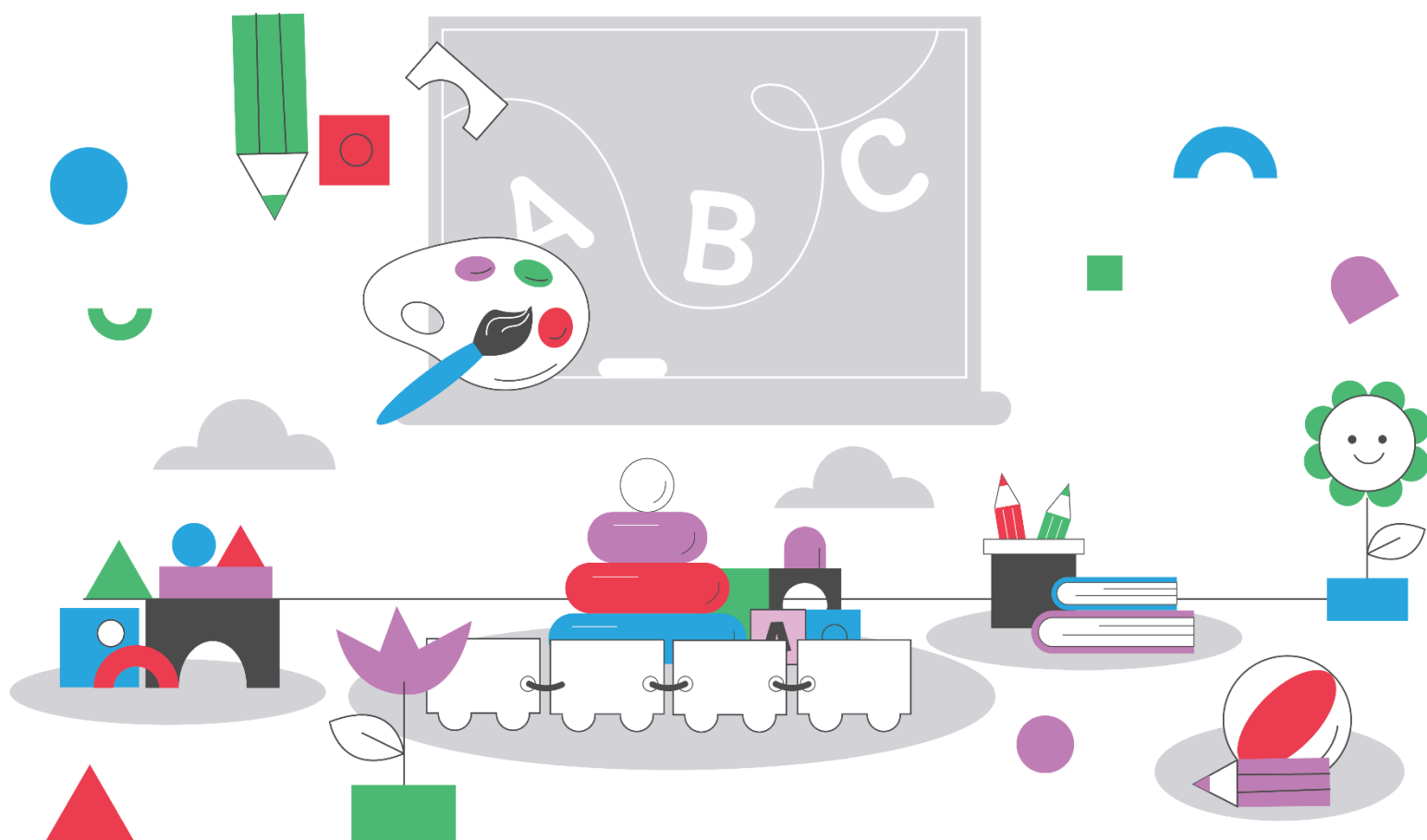
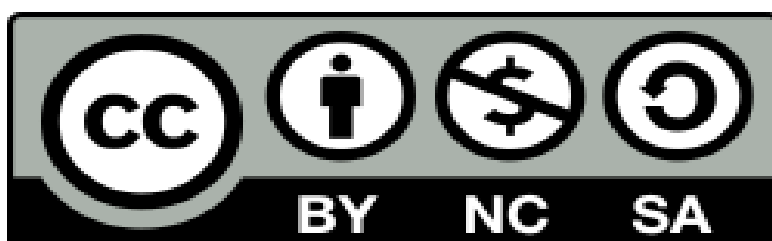




A3.3 Εργαλειοθήκη για τη ΔΑΦ στην προσχολική ηλικία



Περιεχόμενα

Περιεχόμενα.....	2
Εισαγωγή – Σκοπός και επισκόπηση της εργαλειοθήκης.....	6
Σκοπός της παρούσας εργαλειοθήκης.....	6
Αυτή η εργαλειοθήκη θα σας βοηθήσει να:.....	6
<i>Πώς να χρησιμοποιήσετε αποτελεσματικά την εργαλειοθήκη.....</i>	6
Επισκόπηση των πέντε κεφαλαίων.....	7
<i>Κεφάλαιο 1: Κοινωνική ανάπτυξη.....</i>	7
<i>Κεφάλαιο 2: Συναισθηματική ανάπτυξη.....</i>	8
<i>Κεφάλαιο 3: Σωματική ανάπτυξη.....</i>	8
<i>Κεφάλαιο 4: Γνωστική ανάπτυξη.....</i>	8
<i>Κεφάλαιο 5: Γλωσσική και επικοινωνιακή ανάπτυξη.....</i>	9
Κεφάλαιο 1: Κοινωνική ανάπτυξη.....	10
Τομείς εστίασης.....	10
Στόχοι του κεφαλαίου.....	10
Επιστημονική βάση.....	10
1. Διδασκαλία και παρέμβαση με βάση τους συνομηλίκους (PBII).....	10
2. Ομάδες δομημένου παιχνιδιού.....	10
3. Πρότυπα συμπεριφοράς από συνομηλίκους.....	10
4. Οπτικές υποστηρίξεις.....	11
5. Εκπαίδευση στην κοινή προσοχή.....	11
Εργαλεία που περιλαμβάνονται σε αυτό το κεφάλαιο.....	11
<i>Εργαλείο 1: Παιχνίδι «Πέρασε τη λάμψη».....</i>	11
<i>Εργαλείο 2: Συνεργατική δραστηριότητα τέχνης.....</i>	12
<i>Εργαλείο 3: Χέρια που περιμένουν.....</i>	12
<i>Εργαλείο 4: Σετ κατασκευών συνεργασίας.....</i>	13
Σχέδια δραστηριοτήτων.....	14

<i>Σχέδιο δραστηριότητας 1.....</i>	<i>14</i>
<i>Σχέδιο δραστηριότητας 2.....</i>	<i>16</i>
Αναφορές και πηγές.....	17
<i>Βιβλιογραφικές αναφορές.....</i>	<i>17</i>
<i>Πόροι.....</i>	<i>18</i>
Κεφάλαιο 2: Συναισθηματική ανάπτυξη.....	19
<i>Τομείς εστίασης.....</i>	<i>19</i>
<i>Στόχοι του κεφαλαίου.....</i>	<i>19</i>
<i>Επιστημονική βάση.....</i>	<i>19</i>
<i>Εργαλεία που περιλαμβάνονται σε αυτό το κεφάλαιο.....</i>	<i>20</i>
<i>Εργαλείο 1: Κάρτες συναισθημάτων και τροχοί συναισθημάτων.....</i>	<i>20</i>
<i>Επιλογή και προετοιμασία εικόνων.....</i>	<i>21</i>
<i>Πώς να το χρησιμοποιήσετε.....</i>	<i>21</i>
<i>Εργαλείο 2: Κάρτες επίλυσης συναισθηματικών προβλημάτων με χρήση ιστοριών.....</i>	<i>21</i>
<i>Επιλογή και προετοιμασία εικόνων.....</i>	<i>22</i>
<i>Πώς να το χρησιμοποιήσετε.....</i>	<i>22</i>
<i>Εργαλείο 3: Σετ εργαλείων για αισθητηριακή ρύθμιση.....</i>	<i>23</i>
<i>Οδηγίες συναρμολόγησης.....</i>	<i>24</i>
<i>Πώς να το χρησιμοποιήσετε.....</i>	<i>24</i>
<i>Εργαλείο 4: Πρότυπα συναισθηματικής έκφρασης μέσω της τέχνης.....</i>	<i>24</i>
<i>Επιλογή και προετοιμασία υλικών.....</i>	<i>25</i>
<i>Πώς να το χρησιμοποιήσετε.....</i>	<i>25</i>
Σχέδια δραστηριοτήτων.....	26
<i>Δραστηριότητα 1: Ρολόι συναισθημάτων.....</i>	<i>26</i>
<i>Δραστηριότητα 2: Μπουκέτο συναισθημάτων.....</i>	<i>27</i>
<i>Δραστηριότητα 3: Κουτί συναισθημάτων (Βάζο συναισθημάτων).....</i>	<i>28</i>
<i>Δραστηριότητα 4: Ζώνη ηρεμίας και σχέδιο ρύθμισης.....</i>	<i>29</i>
<i>Δραστηριότητα 5: Κοινωνικές ιστορίες και παιχνίδι ρόλων.....</i>	<i>30</i>
Επιτραπέζιο παιχνίδι: Συνεργατικό παιχνίδι «Μονοπάτι συναισθημάτων».....	30

Υποστήριξη διαφορετικών επιπέδων ρύθμισης των συναισθημάτων.....	31
Οδηγίες υλοποίησης.....	31
Παρακολούθηση προόδου.....	31
Αναμενόμενα αποτελέσματα.....	32
Αναφορές και πόροι.....	32
Κεφάλαιο 3: Σωματική ανάπτυξη.....	33
Τομείς εστίασης.....	33
Στόχοι του κεφαλαίου.....	34
Επιστημονική βάση.....	34
<i>Εργαλείο 1: Κάρτες «Κυκλώματος Κίνησης» για την αδρή κινητικότητα και σημάδια δαπέδου.....</i>	<i>36</i>
<i>Εργαλείο 2: Εργαλειοθήκη σταθμών λεπτής κινητικότητας «Χέρια έτοιμα»..</i>	<i>37</i>
<i>Εργαλείο 3: Πακέτο δραστηριοτήτων προγραφής και αμφίπλευρου συντονισμού.....</i>	<i>39</i>
<i>Εργαλείο 4: Κάρτες ρουτίνας αισθητηριοκινητικής ρύθμισης «Σώμα έτοιμο»... 41</i>	
Σχέδια δραστηριοτήτων.....	42
<i>Σχέδιο δραστηριότητας 1: Περιπέτεια με βηματισμούς ζώων.....</i>	<i>42</i>
<i>Σχέδιο δραστηριότητας 2: Παράδοση στο ταχυδρομείο.....</i>	<i>44</i>
<i>Σχέδιο δραστηριότητας 3: Δρόμος κοπής-επικόλλησης.....</i>	<i>45</i>
Επιτραπέζιο παιχνίδι (συνεργατικό): Μονοπάτι κίνησης και αντιστοίχισης.....	47
Οδηγίες υλοποίησης.....	49
Παρακολούθηση προόδου.....	50
Αναφορές και πηγές.....	51
Κεφάλαιο 4: Γνωστική ανάπτυξη.....	53
Τομείς εστίασης.....	53
Στόχοι του κεφαλαίου.....	53
Επιστημονική βάση.....	53
Εργαλεία που περιλαμβάνονται σε αυτό το κεφάλαιο.....	54

<i>Εργαλείο 1: Ακολουθία «Πρώτα–Μετά–Τέλος» και Δημιουργία ρουτίνας.....</i>	<i>54</i>
<i>Εργαλείο 2: Σετ καρτών «Ταίριαξε και βρες» για τη μνήμη και την προσοχή. 55</i>	
<i>Εργαλείο 3: Δίσκοι κατηγοριοποίησης και ταξινόμησης εννοιών («Ταξινόμησέ το!»).....</i>	<i>56</i>
<i>Εργαλείο 4: Μαθηματικά για μικρά παιδιά και σύντομα παιχνίδια («Μέτρα, Χτίσε, Σύγκρινε»).....</i>	<i>57</i>
Σχέδια δραστηριοτήτων.....	58
<i>Δραστηριότητα 1: «Σύντομη ακολουθία βημάτων» (σνακ ή ρουτίνα τέχνης). 58</i>	
<i>Δραστηριότητα 2: «Κυνήγι θησαυρού για τη μνήμη» (Βρες, Θυμήσου, Ταίριαξε).....</i>	<i>59</i>
<i>Δραστηριότητα 3: «Πρόκληση κατασκευής και μέτρησης» (Κατασκευή και πρώιμες μαθηματικές δεξιότητες).....</i>	<i>60</i>
Επιτραπέζιο παιχνίδι: «Σκέψου και Σύνδεσε» – Συνεργατική γνωστική περιπέτεια.....	61
Οδηγίες υλοποίησης.....	61
Αναφορές και πόροι.....	62
Κεφάλαιο 5: Γλωσσική και επικοινωνιακή ανάπτυξη.....	65
Τομείς εστίασης.....	65
Στόχοι του κεφαλαίου.....	65
Επιστημονική βάση.....	65
Εργαλεία που περιλαμβάνονται σε αυτό το κεφάλαιο.....	66
<i>Εργαλείο 1: Κάρτες με εικόνες και πίνακες επικοινωνίας.....</i>	<i>66</i>
<i>Εργαλείο 2: Κάρτες αφήγησης ιστοριών και κύβοι ιστοριών.....</i>	<i>67</i>
<i>Εργαλείο 3: Παιχνίδια επικοινωνίας με ρόλους.....</i>	<i>69</i>
<i>Εργαλείο 4: Γλωσσικές δραστηριότητες με μουσική, ρίμες και ρυθμό.....</i>	<i>69</i>
Σχέδια δραστηριοτήτων.....	70
<i>Δραστηριότητα 1: «Τι υπάρχει μέσα στην τσάντα;» – Παιχνίδι λεξιλογίου.....</i>	<i>70</i>
<i>Δραστηριότητα 2: «Φτιάξε μια ιστορία» – Παιχνίδι συνεργατικής αφήγησης 71</i>	
<i>Δραστηριότητα 3: Παιχνίδι επικοινωνίας με ρόλους – «Εστιατόριο».....</i>	<i>72</i>
Επιτραπέζιο παιχνίδι: «Μίλα και Περπάτα» – Περιπέτεια επικοινωνίας.....	72
Οδηγίες υλοποίησης.....	73
Αναφορές και πόροι.....	74



Εισαγωγή – Σκοπός και επισκόπηση της εργαλειοθήκης

Σκοπός της παρούσας εργαλειοθήκης

Αυτή η εργαλειοθήκη για εκπαιδευτικούς και γονείς παιδιών με Διαταραχή Αυτιστικού Φάσματος (ΔΑΦ) έχει έναν βασικό στόχο:

Να σας βοηθήσει να αναπτύξετε διαδραστικό, ελκυστικό υλικό που να διεγείρει τη δημιουργικότητα, την επίλυση προβλημάτων, την επικοινωνία και την ανεξαρτησία στα παιδιά με ΔΑΦ.

Τα παιδιά με ΔΑΦ συχνά βιώνουν τον κόσμο με διαφορετικό τρόπο. Μπορεί να επεξεργάζονται τις πληροφορίες οπτικά, να αντιδρούν έντονα στα αισθητηριακά ερεθίσματα, να προτιμούν προβλέψιμες ρουτίνες ή να δείχνουν έντονο ενδιαφέρον για συγκεκριμένα θέματα. Όταν σχεδιάζουμε μαθησιακές εμπειρίες που σέβονται αυτές τις διαφορές, δεν υποστηρίζουμε απλώς τα παιδιά με ΔΑΦ – βελτιώνουμε τη μάθηση για όλα τα παιδιά.

Τα διαδραστικά υλικά που είναι σαφή, δομημένα και υποστηρίζονται οπτικά βοηθούν τα παιδιά να:

- Κατανοούν τις προσδοκίες
- Αισθάνονται ασφάλεια και αυτοπεποίθηση
- Εκφράζουν ιδέες με πολλαπλούς τρόπους
- Εξερευνούν δημιουργικά με τον δικό τους ρυθμό
- Εξασκούν την ευέλικτη σκέψη και την επίλυση προβλημάτων

Είτε είστε εκπαιδευτικός σε τάξη είτε γονέας που υποστηρίζει τη μάθηση στο σπίτι, ο ρόλος σας είναι σημαντικός. Δημιουργείτε τα περιβάλλοντα, τις ρουτίνες και τις εμπειρίες που διαμορφώνουν τον τρόπο με τον οποίο τα παιδιά μαθαίνουν, συνδέονται και μεγαλώνουν. Αυτή η εργαλειοθήκη σέβεται τις γνώσεις και την εμπειρία σας, προσφέροντας παράλληλα πρακτικές, προσαρμόσιμες στρατηγικές που μπορείτε να χρησιμοποιήσετε άμεσα.

Αυτή η εργαλειοθήκη θα σας βοηθήσει να:

- Σχεδιάσετε διαδραστικές δραστηριότητες που προωθούν τη δημιουργικότητα και τη φαντασία
- Αναπτύξετε δεξιότητες επίλυσης προβλημάτων μέσω δομημένου παιχνιδιού
- Προσαρμόζετε τα υλικά χωρίς να απομονώνετε τα παιδιά από τους συνομηλίκους τους
- Υποστηρίζετε την επικοινωνία χρησιμοποιώντας οπτικά και πρακτικά εργαλεία
- Ενθαρρύνετε την ανεξαρτησία και την ευέλικτη σκέψη
- Δημιουργείτε συμπεριληπτικούς χώρους μάθησης στο σχολείο και στο σπίτι
- Ενισχύετε την συνεργασία μεταξύ εκπαιδευτικών και οικογενειών

Πώς να χρησιμοποιήσετε αποτελεσματικά την εργαλειοθήκη

Αυτή η εργαλειοθήκη έχει σχεδιαστεί ως ένας **πρακτικός, ευέλικτος πόρος** – δεν είναι ένα βιβλίο που πρέπει να διαβάσετε από την αρχή μέχρι το τέλος.

Μπορείτε να:

- Μεταβείτε απευθείας σε ένα συγκεκριμένο κεφάλαιο όταν αντιμετωπίζετε μια πρόκληση
- Χρησιμοποιήσετε πρότυπα δραστηριοτήτων και παραδείγματα προσαρμόζοντάς στο δικό σας πλαίσιο
- Τροποποιήσετε τα υλικά με βάση το επίπεδο ανάπτυξης και τα ενδιαφέροντα του παιδιού
- Ξεκινήσετε σταδιακά – εφαρμόζοντας μία στρατηγική κάθε φορά
- Επανεξετάζετε τα κεφάλαια καθώς τα παιδιά μεγαλώνουν και οι ανάγκες τους αλλάζουν

Κάθε κεφάλαιο περιλαμβάνει:

- Σενάρια από την πραγματική ζωή (στο σχολείο και στο σπίτι)
- Οδηγίες βήμα προς βήμα για τη δημιουργία διαδραστικών υλικών
- Ιδέες για οπτική υποστήριξη
- Συμβουλές προσαρμογής για διαφορετικά στυλ μάθησης
- Ερωτήσεις αναστοχασμού με στόχο τη βελτίωση

Η έμφαση δίνεται πάντα στην πρακτική εφαρμογή: υλικά που μπορείτε να δημιουργήσετε χρησιμοποιώντας καθημερινά αντικείμενα από την τάξη ή το σπίτι.

Επισκόπηση των πέντε κεφαλαίων

Η δομή των κεφαλαίων με βάση τους τομείς μάθησης

Η **Εργαλειοθήκη ΔΑΦ στην Προσχολική Ηλικία** είναι οργανωμένη σε πέντε βασικά κεφάλαια, το καθένα από τα οποία επικεντρώνεται σε έναν βασικό τομέα μαθησιακής ανάπτυξης.

Κάθε κεφάλαιο παρέχει πρακτικά, έτοιμα προς χρήση υλικά, όπως σχέδια δραστηριοτήτων, δομημένα παιχνίδια, κάρτες, οπτικά εργαλεία και διαδραστικούς πόρους, ειδικά σχεδιασμένα για να ενισχύσουν την ανάπτυξη στον αντίστοιχο τομέα.

Η δομή επιτρέπει στους εκπαιδευτικούς και τους γονείς να επικεντρώνονται σε έναν τομέα κάθε φορά, διατηρώντας παράλληλα μια ολιστική, ολοκληρωμένη προσέγγιση στη μάθηση.

Κεφάλαιο 1: Κοινωνική ανάπτυξη

Αυτό το κεφάλαιο επικεντρώνεται στην οικοδόμηση των θεμελίων της θετικής κοινωνικής αλληλεπίδρασης. Μέσω δομημένου και καθοδηγούμενου παιχνιδιού, τα παιδιά εξασκούνται στην εναλλαγή ρόλων, την κοινή προσοχή, τη συνεργασία και την αλληλεπίδραση με τους συνομηλίκους τους.

Οι στόχοι περιλαμβάνουν:

- Ενίσχυση ουσιαστικών κοινωνικών δεσμών
- Ενθάρρυνση του κοινού παιχνιδιού και της συνεργατικής επίλυσης προβλημάτων
- Εκμάθηση βασικών κοινωνικών κανόνων με προβλέψιμους τρόπους

Τα εργαλεία περιλαμβάνουν:

- Επιτραπέζια παιχνίδια συνεργασίας
- Παιχνίδια με κάρτες στα οποία παίζουν με τη σειρά
- Κάρτες ρόλων και κοινωνικών σεναρίων
- Ομαδικές δραστηριότητες τέχνης και κατασκευών

Κεφάλαιο 2: Συναισθηματική ανάπτυξη

Αυτό το κεφάλαιο βοηθά τα παιδιά να κατανοήσουν και να διαχειριστούν τα συναισθήματά τους. Παρέχει δομημένες στρατηγικές που τα βοηθούν να αναγνωρίζουν τα συναισθήματά τους, να τα εκφράζουν με ασφάλεια και να αναπτύσσουν δεξιότητες αυτορρύθμισης.

Οι στόχοι περιλαμβάνουν:

- Αναγνώριση και ονομασία των συναισθημάτων
- Ενθάρρυνση της υγιούς συναισθηματικής έκφρασης
- Ανάπτυξη στρατηγικών ηρεμίας και αντιμετώπισης

Τα εργαλεία περιλαμβάνουν:

- Κάρτες συναισθημάτων και τροχούς συναισθημάτων
- Παιχνίδια επίλυσης συναισθηματικών προβλημάτων με βάση ιστορίες
- Εργαλεία αισθητηριακής ρύθμισης
- Δραστηριότητες έκφρασης συναισθημάτων μέσω της τέχνης

Κεφάλαιο 3: Σωματική ανάπτυξη

Αυτό το κεφάλαιο προάγει την κινητική ανάπτυξη και την αισθητηριακή ολοκλήρωση μέσω στοχευμένων, ελκυστικών κινητικών δραστηριοτήτων. Υποστηρίζει την ανάπτυξη τόσο των λεπτών όσο και των αδρών κινητικών δεξιοτήτων με δομημένους και παιγνιώδεις τρόπους.

Οι στόχοι περιλαμβάνουν:

- Βελτίωση του συντονισμού και του κινητικού σχεδιασμού
- Ενίσχυση της σωματικής επίγνωσης και του ελέγχου της κίνησης
- Ενσωμάτωση των αισθητηριακών ερεθισμάτων στις μαθησιακές εμπειρίες

Τα εργαλεία περιλαμβάνουν:

- Παιχνίδια με βάση την κίνηση, σε τραπέζι και στο πάτωμα
- Κάρτες λεπτών κινητικών δεξιοτήτων (κοπή, πέρασμα σε κλωστή, κατασκευή)
- Σετ αισθητηριακών παιχνιδιών
- Μουσικές και κινητικές δραστηριότητες

Κεφάλαιο 4: Γνωστική ανάπτυξη

Το κεφάλαιο αυτό επικεντρώνεται στις δεξιότητες σκέψης, την πρώιμη λογική και την ευέλικτη επίλυση προβλημάτων. Οι δραστηριότητες έχουν σχεδιαστεί ώστε να ενισχύουν τη μνήμη, την

αλληλουχία, την κατηγοριοποίηση και τις πρώιμες αριθμητικές έννοιες, μέσα από δομημένες και διαδραστικές μορφές.

Οι στόχοι περιλαμβάνουν:

- Ενίσχυση της λογικής και ευέλικτης σκέψης
- Καλλιέργεια δεξιοτήτων προσοχής και μνήμης
- Ανάπτυξη της πρώιμης μαθηματικής κατανόησης

Τα εργαλεία περιλαμβάνουν:

- Παιχνίδια αλληλουχίας και αντιστοίχισης
- Επιτραπέζια παιχνίδια με παζλ
- Κάρτες μνήμης και ασκήσεις κατηγοριοποίησης
- Δημιουργικά παιχνίδια κατασκευής και στρατηγικής

Κεφάλαιο 5: Γλωσσική και επικοινωνιακή ανάπτυξη

Αυτό το κεφάλαιο αποσκοπεί στην ανάπτυξη τόσο των λεκτικών όσο και των μη λεκτικών δεξιοτήτων επικοινωνίας. Παρέχει δομημένα εργαλεία για την επέκταση του λεξιλογίου, την ενίσχυση της κατανόησης και την καλλιέργεια της εκφραστικής γλώσσας μέσα από διαδραστικό παιχνίδι.

Οι στόχοι περιλαμβάνουν:

- Επέκταση του λειτουργικού λεξιλογίου
- Ενίσχυση της κατανόησης της γλώσσας στο πλαίσιο επικοινωνίας
- Ενθάρρυνση εναλλακτικών μεθόδων επικοινωνίας

Τα εργαλεία περιλαμβάνουν:

- Κάρτες με εικόνες και πίνακες επικοινωνίας
- Κάρτες αφήγησης ιστοριών και κύβοι ιστοριών
- Παιχνίδια επικοινωνίας με παιχνίδι ρόλων
- Δραστηριότητες γλώσσας με βάση τη μουσική, τους στίχους και τον ρυθμό

Μαζί, αυτοί οι πέντε τομείς παρέχουν ένα ολοκληρωμένο, πρακτικό πλαίσιο για την υποστήριξη των παιδιών με ΔΑΦ τόσο στις τάξεις του νηπιαγωγείου όσο και στο οικογενειακό περιβάλλον. Κάθε κεφάλαιο λειτουργεί αυτόνομα, αλλά όλα αλληλοσυμπληρώνονται για να υποστηρίξουν μια ισορροπημένη, και συμπεριληπτική ανάπτυξη σε κοινωνικό, συναισθηματικό, σωματικό, γνωστικό και επικοινωνιακό επίπεδο.

Κεφάλαιο 1: Κοινωνική ανάπτυξη

Η κοινωνική ανάπτυξη αποτελεί θεμελιώδη πυλώνα για τα παιδιά προσχολικής ηλικίας με Διαταραχή Αυτιστικού Φάσματος (ΔΑΦ), επηρεάζοντας άμεσα την ικανότητά τους να σχηματίζουν ουσιαστικές συνδέσεις και να συμμετέχουν σε περιβάλλοντα χωρίς αποκλεισμούς. Αυτό το κεφάλαιο εστιάζει σε κρίσιμους τομείς όπως η κοινή προσοχή, η εναλλαγή και η συνεργασία. Αυτές οι δεξιότητες χρησιμεύουν ως δομικά στοιχεία για το κοινό παιχνίδι και τη συνεργατική επίλυση προβλημάτων. Χρησιμοποιώντας στρατηγικές βασισμένες σε τεκμηριωμένα στοιχεία, όπως η Διδασκαλία και Παρέμβαση από Ομότιμους (PBII), οι δομημένες ομάδες παιχνιδιού και η εκπαίδευση κοινής προσοχής, οι εκπαιδευτικοί μπορούν να προχωρήσουν πέρα από την απλή παρατήρηση στην ενεργή διευκόλυνση. Αυτά τα εργαλεία έχουν σχεδιαστεί για να υποστηρίζουν τη θετική κοινωνική εμπλοκή και να καθιερώνουν θεμελιώδεις κοινωνικούς κανόνες, διασφαλίζοντας ότι κάθε παιδί έχει την υποστήριξη που χρειάζεται για να αλληλεπιδρά με επιτυχία με συνομηλίκους και ενήλικες.

Τομείς εστίασης

- Εναλλαγή ρόλων
- Κοινή προσοχή
- Συνεργασία
- Αλληλεπίδραση με συνομηλίκους

Στόχοι του κεφαλαίου

1. Υποστήριξη της θετικής κοινωνικής αλληλεπίδρασης με συνομηλίκους και ενήλικες
2. Ενθάρρυνση του κοινού παιχνιδιού και της συνεργατικής επίλυσης προβλημάτων
3. Δημιουργία βασικών κοινωνικών κανόνων μέσω δομημένου παιχνιδιού

Επιστημονική βάση

Με βάση τα παραπάνω, οι ακόλουθες στρατηγικές, οι οποίες στηρίζονται σε τεκμηριωμένα ερευνητικά δεδομένα, υποστηρίζουν τα εργαλεία και τις δραστηριότητες του Κεφαλαίου 1:

1. Διδασκαλία και παρέμβαση με βάση τους συνομηλίκους (PBII)

Η διδασκαλία και παρέμβαση με βάση τους συνομηλίκους (Peer-Based Instruction and Intervention, PBII) είναι μια στοχευμένη παρέμβαση, κατά την οποία οι συνομήλικοι προωθούν την ανάπτυξη δεξιοτήτων κοινωνικής αλληλεπίδρασης και την επίτευξη μαθησιακών στόχων για μαθητές στο φάσμα. Αναγνωρίζεται ως **τεκμηριωμένη πρακτική**, με ισχυρή ερευνητική βάση που περιλαμβάνει 36 μελέτες με σχεδιασμό μεμονωμένων περιπτώσεων και 8 μελέτες με σχεδιασμό ομάδων.

2. Ομάδες δομημένου παιχνιδιού

Πρόκειται για ομάδες που διευκολύνονται από ενήλικες και έχουν σχεδιαστεί για να προωθούν την κοινωνική αλληλεπίδραση μέσω δομημένων δραστηριοτήτων με σαφείς προσδοκίες.

Βασικές δεξιότητες: Αυτή η άσκηση εστιάζει κυρίως στην αλληλεπίδραση, το ομαδικό παιχνίδι και την επίλυση προβλημάτων.

3. Πρότυπα συμπεριφοράς από συνομηλίκους

Οι συμμαθητές εκπαιδεύονται ώστε να επιδεικνύουν κατάλληλες κοινωνικές ή ακαδημαϊκές συμπεριφορές για τους μαθητές στο φάσμα.

Εκπαιδευτικό πλαίσιο: Ο μαθητής-στόχος παρατηρεί και μιμείται συμπεριφορές όπως η συμμετοχή σε μια δραστηριότητα ή η αναμονή της σειράς του σε φυσικά περιβάλλοντα.

4. Οπτικές υποστηρίξεις

Οι οπτικές απεικονίσεις βοηθούν τον μαθητή να επιδείξει τις επιθυμητές συμπεριφορές ανεξάρτητα από λεκτικές υποδείξεις.

Τύποι υποστήριξης: Εικονίδια και εικόνες παρέχουν πληροφορίες για τον τρόπο εκτέλεσης μιας δεξιότητας-στόχου ή τη σειρά βημάτων μιας δραστηριότητας.

5. Εκπαίδευση στην κοινή προσοχή

Αυτό περιλαμβάνει την κοινή εστίαση δύο ατόμων σε ένα αντικείμενο, η οποία αποτελεί θεμελιώδη δεξιότητα επικοινωνίας.

Τεκμήρια αποτελεσματικότητας: Έρευνες δείχνουν ότι η ενίσχυση της κοινής προσοχής σε παιδιά προσχολικής ηλικίας οδηγεί στη βελτίωση των κοινωνικών και επικοινωνιακών δεξιοτήτων.

Εργαλεία που περιλαμβάνονται σε αυτό το κεφάλαιο

Εργαλείο 1: Παιχνίδι «Πέρασε τη λάμψη»

Περιγραφή: Πρόκειται για ένα διασκεδαστικό παιχνίδι που προάγει την εναλλαγή ρόλων και την κοινή προσοχή.

Απαιτούμενα υλικά:

- Ένα χρωματιστό χαλί (με χρωματιστές ζώνες) ή πολύχρωμα τετράγωνα από τσόχα.
Σκοπός:
 - Λειτουργεί ως κρίσιμο «χωρικό σημείο αναφοράς» (για παιδιά με ΔΑΦ)
 - Τα χρώματα δημιουργούν μια οπτική ακολουθία (το παιδί μπορεί να παρακολουθεί οπτικά τότε έρχεται η σειρά του)
- Ένα αισθητηριακό αντικείμενο για διατήρηση της κοινής προσοχής των παιδιών.
Παραδείγματα:
 - Φωτεινή μπάλα LED
 - Πλαστικό παιχνίδι με βάρος
 - Αισθητηριακή μπάλα με υφή
- Μουσική: τραγούδια με ρυθμό

Πώς να παίξετε:

1. Πριν ξεκινήσετε:

1. Εξηγήστε στα παιδιά ότι ο στόχος είναι να κρατήσουν τη «Λάμψη» σε κίνηση μέχρι να τελειώσει το τραγούδι.
2. Τα παιδιά κάθονται σε κύκλο.
3. Ο/Η εκπαιδευτικός χρησιμοποιεί ένα οπτικό χρονόμετρο.
4. Όταν το χρονόμετρο αρχίσει να αναβοσβήνει, το παιδί που κρατά το ραβδί πρέπει να κάνει οπτική επαφή (ή μια χειρονομία) με έναν συμμαθητή του και να του δώσει το ραβδί. Παράδειγμα: «Σαμ, κοίτα τον Λέο. Δώσε τη Λάμψη!»

Σύνδεσμος προς υλικά:

- Ενισχυτικά οπτικά βοηθήματα (κάρτες) για την εναλλαγή ρόλων:
 - [Πόρος 1](#)
 - [Πόρος 2](#)
- Οπτικό χρονόμετρο: <https://toytheater.com/classroom-timer/>
- Προτεινόμενη μουσική: https://www.youtube.com/watch?v=Oz4ovCgq9n4&list=PLcuvrq5JxQiy3xu6brnhA-USlxZBrCr_d9

Εργαλείο 2: Συνεργατική δραστηριότητα τέχνης

Περιγραφή: Τα παιδιά συμμετέχουν σε μια κοινή δραστηριότητα, η οποία τα ενθαρρύνει να συνεργαστούν για την επίτευξη ενός κοινού οπτικού στόχου, προωθώντας έτσι τη συνεργασία.

Απαιτούμενα υλικά:

- Ένα μεγάλο ρολό χαρτιού
- Πλενόμενα χρώματα
- Σφουγγάρια
- Ταινία οριοθέτησης χώρου

Οδηγίες:

1. Απλώστε το χαρτί πάνω σε ένα μεγάλο τραπέζι ή στο πάτωμα
2. Χωρίστε το χαρτί σε τμήματα χρησιμοποιώντας κολλητική ταινία
3. Αναθέστε σε δύο παιδιά ένα «σύνορο» όπου συναντώνται τα τμήματά τους
4. Πρέπει να συνεργαστούν για να ζωγραφίσουν μια γέφυρα ή ένα ουράνιο τόξο που θα ενώνει τις δύο πλευρές

Προσαρμογές:

- Για παιδιά με αισθητηριακή ευαισθησία στη ζωγραφική, μπορείτε να τους δώσετε αυτοκόλλητα ή μεγάλες σφραγίδες.
- Για απλούστερα καλλιτεχνικά έργα, μπορείτε να δημιουργήσετε τη «Γιγάντια κάμπια».
 - Βήματα:
 - Εκτυπώστε μεγάλους κύκλους (Πρότυπο [εδώ](#))
 - Κάθε παιδί διακοσμεί έναν κύκλο
 - Τοποθετήστε το «κεφάλι» της κάμπιας στον τοίχο και τα παιδιά, με τη σειρά, κολλάνε τον κύκλο τους στο σώμα (κάτι που βοηθά στην εκμάθηση της σειράς και της αλληλουχίας).

Σύνδεσμος για τα υλικά:

- Προαιρετικά πρότυπα ζωγραφικής

- [Πρότυπο 1](#)
- <https://www.crayola.com/free-coloring-pages>
- Σημασία των συνεργατικών καλλιτεχνικών έργων:
<https://playto.com/blog/improving-social-skills-with-collaborative-art-projects>

Εργαλείο 3: Χέρια που περιμένουν

Περιγραφή: Ένα σύστημα οπτικής επικοινωνίας που καθιστά την αφηρημένη κοινωνική έννοια της αναμονής συγκεκριμένη και προβλέψιμη.

Απαιτούμενα υλικά:

- Χαρτόνι ή σκληρό χαρτί
- Φύλλα πλαστικοποίησης (προαιρετικά)
- Τυπικά χρώματα: φωτεινό πράσινο για το «η σειρά μου» και κόκκινο για το «περίμενε»
- Απλά οπτικά στοιχεία
 - Πλευρά «η σειρά μου»: Μια εικόνα ενός τεντωμένου ανοιχτού χεριού ή ένα σύμβολο «πάμε»
 - Πλευρά αναμονής: Μια εικόνα με δύο χέρια ακουμπισμένα στα γόνατα ή ένα σύμβολο «στοπ»
- Προαιρετικά: Ένα κορδόνι (για να φοριέται γύρω από το λαιμό) ή μια μικρή βάση γραφείου για να στηρίζει την κάρτα σε όρθια θέση.

Οδηγίες:

1. Τοποθετήστε τα «χέρια που περιμένουν» στο κέντρο της δραστηριότητας (π.χ. ανάμεσα σε δύο παιδιά που χτίζουν έναν πύργο)
2. Πριν ξεκινήσετε, εξηγήστε τους κανόνες
 1. Δείξτε την πράσινη πλευρά και πείτε: «Το πράσινο σημαίνει «Πάμε, είναι η σειρά σου»
 2. Δείξτε την κόκκινη κάρτα και πείτε: «Το κόκκινο σημαίνει περίμενε, χέρια στα γόνατα»
3. Για να παίξετε
 1. Το παιδί Α ξεκινά με την πράσινη κάρτα. Τοποθετεί ένα τουβλάκι στον πύργο
 2. Ο/Η εκπαιδευτικός (ή το παιδί, αν είναι έτοιμο) γυρίζει την κάρτα στο κόκκινο.
 3. Το παιδί Α πρέπει τώρα να βάλει τα χέρια του στα γόνατα, ενώ το παιδί Β παίρνει την πράσινη κάρτα για να παίξει τη σειρά του.
4. Δώστε ενίσχυση: Περιγράψτε λεκτικά τη συμπεριφορά ενώ δείχνετε την κάρτα: «Βλέπω ότι ο Σαμ περιμένει πολύ καλά, τώρα είναι η σειρά της Λάουρα!»

Προσαρμογές:

- Χρησιμοποιήστε ένα οπτικό χρονόμετρο μαζί με την κόκκινη κάρτα, αν θέλετε τα παιδιά να γνωρίζουν πόσο θα διαρκέσει η κατάσταση «αναμονής».
- Προσθέστε μια ταινία για να παίζουν με τα δάχτυλά τους ή ένα κομμάτι μαλακή ταινία Velcro στην πλευρά «αναμονής» της κάρτας, για παιδιά που χρειάζονται αισθητηριακή διέγερση.

Σύνδεσμος προς υλικά:

- [Σύμβολα Stop & Go](#)
- [Οπτική υπόδειξη «Χέρια στα γόνατα»](#)

Εργαλείο 4: Σετ κατασκευών συνεργασίας

Περιγραφή: Αυτό το εργαλείο είναι μια δραστηριότητα κατασκευής με στοιχεία τέχνης, που απαιτεί από δύο παιδιά να συνεργαστούν για τη δημιουργία μιας κοινής κατασκευής, προσφέροντάς τους ευκαιρίες επικοινωνίας.

Απαιτούμενα υλικά:

- **Διαχωρισμένοι δίσκοι υλικών:** Δύο δίσκοι ή καλάθια.
- **Υλικά κατασκευής:**
 - Δίσκος Α: Περιέχει τις «βάσεις» (π.χ. μεγάλα τετράγωνα από χαρτόνι ή επίπεδες πλάκες LEGO).
 - Δίσκος Β: Περιέχει τα «στοιχεία» (π.χ. σωλήνες από χαρτόνι, ανακυκλωμένα κουτιά ή πολύχρωμα τουβλάκια).
- **Συνδετικά υλικά:** Λωρίδες κολλητικής ταινίας (κομμένες και κολλημένες στην άκρη του τραπεζιού) ή μανταλάκια.
- **Οπτικό πρότυπο:** Ένα απλό σχέδιο ή φωτογραφία μιας ολοκληρωμένης κατασκευής (π.χ. ένα «κάστρο» ή ένα «ρομπότ») που θα λειτουργεί ως κοινός στόχος.
- **Εικονίδια επικοινωνίας:** Μικρές κάρτες με τις λέξεις «Παρακαλώ», «Ευχαριστώ», «Η σειρά σου», «Χρειάζομαι»

Οδηγίες:

- **Πριν ξεκινήσετε**
 - Βάλτε δύο παιδιά το ένα απέναντι από το άλλο σε ένα μικρό τραπέζι.
 - Δώστε στο Παιδί Α τον δίσκο με τις βάσεις και στο Παιδί Β τον δίσκο με τα στοιχεία.
- Δείξτε το «Πρότυπο» και πείτε: «Σήμερα, θα χτίσουμε μαζί ένα κάστρο! Πρέπει να βοηθήσετε ο ένας τον άλλον».
- Το Παιδί Α έχει το δάπεδο και το Παιδί Β έχει τους τοίχους, οπότε πρέπει να συνεργαστούν. Ο/Η εκπαιδευτικός υποδεικνύει στο Παιδί Α: «Σαμ, έχεις το δάπεδο. Τι χρειάζεται ο Λέο στη συνέχεια;»
- Καθώς χτίζουν, ο/η εκπαιδευτικός διευκολύνει την ανταλλαγή υλικών. Αν το Παιδί Β χρειάζεται μια βάση, πρέπει να χρησιμοποιήσει μια χειρονομία, μια λέξη ή ένα εικονίδιο επικοινωνίας για να το ζητήσει από το Παιδί Α.
- Μόλις ολοκληρωθεί η κατασκευή, βγάζουν μια «ομαδική φωτογραφία» με το δημιούργημά τους, ενισχύοντας το αίσθημα επιτυχίας για την αλληλεπίδρασή τους.

Προσαρμογές:

- **Για ζευγάρια που δεν επικοινωνούν λεκτικά,** χρησιμοποιήστε «κάρτες ανταλλαγής». Κάθε παιδί έχει μια κάρτα που δείχνει τι έχει. Για να πάρει ένα αντικείμενο από το άλλο άτομο, απλώς παραδίδει την αντίστοιχη κάρτα. Αυτό μειώνει το άγχος της λεκτικής έκφρασης, διατηρώντας παράλληλα τη σύνδεση μεταξύ των παιδιών.
- **Για παιδιά με υψηλή ενεργητικότητα,** μετακινήστε τους δίσκους σε αντίθετες πλευρές του δωματίου. Τα παιδιά πρέπει να περπατήσουν μέχρι τον συνεργάτη τους για να «παραδώσουν» τα υλικά κατασκευής, ενσωματώνοντας την κίνηση και ενισχύοντας την «κοινή προσοχή» που απαιτείται για να βρουν τον συνεργάτη τους.

Σύνδεσμος προς τα υλικά:

- [Δωρεάν κάρτες για επικοινωνία](#)
- [Οδηγός για τον τρόπο χρήσης αντικειμένων χαμηλού κόστους](#), όπως σωλήνες, πώματα και κουτιά (ως «εξαρτήματα του σετ κατασκευής»)

Σχέδια δραστηριοτήτων

Σχέδιο δραστηριότητας 1

Τίτλος: «Ανταλλαγή αλληλογραφίας»

Μαθησιακοί στόχοι:

1. **Κοινωνικοί:** Το παιδί περιμένει έναν συμμαθητή του να ολοκληρώσει μια ενέργεια πριν ξεκινήσει τη δική του.
2. **Γνωστικοί:** Το παιδί ακολουθεί μια κοινωνική αλληλουχία δύο βημάτων (Περίμενε → Παράδωσε).
3. **Επικοινωνιακοί:** Το παιδί χρησιμοποιεί ένα «σήμα μετάβασης» (χτυπώντας ένα κουδούνι ή λέγοντας «Η σειρά σου») για να ολοκληρώσει τη σειρά του.

Μαθησιακοί τομείς-στόχοι:

1. **Γλώσσα και επικοινωνία:** Λειτουργική επικοινωνία μέσω αιτημάτων και χειρονομιών.
2. **Σωματική ανάπτυξη:** Λεπτή κινητικότητα (εισαγωγή αντικειμένων) και αδρή κινητικότητα (περπάτημα προς έναν προορισμό).

Απαιτούμενα υλικά:

- **Δύο «γραμματοκιβώτια»:** Χαρτοκιβώτια με μια σχισμή στην κορυφή (το ένα με την ένδειξη «Παιδί Α», το άλλο με την ένδειξη «Παιδί Β»).
- **Η «αλληλογραφία»:** 10 αντικείμενα που προσελκύουν το ενδιαφέρον των παιδιών (π.χ. πολύχρωμες καρτ-ποστάλ, αυτοκόλλητα ή «αισθηθηριακά γράμματα» με διαφορετική υφή).
- **Η «τσάντα παράδοσης»:** Μια μικρή τσάντα ή καλάθι για τη μεταφορά της αλληλογραφίας.
- **Κουδούνι υπηρεσίας:** Ένα μικρό κουδούνι γραφείου (κουδούνι με κουμπτί) που να σηματοδοτεί ότι η σειρά έχει τελειώσει.
- **Οπτική διαδρομή:** Μια σειρά αυτοκόλλητων «αποτυπωμάτων» στο πάτωμα, τα οποία θα συνδέουν τα δύο γραμματοκιβώτια.

Οδηγίες βήμα προς βήμα:

1. **Εγκατάσταση σταθμού:** Τοποθετήστε τα δύο γραμματοκιβώτια σε απόσταση 1,5–3 μέτρων μεταξύ τους. Τοποθετήστε όλη την «αλληλογραφία» δίπλα στο Παιδί Α.
2. **Η φάση «αναμονής»:** Το Παιδί Β κάθεται στο γραμματοκιβώτιό του και εξασκείται στα «Χέρια που περιμένουν».
3. **Η φάση της «παράδοσης»:** Το παιδί Α διαλέγει ένα γράμμα, το βάζει στην τσάντα του και περπατά ακολουθώντας τα ίχνη μέχρι το γραμματοκιβώτιο του παιδιού Β.
4. **Η αλληλεπίδραση:** Το παιδί Α ρίχνει το γράμμα στην υποδοχή του γραμματοκιβωτίου του παιδιού Β.
5. **Το σήμα:** Το παιδί Α χτυπά το **κουδούνι**. Αυτό είναι το σήμα ότι η σειρά του τελείωσε.

6. **Η ανταλλαγή:** Το παιδί Α κάθετα τώρα στη θέση «αναμονής». Το παιδί Β παίρνει την τσάντα, επιστρέφει στη στοίβα της αλληλογραφίας και ξεκινά τη σειρά του για να παραδώσει την αλληλογραφία στο γραμματοκιβώτιο του παιδιού Α.
7. **Ο στόχος:** Η δραστηριότητα συνεχίζεται μέχρι να γίνει ανταλλαγή όλων των γραμμάτων μεταξύ των δύο γραμματοκιβωτίων.

Προτάσεις προσαρμογής για διαφορετικά επίπεδα ικανοτήτων:

- Για παιδιά με περιορισμένη κινητικότητα: Τοποθετήστε τα γραμματοκιβώτια το ένα δίπλα στο άλλο πάνω σε ένα τραπέζι, έτσι ώστε το παιδί να χρειάζεται μόνο να τεντώσει το χέρι του προς το γραμματοκιβώτιο του συμμαθητή του, αντί να περπατήσει κατά μήκος του δωματίου.
- Για παιδιά που αναζητούν αισθητηριακά ερεθίσματα: Χρησιμοποιήστε «βαριά αλληλογραφία» – μικρά βαριά σακουλάκια (γεμισμένα με ρύζι ή άμμο) για να παρέχετε ιδιοδεκτική διέγερση κατά τη διάρκεια της διαδρομής.
- Για παιδιά που αρχίζουν να μαθαίνουν να περιμένουν τη σειρά τους: Χρησιμοποιήστε μια λωρίδα οπτικών βημάτων με τρία εικονίδια: *Συσκευασία αλληλογραφίας* → *Περπάτημα* → *Χτύπημα κουδουνιού*. Αυτό βοηθά το παιδί να καταλάβει πότε αρχίζει το στάδιο της «αναμονής» για τον συμμαθητή του.
- Για συμμαθητές υψηλής λειτουργικότητας: Δώστε τους έναν «Χάρτη Παράδοσης», με τον οποίο πρέπει να βρουν ένα συγκεκριμένο χρωματιστό γραμματοκιβώτιο, αυξάνοντας τη γνωστική πρόκληση της δραστηριότητας.

Αναμενόμενα μαθησιακά αποτελέσματα:

1. **Ανάπτυξη δεξιοτήτων αναμονής:** Το παιδί περιμένει με επιτυχία το «σήμα του κουδουνιού» πριν κινηθεί προς τη στοίβα της αλληλογραφίας.
2. **Αμοιβαία δράση:** Το παιδί αναγνωρίζει ότι το παιχνίδι απαιτεί δύο άτομα για να λειτουργήσει.
3. **Μείωση των υποδείξεων:** Όσο περνά η ώρα, το παιδί μεταβαίνει από τις υποδείξεις του/της εκπαιδευτικού στην ανεξάρτητη παρακολούθηση των ενδείξεων «Κουδούνι» και «Διαδρομή».

Σχέδιο δραστηριότητας 2

Τίτλος: «Αποστολή διάσωσης»: Μεταφορά βόλων

Μαθησιακοί στόχοι:

1. **Κοινωνικοί:** Το παιδί συντονίζει τις σωματικές του κινήσεις με έναν συνομήλικό του για να πετύχει έναν κοινό στόχο.
2. **Επίλυση προβλημάτων:** Τα παιδιά προσαρμόζουν τη γωνία ή το ύψος του εργαλείου τους ως απάντηση στο «πρόβλημα» (ο βόλος που κυλά προς τη λάθος κατεύθυνση).
3. **Κοινό παιχνίδι:** Το παιδί διατηρεί κοινή εστίαση σε ένα κινούμενο αντικείμενο με έναν συνεργάτη, για τουλάχιστον 60 δευτερόλεπτα.

Μαθησιακοί τομείς-στόχοι:

1. **Κοινωνική ανάπτυξη:** Συνεργατική επίλυση προβλημάτων και κοινό παιχνίδι.
2. **Σωματική ανάπτυξη:** Ενίσχυση της αδρής κινητικότητας και συντονισμός χεριού-ματιού.

3. Γνωστική ανάπτυξη: Χωρική λογική και αιτιώδης συνάφεια.

Απαιτούμενα υλικά:

- **Ο «σωλήνας μεταφοράς»:** Ένας μεγάλος σωλήνας από PVC ή ένας σωλήνας από χαρτόνι συσκευασίας κομμένος στη μέση κατά μήκος, ώστε να δημιουργηθεί ένα κοίλο τμήμα σε σχήμα «U».
- **Τα «αντικείμενα διάσωσης»:** Μεγάλοι, πολύχρωμοι βόλοι ή μπαλάκια πινγκ-πονγκ.
- **Δύο λαβές:** Κομμάτια σχοινού ή ταινίας προσαρτημένα σε κάθε άκρο του κοίλου, για να τα κρατούν τα παιδιά.
- **Η «ζώνη ασφαλείας»:** Ένας κουβάς ή ένα καλάθι στο τέλος μιας καθορισμένης διαδρομής.
- **Οπτικός στόχος:** Μια ταινία «γραμμής τερματισμού» στο πάτωμα, η οποία οδηγεί στον κουβά.

Οδηγίες βήμα προς βήμα:

1. **Η συνεργασία:** Δύο παιδιά στέκονται το ένα απέναντι στο άλλο, κρατώντας από ένα άκρο του «σωλήνα μεταφοράς» από τις λαβές.
2. **Η πρόκληση:** Τοποθετήστε έναν βόλο στο ένα άκρο. Τα παιδιά πρέπει να συνεργαστούν για να γείρουν και να σταθεροποιήσουν τον σωλήνα, έτσι ώστε ο βόλος να κυλήσει αργά προς το άλλο άκρο χωρίς να πέσει από τα πλάγια.
3. **Η κίνηση:** Μόλις ισορροπήσουν τον βόλο, πρέπει να περπατήσουν μαζί πλάγια (όπως τα καβούρια) προς τη «ζώνη ασφαλείας» (τον κουβά).
4. **Η επίλυση του προβλήματος:** Αν ο βόλος σταματήσει, πρέπει να επικοινωνήσουν (λεκτικά ή με χειρονομίες) για να γείρουν τη μία πλευρά ψηλότερα. Αν κυλάει πολύ γρήγορα, πρέπει να συντονιστούν για να «ισορροπήσουν» τον σωλήνα.
5. **Η «διάσωση»:** Όταν φτάσουν στον κουβά, πρέπει να γείρουν προσεκτικά τον σωλήνα μαζί για να ρίξουν τον βόλο στη «ζώνη ασφαλείας».
6. **Η επανεκκίνηση:** Περπατούν πίσω στην γραμμή εκκίνησης μαζί για να σώσουν τον επόμενο βόλο.

Προτάσεις προσαρμογής για διαφορετικά επίπεδα ικανοτήτων:

- **Για το Επίπεδο 1 (σωματική υποστήριξη):** Ο/Η εκπαιδευτικός κρατά τη μέση του σωλήνα για να παρέχει σταθερότητα, επιτρέποντας στα παιδιά να επικεντρωθούν μόνο στην «κλίση» και όχι στο περπάτημα.
- **Για παιδιά που αναζητούν αισθητηριακά ερεθίσματα:** Χρησιμοποιήστε μια «βαριά μπάλα» αντί για βόλο. Αυτή κινείται πιο αργά και παρέχει περισσότερη «ανατροφοδότηση» μέσω του σωλήνα, κάνοντάς το πιο εύκολο να αισθανθεί κανείς τη μετατόπιση του βάρους.
- **Για παιδιά προχωρημένα στην επίλυση προβλημάτων:** Προσθέστε «εμπόδια» στο πάτωμα (όπως μαξιλάρια ή κώνους), τα οποία το ζευγάρι πρέπει να παρακάμψει κρατώντας τον βόλο μέσα στον σωλήνα.
- **Για παιδιά με περιορισμένες λεκτικές δεξιότητες:** Χρησιμοποιήστε βέλη κατεύθυνσης (Πάνω/Κάτω/Σταμάτα). Ο/Η εκπαιδευτικός μπορεί να δείξει ένα βέλος «Πάνω» υποδεικνύοντας στο παιδί να σηκώσει το άκρο του σωλήνα και βοηθώντας το να οπτικοποιήσει τη λύση όταν ο βόλος έχει κολλήσει.

Αναμενόμενα μαθησιακά αποτελέσματα:

1. **Αυξημένος κοινωνικός συγχρονισμός:** Τα παιδιά αρχίζουν να μιμούνται τον ρυθμό βάρδιας και το σωματικό ύψος του άλλου.
2. **Μείωση του εκνευρισμού:** Εστιάζοντας στο «πρόβλημα του βόλου» και όχι στο δικό τους, τα παιδιά συχνά παραμένουν αφοσιωμένα για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα όταν αντιμετωπίζουν μια πρόκληση.
3. **Συνεργατική επιτυχία:** Τα παιδιά μοιράζονται ένα «αμοιβαίο βλέμμα» και μια στιγμή επιτυχίας (χειροκροτήματα ή επευφημίες) όταν καταφέρουν να ρίξουν τον βόλο μέσα στον κουβά.

Αναφορές και πηγές

Βιβλιογραφικές αναφορές

Manikiza, J. (2020). *Αυτισμός: Οδηγός για περιβάλλοντα πρώιμης παιδικής ηλικίας*.

Neurodivergence Wales; Ένωση Τοπικής Αυτοδιοίκησης της Ουαλίας.

https://neurodivergencewales.org/wp-content/uploads/2020/08/A-Guide-for-Early-Years-Settings_Eng.pdf

Sam, A., & AFIRM Team. (2025). *Peer-Based Instruction & Intervention*. Πανεπιστήμιο της Βόρειας Καρολίνας στο Τσάπελ Χιλ, Ινστιτούτο Ανάπτυξης Παιδιών Frank Porter Graham, Πόροι και Ενότητες Παρέμβασης με Έμφαση στον Αυτισμό. <https://afirm.fpg.unc.edu>

Steinbrenner, J. R., Hume, K., Odom, S. L., Morin, K. L., Nowell, S. W., Tomaszewski, B., Szendrey, S., McIntyre, N. S., Yücesoy-Özkan, S., & Savage, M. N. (2020). *Πρακτικές βασισμένες σε τεκμηρίωση για παιδιά, εφήβους και νεαρούς ενήλικες με αυτισμό*. Πανεπιστήμιο της Βόρειας Καρολίνας στο Τσάπελ Χιλ, Ινστιτούτο Ανάπτυξης Παιδιού Frank Porter Graham, Εθνικό Κέντρο Πληροφόρησης για τον Αυτισμό, Ομάδα Αναθεώρησης Τεκμηρίωσης και Πρακτικής.

Πόροι

Δημιουργία οπτικών βοηθημάτων: <https://connectability.ca/visuals-engine/>

Δωρεάν εκτυπώσιμα σχήματα: <https://www.firstpalette.com/printable-theme/shapes.html>

Αυτισμός και περιμένω τη σειρά μου: <https://www.autismspeaks.org/expert-opinion/taking-turns>

Κεφάλαιο 2: Συναισθηματική ανάπτυξη

Η συναισθηματική ανάπτυξη αποτελεί θεμελιώδες στοιχείο της πρώιμης μάθησης και της κοινωνικής συμμετοχής για παιδιά προσχολικής ηλικίας με Διαταραχή Αυτιστικού Φάσματος (ΔΑΦ). Έρευνες δείχνουν ότι πολλά παιδιά με ΔΑΦ παρουσιάζουν διαφορές στην αναγνώριση των συναισθημάτων, στην έκφραση των συναισθημάτων, στην κατανόηση των απόψεων των άλλων και στη ρύθμιση των συναισθηματικών αντιδράσεων. Αυτές οι προκλήσεις μπορούν να επηρεάσουν τις σχέσεις με τους συνομηλίκους, την επικοινωνία, τη συμμετοχή στην τάξη και τη γενική ευημερία.

Η έγκαιρη στοχευμένη παρέμβαση που εστιάζει στη συναισθηματική επίγνωση και ρύθμιση έχει αποδειχθεί ότι βελτιώνει τις κοινωνικές δεξιότητες, μειώνει τις προκλητικές συμπεριφορές και ενισχύει την ετοιμότητα για μάθηση. Το παρόν κεφάλαιο παρέχει στους/στις εκπαιδευτικούς δομημένα, τεκμηριωμένα και προσανατολισμένα στο παιχνίδι εργαλεία, σχεδιασμένα να υποστηρίζουν τη συναισθηματική ανάπτυξη σε συμπεριληπτικά περιβάλλοντα προσχολικής εκπαίδευσης.

Οι δραστηριότητες και τα υλικά είναι ευθυγραμμισμένα με τις αρχές της παιδοκεντρικής, βασισμένης στα δυνατά σημεία και πολυαισθητηριακής μάθησης, και έχουν σχεδιαστεί ώστε να είναι ευέλικτα, ελκυστικά και αναπτυξιακά κατάλληλα για τα παιδιά.

Τομείς εστίασης

Αυτό το κεφάλαιο υποστηρίζει τη συναισθηματική ανάπτυξη μέσα από τέσσερις βασικές ικανότητες:

- **Αναγνώριση συναισθημάτων:** Ανάπτυξη της ικανότητας αναγνώρισης και κατανόησης των συναισθημάτων του εαυτού και των άλλων μέσω της οπτικής, κοινωνικής και βιωματικής μάθησης.
- **Αυτορρύθμιση:** Υποστήριξη των παιδιών στην αναγνώριση των συναισθηματικών καταστάσεων και στη χρήση κατάλληλων στρατηγικών για τη διαχείριση έντονων συναισθημάτων.
- **Έκφραση συναισθημάτων:** Ενθάρρυνση των παιδιών να επικοινωνούν τα συναισθήματά τους χρησιμοποιώντας λεκτική γλώσσα, χειρονομίες, οπτικά βοηθήματα, δημιουργικές τέχνες και κίνηση.
- **Ανάπτυξη ενσυναίσθησης:** Υποστήριξη των παιδιών ώστε να κατανοούν τα συναισθήματα, τις οπτικές και τις αντιδράσεις των άλλων.

Στόχοι του κεφαλαίου

Οι δραστηριότητες και τα εργαλεία σε αυτό το κεφάλαιο έχουν ως στόχο να:

1. Βοηθήσουν τα παιδιά να αναγνωρίζουν και να ονομάζουν τα συναισθήματα
2. Υποστηρίξουν την ασφαλή και δομημένη έκφραση συναισθημάτων
3. Προωθήσουν στρατηγικές ηρεμίας και συναισθηματικής αυτορρύθμισης
4. Προωθήσουν την κατανόηση των συναισθηματικών εμπειριών των άλλων
5. Ενισχύσουν τη συμμετοχή σε κοινωνικές αλληλεπιδράσεις και ομαδικές δραστηριότητες

Επιστημονική βάση

Τα εργαλεία και οι δραστηριότητες σε αυτό το κεφάλαιο βασίζονται σε τεκμηριωμένες πρακτικές, οι οποίες συνιστώνται συνήθως στην πρώιμη παρέμβαση για τη ΔΑΦ:

- **Κοινωνικές ιστορίες και συναισθηματικές αφηγήσεις:** Οι κοινωνικές ιστορίες προάγουν την κατανόηση των συναισθημάτων, την επίλυση κοινωνικών προβλημάτων και τη ρύθμιση της συμπεριφοράς, παρέχοντας δομημένες, προβλέψιμες εξηγήσεις για συναισθηματικές και κοινωνικές καταστάσεις.
- **Οπτικές υποστηρίξεις για τη συναισθηματική μάθηση:** Η έρευνα αποδεικνύει ότι οπτικά εργαλεία, όπως κάρτες συναισθημάτων, χρονοδιαγράμματα και εικονογράμματα, βελτιώνουν την κατανόηση των συναισθημάτων και την επικοινωνία σε παιδιά με ΔΑΦ.
- **Στρατηγικές αυτορρύθμισης με βάση τις αισθήσεις:** Τα εργαλεία αισθητηριακής ρύθμισης και οι δομημένες ρουτίνες ρύθμισης υποστηρίζουν τον συναισθηματικό έλεγχο και μειώνουν το άγχος και την κλιμάκωση της συμπεριφοράς.
- **Συναισθηματική έκφραση μέσω της τέχνης:** Οι δημιουργικές καλλιτεχνικές δραστηριότητες έχουν αποδειχθεί ότι υποστηρίζουν τη συναισθηματική επίγνωση, την αυτοέκφραση και τη συμμετοχή σε παιδιά με αναπτυξιακές διαφορές.

Εργαλεία που περιλαμβάνονται σε αυτό το κεφάλαιο

Εργαλείο 1: Κάρτες συναισθημάτων και τροχοί συναισθημάτων

Οπτικά βοηθήματα που υποστηρίζουν την αναγνώριση, την κατονομασία και την επικοινωνία των συναισθηματικών καταστάσεων. Σχεδιασμένα για ευέλικτη χρήση κατά τη διάρκεια ρουτινών, παιχνιδιών, αφήγησης ιστοριών και συναισθηματικής ρύθμισης.

Περιγραφή:

Ένα δομημένο σύνολο οπτικών εργαλείων συναισθηματικής αγωγής, σχεδιασμένο για να βοηθήσει παιδιά προσχολικής και πρώιμης σχολικής ηλικίας να αναγνωρίζουν, να ονομάζουν και να επικοινωνούν τα συναισθήματά τους. Κατάλληλο για χρήση κατά τη διάρκεια ρουτινών, μεταβάσεων, αφήγησης ιστοριών και δραστηριοτήτων συναισθηματικής ρύθμισης.

Υλικά:

Κάρτες συναισθημάτων (40–60 κάρτες):

Βασικά συναισθήματα (χαρά, λύπη, θυμός, φόβος, ενθουσιασμός, κούραση, υπερηφάνεια, ανησυχία, ηρεμία) που απεικονίζονται μέσω σαφών εκφράσεων του προσώπου και γλώσσας του σώματος.

Κάρτες έντασης (20 κάρτες):

Οπτικές κλίμακες που δείχνουν τη συναισθηματική ένταση (ήρεμος → απογοητευμένος → θυμωμένος → ικανοποιημένος → ενθουσιασμένος → σε υπερένταση).

Τροχοί συναισθημάτων (3 εκδοχές):

- Βασικός τροχός 4 συναισθημάτων
- Διευρυμένος τροχός 8 συναισθημάτων
- Τροχός συναισθημάτων και στρατηγικές διαχείρισης

Κάρτες καθρέφτη:

Κάρτες υποδείξεων που ενθαρρύνουν τα παιδιά να μιμηθούν εκφράσεις του προσώπου και να αναγνωρίσουν συναισθήματα.

Πίνακας καταγραφής:

Πίνακας «Νιώθω...» με ταινία Velcro ή μαγνήτες για καθημερινή καταγραφή των συναισθημάτων.

Επιλογή και προετοιμασία εικόνων

Βρείτε εικόνες από μία από τις παρακάτω πηγές:

- Δωρεάν βάσεις δεδομένων με εικονίδια συναισθημάτων (ARASAAC, εικονίδια τύπου Twinkl, clipart SEL)
- Φωτογραφίες πραγματικών προσώπων που εκφράζουν με σαφήνεια διαφορετικά συναισθήματα
- Απλές εικονογραφήσεις με συνεπές ύφος

Βεβαιωθείτε ότι όλες οι εικόνες πληρούν τα ακόλουθα κριτήρια:

- Σαφής έκφραση προσώπου
- Απλό ή ουδέτερο φόντο
- Συνεπές οπτικό ύφος σε όλες τις κάρτες
- Έκφραση ενός συναισθήματος ανά κάρτα
- Μεγάλη, ευανάγνωστη λεζάντα κάτω από την εικόνα

Πώς να το χρησιμοποιήσετε

Βήμα 1: Αναγνώριση συναισθήματος

Ο ενήλικας δείχνει μία κάρτα και ονομάζει το συναίσθημα.
Το παιδί δείχνει, επαναλαμβάνει ή αντιστοιχίζει.

Βήμα 2: Προσδιορισμός συναισθήματος

Το παιδί επιλέγει την κάρτα που ταιριάζει με το πώς αισθάνεται.

Βήμα 3: Επικοινωνία συναισθημάτων

Το παιδί χρησιμοποιεί την κάρτα για να εκφράσει τις ανάγκες του:

«Νιώθω θυμωμένος/η»

«Νιώθω κουρασμένος/η»

Βήμα 4: Σύνδεση ρύθμισης συναισθημάτων

Συνδέστε το συναίσθημα με την κάρτα διαχείρισης:

«Θυμωμένος/η → πιέζω τη μπάλα»

«Λυπημένος/η → ζητώ μια αγκαλιά»

Βήμα 5: Καθημερινή ρουτίνα ελέγχου

Πρωί: το παιδί επιλέγει μια κάρτα συναισθήματος.

Μεσημέρι: ανασκόπηση συναισθημάτων.

Τέλος της ημέρας: αναστοχασμός για τις αλλαγές.

Εργαλείο 2: Κάρτες επίλυσης συναισθηματικών προβλημάτων με χρήση ιστοριών

Σύντομα εικονογραφημένα σενάρια που προάγουν τη συναισθηματική κατανόηση, την ενσυναίσθηση και τη λήψη κοινωνικών αποφάσεων μέσω καθοδηγούμενης συζήτησης και παιχνιδιού ρόλων.

Περιγραφή:

Εικονογραφημένες κάρτες κοινωνικο-συναισθηματικών σεναρίων που βοηθούν τα παιδιά να αναπτύξουν ενσυναίσθηση, ικανότητα να βλέπουν τα πράγματα από τη σκοπιά των άλλων και ικανότητα λήψης αποφάσεων μέσω συζήτησης, παιχνιδιού ρόλων και καθοδηγούμενου αναστοχασμού.

Υλικά:

Κάρτες σεναρίων (30 κάρτες):

Σύντομες εικονογραφημένες καταστάσεις όπως:

- Κάποιος παίρνει ένα παιχνίδι
- Περιμένοντας τη σειρά μου
- Κάποιος αισθάνεται παραμελημένος
- Δυνατός θόρυβος που προκαλεί δυσφορία

Κάρτες συναισθημάτων (20 κάρτες):

Εικόνες με θέμα «Τι αισθάνεται κάθε χαρακτήρας;».

Κάρτες επιλογής λύσεων (25 κάρτες):

Πιθανές απαντήσεις (ζήτα βοήθεια, περίμενε, κάνε ένα διάλειμμα, χρησιμοποίησε λέξεις, μοιράσου).

Κάρτες υποδείξεων για παιχνίδι ρόλων (15 κάρτες):

Καθοδηγούμενες υποδείξεις για την αναπαράσταση σεναρίων.

Πίνακας συζήτησης:

Οπτικός πίνακας με ενότητες:

Τι συνέβη;

Πώς νιώθουν τα άτομα;

Τι μπορούμε να κάνουμε;

Επιλογή και προετοιμασία εικόνων

Χρησιμοποιήστε:

- Απλές εικονογραφημένες σκηνές κοινωνικής αλληλεπίδρασης
- Πραγματικές φωτογραφίες από την τάξη
- Συνεπές οπτικό ύφος χαρακτήρων

Βεβαιωθείτε ότι:

- Το φόντο έχει ελάχιστες λεπτομέρειες
- Τα συναισθήματα αποδίδονται με σαφήνεια

- Κάθε κάρτα περιλαμβάνει ένα μόνο σενάριο
- Υπάρχει ποικιλία χαρακτήρων

Πώς να το χρησιμοποιήσετε

Βήμα 1: Παρουσίαση του σεναρίου

Ο ενήλικας δείχνει την κάρτα και περιγράφει την κατάσταση.

Βήμα 2: Προσδιορισμός συναισθημάτων

Το παιδί επιλέγει κάρτες συναισθημάτων για τους χαρακτήρες.

Βήμα 3: Πρόβλεψη αποτελεσμάτων

Ρωτήστε: «Τι μπορεί να συμβεί στη συνέχεια;»

Βήμα 4: Επιλογή λύσεων

Το παιδί επιλέγει από τις κάρτες λύσεων.

Βήμα 5: Παιχνίδι ρόλων

Αναπαραστήστε τη λύση που επιλέξατε με έναν ενήλικα ή τους συνομηλίκους.

Βήμα 6: Αναστοχασμός

Συζήτηση:

«Τι πέτυχε;»

«Πώς αισθάνονται τώρα;»

Χρησιμοποιήστε το κατά τη διάρκεια:

- ομάδων κοινωνικών δεξιοτήτων
- της ώρας του κύκλου
- στιγμών επίλυσης συγκρούσεων

Εργαλείο 3: Σετ εργαλείων για αισθητηριακή ρύθμιση

Μια συλλογή αισθητηριακών υλικών και οπτικών στρατηγικών που βοηθούν τα παιδιά να αναπτύξουν δεξιότητες συναισθηματικής αυτορρύθμισης και αντιμετώπισης προβλημάτων.

Περιγραφή:

Μια δομημένη συλλογή αισθητηριακών βοηθημάτων και οπτικών εργαλείων ρύθμισης, που βοηθούν τα παιδιά να αναπτύξουν αυτορρύθμιση, σωματική επίγνωση και στρατηγικές αντιμετώπισης σε στιγμές άγχους ή υπερδιέγερσης.

Συστατικά:

Εργαλεία αισθητηριακής ρύθμισης:

- Μπαλίτσες αντιστρές (3 τύποι)
- Παιχνίδια για να παίζουν με τα χέρια (fidget toys) (5–8 τεμάχια)
- Μαξιλάρι αγκαλιάς με βάρος ή μαλακό παιχνίδι
- Ακουστικά με μείωση θορύβου
- Αισθητηριακά αντικείμενα για μάσημα (όπου είναι κατάλληλο)
- Μαλακό ύφασμα ή λωρίδες αφής

Κάρτες οπτικής ρύθμισης (25 κάρτες):

- Πάρε βαθιές αναπνοές
- Ζήτα διάλειμμα
- Πίεσε
- Μέτρα μέχρι το 5
- Πήγαινε στη «γωνιά της ηρεμίας»

Πίνακας βημάτων ηρεμίας:

Οπτική ρουτίνα βήμα προς βήμα για ηρεμία.

Οπτική ένδειξη γωνιάς ηρεμίας:

Υποδεικνύει έναν ασφαλή χώρο για ρύθμιση των συναισθημάτων.

Οδηγίες συναρμολόγησης

Δημιουργήστε ένα δοχείο:

Κουτί ή καλάθι με την ένδειξη «εργαλεία ηρεμίας».

Δημιουργήστε έναν πίνακα ηρεμίας:

Επικεφαλίδα: «Μπορώ να ηρεμήσω το σώμα μου»

Προσθέστε μια οπτική ακολουθία 4–5 βημάτων.

Τοποθετήστε ταινία Velcro:

Για αφαιρούμενες κάρτες στρατηγικής.

Δημιουργήστε έναν χώρο ηρεμίας:

Μαλακό χαλάκι, μαξιλάρι, χαμηλός φωτισμός.

Πώς να το χρησιμοποιήσετε

Βήμα 1: Διδάξτε σε χαλαρές στιγμές

Παρουσιάστε τα εργαλεία σε συναισθηματικά ουδέτερες στιγμές.

Βήμα 2: Δείξτε πώς χρησιμοποιούνται

Ο ενήλικας επιδεικνύει τη στρατηγική ηρεμίας.

Βήμα 3: Καθοδηγήστε κατά τη διάρκεια της δυσφορίας

Προσφέρετε 2 επιλογές:

«Θέλεις τη μπαλίτσα που πιέζεις ή τα ακουστικά;»

Βήμα 4: Το παιδί εξασκείται

Υποστηρίξτε την ανεξάρτητη επιλογή.

Βήμα 5: Αναστοχασμός

«Τι βοήθησε το σώμα σου να νιώσει καλύτερα;»

Χρησιμοποιήστε το:

- κατά τη διάρκεια των μεταβάσεων
- μετά από συγκρούσεις
- πριν από την υπερδιέγερση
- ως καθημερινή ρουτίνα

Εργαλείο 4: Πρότυπα συναισθηματικής έκφρασης μέσω της τέχνης

Δημιουργικοί πόροι που ενθαρρύνουν τα παιδιά να εξερευνήσουν τα συναισθήματά τους μέσω δραστηριοτήτων που βασίζονται στο σχέδιο, τη ζωγραφική, την κίνηση και τη μουσική.

Περιγραφή:

Πόροι δημιουργικής έκφρασης που βοηθούν τα παιδιά να εξερευνήσουν και να επικοινωνήσουν τα συναισθήματά τους μέσω της τέχνης, της κίνησης, της μουσικής και των δημιουργικών δραστηριοτήτων που βασίζονται στις αισθήσεις.

Συστατικά:

Πρότυπα ζωγραφικής συναισθημάτων (20 σελίδες):

Πρόσωπα για συμπλήρωση, περιγράμματα σώματος, φύλλα εργασίας «Τα συναισθήματά μου σήμερα».

Πίνακες αντιστοίχισης χρωμάτων-συναισθημάτων:

Σύνδεση χρωμάτων με συναισθήματα.

Κάρτες προτροπής κίνησης (15 κάρτες):

Κινήσου σαν:

- θυμωμένη καταιγίδα
- χαρούμενο πηδηματάκι
- αργή χελώνα
- ήρεμη αναπνοή

Κάρτες συναισθημάτων με μουσική (15 κάρτες):

Αντιστοιχίστε τη μουσική με το συναίσθημα και την κίνηση.

Πίνακας δημιουργικών επιλογών:

Ζωγραφίστε, χρωματίστε, φτιάξτε, χορέψτε ή παίξτε.

Επιλογή και προετοιμασία υλικών

Υλικά ζωγραφικής:

- Χρωματιστά μολύβια
- Μαρκαδόροι
- Μπογιές
- Πηλός
- Χαρτί
- Συσκευή αναπαραγωγής μουσικής

Βεβαιωθείτε ότι:

- τα υλικά είναι ανοιχτού τύπου
- υπάρχουν διαθέσιμες επιλογές που δεν λερώνουν

- οι οπτικές υποδείξεις είναι προσβάσιμες

Πώς να το χρησιμοποιήσετε

Βήμα 1: Ερώτηση για τα συναισθήματα

Δείξτε την κάρτα συναισθήματος ή συζητήστε για το συναίσθημα.

Βήμα 2: Επιλογή μορφής τέχνης

Το παιδί επιλέγει ζωγραφική, κίνηση ή μουσική.

Βήμα 3: Δημιουργία

Επιτρέψτε την ελεύθερη έκφραση χωρίς διορθώσεις.

Βήμα 4: Κατονομασία του συναισθήματος

Ο ενήλικας ονομάζει με ήπιο τρόπο το συναίσθημα που εκφράζεται στο έργο τέχνης.

Βήμα 5: Μοίρασμα (προαιρετικά)

Το παιδί εξηγεί τη δημιουργία του, αν αισθάνεται άνετα.

Βήμα 6: Παρουσίαση ή αποθήκευση

Δημιουργήστε ένα προσωπικό πορτοφόλιο συναισθημάτων.

Χρησιμοποιήστε το κατά τη διάρκεια:

- της ώρας ηρεμίας
- μετά από έντονα συναισθήματα
- ομαδικών δραστηριοτήτων κοινωνικο-συναισθηματικής μάθησης
- θεραπευτικών συνεδριών

Σχέδια δραστηριοτήτων

Δραστηριότητα 1: Ρολόι συναισθημάτων

Μαθησιακοί στόχοι

- Αναγνώριση και κατονομασία συναισθημάτων
- Σύνδεση των συναισθημάτων με καταστάσεις της πραγματικής ζωής
- Επέκταση του συναισθηματικού λεξιλογίου
- Ανάπτυξη συναισθηματικής αυτογνωσίας

Μαθησιακοί τομείς-στόχοι

Συναισθηματική ανάπτυξη
Γλωσσική και επικοινωνιακή ανάπτυξη
Κοινωνική ανάπτυξη
Γνωστική ανάπτυξη

Απαιτούμενα υλικά

- Φύλλο εργασίας για τα συναισθήματα με εκφράσεις του προσώπου
- Χαρτοπετσέτα
- Χρωματιστά μολύβια ή μαρκαδόροι
- Ψαλίδι

- Κόλλα
- Πινέζα
- Φελλός ή πλαστελίνη
- Πρότυπο για το χέρι του ρολογιού

Οδηγίες βήμα προς βήμα

1. Τα παιδιά χρωματίζουν τα πρόσωπα στο φύλλο εργασίας.
2. Κόβουν τα πρόσωπα
3. Κολλούν τα πρόσωπα γύρω από το χάρτινο πιάτο, δημιουργώντας ένα «ρολόι συναισθημάτων».
4. Με την επίβλεψη ενός ενήλικα, ανοίγουν μια τρύπα στο κέντρο του πιάτου.
5. Στερεώνουν τον δείκτη του ρολογιού χρησιμοποιώντας μια πινέζα.
6. Ασφαλίζουν την πινέζα με φελλό ή πλαστελίνη.
7. Χρησιμοποιήστε το ρολόι συναισθημάτων σε καθημερινούς ελέγχους ή συζητήσεις για τα συναισθήματα.

Προτάσεις προσαρμογής

- Χρησιμοποιήστε 2–4 βασικά συναισθήματα για αρχάριους μαθητές.
- Προσθέστε σύνθετα συναισθήματα για προχωρημένους μαθητές.
- Κόψτε τα υλικά από προηγούμενος για παιδιά με κινητικές δυσκολίες.
- Επιτρέψτε την επικοινωνία με το δάχτυλο ή με επαυξητική και εναλλακτική επικοινωνία (ΕΕΕ) αντί για λεκτικές απαντήσεις.
- Συμπεριλάβετε σύμβολα συναισθημάτων με υφή για συμμετοχή των αισθήσεων.

Αναμενόμενα μαθησιακά αποτελέσματα

- Τα παιδιά αναγνωρίζουν και ονομάζουν τα συναισθήματα.
- Τα παιδιά συσχετίζουν τα συναισθήματα με προσωπικές εμπειρίες.

Τα παιδιά βελτιώνουν τις δεξιότητες συναισθηματικής επικοινωνίας.

Δραστηριότητα 2: Μπουκέτο συναισθημάτων

Μαθησιακοί στόχοι

- Ανάπτυξη συναισθηματικής επίγνωσης
- Ενίσχυση της ενσυναίσθησης και της ικανότητας να βλέπουν τα πράγματα από τη σκοπιά του άλλου
- Ενθάρρυνση της συνεργατικής και δημιουργικής μάθησης

Μαθησιακοί τομείς-στόχοι

Συναισθηματική ανάπτυξη
Κοινωνική ανάπτυξη
Δημιουργική έκφραση
Γνωστική ανάπτυξη

Απαιτούμενα υλικά

- Φύλλα εργασίας για τα συναισθήματα και τις καταστάσεις
- Ψαλίδι
- Κόλλα
- Φύλλα χαρτιού

Οδηγίες βήμα προς βήμα

1. Τα παιδιά κόβουν τα μέρη των λουλουδιών που αντιπροσωπεύουν συναισθήματα και κοινωνικές καταστάσεις.
2. Τα κέντρα των λουλουδιών αντιπροσωπεύουν συναισθήματα (π.χ. χαρά, λύπη, θυμό, φόβο).
3. Τα πέταλα αντιπροσωπεύουν καταστάσεις που συνδέονται με κάθε συναίσθημα.
4. Τα παιδιά συναρμολογούν και συζητούν για κάθε λουλούδι.
5. Τα ολοκληρωμένα λουλούδια μπορούν να εκτεθούν ή να ξαναχρησιμοποιηθούν σε συζητήσεις.

Προτάσεις προσαρμογής

- Παρέχετε πλαστικοποιημένα υλικά που έχετε κόψει από προηγούμενως.
- Χρησιμοποιήστε φύλλα εργασίας με χρωματικό κώδικα για υποστήριξη.
- Παρέχετε φύλλα εργασίας σε κλίμακα του γκρι για μεγαλύτερο βαθμό δυσκολίας.
- Υποστηρίξτε τα παιδιά που δεν ξέρουν να διαβάζουν μέσω οπτικής καθοδήγησης ή βοήθειας από έναν ενήλικα.

Αναμενόμενα μαθησιακά αποτελέσματα

- Τα παιδιά συνδέουν τα συναισθήματα με κοινωνικά πλαίσια.
- Τα παιδιά επιδεικνύουν βελτιωμένη συναισθηματική κατανόηση.
- Τα παιδιά εξασκούν την ενσυναίσθηση και τη συνεργασία.

Δραστηριότητα 3: Κουτί συναισθημάτων (Βάζο συναισθημάτων)

Μαθησιακοί στόχοι

- Ενθάρρυνση της ασφαλούς έκφρασης συναισθημάτων
- Προώθηση του συναισθηματικού αναστοχασμού
- Ενίσχυση της επικοινωνίας των συναισθημάτων

Μαθησιακοί τομείς-στόχοι

Συναισθηματική ανάπτυξη
Επικοινωνιακή ανάπτυξη
Κοινωνική ανάπτυξη

Απαιτούμενα υλικά

- Δοχείο ή βάζο
- Κάρτες συναισθημάτων, σχέδια ή σύμβολα
- Προαιρετικά υλικά ζωγραφικής ή γραφής

Οδηγίες βήμα προς βήμα

1. Παρουσιάστε το κουτί συναισθημάτων ως ένα ασφαλές εργαλείο επικοινωνίας.
2. Τα παιδιά επιλέγουν ή δημιουργούν σύμβολα συναισθημάτων που αντιπροσωπεύουν τα συναισθήματά τους.
3. Τα παιδιά τοποθετούν τα σύμβολα στο κουτί.
4. Ο/Η εκπαιδευτικός μπορεί να διευκολύνει τη συζήτηση ατομικά ή σε ομάδες.

Προτάσεις προσαρμογής

- Χρησιμοποιήστε εικονογράμματα ή φωτογραφίες για παιδιά με περιορισμένες γλωσσικές δεξιότητες.
- Επιτρέψτε τη χρήση χρωμάτων ή συμβόλων αντί για λέξεις.
- Παρέχετε ευκαιρίες για ατομική έκφραση, όταν η ομαδική συζήτηση είναι δύσκολη.

Αναμενόμενα μαθησιακά αποτελέσματα

- Τα παιδιά επιδεικνύουν αυξημένη συναισθηματική επίγνωση.
- Επικοινωνούν τα συναισθήματά τους με μεγαλύτερη αυτονομία.
- Αναπτύσσουν συναισθηματική αυτοπεποίθηση.

Δραστηριότητα 4: Ζώνη ηρεμίας και σχέδιο ρύθμισης

Μαθησιακοί στόχοι

- Καλλιέργεια της συναισθηματικής αυτορρύθμισης
- Ανάπτυξη στρατηγικών αντιμετώπισης
- Ενίσχυση της ανεξαρτησίας στη διαχείριση των συναισθημάτων

Μαθησιακοί τομείς-στόχοι

Συναισθηματική ανάπτυξη
Αυτορρύθμιση
Αισθητηριακή ολοκλήρωση

Απαιτούμενα υλικά

- Μαξιλάρια ή μαλακά καθίσματα
- Αισθητηριακά παιχνίδια (μπαλίτσες αντιστρές, fidgets, αισθητηριακά βιβλία)
- Κάρτες με οπτικές στρατηγικές ηρεμίας
- Διάγραμμα βημάτων ρύθμισης συναισθημάτων

Οδηγίες βήμα προς βήμα

1. Παρουσιάστε τη ζώνη ηρεμίας κατά τη διάρκεια χαλαρών περιόδων στην τάξη.
2. Επιδείξτε στρατηγικές ηρεμίας, όπως βαθιές αναπνοές ή χρήση αισθητηριακών εργαλείων.
3. Διδάξτε ένα απλό σχέδιο δράσης για τη διαχείριση των συναισθημάτων:
 - Παρατηρώ τα συναισθήματά μου
 - Επιλέγω μια στρατηγική ηρεμίας

- Ζητάω βοήθεια αν χρειαστεί
4. Ενθαρρύνετε την ανεξάρτητη χρήση της ζώνης ηρεμίας.

Προτάσεις προσαρμογής

- Παρέχετε οπτικούς οδηγούς ηρεμίας βήμα προς βήμα.
- Προσφέρετε ποικιλία αισθητηριακών επιλογών.
- Δώστε το παράδειγμα της ηρεμίας και καθοδηγήστε το παιδί στην εξάσκηση των τεχνικών αυτορρύθμισης.

Αναμενόμενα μαθησιακά αποτελέσματα

- Τα παιδιά αναγνωρίζουν τα συναισθηματικά ερεθίσματα.
- Εφαρμόζουν ανεξάρτητα στρατηγικές ηρεμίας.
- Η συναισθηματική ένταση μειώνεται με την πάροδο του χρόνου.

Δραστηριότητα 5: Κοινωνικές ιστορίες και παιχνίδι ρόλων

Μαθησιακοί στόχοι

- Βελτίωση της κατανόησης των συναισθημάτων
- Ανάπτυξη ενσυναίσθησης
- Υποστήριξη της επίλυσης κοινωνικο-συναισθηματικών προβλημάτων

Μαθησιακοί τομείς-στόχοι

Κοινωνική ανάπτυξη
Συναισθηματική ανάπτυξη
Δεξιότητες επικοινωνίας

Απαιτούμενα υλικά

- Κάρτες ή βιβλία κοινωνικών ιστοριών
- Μαριονέτες ή βοηθήματα για παιχνίδι ρόλων
- Οπτικά μέσα για την αναγνώριση συναισθημάτων

Οδηγίες βήμα προς βήμα

1. Παρουσιάστε σύντομες κοινωνικές ιστορίες που περιγράφουν συναισθηματικές καταστάσεις.
2. Συζητήστε τα συναισθήματα των χαρακτήρων και πιθανές λύσεις.
3. Ενθαρρύνετε τα παιδιά να αναπαραστήσουν λύσεις χρησιμοποιώντας βοηθήματα.
4. Ενισχύστε τις θετικές συναισθηματικές και κοινωνικές αντιδράσεις.

Προτάσεις προσαρμογής

- Χρησιμοποιήστε πραγματικά σενάρια από την τάξη.
- Απλοποιήστε τις ιστορίες χρησιμοποιώντας εικόνες ή οπτικές ακολουθίες.
- Επιτρέψτε την παρατήρηση πριν από την ενεργό συμμετοχή.

Αναμενόμενα μαθησιακά αποτελέσματα

- Τα παιδιά αναγνωρίζουν τα συναισθήματα των άλλων.
- Εξασκούνται σε κατάλληλες κοινωνικές αντιδράσεις.
- Αναπτύσσουν δεξιότητες κατανόησης της οπτικής των άλλων.

Επιτραπέζιο παιχνίδι: Συνεργατικό παιχνίδι «Μονοπάτι συναισθημάτων»

Συνεργατικό παιχνίδι «Μονοπάτι συναισθημάτων»

Ένα οπτικά δομημένο επιτραπέζιο παιχνίδι στο οποίο τα παιδιά προχωρούν μέσα από προκλήσεις αναγνώρισης και ρύθμισης των συναισθημάτων. Το παιχνίδι προάγει την εναλλαγή ρόλων, τη συνεργασία και τις δεξιότητες επικοινωνίας, ενώ ταυτόχρονα μειώνει το άγχος του ανταγωνισμού.

Υποστήριξη διαφορετικών επιπέδων ρύθμισης των συναισθημάτων

Επίπεδο συναισθηματικής ανάπτυξης	Χαρακτηριστικά	Στρατηγικές υποστήριξης
Αναδυόμενη επίγνωση	Περιορισμένη αναγνώριση ή έκφραση συναισθημάτων	Χρησιμοποιήστε οπτικά βοηθήματα, πρότυπα και δραστηριότητες που βασίζονται στις αισθήσεις
Βασική επίγνωση	Αναγνωρίζει βασικά συναισθήματα, αλλά χρειάζεται υποστήριξη για τη ρύθμισή τους	Εισαγάγετε δομημένες στρατηγικές ηρεμίας και εργαλεία επικοινωνίας συναισθημάτων
Αναπτυγμένες συναισθηματικές δεξιότητες	Αναγνωρίζει σύνθετα συναισθήματα και αρχίζει να αναπτύσσει ενσυναίσθηση	Εισαγάγετε δραστηριότητες κοινωνικής επίλυσης προβλημάτων και κατανόησης της οπτικής των άλλων
Προχωρημένη συναισθηματική κατανόηση	Επιδεικνύει συναισθηματική επίγνωση και ευέλικτη ρύθμιση	Ενθαρρύνετε την ανεξάρτητη χρήση στρατηγικών και την υποστήριξη μεταξύ συνομηλίκων

Οδηγίες υλοποίησης

Δημιουργία συναισθηματικά υποστηρικτικών περιβαλλόντων

- Χρησιμοποιήστε οπτικά στοιχεία συναισθημάτων κατά τη διάρκεια των ρουτινών της τάξης
- Παρέχετε εύκολα προσβάσιμα εργαλεία ηρεμίας
- Χρησιμοποιήστε συναισθηματική γλώσσα κατά τη διάρκεια των αλληλεπιδράσεων
- Ενσωματώστε τη συναισθηματική μάθηση στις καθημερινές δραστηριότητες

Προτάσεις για συνεργασία

- Ευθυγραμμίστε τις στρατηγικές με ειδικούς, αν είναι διαθέσιμοι

- Μοιραστείτε εργαλεία διαχείρισης συναισθημάτων με τις οικογένειες για περισσότερη συνέπεια
- Καταγράψτε τακτικά την πρόοδο της συναισθηματικής ανάπτυξης
- Διατηρήστε συνεπείς προσεγγίσεις συναισθηματικής υποστήριξης σε όλα τα περιβάλλοντα

Παρακολούθηση προόδου

Οι εκπαιδευτικοί μπορούν να παρακολουθούν την πρόοδο χρησιμοποιώντας:

- Λίστες ελέγχου συναισθηματικής παρατήρησης
- Ημερολόγια συναισθημάτων ή έκφραση σκέψεων μέσω ζωγραφικής
- Ανασκόπηση της χρήσης στρατηγικών αυτορρύθμισης
- Συζητήσεις αναστοχασμού μετά από συναισθηματικές καταστάσεις

Αναμενόμενα αποτελέσματα

Χάρη στη συνεπή χρήση εργαλείων συναισθηματικής ανάπτυξης, οι εκπαιδευτικοί ενδέχεται να παρατηρήσουν:

- Αυξημένη συναισθηματική επίγνωση
- Βελτιωμένη συναισθηματική επικοινωνία
- Μεγαλύτερη ανεξαρτησία στη ρύθμιση των συναισθημάτων
- Ενισχυμένη ενσυναίσθηση και κοινωνική αλληλεπίδραση
- Αυξημένη συμμετοχή στις ρουτίνες του νηπιαγωγείου

Αναφορές και πόροι

Βασικές αναφορές:

<https://www.autismawareness.com.au/navigating-autism/big-emotions-in-young-autistic-people>

<https://blossomchildrenscenter.com/understanding-emotional-development-and-asd/>

<https://earlyautismventures.in/emotional-regulation-in-children-with-autism/>

<https://www.behaviorfrontiers.com/blog/emotional-regulation-strategies-autism>

<https://linksaba.com/how-to-teach-autistic-children-to-understand-emotions/>

<https://www.threetop.com/aba-therapy/emotional-regulation-autism>

<https://www.discoveryaba.com/aba-therapy/helping-children-with-autism-understand-emotions>

Denham, S. A. (2006). Κοινωνικο-συναισθηματική ικανότητα ως υποστήριξη για την ετοιμότητα για το σχολείο. Πρώιμη Εκπαίδευση και Ανάπτυξη.

Gray, C. (2010). Το νέο βιβλίο κοινωνικών ιστοριών.

Εθνικό Κέντρο Επαγγελματικής Ανάπτυξης για τις Διαταραχές του Αυτιστικού Φάσματος.
Τεκμηριωμένες πρακτικές για παιδιά με ASD.
Samson, A. C., Hardan, A. Y., & Gross, J. J. (2015). Ρύθμιση συναισθημάτων στις διαταραχές του φάσματος του αυτισμού.
Schreibman, L. et al. (2015). Φυσιολογικές αναπτυξιακές συμπεριφορικές παρεμβάσεις.

Κεφάλαιο 3: Σωματική ανάπτυξη

Η σωματική ανάπτυξη στην προσχολική ηλικία αποτελεί βασικό θεμέλιο για τη συμμετοχή, τη μάθηση και την ευημερία, ειδικά για τα παιδιά με αυτισμό. Πολλές καθημερινές ευκαιρίες μάθησης στην προσχολική εκπαίδευση βασίζονται στην κίνηση: συμμετοχή σε κύκλους, διαχείριση μεταβάσεων, παιχνίδια με συνομηλίκους, χρήση υλικών στο τραπέζι και εκτέλεση ρουτινών αυτοφροντίδας. Όταν οι κινητικές ή αισθητηριοκινητικές δεξιότητες ενός παιδιού βρίσκονται ακόμη σε φάση ανάπτυξης, αυτές οι καταστάσεις μπορεί να γίνουν κουραστικές, απογοητευτικές ή αγχωτικές. Η υποστήριξη της σωματικής ανάπτυξης, επομένως, δεν βελτιώνει μόνο τις κινητικές δεξιότητες, αλλά ενισχύει επίσης την πρόσβαση στις μαθησιακές δραστηριότητες, προάγει την ανεξαρτησία και μπορεί να μειώσει το άγχος στις καθημερινές ρουτίνες, κάνοντας τις δραστηριότητες πιο προβλέψιμες και διαχειρίσιμες.

Στον αυτισμό στην προσχολική ηλικία, τα προφίλ σωματικής ανάπτυξης μπορεί να ποικίλλουν σημαντικά. Ορισμένα παιδιά παρουσιάζουν δυσκολίες στις αδρές κινητικές δεξιότητες (ισορροπία, συντονισμός, άλμα, αναρρίχηση), ενώ άλλα αντιμετωπίζουν προκλήσεις στις λεπτές κινητικές δεξιότητες, οι οποίες επηρεάζουν την ετοιμότητα για γραφή, τη χρήση εργαλείων (π.χ. ψαλίδι) και τις καθημερινές δραστηριότητες στην τάξη (π.χ. άνοιγμα δοχείων, χειρισμός μικρών αντικειμένων). Ο κινητικός σχεδιασμός και η αλληλουχία κινήσεων μπορεί να αποτελούν πρόκληση, πράγμα που σημαίνει ότι οι κινητικές δραστηριότητες πολλαπλών βημάτων (π.χ. διαδρομές με εμπόδια ή παιχνίδια τύπου «κάνε ό,τι κάνω») απαιτούν περισσότερη καθοδήγηση και επανάληψη. Πολλά παιδιά παρουσιάζουν επίσης αισθητηριοκινητικές ιδιαιτερότητες: μπορεί να αναζητούν ή να αποφεύγουν συγκεκριμένα αισθητηριακά ερεθίσματα, να έχουν μειωμένη σωματική επίγνωση ή να δυσκολεύονται να ρυθμίσουν το επίπεδο εγρήγορσής τους («υπερβολικά υψηλό» ή «υπερβολικά χαμηλό») ώστε να κάνουν πράγματα όπως το να καθίσουν, να ακούσουν ή να συνεργαστούν. Επιπλέον, η αντοχή, η στάση του σώματος και ο αμφίπλευρος συντονισμός (χρήση και των δύο πλευρών του σώματος ταυτόχρονα) μπορούν να επηρεάσουν περαιτέρω τη συμμετοχή των παιδιών στις καθημερινές δραστηριότητες του νηπιαγωγείου.

Το παρόν κεφάλαιο παρέχει κατάλληλα για την τάξη εργαλεία που βασίζονται στο παιχνίδι, τα οποία βοηθούν τους εκπαιδευτικούς να ενισχύσουν τις δεξιότητες της αδρής και λεπτής κινητικότητας, καθώς και την αισθητηριοκινητική ολοκλήρωση, διατηρώντας παράλληλα τις δραστηριότητες δομημένες, ελκυστικές και προσαρμόσιμες. Στόχος δεν είναι η «τέλεια

απόδοση», αλλά η ουσιαστική πρόοδος, που βοηθά τα παιδιά να συμμετέχουν με μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση στις ρουτίνες και στο παιχνίδι – βήμα προς βήμα, με τον δικό τους ρυθμό.

Τομείς εστίασης

- **Αδρή κινητικότητα και συντονισμός:** ισορροπία, άλμα, αναρρίχηση, δεξιότητες με μπάλα, στάση σώματος και σταθερότητα, διέλευση της μέσης γραμμής
- **Λεπτή κινητικότητα και προγραφή:** ανάπτυξη της λαβής, δύναμη των χεριών, χειρισμός αντικειμένων, απομόνωση των δακτύλων, δεξιότητες χρήσης ψαλιδιού, πρώιμη εξάσκηση γραμμών/σχημάτων
- **Κινητικός σχεδιασμός και αλληλουχία:** μίμηση ενεργειών, έναρξη και διακοπή κατόπιν σήματος, διαδρομές με εμπόδια, ρουτίνες κίνησης πολλαπλών βημάτων
- **Αισθητηριοκινητική ολοκλήρωση:** επίγνωση και ρύθμιση του σώματος μέσω ιδιοδεκτικών ερεθισμάτων («βαριά εργασία»), αισθουσαίων κινήσεων, απτικής εξερεύνησης/ανοχής εντός σαφών ορίων
- **Κινητικές ρουτίνες αυτοεξυπηρέτησης:** λειτουργικές κινητικές δεξιότητες για ανεξαρτησία (κουμπιά/φερμουάρ, βήματα ντυσίματος, ρουτίνες πλυσίματος χεριών και άλλες καθημερινές ρουτίνες στην τάξη)

Στόχοι του κεφαλαίου

1. Αύξηση της συμμετοχής στο παιχνίδι, στις κινητικές δραστηριότητες και στις καθημερινές ρουτίνες της τάξης μέσω της μείωσης των κινητικών δυσκολιών.
2. Ενίσχυση των λειτουργικών δεξιοτήτων λεπτής κινητικότητας που απαιτούνται για δραστηριότητες πρώιμης μάθησης (π.χ. χειρισμός υλικών, χρήση εργαλείων, προγραφικές δραστηριότητες).
3. Ανάπτυξη της συντονισμένης αδρής κινητικότητας και του κινητικού σχεδιασμού για την υποστήριξη της ασφαλούς και αυτόνομης κίνησης σε εσωτερικούς και εξωτερικούς χώρους.
4. Υποστήριξη της σωματικής επίγνωσης και της αυτορρύθμισης μέσω δομημένων, αισθητηριοκινητικών δραστηριοτήτων ενσωματωμένων στις καθημερινές ρουτίνες.
5. Ενίσχυση της ανεξαρτησίας σε κινητικά απαιτητικές ρουτίνες, ειδικά στις μεταβάσεις και στην αυτοφροντίδα (π.χ. ντύσιμο, πλύσιμο χεριών).

Επιστημονική βάση

Η υποστήριξη της σωματικής ανάπτυξης σε προσχολικά περιβάλλοντα λειτουργεί καλύτερα όταν η κινητική μάθηση ενσωματώνεται σε ουσιαστικές ρουτίνες και παιχνίδι, ενώ η διδασκαλία παραμένει σαφής, προβλέψιμη και ελκυστική για τα παιδιά με αυτισμό. Οι προσεγγίσεις που χρησιμοποιούνται σε αυτό το κεφάλαιο βασίζονται σε τρεις ευρέως αποδεκτές αρχές, οι οποίες εφαρμόζονται συχνά στην πρώιμη παιδική ηλικία και στην υποστήριξη παιδιών με αυτισμό: (1) δομημένες υποστηρικτικές πρακτικές για την κατανόηση και την ανεξαρτησία, (2) ευκαιρίες μάθησης ενταγμένες στο φυσικό περιβάλλον και το παιχνίδι, και (3) αισθητηριοκινητικές στρατηγικές βασισμένες σε ρουτίνες που βοηθούν τα παιδιά να παραμένουν σε κατάσταση ηρεμίας και ετοιμότητας για συμμετοχή.

1) Οπτικές υποστηρίξεις, ανάλυση δραστηριότητας και σταδιακή απόσυρση υποδείξεων

Για πολλά παιδιά με αυτισμό, οι κινητικές δραστηριότητες γίνονται πιο διαχειρίσιμες όταν οι προσδοκίες γίνονται ορατές και τα βήματα αναλύονται με σαφήνεια. Οι οπτικές υποστηρίξεις (π.χ. κάρτες υποδείξεων, λωρίδες ακολουθίας, πίνακες «πρώτα–μετά») μειώνουν το γλωσσικό φορτίο και αποσαφηνίζουν τη σειρά των ενεργειών. Η ανάλυση εργασιών βοηθά τους/τις εκπαιδευτικούς να προσδιορίσουν τα επιμέρους λειτουργικά βήματα μιας ρουτίνας (π.χ. «πλύσιμο χεριών»: άνοιγμα βρύσης → βρέξιμο χεριών → σαπουνι → τρίψιμο → ξέπλυμα → στέγνωμα). Στη συνέχεια, χρησιμοποιούνται υποδείξεις (κινητικές, οπτικές, μέσω προτύπου, λεκτικές) για υποστήριξη της επιτυχούς εκτέλεσης, με ένα σαφές σχέδιο σταδιακής απόσυρσής τους, ώστε το παιδί να γίνει πιο ανεξάρτητο. Αυτή η δομή είναι ιδιαίτερα χρήσιμη για κινητικές ρουτίνες πολλών βημάτων (αυτοφροντίδα, μεταβάσεις) και για δραστηριότητες που περιλαμβάνουν κινητικό σχεδιασμό (διαδρομές εμποδίων, ακολουθίες μίμησης). Στην πράξη, το κλειδί είναι η συνέπεια: χρησιμοποιήστε τα ίδια ερεθίσματα, διατηρήστε σταθερά τα βήματα και ενισχύστε σταδιακά την ανεξαρτησία μειώνοντας την υποστήριξη.

2) Δομημένη διδασκαλία σε συνδυασμό με φυσικές ευκαιρίες βασισμένες στο παιχνίδι

Οι κινητικές δεξιότητες βελτιώνονται μέσω της εξάσκησης – ωστόσο, η εξάσκηση είναι πιο αποτελεσματική όταν είναι ουσιαστική και δίνει κίνητρο. Οι αρχές της δομημένης διδασκαλίας (σαφής έναρξη/λήξη, καθορισμένος χώρος, προβλέψιμες ρουτίνες, οπτική σαφήνεια, σύντομες οδηγίες) μπορούν να συνδυαστούν με φυσικές, βασισμένες στο παιχνίδι ευκαιρίες μάθησης (επιλογή του παιδιού, κοινό παιχνίδι, ενσωματωμένες στιγμές διδασκαλίας). Στο πλαίσιο αυτό, το κεφάλαιο χρησιμοποιεί σύντομα «διαλείμματα κίνησης», παιχνίδι λεπτών κινητικών δεξιοτήτων με σταθμούς, καθώς και μορφές παιχνιδιού που προσφέρουν πολλές επαναλήψεις χωρίς να θυμίζουν ασκήσεις. Οι εκπαιδευτικοί μπορούν να ενισχύσουν τη συμμετοχή αξιοποιώντας τα ενδιαφέροντα των παιδιών (οχήματα, ζώα, παιχνίδια παράδοσης, κινήγι θησαυρού) και προσφέροντας επιλογές μέσα σε μια σαφώς δομημένη δραστηριότητα (π.χ. «Διάλεξε 1 από 3 κάρτες κίνησης», «Διάλεξε το εργαλείο σου: λαβίδες ή τσιμπιδάκια»). Αυτή η ισορροπία υποστηρίζει τόσο τη συμμετοχή όσο και τη γενίκευση – τα παιδιά εξασκούν τις κινητικές δεξιότητες σε ποικίλα πλαίσια και όχι μόνο σε μία συγκεκριμένη δραστηριότητα.

3) Αισθητηριοκινητικές στρατηγικές ενσωματωμένες σε ρουτίνες (υποστηρικτικές, όχι κλινικές)

Πολλά παιδιά με αυτισμό παρουσιάζουν διαφορές στην αισθητηριακή επεξεργασία και την αντίληψη του σώματος, οι οποίες επηρεάζουν την προσοχή, την αντοχή και τη ρύθμιση των συναισθημάτων. Σε ένα εκπαιδευτικό περιβάλλον, είναι χρήσιμο να ενσωματώνονται αισθητηριοκινητικές δραστηριότητες βασισμένες σε ρουτίνες (γνωστές ως «διαλείμματα κίνησης» ή δραστηριότητες «βαριάς εργασίας»), οι οποίες υποστηρίζουν την ετοιμότητα για μάθηση. Παραδείγματα περιλαμβάνουν δραστηριότητες ώθησης/έλξης/μεταφοράς, σύντομες, δομημένες ακολουθίες κινήσεων, καθώς και απτική εξερεύνηση με σαφή όρια. Ο στόχος δεν είναι η «θεραπεία» των αισθητηριακών αναγκών, αλλά η παροχή πρακτικής υποστήριξης που βοηθά τα παιδιά να παραμείνουν σε ένα λειτουργικό επίπεδο εγρήγορσης για συμμετοχή. Αυτές οι στρατηγικές είναι πιο αποτελεσματικές όταν είναι προβλέψιμες (ενταγμένες σε συγκεκριμένα σημεία της ημέρας), σύντομες και συνοδεύονται από σαφή οπτικά ερεθίσματα – και όταν οι ενήλικες παρατηρούν την αντίδραση του παιδιού και προσαρμόζουν την ένταση ανάλογα.

Περίληψη

Σε αυτό το κεφάλαιο, η τεκμηριωμένη γνώση μεταφράζεται σε εργαλεία έτοιμα για χρήση στην τάξη, τα οποία: (α) καθιστούν τις κινητικές δραστηριότητες σαφείς μέσω οπτικών στοιχείων και δομής βήμα προς βήμα, (β) αυξάνουν την ουσιαστική εξάσκηση μέσω του παιχνιδιού και των ρουτινών, και (γ) υποστηρίζουν τη συμμετοχή ενσωματώνοντας απλές στρατηγικές αισθητηριοκινητικής ρύθμισης καθ' όλη τη διάρκεια της ημέρας. Η κατευθυντήρια αρχή είναι ο λειτουργικός αντίκτυπος: οι βελτιώσεις πρέπει να βοηθούν τα παιδιά με αυτισμό στην πρόσβαση στη μάθηση, το παιχνίδι και την ανεξαρτησία στην καθημερινή ζωή του νηπιαγωγείου.

Εργαλεία που περιλαμβάνονται σε αυτό το κεφάλαιο

Εργαλείο 1: Κάρτες «Κυκλώματος Κίνησης» για την αδρή κινητικότητα και σημάδια δαπέδου

Σκοπός

Ένα έτοιμο προς χρήση σετ για τη δημιουργία σύντομων, δομημένων κυκλωμάτων κίνησης που ενισχύουν τις δεξιότητες αδρής κινητικότητας, τον συντονισμό και τον κινητικό σχεδιασμό, ενώ ταυτόχρονα υποστηρίζουν τη συμμετοχή και τη ρύθμιση για τα παιδιά με αυτισμό.

Τι παίρνει ο/η εκπαιδευτικός:

24 κάρτες κίνησης (σετ προς εκτύπωση), ομαδοποιημένες σε 6 τομείς δεξιοτήτων:

- Ισορροπία (π.χ. «Στάσου στο ένα πόδι», «Περπάτα με τα πέλματα να ακουμπάνε το ένα το άλλο»)
- Άλμα (π.χ. «Πήδα 3 φορές προς τα εμπρός», «Πήδα πάνω από τη γραμμή»)
- Σύρσιμο / αναρρίχηση (π.χ. «Σύρσου σαν αρκούδα μέχρι τον κώνο», «Σύρσου κάτω από το σχοινί»)
- Κυλίσματα / έλεγχος σώματος (π.χ. «Κυλίσου σαν κορμός προς το στρώμα», «Κυλίσου σαν χελώνα»)
- Δεξιότητες ρίψης-πιασίματος / μπάλα (π.χ. «Ρίξε στο καλάθι», «Πιάσε τη μεγάλη μπάλα»)
- Βάδισμα ζώων (π.χ. «Πήδα σαν βάτραχος», «Περπάτα σαν καβούρι»)

12 πρότυπα διάταξης κυκλώματος (εύκολο → προχωρημένο), που δείχνουν:

- τον αριθμό των σταθμών (3–6),
- προτεινόμενη απόσταση,
- ενδεικτική σειρά σταθμών και χρονική διάρκεια.

Φύλλο με σημάδια δαπέδου (εκτυπώσιμο): πόδια, χέρια, βέλη, «αρχή/τέρμα», πινακίδες στάσης (για σαφείς διαδρομές και όρια)

Συνιστώμενη ηλικία / περιβάλλον / διάρκεια

- Προσχολική ηλικία (3–6), προσαρμόσιμο για μικτές ομάδες
- 1:1, μικρή ομάδα ή ολόκληρη ομάδα
- 5–10 λεπτά («διάλειμμα κίνησης») ή 10–15 λεπτά (πλήρης κύκλος)

Πώς να το χρησιμοποιήσετε (απλή ρουτίνα)

- **Προεπισκόπηση:** Παρουσιάστε τη διάταξη του κυκλώματος (οπτικά), δείξτε το σημείο εκκίνησης/τερματισμού.
- **Επιλογή:** Επιλέξτε 3–6 κάρτες κίνησης (ή χρησιμοποιήστε ένα έτοιμο πρότυπο).
- **Εκτέλεση:** Το παιδί ολοκληρώνει τις σταθμούς με σαφείς ενδείξεις έναρξης/λήξης.
- **Ενίσχυση:** Δώστε άμεση ανατροφοδότηση και χρησιμοποιήστε μάρκες ή στόχους (προαιρετικά).
- **Ανασκόπηση:** «Ολοκληρώσαμε 4 σταθμούς!» (σύνομη αναγνώριση της επιτυχίας)
- **Περιπτώσεις χρήσης:** μεταβάσεις, παιχνίδι σε εξωτερικούς χώρους, κίνηση πριν από την εργασία στο τραπέζι, ρουτίνα σε εσωτερικούς χώρους όταν βρέχει.

Προσαρμογές (Επίπεδο 1 / 2 / 3 – συνεπής μορφή)

Επίπεδο 1 (Αρχική συμμετοχή / υψηλή υποστήριξη):

Μόνο 2–3 σταθμοί, μικρές αποστάσεις, χρήση εικόνων ως υποδείξεων, επίδειξη κάθε ενέργειας, απλοποίηση κινήσεων (π.χ. περπάτημα πάνω από τη γραμμή αντί για άλμα).

Επίπεδο 2 (Αναπτυσσόμενος έλεγχος / μεσαία υποστήριξη):

3–5 σταθμοί, εισαγωγή απλής αλληλουχίας («Πρώτα → μετά»), χρήση χειρονομιών αντί για πλήρη επίδειξη, επανάληψη του ίδιου κυκλώματος 2–3 φορές για ενίσχυση της ευχέρειας.

Επίπεδο 3 (Ενίσχυση της αυτονομίας / αυξημένη πρόκληση):

5–6 σταθμοί, προσθήκη χρονικού στοιχείου (π.χ. «10 δευτερόλεπτα»), συνδυασμός ενεργειών δύο βημάτων (π.χ. «άλμα και μετά ρίψη»), ανάθεση ρόλων σε συνομηλίκους (βοηθός/χρονομέτρης), ενθάρρυνση της επιλογής της σειράς των σταθμών από το παιδί.

Αναμενόμενα αποτελέσματα

- Αυξημένη αυτοπεποίθηση και ασφάλεια στην κίνηση
- Βελτιωμένος συντονισμός και κινητικός σχεδιασμός στο οργανωμένο παιχνίδι
- Καλύτερη συμμετοχή κατά τη διάρκεια των μεταβάσεων και των ομαδικών ρουτινών

Εργαλείο 2: Εργαλειοθήκη σταθμών λεπτής κινητικότητας «Χέρια έτοιμα»

Σκοπός

Ένα δομημένο σύνολο δραστηριοτήτων «σταθμών» λεπτής κινητικότητας που αναπτύσσουν τη δύναμη των χεριών, τη λαβή, τον αμφίπλευρο συντονισμό και τις δεξιότητες ακρίβειας, οι

οποίες απαιτούνται για τις καθημερινές δραστηριότητες στην τάξη και τις δραστηριότητες πρώιμης μάθησης για παιδιά με αυτισμό.

Τι παίρνει ο/η εκπαιδευτικός:

- 20 κάρτες δραστηριοτήτων λεπτής κινητικότητας (εκτυπώσιμο σετ), που καλύπτουν:
 - Λαβίδες / τσιμπιδάκια (συλλογή και ταξινόμηση)
 - Σφιγκτήρες / μανταλάκια (στερέωση σε κορδόνι, αντιστοίχιση με κάρτες)
 - Περάσματα / κορδόνια (χάντρες, ζυμαρικά, κάρτες με κορδόνια)
 - Σκίσιμο και τσαλάκωμα (σκίσιμο λωρίδων χαρτιού, δημιουργία «βροχής» ή «χιονιού»)
 - Πίνακας με πείρους / ένθεσης (πείροι, ασφαλείς πινέζες, ασκήσεις τοποθέτησης)
 - Πλαστελίνη (κύλιση, τσίμπημα, κρύψιμο και εύρεση)
 - Διαδρομές με αυτοκόλλητα (τοποθέτηση αυτοκόλλητων σε γραμμές/σχήματα, δημιουργία «διαδρομών»)
- Πίνακας επιλογής σταθμών (εκτυπώσιμος): «Επιλέξτε 1–3 σταθμούς» με εικόνες ως σύμβολα
- Ετικέτες «Τέλος» (εκτυπώσιμες): ετικέτες για τσέπες/κουτιά για ενίσχυση της ανεξαρτησίας και τη σαφήνεια των τελικών στόχων
- Λίστα γρήγορης προετοιμασίας (1 σελίδα): υλικά χαμηλού κόστους και εναλλακτικές επιλογές (π.χ. βαμβάκι αντί για πομ-πομ, ζυμαρικά αντί για χάντρες)

Συνιστώμενη ηλικία / περιβάλλον / διάρκεια

- Προσχολική ηλικία (3–6), προσαρμόσιμο ανάλογα με τη δυσκολία
- Γωνιά ανεξάρτητης εργασίας, εναλλαγή μικρών ομάδων ή υποστήριξη 1:1
- Συνολικά 8–15 λεπτά (π.χ. 2–3 σταθμοί, 3–5 λεπτά ο καθένας)

Πώς να το χρησιμοποιήσετε (σταθμοί εναλλαγής / γωνιά ανεξάρτητης εργασίας)

1. Στήστε 3–5 σταθμούς χρησιμοποιώντας κάρτες δραστηριοτήτων (επαναλάβετε το ίδιο σετ για αρκετές ημέρες για περισσότερη εξοικείωση).
2. Προεπισκόπηση με τον πίνακα επιλογών: το παιδί επιλέγει 1–3 σταθμούς (ή τους αναθέτει ο/η εκπαιδευτικός).
3. Ολοκληρώστε έναν σταθμό κάθε φορά· η κάρτα δραστηριότητας παραμένει ορατή ως «οδηγία».
4. Ολοκλήρωση ρουτίνας: το παιδί τοποθετεί την κάρτα/τη μάρκα στην τσέπη «Τέλος», για να σηματοδοτήσει την ολοκλήρωση.
5. Ενίσχυση και ανασκόπηση (σύντομη): «Τελείωσες 2 σταθμούς – Τα χέρια σου είναι έτοιμα!»

Προσαρμογές (Επίπεδο 1 / 2 / 3)

Επίπεδο 1 (Αναπτυσσόμενη λεπτή κινητικότητα / υψηλή υποστήριξη):

- Χρησιμοποιήστε μεγαλύτερα αντικείμενα (μεγάλα πομ-πομ, μανταλάκια), λιγότερες επαναλήψεις, πιο χοντρά εργαλεία (λαβίδες εύκολης λαβής), σταθεροποιήστε τα υλικά (αντιολισθητικό χαλάκι).
- Προσφέρετε μερικώς προετοιμασμένα υλικά, όπως κορδόνι μισοδεμένο ή αυτοκόλλητα με ελαφρώς σηκωμένες άκρες.

Επίπεδο 2 (Αναπτυγμένος έλεγχος / μέτρια υποστήριξη):

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν αποκλειστικά στους συντάκτες και δεν αντανακλούν απαραίτητα τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ φέρουν ευθύνη για αυτές.

Αριθμός έργου: KA220-SCH-B925D639

- Αυξήστε σταδιακά την ακρίβεια (μικρότερα αντικείμενα, μακρύτερο πέρασμα της κορδέλας, αντιγραφή μοτίβων).
- Μειώστε τις υποδείξεις: δείξτε μια φορά, μετά δείξτε την κάρτα· χρησιμοποιήστε τη φράση «πρώτα–μετά» αν χρειαστεί.

Επίπεδο 3 (Ενίσχυση ανεξαρτησίας / αυξημένη πρόκληση):

- Προσθέστε απλούς κανόνες (πρόκληση με χρονικό περιορισμό, ταξινόμηση κατά χρώμα/μέγεθος, ακολουθίες μοτίβων).
- Ενσωματώστε ρόλους συνομηλίκων (έλεγχος από συνεργάτη, «βοηθός σταθμού») και ενθαρρύνετε την αυτοπαρακολούθηση («Τελείωσα 3 κάρτες»).

Εναλλακτικές λύσεις κινητικής πρόσβασης

- Εναλλάξτε μεταξύ λαβίδων/τσιμπιδων/κουταλιών ανάλογα με το επίπεδο ικανότητας
- Αντικαταστήστε τις δραστηριότητες που απαιτούν λεπτή σύσφιξη με δραστηριότητες ώθησης/πίεσης (πρέσες πλαστελίνης, πίεση μανταλακίων)
- Χρησιμοποιήστε κάθετες επιφάνειες (στερέωση κλιπ σε πίνακα) για παιδιά που ωφελούνται από μεγαλύτερη σταθερότητα στους ώμους

Αναμενόμενα αποτελέσματα

- Βελτίωση της δύναμης και της ακρίβειας των χεριών για δραστηριότητες στην τάξη
- Αυξημένη ανεξαρτησία στις ρουτίνες στο τραπέζι
- Περισσότερη ετοιμότητα για την προγραφή και τη χρήση εργαλείων (π.χ. ψαλίδι)

Εργαλείο 3: Πακέτο δραστηριοτήτων προγραφής και αμφίπλευρου συντονισμού

Σκοπός

Μια σύντομη, δομημένη σειρά δραστηριοτήτων προετοιμασίας για τη γραφή και τον συντονισμό των δύο χεριών, οι οποίες υποστηρίζουν τις βασικές δεξιότητες για το σχέδιο, την πρώιμη γραφή και τη λειτουργική χρήση εργαλείων στην τάξη για παιδιά με αυτισμό.

Υλικά:

Τι λαμβάνει ο εκπαιδευτικός

- 15 κάρτες λωρίδων προγραφής (εκτυπώσιμες, σε μορφή «αντιγραφής / ακολουθίας»), που περιλαμβάνουν:
 - ευθείες γραμμές (οριζόντιες / κάθετες / διαγώνιες)
 - καμπύλες (σχήματα C, U)
 - κύκλους/βρόχους (απλές κυκλικές διαδρομές)
 - σταυρούς (+) και απλά σχήματα
 - ζιγκ-ζαγκ και μοτίβα «βουνό/κοιλιάδα»
- 10 κάρτες ασκήσεων αμφίπλευρου συντονισμού (εκτυπώσιμες), με κινήσεις που απαιτούν τη χρήση και των δύο χεριών, όπως:
 - σχίσιμο και επικόλληση (το ένα χέρι σταθεροποιεί, το άλλο σχίζει)
 - κράτημα και κοπή (το χαρτί σταθεροποιείται με το βοηθητικό χέρι)

- δέσιμο και τράβηγμα (πέραςμα της κλωστής και τράβηγμα)
- στρίψιμο και άνοιγμα (παιχνίδι με βάζο / δοχείο)
- κράτημα και σφράγιση / κράτημα και ζωγραφική (σταθεροποίηση του χαρτιού κατά τη διάρκεια της εργασίας)
- Οπτικές υποδείξεις για τη λαβή του μολυβιού («Βοηθητικά χέρια», εκτυπώσιμες): απλές εικόνες που δείχνουν:
 - «το βοηθητικό χέρι κρατά το χαρτί»
 - «πιάσιμο με τα δάχτυλα» / «λαβή με τρία δάχτυλα» (μη υποχρεωτικό, υποστηρικτικό)
 - οπτική υπόδειξη: «ακουμπήστε τον καρπό / κινήστε τα δάχτυλα»

Συνιστώμενη ηλικία / περιβάλλον / διάρκεια

- Προσχολική ηλικία (3–6), προσαρμόσιμο για μικτές ομάδες
- 1:1, μικρή ομάδα ή γρήγορη προθέρμανση ολόκληρης της ομάδας
- 3–5 λεπτά καθημερινά (ιδανικά ως σταθερή μικρο-ρουτίνα)

Πώς να το χρησιμοποιήσετε

- Επιλέξτε μία λωρίδα (ή μία κάρτα με εικόνες και στις δύο πλευρές) ανά ημέρα – φροντίστε να είναι σύντομη και να μπορεί να επαναληφθεί.
- Δείξτε την οπτική υπόδειξη: «Βοηθητικό χέρι εδώ».
- Δείξτε το μία φορά, και μετά αφήστε το παιδί να ακολουθήσει / αντιγράψει (ή να ολοκληρώσει την αμφίπλευρη δραστηριότητα).
- Ολοκληρώστε με σαφήνεια (τοποθετήστε τη λωρίδα στην τσέπη «Τέλος» ή δώστε αυτοκόλλητο ως ανταμοιβή).
- Γενικεύστε συνδυάζοντας τη δραστηριότητα με αγαπημένα θέματα (αυτοκίνητα, ζώα, γράμματα του ονόματος, χάρτες θησαυρού): ίδιο κινητικό μοτίβο, κίνητρο από το περιβάλλον.

Προσαρμογές (Επίπεδο 1 / 2 / 3)

Επίπεδο 1 (Αναπτυσσόμενος έλεγχος / υψηλή υποστήριξη):

- Χρησιμοποιήστε παχύτερες γραμμές, μικρότερες διαδρομές, μεγαλύτερο χαρτί και εργαλεία σταθεροποίησης (πίνακας με κλιπ, αντιολισθητικό χαλάκι).
- Προσφέρετε επιλογές: «αντιγραφή πάνω σε πρότυπο» ή «σύνδεση σημείων». Ξεκινήστε τις πρώτες 1–2 κινήσεις εκ των προτέρων, αν χρειάζεται.

Επίπεδο 2 (Αναπτυγμένος έλεγχος / μέτρια υποστήριξη):

- Μεταβείτε από την αντιγραφή πάνω στο πρότυπο → στην αντιγραφή δίπλα στο πρότυπο· αυξήστε το μήκος σταδιακά.
- Προσθέστε απλές αμφίπλευρες ασκήσεις (σχίστε μικρές λωρίδες, κόψτε κατά μήκος παχιάς γραμμής, περάστε σε 3–5 τρύπες).

Επίπεδο 3 (Ενίσχυση ανεξαρτησίας / αυξημένη πρόκληση):

- Συνδυάστε δύο μοτίβα σε μία λωρίδα (γραμμή και καμπύλη), προσθέστε απλές ακολουθίες σχημάτων, εισαγάγετε ελεγχόμενη ταχύτητα («αργό μολύβι»).

- Χρησιμοποιήστε αμφίπλευρες ασκήσεις με απαιτήσεις μεγαλύτερης ακρίβειας (κοπή πάνω σε λεπτότερη γραμμή, πέρασμα σε 6–8 τρύπες) και ενθαρρύνετε την αυτοαξιολόγηση («Συνεργάστηκαν τα δύο μου χέρια;»).

Εναλλακτικές λύσεις κινητικής πρόσβασης

- Αντικαταστήστε το μολύβι με μαρκαδόρο / χρωματιστό μολύβι για ευκολότερη λαβή· χρησιμοποιήστε κοντά εργαλεία (π.χ. μολύβι γκολφ) για να υποστηρίξετε τη λαβή
- Προσφέρετε δραστηριότητες αντιγραφής σε κάθετη επιφάνεια (π.χ. λευκός πίνακας) για παιδιά που επωφελούνται από μεγαλύτερη σταθερότητα στους ώμους
- Παρέχετε προσαρμοσμένα ψαλίδια ή υλικά που έχουν κοπεί από προηγουμένως, όπου χρειάζεται

Αναμενόμενα αποτελέσματα

- Βελτιωμένη ετοιμότητα για το σχέδιο και τις πρώιμες ασκήσεις που σχετίζονται με τη γραφή
- Καλύτερη χρήση του «βοηθητικού χεριού» και συντονισμός των δύο χεριών
- Αυξημένη ανεξαρτησία και μειωμένη απογοήτευση κατά τη διάρκεια δραστηριοτήτων στο τραπέζι

Εργαλείο 4: Κάρτες ρουτίνας αισθητηριοκινητικής ρύθμισης «Σώμα έτοιμο»

Σκοπός

Ένα προβλέψιμο, βασισμένο σε ρουτίνες σύνολο σύντομων αισθητηριοκινητικών δραστηριοτήτων που υποστηρίζουν τη σωματική επίγνωση και την ετοιμότητα για συμμετοχή στη μάθηση και το παιχνίδι για παιδιά με αυτισμό. Η έμφαση δίνεται σε ασφαλείς για την τάξη ρουτίνες κίνησης, υπό την καθοδήγηση του/της εκπαιδευτικού, οι οποίες μπορούν να ενσωματωθούν στην καθημερινότητα.

Τι παίρνει ο/η εκπαιδευτικός:

- 12 κάρτες «βαριάς εργασίας» (εκτυπώσιμες): απλές δραστηριότητες ώθησης/έλξης/μεταφοράς που μπορούν να γίνουν με ασφάλεια σε μια τάξη ή σε έναν διάδρομο, όπως:
 - σπρώξιμο στον τοίχο ή στο τραπέζι
 - ώθηση / έλξη καρέκλας
 - μεταφορά και παράδοση αντικειμένων (βιβλία, σάκοι με φασόλια, «ταχυδρομείο»)
 - τράβηγμα με λάστιχο αντίστασης (εφόσον υπάρχει)
 - «σπρώξτε το κουτί» / «τράβα το σχοινί» (ελαφριά, υπό επίβλεψη)
- 8 κάρτες κινήσεων ασφαλών για το αιθουσαίο σύστημα (εκτυπώσιμες): επιλογές σύντομων κινήσεων με σαφή έναρξη/λήξη, όπως:

- αργό βάδισμα, ανεβοκατεβάσματα σε σκαλοπάτι, πλαϊνά βήματα
 - ελεγχόμενη «στροφή και στάση»
 - ήπια ταλάντευση και στα δύο πόδια, ισορροπία με «χέρια αεροπλάνου»
 - παιχνίδια κίνησης «χωρίς περιστροφή» που αποφεύγουν την παρατεταμένη περιστροφή
- Μικρή οπτική ρουτίνα (3–5 βήματα): «Το σώμα μου είναι έτοιμο → Μπορώ να μάθω» (εκτυπώσιμη λωρίδα), π.χ.:
 1. Ελέγχω το σώμα μου (πολύ γρήγορα / στην κατάλληλη ταχύτητα / πολύ αργά)
 2. Επιλέγω μία κάρτα
 3. Το κάνω για λίγο (π.χ. 30–60 δευτερόλεπτα)
 4. Παίρνω αναπνοή και ετοιμάζω τα χέρια μου
 5. Επιστρέφω στη μάθηση (θέση καθίσματος / τραπέζι)

Συνιστώμενη ηλικία / περιβάλλον / διάρκεια

- Προσχολική ηλικία (3–6), προσαρμόσιμο στις ατομικές ανάγκες
- 1:1, μικρή ομάδα, «διαλείμματα κίνησης» για όλη την τάξη
- 2–5 λεπτά ανά ρουτίνα (σύντομη και προβλέψιμη)

Πώς να το χρησιμοποιήσετε

- Πριν από τις δραστηριότητες στο τραπέζι: ως μετάβαση σε καθιστικές δραστηριότητες / ασκήσεις προσοχής
- Μετά το διάλειμμα / το παιχνίδι στον εξωτερικό χώρο: ως «ρουτίνα επαναφοράς» πριν την επιστροφή στην τάξη
- Προληπτική χρήση σε πρώιμα σημάδια έντασης: προσφέρετε μια δομημένη επιλογή («Διάλεξε 1 κάρτα») για να υποστηρίξετε τη ρύθμιση πριν ενταθούν οι δυσκολίες
- Καθημερινή προγραμματισμένη χρήση: η εφαρμογή την ίδια ώρα κάθε μέρα αυξάνει την προβλεψιμότητα και την αποτελεσματικότητα

Προσαρμογές (Μειωμένη ένταση / Τυπική / Επέκταση)

Μειωμένη ένταση (χαμηλή διέγερση / ευαίσθητες ημέρες):

- απαλή πίεση στον τοίχο, αργό βάδισμα, σύντομες δραστηριότητες μεταφοράς, 20–30 δευτερόλεπτα· λιγότερες επαναλήψεις· περισσότερες οδηγίες για ήρεμη αναπνοή

Τυπική (καθημερινή ρουτίνα):

- 1 κάρτα «βαριάς εργασίας» και 1 κάρτα κίνησης, 30–60 δευτερόλεπτα η καθεμία· ολοκλήρωση με την υπόδειξη «χέρια έτοιμα» και επιστροφή στην δραστηριότητα

Επέκταση (αυξημένη πρόκληση / μεγαλύτερες ανάγκες για κίνηση):

- 2–3 κάρτες σε σειρά (π.χ. ώθηση → μεταφορά → ισορροπία), έως 3–5 λεπτά· προσθήκη απλού μετρήματος ή λωρίδας «πρώτα–μετά»· ενσωμάτωση ρόλου βοηθού συνομηλίκου

Αναμενόμενα αποτελέσματα

- Βελτιωμένη ετοιμότητα για τις μεταβάσεις στη μάθηση
- Καλύτερη σωματική επίγνωση και συμμετοχή στις ρουτίνες
- Μειωμένη συχνότητα κινητικής ανησυχίας όταν οι ρουτίνες είναι προβλέψιμες και σύντομες

Σχέδια δραστηριοτήτων

Σχέδιο δραστηριότητας 1: Περιπέτεια με βηματισμούς ζώων

(Αδρή κινητικότητα και μίμηση)

Μαθησιακοί στόχοι:

- Ενίσχυση των δεξιοτήτων αδρής κινητικότητας (συντονισμός, ισορροπία, δύναμη κορμού).
- Εξάσκηση στη μίμηση ενεργειών και σε απλές κινητικές ακολουθίες.
- Αύξηση της συμμετοχής σε ομαδικά παιχνίδια κίνησης για παιδιά με αυτισμό.

Στόχοι μάθησης: Γνωστική ανάπτυξη, επικοινωνία, ανεξαρτησία/δεξιότητες προσαρμογής

Μαθησιακοί τομείς-στόχοι:

- Σωματική ανάπτυξη: αδρή κινητικότητα, συντονισμός, κινητικός σχεδιασμός
- Κοινωνική ανάπτυξη / επικοινωνία (δευτερεύουσα): κοινή προσοχή, αναμονή της σειράς, ακολουθία ενδείξεων

Συνιστώμενη ηλικία / περιβάλλον / διάρκεια

Προσχολική ηλικία (3–6) | ολόκληρη η ομάδα ή μικρή ομάδα | 8–12 λεπτά

Υλικά

- 6–10 κάρτες με εικόνες «ζώων» (ή απλά σχέδια): βάτραχος, αρκούδα, καβούρι, φίδι, λαγουδάκι, πιγκουίνος
- Σημάδια δαπέδου (γραμμή με κολλητική ταινία, πόδια/χέρια/βέλη)
- 4 κώνοι ή αντικείμενα για οριοθέτηση μιας μικρής διαδρομής (προαιρετικά)
- Πινακίδα «Αρχή» και «Τέρμα» (προαιρετικά)
- Ενισχυτικό μέσο (προαιρετικά): αυτοκόλλητο/μάρκα, φύλλο με «σφραγίδες ζώων»

Βήματα (τρόπος εκτέλεσης)

1. Προεπισκόπηση (1 λεπτό): Δείξτε 3–5 κάρτες ζώων που θα χρησιμοποιήσετε. Ονομάστε και δείξτε κάθε κίνηση μία φορά (10 δευτερόλεπτα ανά ζώο).
2. Οριοθετήστε τη διαδρομή (1 λεπτό): Δημιουργήστε μια σύντομη διαδρομή (3–5 μέτρα) με σαφή αρχή και τέλος.
3. Δείξτε το παράδειγμα και κάντε το μαζί (3–5 λεπτά):
 - Διαλέξτε μία κάρτα ζώου.
 - Πείτε: «Πρώτα κάντε τον βάτραχο, μετά σταματήστε».
 - Όλοι κάνουν το βάδισμα του ζώου μέχρι το σημείο τερματισμού και μετά «παγώνουν».
4. Γύρος μίμησης (2–3 λεπτά):
 - Ο/Η εκπαιδευτικός δείχνει σιωπηλά (ή με ελάχιστα λόγια) και τα παιδιά μιμούνται.

- Χρησιμοποιήστε ένα σαφές σήμα διακοπής (σηκωμένο χέρι / πινακίδα «Στοπ»).
5. Γύρος επιλογής (2–3 λεπτά):
- Το παιδί επιλέγει την επόμενη κάρτα ζώου (ή επιλέγει ανάμεσα σε δύο επιλογές).
 - Επαναλάβετε τη διαδρομή μία ακόμη φορά.
6. Ολοκλήρωση και ανασκόπηση (30 δευτερόλεπτα): «Κάναμε 4 ζώα σήμερα! Βάτραχος, αρκούδα, καβούρι, πιγκουίνος.»

Προσαρμογές (Επίπεδο 1 / 2 / 3)

Επίπεδο 1 (Αρχική συμμετοχή):

- Χρησιμοποιήστε μόνο 2–3 ζώα· πολύ σύντομη διαδρομή· ο ενήλικας ακολουθεί το παιδί από πολύ κοντά.
- Προτείνετε απλούστερες εκδοχές, π.χ. «περπάτα σαν αρκούδα» αντί για πλήρη μίμηση· επιτρέψτε διαλείμματα.
- Χρησιμοποιήστε οπτικά σήματα «η σειρά μου / στοπ»· ενθαρρύνετε κάθε προσπάθεια.

Επίπεδο 2 (Ανάπτυξη ελέγχου):

- Χρησιμοποιήστε 4–5 ζώα· προσθέστε απλές ακολουθίες «πρώτα–μετά» (π.χ. «Πρώτα βάτραχος, μετά πιγκουίνος»).
- Επαναλάβετε τα ίδια 3 ζώα για αρκετές ημέρες για να επιτευχθεί η ευχέρεια.

Επίπεδο 3 (Ενίσχυση της ανεξαρτησίας):

- Προσθέστε αλληλουχίες επιλογής: «Διάλεξε δύο ζώα» ή «Κάνε το ζώο Α και μετά το ζώο Β».
- Προσθέστε έναν απλό κανόνα: «Πήγαινε στον κώνο και γύρνα πίσω» ή «Ακολούθησε τα βέλη».
- Αναθέστε ρόλους σε συνομηλίκους: ένα παιδί κρατάει την κάρτα με το ζώο, ως «ηγέτης».

Αναμενόμενα αποτελέσματα

- Το παιδί συμμετέχει σε παιχνίδια κίνησης για μεγαλύτερα χρονικά διαστήματα.
- Βελτιωμένη μίμηση ενεργειών (αντιγράφει τις κινήσεις των ενηλίκων με λιγότερες υποδείξεις).
- Αυξημένος συντονισμός και ομαλότερες μεταβάσεις μεταξύ των κινήσεων.

Σχέδιο δραστηριότητας 2: Παράδοση στο ταχυδρομείο

(Βαριά εργασία / μεταφορά / μεταβάσεις)

Στόχοι

- Υποστήριξη της σωματικής επίγνωσης και της ετοιμότητας για συμμετοχή μέσω ιδιοδεκτικών δραστηριοτήτων («βαριά εργασία»).
- Εξάσκηση λειτουργικών δεξιοτήτων μεταφοράς, ώθησης / έλξης και απλού κινητικού σχεδιασμού.
- Ενίσχυση των δεξιοτήτων μετάβασης (μετάβαση από τη μία ρουτίνα στην άλλη με σαφή σκοπό και δομή) για παιδιά με αυτισμό.

Μαθησιακοί τομείς-στόχοι

- Σωματική ανάπτυξη: αισθητηριοκινητική ολοκλήρωση, αδρή κινητικότητα, αντοχή
- Εκτελεστική λειτουργία (δευτερεύουσα): ακολουθία ρουτίνας, ολοκλήρωση ακολουθίας, έναρξη/ολοκλήρωση δραστηριότητας.

Συνιστώμενη ηλικία / περιβάλλον / διάρκεια

Προσχολική ηλικία (3–6) | 1:1, μικρή ομάδα ή ως ρουτίνα βοηθού για όλη την τάξη | 6–10 λεπτά
(Μπορεί επίσης να διαρκέσει 1–2 λεπτά ως ρουτίνα γρήγορης μετάβασης)

Υλικά

- Μικρή τσάντα / κουτί με την ένδειξη «Ταχυδρομείο» (ελαφριά)
- 6–12 «επιστολές» (φάκελοι / κάρτες) ή σακουλάκια με φασόλια
- 4–8 σημεία παράδοσης στην αίθουσα (γραμματοκιβώτια): καλάθια, φάκελοι, ράφια, γραφείο δασκάλου, τραπέζια ομάδων

Οπτικά βοηθήματα:

- Πινακίδα «Ταχυδρομείο» και πινακίδα «Παράδοση»
- Απλή λωρίδα διαδρομής (3–5 βήματα) ή κάρτα «Πρώτα–Μετά»
- Προαιρετικά: κονκάρδες παράδοσης («Ταχυδρόμος»), φύλλο με μάρκες / αυτοκόλλητα

Βήματα

1. Προεπισκόπηση (30 δευτερόλεπτα): Δείξτε τη λωρίδα διαδρομής:
 - 1) Παραλαβή αλληλογραφίας → 2) Παράδοση → 3) Επιστροφή → 4) Τέλος.
2. Αναθέστε την αποστολή (30 δευτερόλεπτα): Δώστε στο παιδί 1–3 «επιστολές» και δείξτε την αντίστοιχη εικόνα του γραμματοκιβωτίου (ή δείξτε τον στόχο).
3. Γύρος παράδοσης (3–6 λεπτά):
 - Το παιδί μεταφέρει την τσάντα / το κουτί με την αλληλογραφία (ή μεμονωμένα αντικείμενα) σε κάθε στόχο.
 - Σε κάθε προορισμό: τοποθετήστε το αντικείμενο στο γραμματοκιβώτιο / καλάθι → ο/η εκπαιδευτικός κάνει μια σύντομη υπόδειξη: «Παραδόθηκε!»
 - Επιστροφή στον σταθμό του Ταχυδρομείου για παραλαβή του επόμενου αντικειμένου.
4. Ολοκλήρωση με σαφήνεια (30 δευτερόλεπτα): Το παιδί τοποθετεί την τσάντα / το κουτί στο σημείο «Τέλος» και λαμβάνει μια σύντομη ανατροφοδότηση: «Όλα παραδόθηκαν. Σώμα έτοιμο».

Προσαρμογές (Επίπεδο 1 / 2 / 3)

Επίπεδο 1 (Αρχική συμμετοχή / υψηλή υποστήριξη):

Το παιδί παραδίδει 1 αντικείμενο κάθε φορά σε έναν κοντινό προορισμό.

Ο ενήλικας περπατά μαζί με το παιδί· χρησιμοποιήστε δείκτες και εικόνες ως υποδείξεις· απλοποιήστε τη διαδικασία σε 2 βήματα («Πάρε → Βάλε»).

Χρησιμοποιήστε πολύ ελαφριά αντικείμενα· επιτρέψτε διαλείμματα· διατηρήστε τη συνολική διάρκεια στα 2–4 λεπτά.

Επίπεδο 2 (Ανάπτυξη ελέγχου / μέτρια υποστήριξη):

Το παιδί παραδίδει 3–5 αντικείμενα σε 2–3 στόχους· δείξτε μια απλή διαδρομή.

Μειώστε τις υποδείξεις: δείξτε την εικόνα και μετά αφήστε το παιδί μόνο του.

Προσθέστε τη ρουτίνα «επιστροφή στο Ταχυδρομείο» για ενίσχυση της δομής.

Επίπεδο 3 (Ενίσχυση της ανεξαρτησίας / αυξημένη πρόκληση):

Παραδώστε 6–10 αντικείμενα σε 4–6 προορισμούς· συμπεριλάβετε μία εργασία ώθησης / έλξης (π.χ. «σπρώξε το κουτί» στον επόμενο σταθμό).

Προσθέστε αλληλουχία: «Πρώτα στο τραπέζι 1, μετά στο γραφείο του/της δασκάλου/ας».

Αναθέστε ρόλους σε συνομηλίκους: ένα παιδί ταξινομεί την αλληλογραφία, ένα παραδίδει· το παιδί μπορεί να σημειώνει τις παραδόσεις.

Αναμενόμενα αποτελέσματα

- Βελτιωμένη ετοιμότητα για μετάβαση (το παιδί μεταβαίνει μεταξύ δραστηριοτήτων με λιγότερες υποδείξεις).
- Αυξημένη ικανότητα να μεταφέρει αντικείμενα με ασφάλεια και σκοπό.
- Καλύτερη ρύθμιση μετά από έντονη εργασία (πιο «έτοιμο» για καθιστικές / μαθησιακές δραστηριότητες).

Σχέδιο δραστηριότητας 3: Δρόμος κοπής-επικόλλησης

(Ψαλίδι / αμφίπλευρος συντονισμός / προετοιμασία για τη γραφή)

Στόχοι

- Ενίσχυση των δεξιοτήτων χειρισμού ψαλιδιού (άνοιγμα / κλείσιμο, κοπή κατά μήκος γραμμής).
- Βελτίωση του αμφίπλευρου συντονισμού (το βοηθητικό χέρι σταθεροποιεί ενώ το ενεργό χέρι κόβει / κολλάει).
- Ανάπτυξη της ετοιμότητας για τη γραφή μέσω της σχεδίασης πάνω σε γραμμές και της δημιουργίας απλών δρόμων, για παιδιά με αυτισμό.

Μαθησιακοί τομείς-στόχοι

- Σωματική ανάπτυξη: λεπτή κινητικότητα, αμφίπλευρος συντονισμός, δύναμη χεριών
- Πρώιμη μάθηση (δευτερεύουσα): προετοιμασία για τη γραφή, οπτικοκινητική ολοκλήρωση, ακολουθία βημάτων

Συνιστώμενη ηλικία / περιβάλλον / διάρκεια

Προσχολική ηλικία (4–6 ετών· προσαρμόσιμο για μικρότερα παιδιά με τροποποιήσεις) | 1:1 ή μικρή ομάδα | 10–15 λεπτά

Υλικά

- Εκτυπώσιμα πρότυπα «δρόμων» (ευθείες, καμπύλες, ζγκ-ζαγκ). Εναλλακτικά, σχεδιάστε δρόμους με χοντρό μαρκαδόρο

- Έτοιμα σχήματα για κοπή (μικρές λωρίδες, «τμήματα δρόμου», γέφυρες, πινακίδες κυκλοφορίας)
- Κόλλα σε στικ (για καλύτερο έλεγχο)
- Ψαλίδι ασφαλές για παιδιά (ψαλίδι προσαρμοσμένο, όπου χρειάζεται)
- Αντιολισθητικό χαλάκι ή πίνακας με κλιπ (προαιρετικά)
- Οπτική υπόδειξη: «Βοηθητικό χέρι» και λωρίδα «Κόψε → Κόλλησε → Τέλος»
- Προαιρετικά: αυτοκινητάκι / ζώο που θα «οδηγήσει» στον ολοκληρωμένο δρόμο

Βήματα

1. Προεπισκόπηση (1 λεπτό): Δείξτε το τελικό παράδειγμα και την οπτική ακολουθία των 3 βημάτων: Κόψε → Κόλλησε → Οδήγησε (ή Κόψε → Κόλλησε → Τέλος).
2. Προετοιμασία (1 λεπτό): Δώστε στο παιδί ένα φύλλο βάσης (δρόμο) και 3–6 κομμένα κομμάτια (ξεκινήστε με μικρά).
3. Γύρος κοπής (4–6 λεπτά):
 - Ο/Η εκπαιδευτικός δείχνει μια φορά το παράδειγμα: «Το βοηθητικό χέρι κρατά το χαρτί».
 - Το παιδί κόβει κατά μήκος των χοντρών γραμμών (ξεκινήστε με ίσια, μικρά κομμάτια).
 - Μετά από κάθε κοπή, τοποθετεί το κομμάτι σε μια μικρή στοίβα «έτοιμο για επικόλληση».
4. Επικόλληση (3–5 λεπτά):
 - Το παιδί τοποθετεί τα κομμάτια στο φύλλο βάσης για να σχηματίσει έναν συνεχή δρόμο.
 - Κολλά και πιέζει (ο/η εκπαιδευτικός βοηθά με την ποσότητα της κόλλας, αν χρειάζεται).
5. Ολοκλήρωση και ανατροφοδότηση (1–2 λεπτά):
 - «Δοκιμή οδήγησης»: το παιδί κινεί ένα μικρό αυτοκίνητο κατά μήκος του δρόμου (ή ακολουθεί τον δρόμο με το δάχτυλό του).
 - Γρήγορη ανασκόπηση: «Έκοψες 4 κομμάτια. Χρησιμοποίησες το βοηθητικό χέρι!»

Προσαρμογές (Επίπεδο 1 / 2 / 3)

Επίπεδο 1 (Αναπτυσσόμενες δεξιότητες χρήσης ψαλιδιού / υψηλή υποστήριξη):

Χρησιμοποιήστε σχισμές που έχουν κοπεί από προηγουμένως ή «κάρτες κοπής» (μικρές κοπές σε χοντρές γραμμές).

Παρέχετε ψαλίδια με ελατήριο ή προσαρμοσμένα ψαλίδια, αν είναι διαθέσιμα.

Δώστε λιγότερα κομμάτια (μόνο 2–3)· χρησιμοποιήστε μόνο ευθείες γραμμές· ένας ενήλικας βοηθά στη σταθεροποίηση του χαρτιού.

Προσφέρετε εναλλακτική δραστηριότητα: σκίσιμο λωρίδων χαρτιού αντί για κοπή και στη συνέχεια επικόλληση.

Επίπεδο 2 (Ανάπτυξη ελέγχου / μέτρια υποστήριξη):

Κοπή κατά μήκος παχύτερων καμπύλων γραμμών· αυξήστε τα κομμάτια σε 4–6.

Μειώστε τις υποδείξεις: δείξτε το σήμα «βοηθητικό χέρι» αντί για λεκτικές υπενθυμίσεις.

Προσθέστε έναν απλό κανόνα: «Τα κομμάτια του δρόμου πρέπει να αγγίζουν το ένα το άλλο».

Επίπεδο 3 (Ενίσχυση ανεξαρτησίας / αυξημένη πρόκληση):

Εισάγετε διαδρομές ζιγκ-ζαγκ, γωνίες και δείκτες «γραμμής στάσης»· αυξήστε σε 6–10 κομμάτια.

Προσθέστε επέκταση προγραφής: σχεδιάστε τον ολοκληρωμένο δρόμο με μαρκαδόρο· προσθέστε απλά σχήματα (π.χ. κύκλο για φανάρι).

Αναθέστε ρόλους σε συνομηλίκους: ένα παιδί κόβει, ένα παιδί τοποθετεί τα κομμάτια, και μετά ανταλλάσσουν ρόλους.

Αναμενόμενα αποτελέσματα

- Βελτιωμένος έλεγχος στη χρήση του ψαλιδιού (πιο ακριβείς κοπές)
- Αυξημένη χρήση του βοηθητικού χεριού για σταθεροποίηση των υλικών
- Βελτιωμένος οπτικοκινητικός έλεγχος μέσω της ιχνηλάτησης γραμμών και της δημιουργίας διαδρομών

Επιτραπέζιο παιχνίδι (συνεργατικό): Μονοπάτι κίνησης και αντιστοίχισης

(Αδρή κινητικότητα / λεπτή κινητικότητα / προγραφή / ρουτίνες προετοιμασίας σώματος)

Σκοπός του παιχνιδιού

Ένα συνεργατικό επιτραπέζιο παιχνίδι που ενθαρρύνει την επαναλαμβανόμενη εξάσκηση δεξιοτήτων σωματικής ανάπτυξης μέσα από έναν παιγνιώδη, δομημένο τρόπο. Τα παιδιά συνεργάζονται ως ομάδα για να ολοκληρώσουν σύντομες προκλήσεις και να προχωρήσουν μαζί κατά μήκος της διαδρομής.

Υλικά παιχνιδιού

1) Ταμπλό παιχνιδιού (1 σελίδα, εκτυπώσιμη)

Μια διαδρομή «ΑΡΧΗ → ΤΕΡΜΑ» χωρισμένη σε 4 χρωματικές ζώνες (επαναλαμβάνονται με τη σειρά):

- Ζώνη αδρής κινητικότητας
- Ζώνη λεπτών κινητικών δεξιοτήτων
- Ζώνη προγραφής
- Ζώνη προετοιμασίας σώματος

Συμπεριλάβετε στον πίνακα:

- Ενδείξεις ΑΡΧΗ / ΤΕΡΜΑ
- Μια μικρή ζώνη «παρακολούθησης μαρκών» (π.χ. 0–10 κύκλοι)
- Απλά εικονίδια για κάθε ζώνη (φιγούρα που πηδά / χέρι / μολύβι / «σώμα έτοιμο»)

2) Τροχός (1 σελίδα, εκτυπώσιμος, προβλέψιμος)

Αποτελέσματα του τροχού (απλά και ασφαλή για την τάξη):

- Κίνηση 1

- Κίνηση 2
 - Κίνηση 3
 - Μάρκες (συλλογή μιας μάρκας μετά την ολοκλήρωση της κάρτας)
- (Εναλλακτικά: ζάρι με αριθμούς 1–3 αν δεν υπάρχει τροχός)

3) Σετ καρτών πρόκλησης (40 κάρτες συνολικά)

- 10 κάρτες αδρής κινητικότητας
- 10 κάρτες λεπτών κινητικών δεξιοτήτων
- 10 κάρτες προγραφής
- 10 κάρτες σωματικής ετοιμότητας

Σχεδιασμός καρτών:

- Τίτλος και χώρος για εικόνα
- «Τι να κάνεις» (1–2 γραμμές)
- «Για πόση ώρα» (π.χ. 10 δευτερόλεπτα / 5 επαναλήψεις)
- Επιλογές επιπέδου (E1/E2/E3) σε μικρό πλαίσιο

4) Μάρκες ομάδας και πιόνια χαρακτήρων

- 1–4 πιόνια χαρακτήρων (η ομάδα μετακινείται μαζί)
- 10 μάρκες (αστέρια, αποτυπώματα κ.λπ.)
- Προαιρετικά: Κάρτα «σήμα βοηθού» για τον ρόλο που καθορίζει τη σειρά

Προετοιμασία

1. Εκτυπώστε το ταμπλό, τον τροχό, τις κάρτες και τα πιόνια.
2. Τοποθετήστε το ταμπλό στη μέση και τις μάρκες δίπλα στο ταμπλό.
3. Ανακατέψτε κάθε σετ καρτών και τοποθετήστε τις σύμφωνα με το χρώμα της αντίστοιχης ζώνης.
4. Τοποθετήστε τα πιόνια της ομάδας στην ένδειξη «ΑΡΧΗ».

Κανόνες (6–8 βήματα)

1. Ομαδικό παιχνίδι: Όλοι είναι στην ίδια ομάδα. Ο στόχος είναι να φτάσετε στο «ΤΕΡΜΑ» ή να συλλέξετε έναν προκαθορισμένο αριθμό μαρκών (π.χ. 8 μάρκες).
2. Παίξτε με τη σειρά: Ο ενεργός παίκτης γυρίζει τον τροχό (ή ρίχνει το ζάρι).
3. Εντοπίστε τη ζώνη: Δείτε το χρώμα του τετραγώνου στο οποίο βρίσκεται η ομάδα σας. Τραβήξτε την πρώτη κάρτα από αυτή τη ζώνη.
4. Κάντε την πρόκληση μαζί:
 - Ο ενεργός παίκτης εκτελεί τη δραστηριότητα (οι υπόλοιποι μπορούν να μιμηθούν ή να βοηθήσουν).
 - Κρατήστε τις δραστηριότητες σύντομες: 5–30 δευτερόλεπτα ή 3–10 επαναλήψεις.
5. Επιλέξτε το κατάλληλο επίπεδο: Ο/Η εκπαιδευτικός επιλέγει το Επίπεδο 1 / 2 / 3 με βάση τις ανάγκες του παιδιού (προτεραιότητα στην επιτυχία).
6. Επιτυχία = μετακίνηση + επιλογή μάρκας:
 - Αν η πρόκληση ολοκληρωθεί (ή επιχειρηθεί με υποστήριξη), μετακινήστε την ομάδα τόσες θέσεις όσες δείχνει ο τροχός.

- Αν ο τροχός σταματήσει στη θέση «Μάρκα», συλλέξτε μία μάρκα μετά την ολοκλήρωση της πρόκλησης.
7. Αν είναι πολύ δύσκολο: Χρησιμοποιήστε την εκδοχή του Επιπέδου 1 ή προσφέρετε επιλογή μεταξύ δύο καρτών. Επιτρέψτε στην ομάδα να προχωρήσει, διατηρώντας θετικό και συνεργατικό κλίμα.
 8. Νίκη: Η ομάδα κερδίζει όταν φτάσει στο «ΤΕΡΜΑ» ή συλλέξει 8 μάρκες. Τονίστε την επιτυχία με μια σύντομη ανασκόπηση: «Εξασκηθήκαμε στην κίνηση του σώματος και στη γραφή!»

Παραδείγματα προκλήσεων (μία ανά ζώνη)

- Αδρή κινητικότητα: «Άλματα βατράχου – κάνε 5 πηδηματάκια μέχρι τη γραμμή.»
- Λεπτή κινητικότητα: «Συλλογή με τσιμπιδάκι – πάρε 5 πομ-πομ και βάλε τα στο κύπελλο.»
- Προγραφή: «Ακολούθησε μια ζιγκ-ζαγκ γραμμή με το δάχτυλο (ή με μαρκαδόρο).»
- Σωματική προετοιμασία: «Πιέσεις στον τοίχο – κάνε 10 πιέσεις.»

Προσαρμογές (για την ένταξη)

- Χρησιμοποιήστε τον κανόνα «η ομάδα μετακινείται μαζί» για να μειώσετε την πίεση και να υποστηρίξετε ομάδες μεικτών ικανοτήτων.
- Εφαρμόστε την επιλογή κάρτας: επιλέξτε 1 από 2 κάρτες στην ίδια ζώνη.
- Χρησιμοποιήστε οπτικά ερεθίσματα και ελάχιστη λεκτική καθοδήγηση.
- Για παιδιά με περιορισμένη αντοχή, συντομεύστε όλες τις ασκήσεις (π.χ. 3 επαναλήψεις αντί για 10).

Οδηγίες υλοποίησης

Ενσωματώστε μικροκινήσεις καθ' όλη τη διάρκεια της ημέρας

Προγραμματίστε 2–3 σύντομα «διαλείμματα κίνησης» (5–10 λεπτά) καθημερινά. Αυτά μπορούν να ενσωματωθούν σε φυσικές μεταβάσεις αντί να προστεθούν ως ξεχωριστή δραστηριότητα (π.χ. πριν από την εργασία στο τραπέζι, μετά το διάλειμμα, πριν από την ώρα του κύκλου). Η επανάληψη των ίδιων σύντομων ρουτινών για αρκετές ημέρες βοηθά τα παιδιά με αυτισμό να προβλέπουν τι θα συμβεί και ενισχύει την ανεξαρτησία τους.

Χρησιμοποιήστε έναν σταθερό κύκλο: Προεπισκόπηση → Εκτέλεση → Ανασκόπηση

Ακολουθήστε έναν απλό, προβλέψιμο κύκλο (σύμφωνα με την προσέγγιση που χρησιμοποιείται σε άλλα κεφάλαια του εργαλείου):

- **Προεπισκόπηση:** δείξτε το οπτικό υλικό (κάρτα / σειρά καρτών), δείξτε το σημείο έναρξης / τερματισμού, διευκρινίστε τη «διάρκεια» (π.χ. 30 δευτερόλεπτα / 5 επαναλήψεις).
- **Εκτέλεση:** περιορίστε τις οδηγίες στο ελάχιστο, δείξτε μια φορά πώς γίνεται αν χρειάζεται, υποστηρίξτε την επιτυχία με κατάλληλες υποδείξεις.
- **Ανασκόπηση:** δώστε μια σύντομη δήλωση επιτυχίας («Έκανες 4 σταθμούς»), τοποθετήστε την κάρτα στο «Τέλος» και συνδέστε με την επόμενη ρουτίνα («Τώρα ετοίμασε τα χέρια → τραπέζι»).

Ξεκινήστε με μικρά βήματα και επαναλάβετε για επίτευξη ευχέρειας

Επιλέξτε ένα μικρό σύνολο γνωστών καρτών (π.χ. 3–5 κάρτες κίνησης) και επαναλάβετε τις κατά τη διάρκεια της εβδομάδας. Αυξήστε τη δυσκολία σταδιακά αλλάζοντας μόνο μία μεταβλητή κάθε φορά (απόσταση, επαναλήψεις, ακρίβεια ή αριθμός βημάτων).

Ασφάλεια και άνεση

- Εξασφαλίστε ελεύθερο χώρο και όρια (σημάδια στο δάπεδο, κώνους, αφετηρία / τερματισμός).
- Επιβλέπτετε ενεργά κατά τη διάρκεια των κινητικών δραστηριοτήτων.
- Προσαρμόστε την ένταση ανάλογα με τις αισθητηριακές ευαισθησίες: μειώστε τον θόρυβο, συντομεύστε τη διάρκεια, αποφύγετε κινήσεις υψηλού κινδύνου και παρατηρήστε την αντίδραση κάθε παιδιού (σταματήστε αν αυξηθεί η δυσφορία).
- Προτιμήστε προβλέψιμες, ελεγχόμενες κινήσεις· αποφύγετε την παρατεταμένη περιστροφή ή το επικίνδυνο σκαρφάλωμα.

Εφαρμόστε και σε άλλα πλαίσια

Χρησιμοποιήστε τις ίδιες δεξιότητες σε ποικίλα περιβάλλοντα: εσωτερικούς / εξωτερικούς χώρους, μεταβάσεις, κατά τη διάρκεια της ώρας του κύκλου, γωνιά ανεξάρτητης εργασίας και ρουτίνες παιχνιδιού. Τα παιδιά μαθαίνουν γρηγορότερα όταν οι δεξιότητες εμφανίζονται σε πραγματικές ρουτίνες, όχι μόνο σε μία δραστηριότητα.

Προαιρετική σύνδεση με το σπίτι

Εφόσον κρίνεται χρήσιμο, παρέχετε στις οικογένειες μια απλή σελίδα «Δοκιμάστε στο σπίτι», με 3–5 ασφαλείς δραστηριότητες που απαιτούν ελάχιστη προετοιμασία (π.χ. πιέσεις στον τοίχο, μεταφορά και παράδοση, συλλογή με τσιμπιδάκι, ιχνηλάτηση λωρίδων), με οδηγίες για «σύντομη διάρκεια» και μια σημείωση ότι οι ρουτίνες πρέπει να προσαρμόζονται ανάλογα με το επίπεδο άνεσης και ενέργειας του παιδιού.

Παρακολούθηση προόδου

Εργαλείο: Λίστα ελέγχου παρατήρησης μίας σελίδας (8–12 δείκτες)

Χρησιμοποιήστε σύντομες παρατηρήσεις στο πλαίσιο των καθημερινών ρουτινών (χωρίς επιπλέον δοκιμασίες). Στόχος είναι να κάνετε ανασκόπηση μία φορά κάθε 2–4 εβδομάδες, ώστε να εντοπίζετε τις τάσεις.

Προτεινόμενοι δείκτες (σύντομη σημείωση)

- Συμμετοχή: συμμετέχει σε κινητικές δραστηριότητες (ναι / με υποστήριξη / όχι)
- Επίπεδο υποστήριξης: ανεξάρτητος / οπτική υποστήριξη / επίδειξη / σωματική καθοδήγηση
- Αντοχή: διατηρεί τη δραστηριότητα για 2–5 λεπτά / 5–10 λεπτά (ανάλογα με την περίπτωση)
- Συντονισμός αδρών κινητικών δεξιοτήτων: βελτίωση ισορροπίας / άλματος / αναρρίχησης (με παραδείγματα)
- Κινητικός σχεδιασμός: πραγματοποιεί κινήσεις 2 βημάτων (π.χ. «άλμα και μετά στάση»)
- Διασχίζει τη μέση γραμμή / αμφίπλευρη χρήση: χρησιμοποιεί και τις δύο πλευρές του σώματος κατάλληλα
- Δύναμη λαβής και χεριών: κρατά εργαλεία με βελτιωμένο έλεγχο (χρώματα / λαβίδες)

- Χειρισμός αντικειμένων: μπορεί να πιάνει/τοποθετεί μικρά αντικείμενα με αυξανόμενη ακρίβεια
- Δεξιότητες χρήσης ψαλιδιού: κόβει κατά μήκος παχιάς γραμμής / κόβει με λιγότερα λάθη
- Προγραφικός έλεγχος: αντιγράφει γραμμές / σχήματα με βελτιωμένη ακρίβεια
- Κινητική ρουτίνα αυτοφροντίδας: ολοκληρώνει βήματα (π.χ. πλύσιμο χεριών) με λιγότερες υποδείξεις
- Ετοιμότητα ρύθμισης: μετά τη ρουτίνα «σώμα έτοιμο», επιστρέφει στο τραπέζι / στη ρουτίνα πιο ομαλά

Ενδεικτική βαθμολόγηση

- 0 = όχι ακόμα / σπάνια
- 1 = αρχίζει να εμφανίζεται (με υποστήριξη)
- 2 = αναπτύσσεται (κάποια ανεξαρτησία)
- 3 = ανεξάρτητο / συνεπές

Φωτογραφική τεκμηρίωση (προαιρετικά)

Χρησιμοποιήστε ακολουθίες «πριν / μετά» (σύμφωνα με τους κανόνες συγκατάθεσης του περιβάλλοντος σας):

- Δείγμα κοπής γραμμής (αρχή του εξαμήνου σε σύγκριση με μεταγενέστερη περίοδο)
- Λωρίδα προγραφής
- Φωτογραφία του παιδιού που ολοκληρώνει μια ρουτίνα 3 βημάτων (π.χ. διαδρομή παράδοσης)
- Όπου είναι δυνατόν, οι φωτογραφίες πρέπει να εστιάζουν στη δραστηριότητα / το αποτέλεσμα και όχι στο πρόσωπο του παιδιού.

Αναφορές και πηγές

Βασικές αναφορές:

Υπουργείο Παιδιών, Ισότητας, Αναπηρίας, Ένταξης και Νεολαίας. (2024). Εισαγωγικές κατευθυντήριες γραμμές για την υποστήριξη της ουσιαστικής ένταξης των παιδιών με αυτισμό σε περιβάλλοντα πρώιμης μάθησης και φροντίδας καθώς και σε περιβάλλοντα φροντίδας παιδιών σχολικής ηλικίας. AIM (Μοντέλο Πρόσβασης και Ένταξης).

<https://aim.gov.ie/app/uploads/2024/10/91746-Department-of-Children-Equality-Autism-Guidelines-Booklet-v5-online-1.pdf>

Εθνικό Συμβούλιο Ειδικής Αγωγής. (2020). Χρήση οπτικών βοηθημάτων για την υποστήριξη της επικοινωνίας.

<https://ncse.ie/wp-content/uploads/2021/06/Using-Visuals-to-Support-Communication.pdf>

Εθνική Ομάδα Εφαρμογής για τον Αυτισμό. (2020). Οδηγοί για τη χρήση οπτικών βοηθημάτων στο σπίτι: Μια συλλογή πρακτικών οδηγιών «πώς να» για κοινωνικούς εταίρους. Third Space Scotland.

<https://www.thirdspace.scot/wp-content/uploads/2020/03/Home-Visual-Support-guides-for-Social-Partners.pdf>



The Autism Toolbox. (χ.χ.). Πρότυπα και πόροι (οπτικά βοηθήματα και πρότυπα για την τάξη με δυνατότητα λήψης). <https://www.autismtoolbox.co.uk/resources/templates-and-resources/>

Dunlop, A. W., et al. (2009). The Autism Toolbox (Μέρος 2). Κυβέρνηση της Σκωτίας / συνεργάτες. https://www.argyll-bute.gov.uk/sites/default/files/migrated_files/theautismtoolbox_tcm4-629041.pdf

Συμβούλιο του South Gloucestershire. (2019). Εργαλειοθήκη για τον αυτισμό στην προσχολική ηλικία. https://sites.southglos.gov.uk/safeguarding/wp-content/uploads/sites/221/2020/07/early_years_autism_toolkit.pdf

Συμβούλιο του Νότιου Γκλόστερσαϊρ. (2019). Εργαλειοθήκη για τον αυτισμό για τα δημοτικά σχολεία. https://sites.southglos.gov.uk/safeguarding/wp-content/uploads/sites/221/2020/07/autism_toolkit_primary_sg_version_07_03_19.pdf

CALL Scotland. (χ.χ.). Ενότητες AAC (δωρεάν διαδικτυακές ενότητες επαγγελματικής κατάρτισης). <https://www.aacscotland.org.uk/modules/>

Sam, A., & AFIRM Team. (2024). Οπτικά βοηθήματα: Συνοπτικό πακέτο ΕΒΡ. Πόροι και Ενότητες Παρέμβασης με Έμφαση στον Αυτισμό (AFIRM). <https://afirm.fpg.unc.edu/wp-content/uploads/Visual-Supports-Brief-Packet.pdf>

Κεφάλαιο 4: Γνωστική ανάπτυξη

Η γνωστική ανάπτυξη στην προσχολική ηλικία αποτελεί το θεμέλιο για τη μάθηση, την ανεξαρτησία και τη συμμετοχή στη ζωή της τάξης. Για τα παιδιά με αυτισμό, οι γνωστικές δεξιότητες συχνά αναπτύσσονται ανομοιόμορφα: ορισμένα παιδιά επιδεικνύουν ισχυρή οπτική συλλογιστική, ικανότητα ανίχνευσης προτύπων ή έντονα ειδικά ενδιαφέροντα, ενώ αντιμετωπίζουν δυσκολίες στην ευέλικτη σκέψη, τη λειτουργική μνήμη, τη γενίκευση και την κατανόηση ακολουθιών ή κατηγοριών σε καθημερινές καταστάσεις. Η έγκαιρη και ποιοτική υποστήριξη των γνωστικών δεξιοτήτων –ενσωματωμένη στο παιχνίδι και στις ρουτίνες – μπορεί να ενισχύσει την επίλυση προβλημάτων, την προσοχή, την πρώιμη λογική σκέψη και την ετοιμότητα για μετέπειτα ακαδημαϊκή μάθηση.

Αυτό το κεφάλαιο παρέχει πρακτικά, κατάλληλα για την τάξη και ελκυστικά εργαλεία για την υποστήριξη της επίλυσης προβλημάτων, της μνήμης, της αλληλουχίας, της κατηγοριοποίησης και των πρώιμων αριθμητικών δεξιοτήτων για παιδιά ηλικίας 3-6 ετών. Οι δραστηριότητες μπορούν να χρησιμοποιηθούν σε ατομικό επίπεδο, σε μικρές ομάδες ή στο σύνολο της τάξης και περιλαμβάνουν μικρές προσαρμογές για παιδιά με αναπτυσσόμενη γλώσσα ή που χρησιμοποιούν μέσα επαυξητικής και εναλλακτικής επικοινωνίας (ΕΕΕ).

Τομείς εστίασης

- **Επίλυση προβλημάτων:** εύρεση λύσεων, σχεδιασμός, δοκιμή διαφορετικών στρατηγικών, μάθηση από τα λάθη
- **Μνήμη:** λειτουργική μνήμη, ανάκληση και εστίαση σε σχετικές πληροφορίες
- **Ακολουθία:** κατανόηση της σειράς (πρώτα–μετά–τέλος), ρουτίνες και σχέσεις αιτίου–αποτελέσματος
- **Κατηγοριοποίηση:** ταξινόμηση βάσει χαρακτηριστικών (σχήμα, χρώμα, λειτουργία), ομαδοποίηση και ανάπτυξη εννοιών
- **Πρώιμες μαθηματικές δεξιότητες:** μέτρηση, ποσότητα, αίσθηση των αριθμών, απλές συγκρίσεις και μοτίβα

Στόχοι του κεφαλαίου

1. Ενίσχυση της λογικής σκέψης και της ευέλικτης επίλυσης προβλημάτων
2. Ανάπτυξη δεξιοτήτων μνήμης και προσοχής μέσω δομημένης, παιχνιδώδους εξάσκησης
3. Υποστήριξη πρώιμων μαθηματικών εννοιών και εννοιών λογικής μέσα από ουσιαστικές ρουτίνες στην τάξη

Επιστημονική βάση

Τα εργαλεία και οι δραστηριότητες σε αυτό το κεφάλαιο βασίζονται σε ανασκοπήσεις τεκμηριωμένων πρακτικών και σε σύγχρονη έρευνα για παρεμβάσεις που υποστηρίζουν τη γνωστική μάθηση παιδιών με αυτισμό σε περιβάλλοντα πρώιμης παιδικής ηλικίας:

- **Οι τεκμηριωμένες πρακτικές στην παρέμβαση για τον αυτισμό** υπογραμμίζουν την αποτελεσματικότητα στρατηγικών που σχετίζονται άμεσα με τη γνωστική ανάπτυξη – όπως οπτικές υποστηρίξεις, η ανάλυση εργασιών, οι υποδείξεις, η ενίσχυση, η επίδειξη, οι φυσιολογικές παρεμβάσεις, οι προσεγγίσεις με τη μεσολάβηση συνομηλίκων και η δομημένη διδασκαλία (Wong et al., 2015· Hume et al., 2021). Αυτές οι

προσεγγίσεις υποστηρίζουν την πρόσβαση σε μαθησιακούς στόχους που συνδέονται με την επίλυση προβλημάτων, την αλληλουχία, την κατηγοριοποίηση και τις πρώιμες ακαδημαϊκές έννοιες, όταν εφαρμόζονται συστηματικά στην εκπαίδευση της πρώιμης παιδικής ηλικίας (Steinbrenner et al., 2020).

- **Η δομημένη, οπτική και βασισμένη σε ρουτίνες διδασκαλία** υποστηρίζει τη γνωστική επεξεργασία μειώνοντας την αβεβαιότητα και αποσαφηνίζοντας τις προσδοκίες (Steinbrenner et al., 2020). Στην πράξη, εργαλεία όπως οπτικές ακολουθίες, συνεπείς μορφές δραστηριοτήτων και ρητοί κανόνες βοηθούν τα παιδιά να επικεντρωθούν στην επίλυση προβλημάτων και τη μάθηση αντί να ερμηνεύουν τι απαιτείται τη δεδομένη στιγμή (Hume et al., 2021).
- **Η σύγχρονη έρευνα τονίζει όλο και περισσότερο ότι οι εκτελεστικές λειτουργίες** – συμπεριλαμβανομένης της λειτουργικής μνήμης, του ελέγχου της προσοχής, της αναστολής, του σχεδιασμού και της γνωστικής ευελιξίας – αποτελούν σημαντικά θεμέλια της πρώιμης μάθησης στον αυτισμό κατά τα προσχολικά έτη (Christoforou et al., 2023). **Οι αναπτυξιακές, φυσιολογικές προσεγγίσεις που βασίζονται στο παιχνίδι**, όταν είναι δομημένες και ελκυστικές, μπορούν να υποστηρίξουν τη μάθηση των παιδιών σε διάφορους τομείς, συμπεριλαμβανομένου του παιχνιδιού, της επικοινωνίας και της γνωστικής λειτουργίας (Schreibman et al., 2015· Crank et al., 2021).
- **Όσον αφορά τις πρώιμες μαθηματικές δεξιότητες**, μελέτες δείχνουν ότι τα παιδιά με αυτισμό μπορεί να παρουσιάζουν συγκεκριμένα προφίλ δυνατοτήτων και αναγκών σε όλους τους τομείς των μαθηματικών. Επιπλέον, οι βασικές πρώιμες αριθμητικές δεξιότητες μπορούν να βοηθήσουν στην εξήγηση της μεταβλητότητας στα μεταγενέστερα μαθηματικά αποτελέσματα (Bejarano-Martín et al., 2024). Αυτό υποστηρίζει τη χρήση πρακτικής, δομημένης και εννοιολογικά σαφούς διδασκαλίας, με αξιοποίηση χειραπτικών υλικών, επαναλαμβανόμενη εξάσκηση και γενίκευση σε καθημερινές ρουτίνες του νηπιαγωγείου (Bejarano-Martín et al., 2024· Steinbrenner et al., 2020).

Εργαλεία που περιλαμβάνονται σε αυτό το κεφάλαιο

Εργαλείο 1: Ακολουθία «Πρώτα–Μετά–Τέλος» και Δημιουργία ρουτίνας

Περιγραφή: Ένα ευέλικτο εργαλείο αλληλουχίας που χρησιμοποιεί φωτογραφίες ή απλές εικόνες για να βοηθήσει τα παιδιά να κατανοήσουν τη σειρά, τις ρουτίνες και τη σχέση αίτιου-αποτελέσματος. Μπορεί να χρησιμοποιηθεί για τις καθημερινές ρουτίνες της τάξης (άφιξη, πλύσιμο χεριών, σνακ) και για διασκεδαστικές δραστηριότητες (φύτεμα ενός σπόρου, δημιουργία ενός απλού κολάζ, κατασκευή ενός πύργου).

Υλικά:

- Λωρίδες αλληλουχίας (πλαστικοποιημένες): επιλογές 3 και 4 βημάτων
- Κάρτες με εικόνες ρουτίνας (ρουτίνες της τάξης και ρουτίνες παιχνιδιού)
- Κάρτες υποδείξεων «Πρώτα / Μετά / Στη συνέχεια / Τέλος»
- Προαιρετικά: Κάρτα ερωτήσεων «Τι ακολουθεί;», κάρτα «Τέλος»

Επιλογή και προετοιμασία εικόνων

- Χρησιμοποιήστε πραγματικές φωτογραφίες από την τάξη (συνιστάται ιδιαίτερα) ή απλά εικονογράμματα

- Πλαστικοποιήστε τις κάρτες και προσθέστε Velcro (προαιρετικά) για εύκολη αναδιάταξη
- Φυλάξτε τις ακολουθίες σε φακέλους με ετικέτες ή σε μικρά κουτιά, ανά ρουτίνα (π.χ. «Σνακ», «Τέχνη», «Τουαλέτα»)

Πώς να το χρησιμοποιήσετε:

1. **Προεπισκόπηση:** Δείξτε την πλήρη ακολουθία και ονομάστε σύντομα κάθε βήμα.
2. **Δημιουργία:** Ανακατέψτε τις κάρτες και ζητήστε από το παιδί να τις τοποθετήσει με τη σωστή σειρά (ξεκινήστε με 3 βήματα).
3. **Εκτέλεση:** Ακολουθήστε τη σειρά σε πραγματικό χρόνο (κατά τη διάρκεια της ρουτίνας).
4. **Επανάληψη:** Μετά την ολοκλήρωση, αναδιατάξτε ξανά τις κάρτες και ξαναπείτε τι συνέβη.
5. **Γενίκευση:** Χρησιμοποιήστε την ίδια γλώσσα για την ακολουθία («πρώτα–μετά–τέλος») καθ' όλη τη διάρκεια της ημέρας.

Προσαρμογές (3 επίπεδα):

- **Επίπεδο 1 – Υψηλή υποστήριξη:** Χρησιμοποιήστε μόνο **2–3 βήματα**, κάντε μια σαφή επίδειξη, μειώστε την οπτική πολυπλοκότητα, προσφέρετε επιλογή μεταξύ δύο εναλλακτικών («Είναι αυτό το πρώτο ή το τελευταίο;»).
- **Επίπεδο 2 – Μέτρια υποστήριξη:** Χρησιμοποιήστε **3–4 βήματα**, μειώστε σταδιακά τις υποδείξεις, προσθέστε ερωτήσεις του τύπου «τι ακολουθεί;»
- **Επίπεδο 3 – Επέκταση:** Ζητήστε από το παιδί να **δημιουργήσει** μια νέα ακολουθία (π.χ. «Πώς ετοιμαζόμαστε για την παιδική χαρά;»), προσθέστε μια «κάρτα προβλήματος» (αντικείμενο που λείπει) και σχεδιάστε λύσεις.

Μικρές αισθητηριακές συμβουλές:

Αν οι μεταβάσεις είναι δύσκολες, δείξτε την ρουτίνα εκ των προτέρων και χρησιμοποιήστε έναν φορητό πίνακα με τις κάρτες, που μπορεί να μεταφερθεί εύκολα στον νιπτήρα/τραπέζι για το σνακ.

Εργαλείο 2: Σετ καρτών «Ταίριαξε και βρες» για τη μνήμη και την προσοχή

Περιγραφή: Ένα σετ παιχνιδιών μνήμης και αντιστοίχισης σχεδιασμένο για την ανάπτυξη της προσοχής, της μνήμης και της οπτικής διάκρισης. Περιλαμβάνει κλασικά παιχνίδια μνήμης με ζευγάρια, καθώς και προκλήσεις «βρες το διαφορετικό» και «βρες το ίδιο».

Υλικά:

- Ζεύγη μνήμης (30–40 ζεύγη συνολικά, χωρισμένα σε θέματα): αντικείμενα της τάξης, ζώα, ενέργειες, συναισθήματα, αριθμοί (1–5)
- Κάρτες υποδείξεων «Βρες το!» (π.χ. «Βρες κάτι που μπορείς να φορέσεις»)
- Σετ «βρες το διαφορετικό» (3 κάρτες: δύο της ίδιας κατηγορίας και μία διαφορετική)
- Προαιρετικά: ένα απλό οπτικό βοήθημα για την εναλλαγή σειράς («Η σειρά μου / Η σειρά σου»)

Επιλογή και προετοιμασία υλικών:

- Επιλέξτε εικόνες καθαρές, χωρίς περιττά στοιχεία (με ομοιόμορφο στυλ)

- Χρησιμοποιήστε πιο χοντρό χαρτόνι ή πλαστικοποιήστε τις κάρτες για μεγαλύτερη ανθεκτικότητα
- Ταξινομήστε τις ανάλογα με το επίπεδο δυσκολίας: *εύκολο (6–8 ζεύγη)*, *μέτριο (10–12 ζεύγη)*, *προχωρημένο (12–16 ζεύγη)*

Πώς να το χρησιμοποιήσετε:

- **Ζεύγη μνήμης (κλασικό):** Ξεκινήστε με 6 κάρτες (3 ζεύγη) και αυξήστε σταδιακά.
- **Βρείτε το ίδιο:** Απλώστε τις κάρτες με την όψη προς τα πάνω· το παιδί βρίσκει γρήγορα τα ζευγάρια (εξάσκηση προσοχής).
- **Το διαφορετικό:** Το παιδί εντοπίζει ποια κάρτα «δεν ταιριάζει» και εξηγεί με λέξεις / δείχνοντας / με κάποιο βόηθημα.

Προσαρμογές (3 επίπεδα):

- **Επίπεδο 1 – Υψηλή υποστήριξη:** Αντιστοίχιση με τις κάρτες ανοιχτές, λιγότερα ζεύγη, επιτρέπεται να δείξουν / να χρησιμοποιήσουν το βλέμμα, χρησιμοποιήστε μια οπτική ένδειξη «κοίτα-βρες-ταίριαξε».
- **Επίπεδο 2 – Μέτρια υποστήριξη:** Ανακατέψτε ανοιχτές και κλειστές κάρτες· χρησιμοποιήστε υποδείξεις κατηγορίας («Βρες ένα άλλο φρούτο»).
- **Επίπεδο 3 – Επέκταση:** Προσθέστε έναν κανόνα στρατηγικής («Θυμήσου πού το είδες») ή ζητήστε μια απλή εξήγηση («Γιατί είναι διαφορετικό;»).

Εναλλακτική και επαυξητική επικοινωνία / αναδυόμενη γλώσσα:

Προσφέρετε επιλογές απάντησης: «ίδιο», «διαφορετικό», «ξανά», «βοήθεια», καθώς και εικονίδια κατηγοριών (φαγητό / παιχνίδια / ζώα).

Εργαλείο 3: Δίσκοι κατηγοριοποίησης και ταξινόμησης εννοιών («Ταξινόμησέ το!»)

Περιγραφή: Ένα πρακτικό εργαλείο κατηγοριοποίησης που χρησιμοποιεί μικρά αντικείμενα ή κάρτες με εικόνες για την ανάπτυξη βασικών εννοιών (ίδιο / διαφορετικό, συμμετοχή σε ομάδα, λειτουργία). Ιδανικό για εργασία στο τραπέζι, γωνιές μάθησης και παιχνίδια ταξινόμησης κατά τη διάρκεια του κύκλου.

Υλικά:

- 3–5 δίσκοι ή μπουλ ταξινόμησης (χρωματιστοί ή με ετικέτες)
- Σετ ταξινόμησης (αντικείμενα ή κάρτες), π.χ.:
 - **Κατά χαρακτηριστικό:** χρώμα, μέγεθος, σχήμα
 - **Κατά κατηγορία:** φαγητό / ζώα / μεταφορές / ρούχα
 - **Κατά λειτουργία:** «πράγματα με τα οποία τρώμε», «πράγματα που φοράμε», «πράγματα με τα οποία παίζουμε»
- Κάρτες «κανόνων διαλογής» (εικονίδιο και λέξη): *χρώμα, σχήμα, μέγεθος, λειτουργία*
- Προαιρετικά: Καρτελάκι «Ντετέκτιβ κατηγοριών» (για κίνητρο)

Επιλογή και προετοιμασία υλικών:

- Χρησιμοποιήστε πραγματικά αντικείμενα όποτε είναι δυνατόν (είναι πιο χρήσιμο, βοηθά στη γενίκευση)
- Φυλάξτε τα σετ σε μικρά δοχεία με ετικέτες
- Ξεκινήστε με κατηγορίες που σχετίζονται με τις καθημερινές ρουτίνες (σνακ, ντύσιμο, παιχνίδι)

Πώς να το χρησιμοποιήσετε:

1. Παρουσιάστε έναν κανόνα ταξινόμησης (δείξτε την κάρτα με τον κανόνα).
2. Δείξτε πώς ταξινομείτε 2–3 αντικείμενα.
3. Το παιδί ταξινομεί τα υπόλοιπα αντικείμενα.
4. Ανασκοπήστε μαζί: «Αυτά είναι όλα...» και αναγνωρίστε την επιτυχία.
5. Αλλάξτε τον κανόνα (ίδια αντικείμενα, νέος κανόνας ταξινόμησης) για να ενισχύσετε την ευελιξία.

Προσαρμογές (3 επίπεδα):

- **Επίπεδο 1 – Υψηλή υποστήριξη:** Χρησιμοποιήστε μόνο 2 δίσκους, μειώστε τα αντικείμενα, δείξτε το παράδειγμα εκτενώς, προσφέρετε βοήθεια όπου χρειάζεται και κρατήστε τη δραστηριότητα σύντομη.
- **Επίπεδο 2 – Μέτρια υποστήριξη:** Χρησιμοποιήστε 3 δίσκους, προσθέστε το βήμα «έλεγε τη δουλειά σου», κάντε υποδείξεις μέσω ερωτήσεων.
- **Επίπεδο 3 – Επέκταση:** Το παιδί επιλέγει τον κανόνα ταξινόμησης ή ταξινομεί με βάση δύο χαρακτηριστικά (π.χ. κόκκινο ΚΑΙ μεγάλο) και στη συνέχεια εξηγεί χρησιμοποιώντας επαυξητική και εναλλακτική επικοινωνία / λέξεις.

Μικρές αισθητηριακές συμβουλές:

Αν υπάρχουν ευαίσθητες στην αφή, προτείνετε ταξινόμηση με κάρτες αντί για πραγματικά αντικείμενα ή χρησιμοποιήστε λεία, άσπρα ομοιώματα παιχνιδιών (π.χ. πλαστικά τρόφιμα, παιχνίδια κουζίνας) για να μειώσετε την αισθητηριακή δυσφορία, διατηρώντας παράλληλα το νόημα της δραστηριότητας. Μπορείτε επίσης να επιτρέψετε τη χρήση γαντιών ή λαβίδων ως διασκεδαστικού «εργαλείου».

Εργαλείο 4: Μαθηματικά για μικρά παιδιά και σύντομα παιχνίδια («Μέτρα, Χτίσε, Σύγκρινε»)

Περιγραφή: Μια σειρά από απλές, δομημένες δραστηριότητες αριθμητικής, οι οποίες χρησιμοποιούν χειραπτικά υλικά και σύντομα παιχνίδια για την υποστήριξη της αίσθησης του αριθμού, της μέτρησης, της σύγκρισης ποσοτήτων και της πρώιμης λογικής σκέψης.

Υλικά:

- Κάρτες αριθμών 1–10 (εστίαση στους αριθμούς 1–5 για τα περισσότερα παιδιά προσχολικής ηλικίας, με επέκταση ανάλογα με την περίπτωση)
- Χειραπτικά υλικά μέτρησης: κύβοι, κουμπιά, πομ-πομ, φυσικά αντικείμενα (πέτρες, κουκουάρια)
- Κάρτες ποσότητας με μοτίβα κουκκίδων (τύπου ζαριού 1–6)
- Κάρτες σύγκρισης: **περισσότερο / λιγότερο / το ίδιο**
- Λωρίδες με απλά μοτίβα (AB, AAB, ABB) με χρήση αντικειμένων / χρωμάτων

Επιλογή και προετοιμασία υλικών:

- Επιλέξτε μαθηματικά υλικά που είναι ασφαλή, πλένονται και ενισχύουν το ενδιαφέρον
- Αποθηκεύστε τα σε ένα μικρό «κουτί μαθηματικών», προσβάσιμο κατά τη διάρκεια των δραστηριοτήτων
- Χρησιμοποιήστε συνεπή γλώσσα: *ένα περισσότερο, ένα λιγότερο, πόσα, δείξε μου*

Πώς να το χρησιμοποιήσετε:

- **Μετρώ και ταιριάζω:** Ταιριάξτε την κάρτα με τον αριθμό με τη σωστή ποσότητα αντικειμένων.
- **Χτίζω έναν πύργο:** Χτίστε έναν πύργο με «3 κύβους», μετά με «5 κύβους»· συγκρίνετε.
- **Ταιριάζω τις κουκκίδες:** Αντιστοιχίστε τις κάρτες με τις κουκκίδες με τις κάρτες με τους αριθμούς (οπτική αντίληψη των αριθμών).
- **Δημιουργώ μοτίβα:** Αντιγράψτε και συνεχίστε τα μοτίβα με αντικείμενα.

Προσαρμογές (3 επίπεδα):

- **Επίπεδο 1 – Υψηλή υποστήριξη:** Ξεκινήστε με τους αριθμούς 1–3, χρησιμοποιήστε μοτίβα κουκκίδων, μετρήστε μαζί, χρησιμοποιήστε την υποστήριξη «χέρι προς αντικείμενο».
- **Επίπεδο 2 – Μέτρια υποστήριξη:** Επεκτείνετε στους αριθμούς 1–5, ρωτήστε «πόσα;» χωρίς άμεση επίδειξη, εισαγάγετε απλές συγκρίσεις.
- **Επίπεδο 3 – Επέκταση:** Προσθέστε προβλήματα με ιστορίες («Έχουμε 2 μήλα, πρόσθεσε 1 ακόμα»), εισαγάγετε απλά παιχνίδια με κανόνες και εναλλαγή ρόλων.

Σύνδεσμοι για επιπλέον εκτυπώσιμα υλικά (προαιρετικά):

- NRICH: Μαθηματικές ασκήσεις για την προσχολική ηλικία (δωρεάν ιδέες για την τάξη): https://nrich.maths.org/early-years-foundation-stage-activities?utm_source=chatgpt.com
- Τα οπτικά μαθηματικά υλικά που δημιουργούνται από τους εκπαιδευτικούς μπορούν επίσης να υποστηριχθούν με βιβλιοθήκες συμβόλων, όπως το ARASAAC (για εικονίδια και παρόμοιες πλατφόρμες που χρησιμοποιούνται σε όλη την Ευρώπη): https://beta.arasaac.org/?utm_source=chatgpt.com

Σχέδια δραστηριοτήτων

Δραστηριότητα 1: «Σύντομη ακολουθία βημάτων» (σνακ ή ρουτίνα τέχνης)

Μαθησιακοί στόχοι:

- Εξάσκηση στην αλληλουχία (πρώτα–μετά–στο τέλος)
- Βελτίωση της προσοχής στα βήματα και στην ολοκλήρωση της ρουτίνας
- Υποστήριξη ευέλικτης επίλυσης προβλημάτων (τι γίνεται αν λείπει κάτι;)

Μαθησιακοί τομείς-στόχοι: Γνωστική ανάπτυξη, επικοινωνία, ανεξαρτησία/δεξιότητες προσαρμογής

Πλαίσιο: Μικρή ομάδα (2–5) ή ατομικά· μπορεί επίσης να εφαρμοστεί σε κύκλο με όλη την τάξη

Απαιτούμενα υλικά:

- Κάρτες αλληλουχίας του Εργαλείου 1 (3–4 βήματα)
- Πραγματικά υλικά για σνακ (π.χ. μπανάνα, πιάτο) ή υλικά για απλή καλλιτεχνική δραστηριότητα (υλικά για κολάζ)

- Κάρτα «Τέλος» (προαιρετικά)

Οδηγίες βήμα προς βήμα:

1. Δείξτε τις κάρτες αλληλουχίας και ονομάστε κάθε βήμα (εν συντομία).
2. Ζητήστε από τα παιδιά να τοποθετήσουν τις κάρτες στη σωστή σειρά (βοηθήστε τα αν χρειαστεί).
3. Εκτελέστε τη ρουτίνα μαζί, ακολουθώντας τα βήματα.
4. Αφού ολοκληρώσετε, αναδιατάξτε τις κάρτες και επαναλάβετε τη ρουτίνα («Πρώτα...; μετά...; Στο τέλος...»).
5. Προσθέστε μια απλή «πρόκληση» (π.χ. λείπει το κουτάλι) και καθοδηγήστε τα παιδιά να βρουν μια λύση.

Προσαρμογές (3 επίπεδα):

- **Επίπεδο 1:** Χρησιμοποιήστε 2–3 βήματα· προσφέρετε επιλογή μεταξύ δύο καρτών· μειώστε τους περισπασμούς· δείξτε κάθε βήμα.
- **Επίπεδο 2:** Χρησιμοποιήστε 3–4 βήματα· κάντε παύση πριν από κάθε βήμα, ώστε το παιδί να δείξει τη σωστή κάρτα.
- **Επίπεδο 3:** Το παιδί δημιουργεί την ακολουθία, προσθέτει μια «κάρτα προβλήματος» και προτείνει λύσεις (λεκτικά / με επαυξητική επικοινωνία / με χειρονομίες).

Αναμενόμενα αποτελέσματα:

Τα παιδιά κατανοούν καλύτερα την αλληλουχία των ρουτινών, δείχνουν βελτιωμένη προσοχή στα βήματα και αρχίζουν να προβλέπουν «τι θα ακολουθήσει».

Δραστηριότητα 2: «Κυνήγι θησαυρού για τη μνήμη» (Βρες, Θυμήσου, Ταίριαξε)

Μαθησιακοί στόχοι:

- Ενίσχυση της λειτουργικής μνήμης και της οπτικής προσοχής
- Εξάσκηση της αντιστοίχισης και της ανάκλησης μέσω παιχνιδιού βασισμένου στην κίνηση
- Υποστήριξη της συνεργατικής συμμετοχής

Μαθησιακοί τομείς-στόχοι: Γνωστική ανάπτυξη, κοινωνική ανάπτυξη, επικοινωνία

Πλαίσιο: Μικρή ομάδα ή ολόκληρη η τάξη (λειτουργεί καλά ως σταθμός μάθησης)

Απαιτούμενα υλικά:

- Κάρτες μνήμης / αντιστοίχισης Εργαλείου 2 (8–12 ζεύγη ανάλογα με το επίπεδο)
- Μικροί «θησαυροί» (αυτοκόλλητα, αστεράκια ή πόντοι της τάξης)
- Οπτικό βοήθημα για τη σειρά προτεραιότητας (προαιρετικά)

Οδηγίες βήμα προς βήμα:

1. Τοποθετήστε τα ζεύγη καρτών με την όψη προς τα κάτω σε ένα τραπέζι ή σε ένα χαλί.

2. Εξηγήστε τον κανόνα με ένα οπτικό βοήθημα: «Γυρίστε δύο κάρτες. Αν είναι ίδιες, κρατήστε τις. Αν όχι, γυρίστε τις πίσω».
3. Τα παιδιά παίζουν με τη σειρά. Οι εκπαιδευτικοί δίνουν το παράδειγμα «σκεπτόμενοι φωναχτά» («Θυμάμαι ότι αυτό ήταν εδώ»).
4. Προσθέστε έναν στόχο συνεργασίας: «Ας βρούμε όλα τα ζευγάρια μαζί».
5. Ολοκληρώστε με μια σύντομη ανακεφαλαίωση: «Πώς το θυμηθήκαμε; Τι μας βοήθησε;»

Προσαρμογές (3 επίπεδα):

- **Επίπεδο 1:** Ξεκινήστε με τα ζεύγη με την όψη προς τα πάνω· χρησιμοποιήστε λιγότερα ζευγάρια· επιτρέψτε να δείχνουν ή τη βοήθεια από συνομήλικο.
- **Επίπεδο 2:** Χρησιμοποιήστε κάρτες γυρισμένες ανάποδα και περιορισμένο αριθμό ζευγών, δώστε την υπόδειξη «Κοίταξε προσεκτικά» και υπενθυμίστε τις θέσεις.
- **Επίπεδο 3:** Προσθέστε κανόνες κατηγοριών (π.χ. βρείτε πρώτα όλα τα ζεύγη «φαγητού») ή ομαδικές προκλήσεις με χρονικό περιορισμό και χαμηλή πίεση.

Μικρές αισθητηριακές συμβουλές:

Αν είναι δύσκολο για τα παιδιά να κάθονται, τοποθετήστε τις κάρτες στον τοίχο ή πάνω στα τραπέζια και αφήστε τα να περπατήσουν για να γυρίσουν τις κάρτες (κίνηση και συμμετοχή).

Αναμενόμενα αποτελέσματα:

Βελτιωμένη προσοχή στη λεπτομέρεια, ενισχυμένη ανάκληση των θέσεων, καλύτερη συμμετοχή με εναλλαγή σειράς και αναδυόμενη χρήση στρατηγικών.

Δραστηριότητα 3: «Πρόκληση κατασκευής και μέτρησης» (Κατασκευή και πρώιμες μαθηματικές δεξιότητες)

Μαθησιακοί στόχοι:

- Ανάπτυξη αριθμητικής αντίληψης (μέτρηση, ποσότητα, σύγκριση)
- Εξάσκηση του σχεδιασμού και της επίλυσης προβλημάτων μέσω της κατασκευής
- Υποστήριξη της ευέλικτης σκέψης (δοκιμή νέας στρατηγικής σε περίπτωση αποτυχίας)

Μαθησιακοί τομείς-στόχοι: Γνωστική ανάπτυξη, λεπτή κινητικότητα, κοινωνική αλληλεπίδραση (αν είναι ομαδική δραστηριότητα)

Περιβάλλον: Ατομικά ή σε μικρές ομάδες (γωνιά κατασκευών / τραπέζι)

Απαιτούμενα υλικά:

- Κύβοι ή παιχνίδια κατασκευών (π.χ. τύπου LEGO Duplo), ανακυκλωμένα υλικά (ποτήρια, κουτιά)
- Κάρτες με αριθμούς (1–5 ή 1–10) και κάρτες με κουκκίδες
- Κάρτες «Περισσότερα / Λιγότερα / Ίδια»

Οδηγίες βήμα προς βήμα:

1. Το παιδί επιλέγει μια κάρτα με αριθμό (π.χ. 4).
2. Χτίζει μια κατασκευή με ακριβώς αυτόν τον αριθμό κύβων / αντικειμένων.
3. Μετρήστε μαζί και ελέγξτε την ακρίβεια.
4. Προσθέστε μια σύγκριση: «Φτιάξτε ένα με περισσότερα / λιγότερα».
5. Προαιρετική ομαδική εκδοχή: ένα παιδί τραβάει τον αριθμό, ένα άλλο χτίζει, ένα άλλο ελέγχει.

Προσαρμογές (3 επίπεδα):

- **Επίπεδο 1:** Χρησιμοποιήστε τους αριθμούς 1–3· μετρήστε μαζί τα παιδιά· χρησιμοποιήστε κάρτες με κουκκίδες για την κατανόηση της ποσότητας και χρησιμοποιήστε σταθερά υλικά.
- **Επίπεδο 2:** Χρησιμοποιήστε τους αριθμούς 1–5· ζητήστε από το παιδί να μετρήσει ανεξάρτητα· εισαγάγετε την αντιστοίχιση «ίδιο με».
- **Επίπεδο 3:** Προσθέστε απλές προκλήσεις με ιστορίες («Χρειαζόμαστε 2 ακόμα κύβους») ή δημιουργία μοτίβων (AB / ABB) σε συνδυασμό με το μέτρημα.

Αναμενόμενα αποτελέσματα:

Τα παιδιά επιδεικνύουν βελτιωμένη ακρίβεια στο μέτρημα, καλύτερη κατανόηση της ποσότητας και αυξημένη επιμονή στην επίλυση προβλημάτων κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού κατασκευών.

Επιτραπέζιο παιχνίδι: «Σκέψου και Σύνδεσε» – Συνεργατική γνωστική περιπέτεια

Περιγραφή:

Ένα απλό, οπτικά δομημένο επιτραπέζιο παιχνίδι συνεργασίας που συνδυάζει **αλληλουχία, κατηγοριοποίηση, μνήμη, πρώιμες μαθηματικές δεξιότητες και επίλυση προβλημάτων**. Τα παιδιά συνεργάζονται ως ομάδα για να φτάσουν στο «Τέρμα», ολοκληρώνοντας σύντομες προκλήσεις. Η συνεργατική δομή μειώνει το άγχος του ανταγωνισμού και υποστηρίζει τη μάθηση μεταξύ συνομηλίκων.

Υλικά παιχνιδιού:

- Ταμπλό παιχνιδιού με σαφή διαδρομή και 4 χρωματικά κωδικοποιημένα τετράγωνα (ένα για κάθε δεξιότητα)
- Τροχός (συνιστάται για προβλεψιμότητα) ή ζάρια
- Σετ καρτών με προκλήσεις (με εικόνες):
 - **Κάρτες ακολουθίας** (ταξινόμηση 3 εικόνων)
 - **Κάρτες κατηγοριών** (ταξινόμηση ή επιλογή «ποιο ανήκει»)
 - **Κάρτες μνήμης** («Θυμήσου πού...» ή ασκήσεις γρήγορης αντιστοίχισης)
 - **Κάρτες αριθμών** (μέτρηση, σύγκριση, αντιστοίχιση κουκκίδων με αριθμούς)
- Πιόνια παικτών (χαρακτήρες) και «μάρκες ομάδας» (που κερδίζονται από κοινού)

Πώς παίζεται:

1. Κάθε παιδί παίζει με τη σειρά, γυρίζοντας τον τροχό και μετακινώντας το πιόνι του.
2. Όταν καταλήξει σε ένα χρωματιστό τετράγωνο, τραβάει μια αντίστοιχη κάρτα πρόκλησης.
3. Τα παιδιά μπορούν να απαντήσουν προφορικά, δείχνοντας ή χρησιμοποιώντας εναλλακτική και επαυξητική επικοινωνία.
4. Η ομάδα κερδίζει μία μάρκα για την ολοκλήρωση της πρόκλησης (ενθαρρύνεται η αλληλοβοήθεια).
5. Το παιχνίδι τελειώνει όταν όλοι οι παίκτες φτάσουν στο τέρμα ή όταν η ομάδα συγκεντρώσει έναν συγκεκριμένο αριθμό μαρκών.

Αρχές σχεδιασμού:

- Ελάχιστη οπτική πολυπλοκότητα, σαφή εικονίδια
- Προβλέψιμοι κανόνες και σαφής δομή εναλλαγής σειράς
- Αποδοχή πολλαπλών τρόπων ανταπόκρισης (ομιλία, χειρονομίες, υποδείξη, εναλλακτική επικοινωνία)
- Ενσωματωμένες ευκαιρίες για υποστήριξη από ενήλικες και συνομηλίκους

Οδηγίες υλοποίησης

1) Ενσωματώστε τα εργαλεία στις καθημερινές ρουτίνες του νηπιαγωγείου:
Χρησιμοποιήστε την αλληλουχία κατά την άφιξη και τις μεταβάσεις, την κατηγοριοποίηση κατά την ώρα της τακτοποίησης, τα παιχνίδια μνήμης στις γωνιές μάθησης και την αριθμητική κατά τη διανομή του σνακ («Πόσα πιάτα χρειαζόμαστε;»).

2) Χρησιμοποιήστε σαφή δομή και ευέλικτη προσέγγιση:

- Προεπισκόπηση → εκτέλεση → ανασκόπηση (σύντομος, συνεπής κύκλος)
- Προσφέρετε επιλογές (υλικά, θέματα) διατηρώντας σταθερό τον στόχο της εργασίας

3) Υποστηρίξτε διαφορετικά επίπεδα ικανοτήτων (προσέγγιση 3 επιπέδων):

- **Επίπεδο 1 (Υψηλή υποστήριξη):** λιγότερα στοιχεία / βήματα, ισχυρά οπτικά ερεθίσματα, πρώτα επίδειξη, μείωση του αισθητηριακού φορτίου
- **Επίπεδο 2 (Μέτρια υποστήριξη):** καθοδηγούμενη εξάσκηση, σταδιακή μείωση των υποδείξεων, υποστήριξη από συνομηλίκους σε μικρές ομάδες
- **Επίπεδο 3 (Ενίσχυση):** κανόνες που διαμορφώνονται από το παιδί, γενίκευση σε διαφορετικά περιβάλλοντα, προσθήκη ενός «προβλήματος προς επίλυση»

4) Μικρές αισθητηριακές συμβουλές (όπου χρειάζεται):

- Μειώστε τον θόρυβο του περιβάλλοντος κατά τη διάρκεια δραστηριοτήτων μνήμης· παρέχετε μια ήσυχη γωνιά
- Δώστε ένα οπτικό σήμα μετάβασης πριν αλλάξετε δραστηριότητα
- Προσφέρετε εναλλακτικά υλικά (κάρτες αντί για αντικείμενα ή λαβίδες αντί για χρήση των χεριών)

5) Προτάσεις για συνεργασία:

- Συντονιστείτε με το βοηθητικό προσωπικό της τάξης και τους ειδικούς για συνεπή παροχή υποδείξεων/σταδιακή μείωση
- Μοιραστείτε βασικά εργαλεία (γλώσσα ακολουθίας, «περισσότερο / λιγότερο / ίδιο») με όλο το προσωπικό για να διατηρήσετε τη συνέπεια

6) Παρακολούθηση προόδου (απλές επιλογές κατάλληλες για την τάξη):

- Σύντομες σημειώσεις παρατήρησης: διάρκεια προσοχής, επίπεδο υποδείξεων που χρειάζεται, ανεξάρτητες προσπάθειες
- Φωτογραφική τεκμηρίωση ολοκληρωμένων ακολουθιών ή κατασκευών
- Σύντομες λίστες ελέγχου για κάθε τομέα εστίασης (π.χ., «ταξινομεί σε 2 κατηγορίες», «μετράει μέχρι το 5 με αντιστοιχία 1:1»)

Αναφορές και πόροι

Βασικές αναφορές:

Aranasionok, M. M., Alallawi, B., Grindle, C. F., Hastings, R. P., Watkins, R. C., Nicholls, G., Maguire, L., & Staunton, D. (2021). Διδασκαλία πρώιμης αριθμητικής σε μαθητές με αυτισμό χρησιμοποιώντας ένα μοντέλο διδασκαλίας από το προσωπικό του σχολείου. *British Journal of Special Education*, 48(1), 90–111. <https://doi.org/10.1111/1467-8578.12346>

Bejarano-Martín, Á., Casado-Vara, R., Magán-Maganto, M., Díez, E., Jenaro, C., Flores, N., Orrantia, J., & Canal-Bedia, R. (2024). Πρώιμες αριθμητικές δεξιότητες και μαθηματικοί τομείς σε μαθητές με αυτισμό στο δημοτικό σχολείο. *Frontiers in Psychiatry*, 15, 1509137. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2024.1509137>

Christoforou, M., Jones, E. J. H., White, P., & Charman, T. (2023). Προφίλ εκτελεστικών λειτουργιών παιδιών προσχολικής ηλικίας με διαταραχή του αυτιστικού φάσματος και διαταραχή ελλειμματικής προσοχής/υπερκινητικότητας: Μια συστηματική ανασκόπηση. *JCPP Advances*, 3(1), e12123. <https://doi.org/10.1002/jcv2.12123>

Crank, J. E., Sandbank, M., Dunham, K., Crowley, S., Bottema-Beutel, K., Feldman, J., & Woynaroski, T. G. (2021). Κατανόηση των αποτελεσμάτων των φυσιολογικών αναπτυξιακών συμπεριφορικών παρεμβάσεων: Μια μετα-ανάλυση του Project AIM. *Autism Research*, 14(4), 817–834. <https://doi.org/10.1002/aur.2471>

Faja, S., Clarkson, T., Gilbert, R., Vaidyanathan, A., Greco, G., Rueda, M. R., Combata, L. M., & Driscoll, K. (2022). Μια προκαταρκτική τυχαιοποιημένη, ελεγχόμενη δοκιμή εκπαίδευσης εκτελεστικών λειτουργιών για παιδιά με διαταραχή του φάσματος του αυτισμού. *Αυτισμός*, 26(2), 346–360. <https://doi.org/10.1177/13623613211014990>

Hume, K., Steinbrenner, J. R., Odom, S. L., Morin, K. L., Nowell, S. W., Tomaszewski, B., Szendrey, S., McIntyre, N. S., Yücesoy-Özkan, Ş., & Savage, M. N. (2021). Πρακτικές βασισμένες σε τεκμηρίωση για παιδιά, εφήβους και νεαρούς ενήλικες με αυτισμό: Ανασκόπηση τρίτης γενιάς. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 51(11), 4013–4032. <https://doi.org/10.1007/s10803-020-04844-2>

Petrolo, E., Guerrero, S., Logrieco, M. G., Casula, L., Vicari, S., & Valeri, G. (2025). Ο ρόλος των εκτελεστικών λειτουργιών σε παιδιά προσχολικής ηλικίας με διαταραχή του φάσματος του αυτισμού: Μια σύντομη αφηγηματική ανασκόπηση. *Research in Developmental Disabilities*, 157, 104905. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2024.104905>

Schreibman, L., Dawson, G., Stahmer, A. C., Landa, R., Rogers, S. J., McGee, G. G., Kasari, C., Ingersoll, B., Kaiser, A. P., Bruinsma, Y., McNerney, E., Wetherby, A., & Halladay, A. (2015). Φυσιολογικές αναπτυξιακές συμπεριφορικές παρεμβάσεις: Εμπειρικά επικυρωμένες θεραπείες για τη διαταραχή του αυτιστικού φάσματος. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 45(8), 2411–2428. <https://doi.org/10.1007/s10803-015-2407-8>

Steinbrenner, J. R., Hume, K., Odom, S. L., Morin, K. L., Nowell, S. W., Tomaszewski, B., Szendrey, S., McIntyre, N. S., Yücesoy-Özkan, Ş., & Savage, M. N. (2020). Πρακτικές βασισμένες σε τεκμηρίωση για παιδιά, εφήβους και νεαρούς ενήλικες με αυτισμό. *Πανεπιστήμιο της Βόρειας Καρολίνας*

στο Τσάπελ Χιλ, Ινστιτούτο Ανάπτυξης Παιδιών Frank Porter Graham, Εθνικό Κέντρο Πληροφόρησης για τον Αυτισμό: Τεκμηρίωση και Πρακτική.

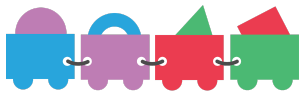
Wong, C., Odom, S. L., Hume, K. A., Cox, A. W., Fettig, A., Kucharczyk, S., Brock, M. E., Plavnick, J. B., Fleury, V. P., & Schultz, T. R. (2015). Πρακτικές βασισμένες σε τεκμηρίωση για παιδιά, εφήβους και νεαρούς ενήλικες με διαταραχή του φάσματος του αυτισμού: Μια ολοκληρωμένη ανασκόπηση. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 45(7), 1951–1966.
<https://doi.org/10.1007/s10803-014-2351-z>

Πρόσθετοι πρακτικοί πόροι:

- Επισκόπηση τεκμηριωμένων πρακτικών του NCAEP (περιλήψεις πρακτικών και ορισμοί): <https://ncaep.fpg.unc.edu/research-and-resources/>
- Ενότητες AFIRM (Οδηγίες υλοποίησης βήμα προς βήμα με φυλλάδια για λήψη): <https://afirm.fpg.unc.edu/afirm-modules/>
- Κέντρο IRIS (εκπαίδευση εκπαιδευτικών σε τεκμηριωμένες πρακτικές για τη ΔΑΦ): <https://iris.peabody.vanderbilt.edu/module/asd2/cwrap/>
- ClinicalTrials.gov (προκαθορισμένη αναζήτηση: αυτισμός + προσχολική ηλικία + εκτελεστική λειτουργία + βασισμένη στο παιχνίδι): <https://clinicaltrials.gov/search?cond=Autism%20Spectrum%20Disorder&age=child&term=preschool%20executive%20function%20play>

Δωρεάν διαδικτυακοί πόροι:

- National Autistic Society (Ηνωμένο Βασίλειο) – Πόροι για την πρώιμη παιδική ηλικία και την εκπαίδευση: <https://www.autism.org.uk/advice-and-guidance/topics/education/early-years>
- Autism Speaks – Εργαλειοθήκες (πρακτικοί οδηγοί για ρουτίνες στο σπίτι/στο σχολείο και μάθηση): <https://www.autismspeaks.org/tool-kit>
- CAST (Κέντρο Εφαρμοσμένης Ειδικής Τεχνολογίας) – Κατευθυντήριες γραμμές UDL (σχεδιασμός της μάθησης με πολλαπλά μέσα συμμετοχής/αναπαράστασης): <https://udlguidelines.cast.org/>
- Understood – Πόροι για τις εκτελεστικές λειτουργίες (πρακτικές στρατηγικές και παραδείγματα για εκπαιδευτικούς): <https://www.understood.org/en/topics/executive-functioning>
- NRICH – Μαθηματικά για την Πρώιμη Παιδική Ηλικία (ασκήσεις για την τάξη και δραστηριότητες λογικής σκέψης): <https://nrich.maths.org/early-years>
- TOPMARKS – Παιχνίδια μαθηματικών για την προσχολική ηλικία (διαδραστικά παιχνίδια με αριθμούς, μέτρηση και μοτίβα): <https://www.topmarks.co.uk/maths-games/3-5-years/counting>



ASD in Preschool

- Do2Learn – Εκπαιδευτικοί πόροι (οπτικά βοηθήματα, αλληλουχίες και μαθησιακές δραστηριότητες):
<https://do2learn.com/>
- ARASAAC (Αγγλικά) – Εικονογράμματα και υλικά για οπτικά βοηθήματα:
Εικονογράμματα: <https://beta.arasaac.org/pictograms?locale=en>
Πηγές: <https://beta.arasaac.org/materials?locale=en>

Κεφάλαιο 5: Γλωσσική και επικοινωνιακή ανάπτυξη

Η ανάπτυξη της γλώσσας και της επικοινωνίας αποτελεί κρίσιμο τομέα για τα παιδιά προσχολικής ηλικίας με Διαταραχή Αυτιστικού Φάσματος (ΔΑΦ). Έρευνες δείχνουν ότι το 40-70% των παιδιών με ΔΑΦ παρουσιάζουν κάποιο βαθμό καθυστέρησης στην ομιλία και τη γλώσσα, καθιστώντας απαραίτητη τη στοχευμένη παρέμβαση κατά τα πρώτα χρόνια της ζωής τους. Το κεφάλαιο αυτό παρέχει στους/στις εκπαιδευτικούς πρακτικά, τεκμηριωμένα εργαλεία και δραστηριότητες, σχεδιασμένα για να υποστηρίξουν την ανάπτυξη του λεξιλογίου, την εκφραστική και την αντιληπτική γλώσσα, καθώς και τη μη λεκτική επικοινωνία, σε ένα συμπεριληπτικό περιβάλλον προσχολικής εκπαίδευσης.

Τομείς εστίασης

- **Εμπλουτισμός λεξιλογίου:** Επέκταση του λειτουργικού λεξιλογίου μέσω ουσιαστικών, πραγματικών μαθησιακών εμπειριών
- **Εκφραστική γλώσσα:** Υποστήριξη των παιδιών ώστε να επικοινωνούν τις ανάγκες, τις επιθυμίες και τις ιδέες τους
- **Κατανοητική γλώσσα:** Ενίσχυση της κατανόησης της προφορικής γλώσσας, των οδηγιών και των ερωτήσεων
- **Μη λεκτική επικοινωνία:** Ενθάρρυνση χειρονομιών, εκφράσεων του προσώπου και εναλλακτικών μεθόδων επικοινωνίας

Στόχοι του κεφαλαίου

1. Επέκταση του λειτουργικού λεξιλογίου που σχετίζεται με τις καθημερινές ρουτίνες και τα ενδιαφέροντα
2. Υποστήριξη της κατανόησης και της χρήσης της γλώσσας σε πραγματικά πλαίσια
3. Ενθάρρυνση εναλλακτικών και επαυξητικών μεθόδων επικοινωνίας (ΕΕΕ) για παιδιά με περιορισμένες λεκτικές ικανότητες
4. Προώθηση της έναρξης της επικοινωνίας και της κοινωνικής αλληλεπίδρασης μέσω δομημένου παιχνιδιού
5. Ανάπτυξη δεξιοτήτων αφήγησης μέσω δημιουργικών δραστηριοτήτων

Επιστημονική βάση

Τα εργαλεία και οι δραστηριότητες σε αυτό το κεφάλαιο βασίζονται σε τεκμηριωμένες πρακτικές, αναγνωρισμένες από το National Professional Development Center on Autism Spectrum Disorder και σε έρευνα που έχει αξιολογηθεί από ομότιμους. Οι βασικές προσεγγίσεις περιλαμβάνουν:

- **Σύστημα Επικοινωνίας με Ανταλλαγή Εικόνων (PECS):** Ένα σύστημα ΕΕΕ βασισμένο στη συμπεριφορά, που αναπτύχθηκε από τους Frost και Bondy (1994) και διδάσκει λειτουργική, ανεξάρτητη επικοινωνία μέσω της ανταλλαγής εικόνων
- **Στρατηγικές φυσικής γλώσσας:** Προσεγγίσεις με επίκεντρο το παιδί, οι οποίες προωθούν την επικοινωνία μέσω της διαμόρφωσης του περιβάλλοντος και των αλληλεπιδράσεων με ανταπόκριση
- **Οπτικές υποστηρίξεις:** Χρήση γραφικών συμβόλων, φωτογραφιών και οπτικών προγραμμάτων για την υποστήριξη της κατανόησης και της έκφρασης
- **Παρέμβαση βασισμένη στη μουσική και τον ρυθμό:** Αξιοποίηση του ρυθμού, της μελωδίας και της επανάληψης για την ενίσχυση της εκμάθησης της γλώσσας

Εργαλεία που περιλαμβάνονται σε αυτό το κεφάλαιο

Εργαλείο 1: Κάρτες με εικόνες και πίνακες επικοινωνίας

Περιγραφή: Ένα ολοκληρωμένο σύνολο οπτικών εργαλείων επικοινωνίας βασισμένο στις αρχές του Συστήματος Επικοινωνίας με Ανταλλαγή Εικόνων (PECS), σχεδιασμένο για παιδιά προσχολικής ηλικίας με ΔΑΦ, ώστε να εκφράζουν βασικές ανάγκες, να κάνουν αιτήματα και να συμμετέχουν σε απλές συνομιλίες.

Υλικά:

- Κάρτες βασικού λεξιλογίου (50 κάρτες): Κοινά ουσιαστικά (φαγητό, παιχνίδια, αντικείμενα), ρήματα (τρώω, παίζω, πηγαίνω), επίθετα (μεγάλο, μικρό, χαρούμενο) και κοινωνικές λέξεις (γεια, παρακαλώ, ευχαριστώ)
- Κάρτες καθημερινής ρουτίνας (20 κάρτες): Δραστηριότητες όπως κύκλος, σνακ, παιχνίδι στην αυλή, τουαλέτα, πλύσιμο χεριών
- Λωρίδες προτάσεων: Αποσπώμενες λωρίδες για τη δημιουργία απλών προτάσεων (π.χ. Θέλω + αντικείμενο)

Επιλογή και προετοιμασία εικόνων

1. Βρείτε εικόνες από μία από τις παρακάτω επιλογές:
 - Δωρεάν βάσεις δεδομένων εικόνων τύπου PECS (Boardmaker, PictoSelector, ARASAAC)
 - Φωτογραφίες πραγματικών αντικειμένων από την τάξη
 - Απλά σχέδια (χειρόγραφα ή ψηφιακά)
2. Βεβαιωθείτε ότι όλες οι εικόνες πληρούν τα ακόλουθα κριτήρια:
 - Ένα μόνο αντικείμενο σε απλό φόντο (λευκό ή ανοιχτό γκρι)
 - Χωρίς λεπτομέρειες ή μοτίβα που αποσπούν την προσοχή
 - Συνεπές στυλ σε όλες τις κάρτες (σε όλες τις φωτογραφίες ή όλα τα σχέδια)

Πώς να το χρησιμοποιήσετε:

Φάση 1 (Φυσική ανταλλαγή): Το παιδί μαθαίνει να παίρνει μια εικόνα και να την δίνει σε έναν συνομιλητή σε αντάλλαγμα για το επιθυμητό αντικείμενο.

Φάση 2 (Απόσταση και επιμονή): Το παιδί εξασκείται στη χρήση των καρτών σε διαφορετικά περιβάλλοντα και με διαφορετικά άτομα.

Φάση 3 (Διακρίσεις εικόνων): Το παιδί επιλέγει ανάμεσα σε πολλές εικόνες για να κάνει συγκεκριμένα αιτήματα.

Φάση 4 (Δημιουργία προτάσεων): Το παιδί χρησιμοποιεί λωρίδες προτάσεων για να συνδυάσει εικόνες (π.χ. «Θέλω + μπισκότο»).



Πηγή: <https://icoloring.ai/>

Εργαλείο 2: Κάρτες αφήγησης ιστοριών και κύβοι ιστοριών

Περιγραφή: Δημιουργικά εργαλεία αφήγησης ιστοριών που βοηθούν τα παιδιά να αναπτύξουν δεξιότητες αφήγησης, λεξιλόγιο και διαδοχική σκέψη μέσω του φανταστικού παιχνιδιού.

Υλικά:

- Κάρτες αλληλουχίας ιστοριών (3 σετ των 15 καρτών): Απλές οπτικές αφηγήσεις 3-4 βημάτων που απεικονίζουν καθημερινές καταστάσεις (ντύσιμο, προετοιμασία σνακ, βόλτα στο πάρκο)
- Κάρτες χαρακτήρων (20 κάρτες): Άνθρωποι και ζώα που μπορούν να γίνουν πρωταγωνιστές της ιστορίας
- Κάρτες σκηνικού (15 κάρτες): Τοποθεσίες όπως το σπίτι, το σχολείο, η παιδική χαρά, το κατάστημα
- Κάρτες δράσης (20 κάρτες): Κοινά ρήματα εικονογραφημένα για τη δημιουργία ιστοριών
- Κύβοι ιστοριών (προσαρμοσμένη έκδοση): 6 αφρώδεις κύβοι με απλές, σαφείς εικόνες κατάλληλες για παιδιά προσχολικής ηλικίας

Οδηγίες:

1. **Δημιουργήστε την επικεφαλίδα:** Γράψτε «Η ΜΕΡΑ ΜΟΥ» με μεγάλα, ευανάγνωστα γράμματα στην κορυφή
2. **Τοποθετήστε κάθετη ταινία Velcro** πλάτους περίπου 5 εκ., που ξεκινά λίγο κάτω από την επικεφαλίδα και φτάνει λίγο πάνω από το κάτω μέρος
3. **Δημιουργήστε δείκτες χρόνου:** Μικρές κάρτες με ρολόγια που δείχνουν κατά προσέγγιση ώρες
4. **Προσθέστε θήκη «Ολοκληρώθηκε»:** Φάκελος στο κάτω μέρος για τις δραστηριότητες που έχουν ολοκληρωθεί
5. **Επισυνάψτε τις κάρτες καθημερινής ρουτίνας:** Σε κάθετη σειρά από πάνω προς τα κάτω, κάθε πρωί

Πρωτόκολλο καθημερινής χρήσης:

Προετοιμασία το πρωί (εκπαιδευτικός/φροντιστής):

1. Επισκόπηση του προγράμματος της ημέρας
2. Επισυνάψτε τις σχετικές κάρτες με τη σωστή σειρά
3. Προσθέστε τυχόν ειδικές δραστηριότητες (εκδρομή, επισκέπτης κ.λπ.)
4. Αφαίρεση καρτών για δραστηριότητες που δεν θα πραγματοποιηθούν σήμερα

Κατά τη διάρκεια της ημέρας (με το παιδί):

1. Δείξτε την κάρτα της τρέχουσας δραστηριότητας κατά τη μετάβαση
2. Πείτε καθαρά το όνομα της δραστηριότητας: «Τώρα είναι ΩΡΑ ΓΙΑ ΦΑΓΗΤΟ»
3. Όταν ολοκληρωθεί, βοηθήστε το παιδί να μετακινήσει την κάρτα στην τσέπη «Τέλος»
4. Δείξτε την επόμενη δραστηριότητα: «Τώρα είναι η ώρα για ΠΑΙΧΝΙΔΙ ΣΤΗΝ ΑΥΛΗ»
5. Χρησιμοποιήστε τη φράση «Πρώτα/Μετά»: «Πρώτα πλύνε τα χέρια, μετά φάε το σνακ»

Πώς να το χρησιμοποιήσετε:

Βασικό επίπεδο: Χρησιμοποιήστε τις κάρτες ακολουθίας για εξάσκηση στην κατανόηση της σειράς (πρώτα–μετά–στο τέλος) και ενθαρρύνετε τα παιδιά να ονομάσουν κάθε εικόνα

Ενδιάμεσο επίπεδο: χρησιμοποιήστε κύβους ιστοριών και δημιουργήστε απλές προτάσεις για κάθε εικόνα· αξιοποιήστε το πλαίσιο «κάποιος ήθελε – αλλά – τότε»

Προχωρημένο επίπεδο: Συνδυάστε κάρτες χαρακτήρων, σκηνικών και δράσεων για να δημιουργήσετε ιστορίες σε συνεργασία με συνομηλίκους.



Πηγή: <https://www.canva.com/ai/dream-lab>

Εργαλείο 3: Παιχνίδια επικοινωνίας με ρόλους

Περιγραφή: Διαδραστικά παιχνίδια που εξασκούν λειτουργικές δεξιότητες επικοινωνίας μέσα από προσομοιωμένες καταστάσεις της καθημερινής ζωής, υποστηρίζοντας τόσο τη λεκτική όσο και τη μη λεκτική επικοινωνία.

Υλικά:

- Σετ παιχνιδιού ρόλων για κατάστημα: Ψεύτικα χρήματα, κάρτες λίστας αγορών με εικόνες, κάρτες τροφίμων/αντικειμένων
- Σετ παιχνιδιού ρόλων για εστιατόριο: Μενού με εικόνες, σημειωματάριο παραγγελιών, κάρτες με είδη φαγητού
- Σετ ιατρείου: Απλές κάρτες με μέρη του σώματος, κάρτες εκφράσεων για την ένδειξη πόνου/δυσφορίας
- Οπτικά σενάρια: Οδηγίες με εικόνες βήμα προς βήμα για κάθε σενάριο παιχνιδιού ρόλων

Στόχοι επικοινωνιακών δεξιοτήτων:

Έκφραση αιτημάτων: Θέλω..., Μπορώ να έχω..., Παρακαλώ δώστε μου...

Απάντηση σε ερωτήσεις: Τι θέλεις; Πόσα; Τι χρώμα;

Κοινωνικές αλληλεπιδράσεις: Γεια σου, Ευχαριστώ, Αντίο

Εναλλαγή ρόλων στη συζήτηση

Εργαλείο 4: Γλωσσικές δραστηριότητες με μουσική, ρίμες και ρυθμό

Περιγραφή: Μια συλλογή από τραγούδια, ρίμες και μουσικές δραστηριότητες, επιλεγμένες και προσαρμοσμένες ειδικά για την υποστήριξη της γλωσσικής ανάπτυξης σε παιδιά με ΔΑΦ. Η μουσική προσφέρει δομή, προβλεψιμότητα και πολυαισθητηριακή εμπλοκή, στοιχεία που ωφελούν ιδιαίτερα τα παιδιά στο φάσμα του αυτισμού.

Υλικά:

- Οπτικές κάρτες τραγουδιών (20 τραγούδια): Κάρτες με εικόνες και στίχους χωρισμένους σε απλές φράσεις για γνωστά τραγούδια
- Βοηθήματα για τραγούδια με κινήσεις: Απλά μουσικά όργανα (κρουστά, κουδούνια), μαντίλια, μαριονέτες για διαδραστικά τραγούδια
- Πίνακας επιλογής τραγουδιών: Οπτικός πίνακας για να επιλέγουν τα παιδιά τα τραγούδια που προτιμούν
- Κάρτες ρυθμού: Οπτικές υποδείξεις μοτίβων για παλαμάκια και κινήσεις

Προτεινόμενα τραγούδια για γλωσσική ανάπτυξη:

Τραγούδι	Γλωσσικός στόχος	Προσαρμογές
Οι ρόδες του λεωφορείου (The Wheels on the Bus)	Ρήματα, λέξεις που δηλώνουν ήχους, μέρη του σώματος	Χρησιμοποιήστε οπτικές κάρτες για κάθε στίχο· κάντε παύση για συμπλήρωση
Ο γέρο-Μακ Ντόναλντ είχε μια φάρμα (Old MacDonald Had a Farm)	Ονόματα ζώων, ήχοι, αιτήματα	Χρησιμοποιήστε κάρτες με εικόνες ζώων· το παιδί επιλέγει το επόμενο ζώο
Κεφάλι, ώμοι, γόνατα και πόδια (Head, Shoulders, Knees and Toes)	Μέρη του σώματος, κατανόηση και εκτέλεση οδηγιών	Αργό τέμπο, οπτικό διάγραμμα του σώματος
Χαρωπά τα δυο μου χέρια τα χτυπάω (If You're Happy and You Know It)	Λεξιλόγιο συναισθημάτων, κινήσεις	Κάρτες με εκφράσεις συναισθημάτων· οπτικά βοηθήματα κίνησης
Πέντε μικρά παπάκια (Five Little Ducks)	Μέτρημα, έννοιες (μακριά, πίσω)	Κουκλάκια για τα δάχτυλα, οπτικά βοηθήματα για το μέτρημα

Σχέδια δραστηριοτήτων

Δραστηριότητα 1: «Τι υπάρχει μέσα στην τσάντα;» – Παιχνίδι λεξιλογίου

Μαθησιακοί στόχοι:

- Επέκταση του λεξιλογίου με κοινά αντικείμενα
- Εξάσκηση στην ονομασία αντικειμένων και την έκφραση αιτημάτων
- Υποστήριξη της εναλλαγής ρόλων σε ομαδικό περιβάλλον

Μαθησιακοί τομείς-στόχοι: Γλώσσα/Επικοινωνία, Κοινωνική ανάπτυξη, Γνωστική ανάπτυξη

Απαιτούμενα υλικά:

- Αδιαφανής σακούλα ή κουτί-έκπληξη
- 10-15 κοινά αντικείμενα (π.χ. μπάλα, αυτοκίνητο, κούπα, κουτάλι, βούρτσα)
- Αντίστοιχες κάρτες με εικόνες
- Οπτικός πίνακας εναλλαγής σειράς

Οδηγίες βήμα προς βήμα:

1. Συγκεντρώστε τα παιδιά σε κύκλο. Παρουσιάστε τη δραστηριότητα με τη βοήθεια οπτικού προγράμματος.
2. Δείξτε το παράδειγμα: Βάλτε το χέρι σας στη σακούλα, βγάλτε ένα αντικείμενο και ονομάστε το («Βρήκα μια μπάλα!»).
3. Χρησιμοποιήστε τον πίνακα εναλλαγής σειράς για να δείξετε ποιος είναι ο επόμενος.

4. Κάθε παιδί βάζει το χέρι του μέσα στην τσάντα, βγάζει ένα αντικείμενο και προσπαθεί να το ονομάσει.
5. Δώστε υποδείξεις όποτε χρειάζεται (δείξτε την εικονογραφική κάρτα, προφέρετε τον πρώτο ήχο, προφέρετε τη λέξη ως παράδειγμα).
6. Επιβραβεύστε κάθε προσπάθεια με θετική ανατροφοδότηση.

Προσαρμογές:

- Για παιδιά με περιορισμένες λεκτικές ικανότητες: Αποδεχτείτε εναλλακτικούς τρόπους απόκρισης, όπως υπόδειξη της αντίστοιχης κάρτας ή βλέμμα
- Για παιδιά με αισθητηριακές ευαισθησίες: Χρησιμοποιήστε ένα διαφανές δοχείο αντί για αδιαφανή σακούλα
- Για προχωρημένα παιδιά: Ρωτήστε «Τι είναι αυτό;» και «Τι κάνουμε με αυτό;»

Αναμενόμενα αποτελέσματα: Τα παιδιά θα εμπλουτίσουν το λεξιλόγιό τους με κοινά αντικείμενα, θα εξασκηθούν στην εναλλαγή ρόλων και θα βιώσουν επιτυχημένες προσπάθειες επικοινωνίας.

Δραστηριότητα 2: «Φτιάξε μια ιστορία» – Παιχνίδι συνεργατικής αφήγησης

Μαθησιακοί στόχοι:

- Ανάπτυξη της διαδοχικής σκέψης και της αφηγηματικής δομής
- Εξάσκηση στη σύνταξη προτάσεων
- Ενθάρρυνση της δημιουργικής έκφρασης και της φαντασίας

Μαθησιακοί τομείς-στόχοι: Γλώσσα/Επικοινωνία, Γνωστική ανάπτυξη, Κοινωνική ανάπτυξη

Απαιτούμενα υλικά:

- Κύβοι ιστοριών ή κάρτες με εικόνες (χαρακτήρες, σκηνικά, αντικείμενα)
- Οπτικός χάρτης ιστορίας (Αρχή - Μέση - Τέλος)
- Λωρίδες με αρχικές φράσεις
- Μεγάλο χαρτί για να ζωγραφίσετε την ιστορία

Οδηγίες βήμα προς βήμα:

1. Παρουσιάστε τον οπτικό χάρτη της ιστορίας που δείχνει την Αρχή, τη Μέση και το Τέλος.
2. Ρίξτε τους κύβους ιστορίας ή τραβήξτε κάρτες με εικόνες για να καθορίσετε τα στοιχεία της ιστορίας.
3. Χρησιμοποιήστε εισαγωγικές φράσεις: «Μια φορά κι έναν καιρό ήταν ένα...», «Τότε...», «Στο τέλος...»
4. Βοηθήστε τα παιδιά να προσθέσουν από μία πρόταση το καθένα, δημιουργώντας την ιστορία συνεργατικά.
5. Ζωγραφίστε ή τοποθετήστε εικόνες στον χάρτη της ιστορίας καθώς προχωράτε.
6. Επαναλάβετε μαζί την ολοκληρωμένη ιστορία στο τέλος.

Προσαρμογές:

- Για παιδιά με περιορισμένες λεκτικές ικανότητες: Επιτρέψτε τους να δείχνουν τις εικόνες ή να χρησιμοποιούν συσκευή επαυξητικής και εναλλακτικής επικοινωνίας
- Για παιδιά που δυσκολεύονται με τη δημιουργικότητα: Παρέχετε δυνατότητα πολλαπλής επιλογής για κάθε στοιχείο της ιστορίας
- Για ατομική εργασία: Δημιουργήστε προσωπικά βιβλία ιστοριών χρησιμοποιώντας επιλεγμένες κάρτες

Αναμενόμενα αποτελέσματα: Τα παιδιά θα κατανοήσουν τη βασική δομή της ιστορίας, θα αυξήσουν το μήκος των προτάσεων και θα εξασκήσουν τη δημιουργική σκέψη μέσα σε ένα δομημένο πλαίσιο.

Δραστηριότητα 3: Παιχνίδι επικοινωνίας με ρόλους – «Εστιατόριο»

Μαθησιακοί στόχοι:

- Εξάσκηση λειτουργικού λεξιλογίου για αιτήματα
- Ανάπτυξη της ικανότητας εναλλαγής ρόλων στη συνομιλία
- Εκμάθηση κοινωνικών σεναρίων για κοινές καταστάσεις

Μαθησιακοί τομείς-στόχοι: Γλώσσα/Επικοινωνία, Κοινωνική ανάπτυξη, Γνωστική ανάπτυξη

Απαιτούμενα υλικά:

- Εικονογραφημένο μενού με είδη φαγητού
- Σημειωματάριο παραγγελιών με επιλογές εικόνων / λέξεων
- Ψεύτικα τρόφιμα
- Κάρτες με οπτικά σενάρια για ρόλους σερβιτόρου / πελάτη
- Αξεσουάρ για την αναγνώριση ρόλων (ποδιά, σημειωματάριο)

Οδηγίες βήμα προς βήμα:

1. Δημιουργήστε έναν απλό χώρο εστιατορίου με τραπέζι και καρέκλες.
2. Παρουσιάστε τα οπτικά σενάρια: Ο σερβιτόρος λέει «Τι θα θέλατε;» Ο πελάτης λέει «Θα ήθελα [φαγητό], παρακαλώ.»
3. Παρουσιάστε πρώτα την αλληλεπίδραση με έναν άλλο ενήλικα ή μια μαριονέτα.
4. Αναθέστε ρόλους (κάντε συχνές εναλλαγές) και υποστηρίξτε τα παιδιά κατά τη διάρκεια του σεναρίου.
5. Μειώστε σταδιακά τις υποδείξεις καθώς τα παιδιά εξοικειώνονται με τη ρουτίνα.
6. Προσθέστε πολυπλοκότητα: «Θα θέλατε κάτι να πιείτε;», «Ορίστε το φαγητό σας. Καλή όρεξη!»

Προσαρμογές:

- Για παιδιά με περιορισμένες λεκτικές ικανότητες: Χρησιμοποιήστε σύστημα παραγγελίας με εικόνες τύπου PECS
- Για παιδιά με άγχος: Ξεκινήστε με έναν γνωστό συνομήλικο ως σερβιτόρο. Εξασκηθείτε 1:1 πριν από την ομάδα
- Για προχωρημένα παιδιά: Προσθέστε σενάρια επίλυσης προβλημάτων («Δεν έχουμε πίτσα, θα θέλατε κάτι άλλο;»)

Αναμενόμενα αποτελέσματα: Τα παιδιά θα μάθουν λειτουργικό λεξιλόγιο για έκφραση αιτημάτων, θα εξασκηθούν σε συνομιλίες και θα αναπτύξουν αυτοπεποίθηση στα κοινωνικά σενάρια.

Επιτραπέζιο παιχνίδι: «Μίλα και Περπάτα» – Περιπέτεια επικοινωνίας

Περιγραφή: Ένα απλό, οπτικά σαφές επιτραπέζιο παιχνίδι σχεδιασμένο για να ενθαρρύνει την επικοινωνία παράλληλα με την εξάσκηση διάφορων γλωσσικών δεξιοτήτων. Το παιχνίδι ενσωματώνει στοιχεία συνεργασίας και πολλαπλούς τρόπους συμμετοχής.

Υλικά παιχνιδιού:

- Ταμπλό με πολύχρωμο μονοπάτι και θέσεις με εικόνες
- Τροχός με εικόνες (αντί για ζάρι, για πιο σαφείς προσδοκίες)
- Κάρτες κατηγοριών: Ζώα, Τρόφιμα, Ενέργειες, Αντικείμενα, Χρώματα
- Κάρτες επικοινωνιακών προκλήσεων (με εικόνες)
- Πιόνια χαρακτήρων
- Αυτοκόλλητα / μάρκες επιβράβευσης

Πώς παίζεται:

1. Κάθε παίκτης γυρίζει τον τροχό για να δει πόσα τετράγωνα θα προχωρήσει.
2. Όταν σταματήσει σε ένα χρωματιστό τετράγωνο, τραβάει μια κάρτα από τη σωστή στοίβα κατηγοριών.
3. Ολοκληρώνει την επικοινωνιακή άσκηση που αναγράφεται στην κάρτα (ονομάζει την εικόνα, απαντά σε μια ερώτηση, κάνει ένα αίτημα).
4. Όλοι οι παίκτες μπορούν να κερδίσουν μάρκες βοηθώντας τους άλλους ή ενθαρρύνοντάς τους.
5. Το παιχνίδι τελειώνει όταν όλοι οι παίκτες φτάσουν στο τέρμα (συνεργατικό) ή πετύχουν ατομικά ορόσημα.

Παραδείγματα ασκήσεων επικοινωνίας:

- **Ονομασία:** «Τι είναι αυτό;» (δείξε την εικόνα)
- **Αίτημα:** «Ζήτη από έναν φίλο το [αντικείμενο]»
- **Ενέργειες:** «Δείξε μας πώς κάνεις πηδηματάκια» ή «Τι κάνει αυτό το άτομο;»
- **Κοινωνικές δεξιότητες:** «Πες γεια στο άτομο δίπλα σου»
- **Ερωτήσεις:** «Τι χρώμα έχει το μήλο;»

Αρχές σχεδιασμού:

- Οπτικά σαφής με ελάχιστη οπτική πολυπλοκότητα
- Συνεργατική δομή για τη μείωση του άγχους του ανταγωνισμού
- Δεκτές πολλαπλές μορφές απάντησης (λεκτική, υπόδειξη, χειρονομίες, επαυξητική και εναλλακτική επικοινωνία)
- Προβλέψιμη δομή με σαφή εναλλαγή ρόλων
- Συχνές ευκαιρίες για θετική ανατροφοδότηση

Οδηγίες υλοποίησης

Δημιουργία ενός γλωσσικά εμπλουτισμένου περιβάλλοντος:

- Επισημάνετε τους χώρους και τα αντικείμενα της τάξης με εικόνες και λέξεις
- Βεβαιωθείτε ότι τα εργαλεία επικοινωνίας είναι προσβάσιμα ανά πάσα στιγμή
- Δημιουργήστε πολλαπλές ευκαιρίες επικοινωνίας καθ' όλη τη διάρκεια της ημέρας
- Δείξτε με το παράδειγμά σας τη χρήση της γλώσσας με συνέπεια και φυσικότητα

Υποστήριξη διαφορετικών επιπέδων επικοινωνίας:

Επίπεδο	Χαρακτηριστικά	Στρατηγικές υποστήριξης
Προλεκτικό	Περιορισμένη ή καθόλου προφορική γλώσσα· μπορεί να χρησιμοποιεί χειρονομίες, ήχους ή συμπεριφορά για να επικοινωνήσει	Εστίαση στην εκπαίδευση PECS· αποδοχή όλων των προσπαθειών επικοινωνίας· χρήση αντικειμένων υψηλού ενδιαφέροντος ως κίνητρο
Αναδυόμενη λεκτική επικοινωνία	Μεμονωμένες λέξεις ή προσεγγίσεις λέξεων· ενδέχεται να επαναλαμβάνει λέξεις	Επέκταση των μεμονωμένων λέξεων σε φράσεις· παροχή αρχών των προτάσεων· παροχή της σωστής μορφής χωρίς άμεση διόρθωση
Φραστικό επίπεδο	Χρησιμοποιεί συνδυασμούς 2-3 λέξεων· μπορεί να υπάρχει περιορισμένη κοινωνική χρήση της γλώσσας	Εισαγωγή αφηγηματικών δραστηριοτήτων· εξάσκηση στις διαλογικές ανταλλαγές· επέκταση των κατηγοριών λεξιλογίου
Προτασιακό επίπεδο	Μιλάει με προτάσεις· μπορεί να έχει δυσκολίες στην πραγματολογία ή το προχωρημένο λεξιλόγιο	Εστίαση στην αφήγηση ιστοριών· εργασία με ερωτήσεις που αρχίζουν με «ποιος», «τι», «πού», «γιατί», «πώς»· εξάσκηση κοινωνικών σεναρίων και δεξιοτήτων συνομιλίας

Προτάσεις για συνεργασία:

- Συνεργαστείτε με λογοθεραπευτές, όπου είναι δυνατόν
- Μοιραστείτε εργαλεία και στρατηγικές επικοινωνίας με τις οικογένειες για εξάσκηση στο σπίτι
- Καταγράψτε την πρόοδο και μοιραστείτε τις παρατηρήσεις σας με τα μέλη της ομάδας
- Εξασφαλίστε συνέπεια στην επικοινωνιακή προσέγγιση σε όλα τα περιβάλλοντα

Αναφορές και πόροι

Βασικές αναφορές:

Bondy, A., & Frost, L. (2001). Το Σύστημα Επικοινωνίας με Ανταλλαγή Εικόνων. Τροποποίηση Συμπεριφοράς, 25(5), 725-744.

Charlop-Christy, M. H., Carpenter, M., Le, L., LeBlanc, L. A., & Kellet, K. (2002). Χρήση του Συστήματος Επικοινωνίας με Ανταλλαγή Εικόνων (PECS) σε παιδιά με αυτισμό: Αξιολόγηση της εκμάθησης του PECS, της ομιλίας, της κοινωνικο-επικοινωνιακής συμπεριφοράς και της

προβληματικής συμπεριφοράς. *Περιοδικό Εφαρμοσμένης Ανάλυσης Συμπεριφοράς*, 35(3), 213-231.

Ganz, J. B., Davis, J. L., Lund, E. M., Goodwyn, F. D., & Simpson, R. L. (2012). Μετα-ανάλυση του PECS σε άτομα με ASD: Διερεύνηση στοχευμένων έναντι μη στοχευμένων αποτελεσμάτων, χαρακτηριστικών συμμετεχόντων και φάσης υλοποίησης. *Research in Developmental Disabilities*, 33(2), 406-418.

Hampton, L. H., & Kaiser, A. P. (2016). Επιδράσεις της παρέμβασης στα αποτελέσματα της προφορικής γλώσσας για παιδιά με αυτισμό: Μια συστηματική ανασκόπηση και μετα-ανάλυση. *Journal of Intellectual Disability Research*, 60(5), 444-463.

Paul, R., & Norbury, C. (2012). Γλωσσικές διαταραχές από την παιδική ηλικία έως την εφηβεία (4η έκδοση). Elsevier.

Simpson, K., & Keen, D. (2011). Μουσικές παρεμβάσεις για παιδιά με αυτισμό: Αφηγηματική ανασκόπηση της βιβλιογραφίας. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 41, 1507-1514.

Yoder, P. J., & Stone, W. L. (2006). Τυχοποιημένη σύγκριση δύο επεμβάσεων επικοινωνίας για παιδιά προσχολικής ηλικίας με διαταραχές του φάσματος του αυτισμού. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 74(3), 426-435.

Δωρεάν διαδικτυακοί πόροι:

- **Ενότητες AFIRM** (Εκπαίδευση βασισμένη σε τεκμηριωμένες πρακτικές): <https://afirm.fpg.unc.edu>
- **Indiana Resource Center for Autism:** <https://iidc.indiana.edu/irca>
- **The Autism Helper** (δωρεάν πόροι και blog): <https://theautismhelper.com>
- **Songs for Teaching** (μουσικοί πόροι): <https://www.songsforteaching.com/autisticchildren>
- **Raising Children Network Australia** (οδηγοί ΕΕΕ): <https://raisingchildren.net.au/autism>