

Κίνηση μέσα απ' τις αισθήσεις μας

Πως να χρησιμοποιήσετε αυτή τη δραστηριότητα

Με τη δραστηριότητα αυτή οι μαθητές/τριες με αναπηρία ή/και ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες θα απολαμβάνουν μια πλούσια αισθητηριακή εμπειρία που ταυτόχρονα προάγει την κίνηση και μειώνει τον καθιστικό χρόνο, με τρόπο διασκεδαστικό και ελκυστικό.

Ενδεικτική διάρκεια



Σκοπός

Ο κύριος στόχος είναι η μείωση του καθιστικού χρόνου και η ενθάρρυνση της κίνησης. Οι μαθητές/τριες ενθαρρύνονται να σηκωθούν, να τεντωθούν, να σκύψουν εκτελώντας αδρές και λεπτές κινήσεις και να αλληλεπιδράσουν ενεργά χρησιμοποιώντας ταυτόχρονα τις αισθήσεις τους.

Υλοποίηση

Για να υλοποιήσετε αυτή τη δραστηριότητα πρέπει πρώτα να κατασκευάσετε τον αισθητηριακό πίνακα είτε μόνοι/ες σας είτε σε συνεργασία με τους/τις μαθητές/τριές σας. Στο τέλος της δραστηριότητας σας δίνονται οδηγίες για την κατασκευή του.

Αφού τον φτιάξετε τοποθετήστε τον σε προσβάσιμο σημείο της τάξης. Ο αισθητηριακός πίνακας μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως γωνιά εξερεύνησης ή ηρεμίας στην τάξη γενικά ή ενσωματωμένος στο Κέντρο Κίνησης, όπου οι μαθητές/τριες μπορούν να αλληλεπιδρούν ανεμπόδιστα με αυτόν. Επίσης, μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως εργαλείο για προκαθορισμένα διαλείμματα κίνησης. 5-10 λεπτά για εκτόνωση και αποφόρτιση. Βεβαιωθείτε, ότι υπάρχει αρκετός χώρος γύρω του για ελεύθερη κίνηση. Αφήστε τους/τις μαθητές/τριες να τον επεξεργαστούν ελεύθερα λειτουργώντας ενθαρρυντικά και υποβοηθητικά όπου χρειάζεται.

Οδηγίες για την κατασκευή του αισθητηριακού πίνακα και τι δραστηριότητες να συμπεριλάβετε

Σχεδιάστε τον αισθητηριακό πίνακα έτσι ώστε να έχει αντικείμενα σε διαφορετικά ύψη. Αυτό θα ενθαρρύνει τους/τις μαθητές/τριες να σηκωθούν, να τεντωθούν, να σκύψουν ή να μετακινηθούν για να φτάσουν τα αντικείμενα.

Υλικά:

- Ένα μεγάλο κομμάτι κόντρα πλακέ ή MDF.

Βεβαιωθείτε ότι είναι σταθερό και μπορεί να τοποθετηθεί σε ένα ύψος που να είναι εύκολα προσβάσιμο για τους/τις μαθητές/τριες, Μπορείτε να το στερεώσετε σε έναν τοίχο στην τάξη ή να ενσωματωθεί στο Κέντρο Κίνησης.

Παρακάτω παρατίθενται ιδέες για δραστηριότητες που μπορούν να συμπεριληφθούν στον αισθητηριακού πίνακα (επιλέξτε ανάλογα με τις ανάγκες των μαθητών/τριών σας):

Για την επιλογή των υλικών χρειάζεται:

- Όλα τα αντικείμενα πρέπει να είναι γερά στερεωμένα για να μην μπορούν να αφαιρεθούν εύκολα.
- Επιλέξτε μη τοξικά υλικά.
- Αποφύγετε μικρά κομμάτια που μπορεί να προκαλέσουν πνιγμό.
- Και βεβαιωθείτε ότι δεν υπάρχουν αιχμηρές άκρες.

1. Οι διαδρομές

Υλικά (ενδεικτικά)

- Σφουγγάρι
- Ζελατίνα ή Γυαλόχαρτο
- Φερμουάρ κ.α.

Φτιάξτε τρία είδη γραμμών

- Με καμπύλη
- Τοξωτή
- Ευθεία (φερμουάρ)

Δραστηριότητα:

Φτιάξτε τρεις διαδρομές με τα υλικά έτσι ώστε οι μαθητές/τριες με τα δάχτυλά τους να ακολουθούν τις μικρές αυτές διαδρομές.

2. Άναψε το φως

Υλικά:

- Μια λάμπα (LED) με αισθητήρα κίνησης
- Διάφορα είδη σχοινιών (λεπτά και χοντρά)
- Πιστόλι σιλικόνης
- Στικ σιλικόνης

Κολλήστε σε ένα ψηλό σημείο του αισθητηριακού πίνακα το φως με τον αισθητήρα κίνησης. Από κάτω προσθέστε τα σχοινιά σε σειρά από το πιο λεπτό στο πιο χοντρό. Και στερεώστε τη μια τους άκρη, ώστε να κρέμονται. Οι μαθητές/τριες θα σηκώνουν τα σχοινιά και με τον αισθητήρα κίνησης θα ενεργοποιείται το φως.

3. Τα ζωάκια πείσμωνσαν

Υλικά:

- Ένας πλαστικός καθρέφτης
- χρωματιστές βεντούζες με φιγούρες ζώων
- πιστόλι σιλικόνης
- Στικ σιλικόνης

Τοποθετήστε και κολλήστε τον πλαστικό καθρέφτη στον πίνακα. Βεβαιωθείτε ότι είναι γερά στερεωμένος. Στη συνέχεια τοποθετήστε τις βεντούζες στον καθρέφτη και ζητήστε από τους μαθητές/τριες να τις αποκολλήσουν και να τις ξανακολλήσουν.

4. Τα χρωματιστά μανταλάκια

Υλικά

- 4 βίδες
- Δύο κομμάτια σπάγκο ή σχοινί
- Χρωματιστά μανταλάκια ή ξύλινα (μπορείτε να τα χρωματίσετε)

Στερεώνετε τις βίδες στον πίνακα ανά δύο με απόσταση 30 εκ. Παίρνετε τα δύο κομμάτια σπάγκου ή σχοινιού και δένετε τις άκρες στις βίδες. Στη συνέχεια ζητάτε από τους μαθητές/τριες να βάζουν και να βγάζουν από τον σπάγκο ή σχοινί τα μανταλάκια.

5. Τα κουμπιά χορεύουν

Υλικά

- Κουμπιά σε διάφορα μεγέθη και χρώματα
- Ελαστικό κορδόνι ή λάστιχο (λεπτό ή μεσαίο, ανάλογα με το μέγεθος των κουμπιών)
- Τρυπανάκι

Με το τρυπανάκι τρυπάτε σε διάφορα σημεία τον πίνακα. Περνάτε από τις τρύπες των κουμπιών τα λάστιχα. Στη συνέχεια περνάτε τις άκρες από τα λάστιχα μέσα από τις τρύπες που κάνατε στον πίνακα και φτιάχνετε κόμπους για να στερεωθούν. Οι μαθητές/τριες μπορούν να τραβούν τα κουμπιά προς τα έξω και να τα αφήσουν για να επανέλθουν.

6. Τα μουσικά πουγκιά

Υλικά:

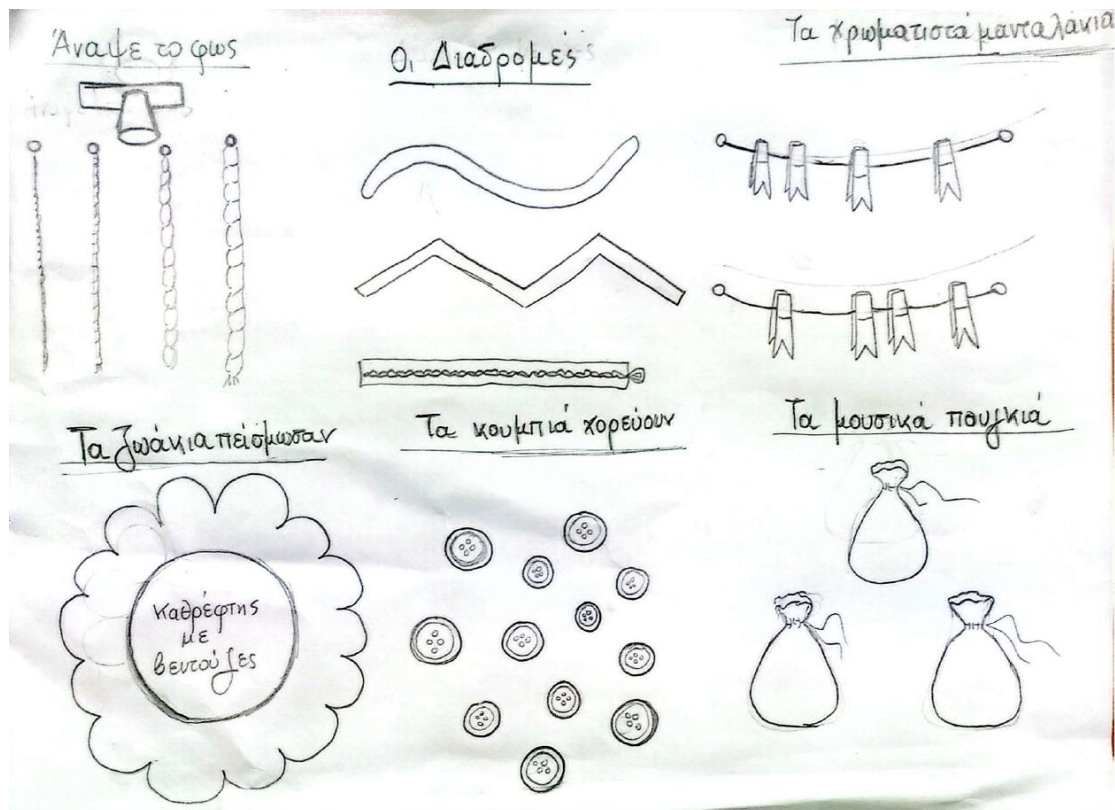
- Μεταλλικές καμπανούλες διαφόρων μεγεθών
- Σύρματα πίπας
- Μικρά καρφάκια με γαντζάκι

- Σφυρί

Πάρτε τα καρφάκια με τα γατζάκια και με το σφυρί καρφώστε στα σημεία που θα τοποθετήσετε τις καμπάνες. Κρεμάστε τις καμπάνες στη σειρά από τη μικρότερη στη μεγαλύτερη. Ζητήστε από τους μαθητές/τριες να χτυπούν τις καμπάνες.

Οι δραστηριότητες είναι ενδεικτικές. Μπορείτε ανά διαστήματα να τις εναλλάσσεται ώστε να παραμείνει αμείωτο το ενδιαφέρον των μαθητών/τριών

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Παρακαλούμε να φτιάξετε ένα σκίτσο με τον αισθητηριακό πίνακα όπως σας δίνεται στη φωτογραφία παρακάτω.



ΣΥΝΔΕΣΗ ΜΕ ΤΟ ΑΝΑΛΥΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΙΔΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ

Α.) ΣΧΟΛΙΚΗ ΚΑΙ ΜΑΘΗΣΙΑΚΗ ΕΤΟΙΜΟΤΗΤΑ.

Α. 2 η ΓΕΝΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ: Ανάπτυξη δεξιοτήτων ψυχοκινητικότητας

1. Ψυχοκινητικότητα

Α. 3 η ΓΕΝΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ: Ανάπτυξη δεξιοτήτων Συναισθηματικής οργάνωσης.

2. Ενδιαφέρον για μάθηση

3. Συνεργασία με άλλους

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Γ.) ΚΟΙΝΩΝΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ

Γ. 2 η ΓΕΝΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ: Δεξιότητες κοινωνικής συμπεριφοράς

2. Συνεργασία με τους άλλους
3. Κανόνες καλής συμπεριφοράς
4. Σεβασμός των δικαιωμάτων των άλλων

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Δ). ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Δ.1 η ΓΕΝΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ: Δεξιότητες αισθητικής Αγωγής-Τέχνες

1. Χειροτεχνικές δραστηριότητες

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

Θεματικός κύκλος: ΖΩ ΚΑΛΥΤΕΡΑ – ΕΥ ΖΗΝ

Θεματική Ενότητα: ΥΓΕΙΑ : Διατροφή – Αυτομέριμνα, Οδική Ασφάλεια