:

Αυτό το παιχνίδι παίζεται σε τάξη, αυλή ή ακόμη καλύτερα στο γυμναστήριο του σχολείου, ώστε να υπάρχει άνετος και μεγάλος χώρος. Μπορούμε να συζητήσουμε σχετικά με την σημαντικότητα της συνεργασίας.

Άλλες Δραστηριότητες

Εκπαίδευση

Έρευνα

Ψυχοκοινωνική Υποστήριξη

JOIN US

Συμβουλευτική

Θεραπεία

Υποστηριζόμενη Διαβίωση

ΚΕΝΤΡΟ ΔΙΗΜΕΡΕΥΣΗΣ
ΚΑΙ ΗΜΕΡΗΣΙΑΣ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ
ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΑΝΑΠΗΡΙΑ

Εκπαίδευση

Έρευνα

Ψυχοκοινωνική Υποστήριξη

JOIN US

ΚΕΝΤΡΟ ΔΙΗΜΕΡΕΥΣΗΣ
ΚΑΙ ΗΜΕΡΗΣΙΑΣ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ
ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΑΝΑΠΗΡΙΑ

Συμβουλευτική

Θεραπεία

Υποστηριζόμενη Διαβίωση

Εκπαίδευση

Έρευνα

Ψυχοκοινωνική Υποστήριξη

JOIN US

Συμβουλευτική

Θεραπεία

Υποστηριζόμενη Διαβίωση

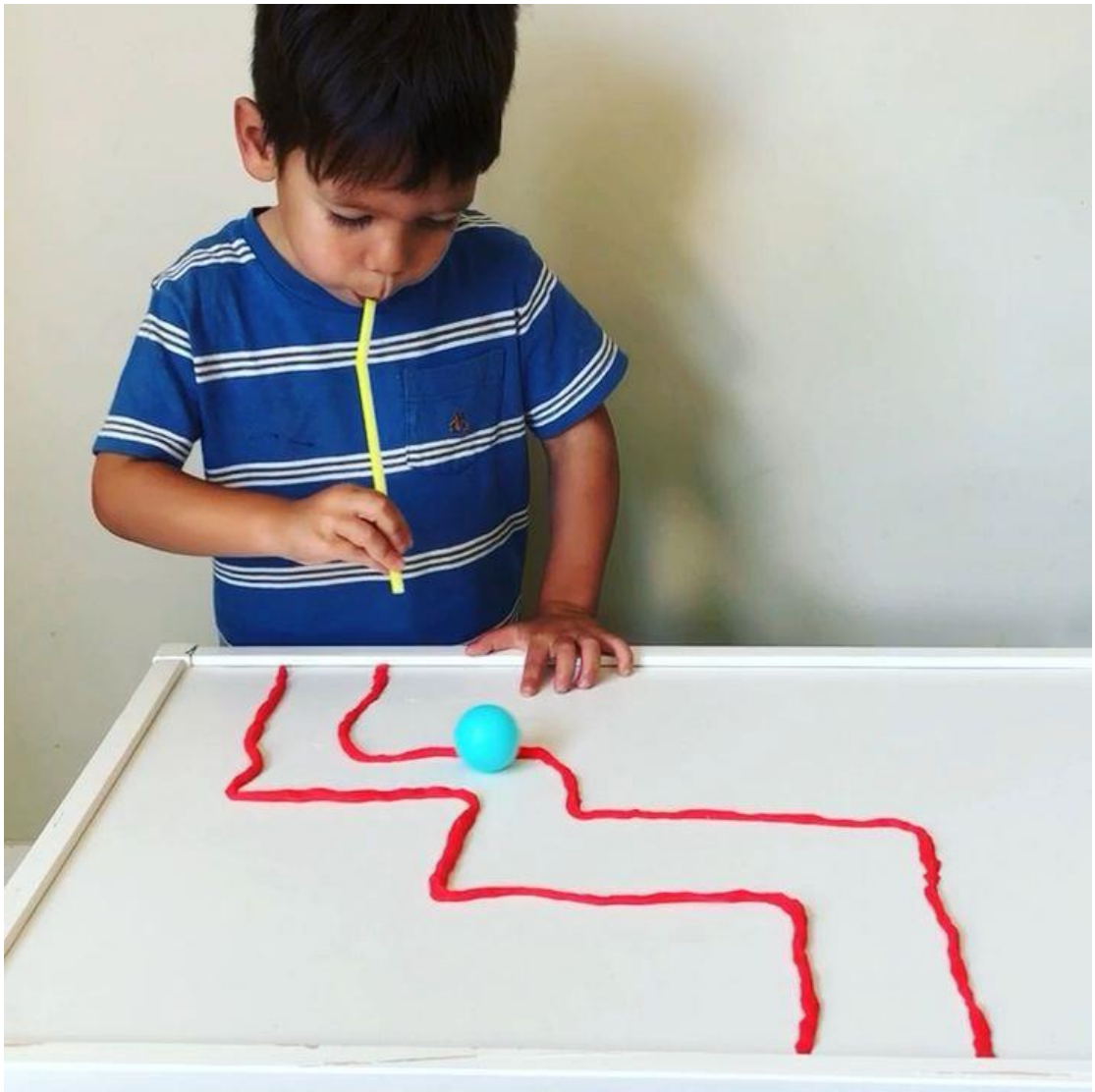
ΚΕΝΤΡΟ ΔΙΗΜΕΡΕΥΣΗΣ
ΚΑΙ ΗΜΕΡΗΣΙΑΣ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ
ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΑΝΑΠΗΡΙΑ

Εκπαίδευση
Έρευνα
Ψυχοκοινωνική Υποστήριξη

JOIN US

ΚΕΝΤΡΟ ΔΙΗΜΕΡΕΥΣΗΣ
ΚΑΙ ΗΜΕΡΗΣΙΑΣ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ
ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΑΝΑΠΗΡΙΑ

Συμβουλευτική
Θεραπεία
Υποστηριζόμενη Διαβίωση



Μαγειρική

Η μαγειρική είναι μια πολύ ενδιαφέρουσα δραστηριότητα προκειμένου τα παιδιά να μάθουν να αντιλαμβάνονται τις ποσότητες και τους αριθμούς, να αναγνωρίζουν τα υλικά και τις υφές, να αποκτούν αυτονομία, να δημιουργούν και να αντλούν ικανοποίηση μέσα από ένα αποτέλεσμα που βλέπουν με τα μάτια τους. Προτείνονται εύκολες συνταγές και σύντομές στην εκτέλεσή τους, ώστε τα παιδιά να μην απογοητευθούν και το ενδιαφέρον τους να παραμείνει αμείωτο Η χρήση οπτικοποιημένων συνταγών σε βήματα θα βοηθούσε εξαιρετικά, ώστε τα παιδιά να βελτιώσουν την οπτική τους αντίληψη και να μην «χάνονται», γεγονός που θα δημιουργούσε ενδεχομένως άγχος και εκνευρισμό, όπως καθετί άγνωστο. Θα μπορούσαμε λοιπόν να προετοιμάσουμε τη διαδικασία

φωτογραφίζοντας, τυπώνοντας και αριθμώντας τα στάδια της συνταγής. Και βέβαια η συνεχής παρότρυνση και επιβράβευση των παιδιών στη διάρκεια της διαδικασίας είναι καταλυτική!!!

Ενισχύοντας την αυτόνομη διαβίωση μέσα από τις καθημερινές δουλειές του σπιτιού

Η ανάπτυξη δεξιοτήτων αυτόνομης διαβίωσης συμβάλλει στο να επιτευχθεί ο μέγιστος δυνατός βαθμός αυτονομίας και αξιοπρεπούς διαβίωσης για κάθε άτομο με αναπηρία. Οι δεξιότητες αυτές μπορούν να καλλιεργηθούν και στο περιβάλλον του σπιτιού με κατάλληλη προετοιμασία και καθοδήγηση από τη μητέρα ή και τα υπόλοιπα μέλη της οικογένειας. Οι δεξιότητες αυτές στοχεύουν, ώστε τα παιδιά :

1.Να αναγνωρίζουν και να κατατάσσουν τα διάφορα τρόφιμα σε ομάδες, να γνωρίσουν τη χρησιμότητά τους στον ανθρώπινο οργανισμό, αποκτώντας έτσι σωστές διατροφικές συνήθειες.

2.Να αντιλαμβάνονται την ανάγκη της υγιεινής και της καθαριότητας πριν και μετά το φαγητό.

3.Να αναπτύσσουν δεξιότητες ώστε να είναι σε θέση να κάνουν δουλειές που απαιτεί ένα νοικοκυριό, ιδιαίτερα στο χώρο της κουζίνας (π.χ να πλένουν τα πιάτα, να σκουπίζουν, να καθαρίζουν το τραπέζι μετά το φαγητό).

4.Να φτιάχνουν πρωινό και διάφορα παρασκευάσματα και να τα σερβίρουν με σωστό τρόπο.

5.Να προβλέπουν και να αναγνωρίζουν τους κινδύνους, καθώς και να διατηρούν την ασφάλεια του χώρου (π.χ. στην κουζίνα)

6.Να οργανώνουν και να διατηρούν τον προσωπικό τους χώρο καθαρό και τακτοποιημένο (π.χ να στρώνουν το κρεβάτι, να διπλώνουν τα ρούχα τους και να τα τοποθετούν τακτοποιημένα στο συρτάρι) .

7.Να συνειδητοποιούν τη χρησιμότητα της καθημερινής προσωπικής και στοματικής υγιεινής, επιλέγοντας τα σωστά προϊόντα κάθε φορά.

Για να συμβούν όλα αυτά η εκπαίδευση των παιδιών είναι ιδιαίτερα καθοριστική και απαιτεί υπομονή, επιμονή και «φαντασία», ώστε να έχει ενδιαφέρον και να γίνει απολύτως κατανοητή από το παιδί.

Εκπαίδευση

Έρευνα

Ψυχοκοινωνική Υποστήριξη

JOIN US

Συμβουλευτική

Θεραπεία

Υποστηριζόμενη Διαβίωση

ΚΕΝΤΡΟ ΔΙΗΜΕΡΕΥΣΗΣ
ΚΑΙ ΗΜΕΡΗΣΙΑΣ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ
ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΑΝΑΠΗΡΙΑ

ΜΕΝΟΥΜΕ ΣΠΙΤΙ

jOIN US

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Υγείας

JoinUs ΟΕ Κέντρο Διημέρευσης - Ημερήσιας Φροντίδας ΑμεΑ