

Σκοπός της διδασκαλίας του μαθήματος της ΠΦΑ

Ο σκοπός της Προσαρμοσμένης Φυσικής Αγωγής (ΠΦΑ) είναι ίδιος με αυτόν της Φυσικής Αγωγής (ΦΑ) στην υποχρεωτική εκπαίδευση και συμβάλλει κατά προτεραιότητα στη σωματική ανάπτυξη των μαθητών. Παράλληλα βοηθάει στην ψυχική και πνευματική τους καλλιέργεια, καθώς και στην αρμονική ένταξή τους στην κοινωνία.

Προτεραιότητα έχει η ανάπτυξη των κινητικών δεξιοτήτων των μαθητών και μέσω αυτών η καλλιέργεια των φυσικών τους ικανοτήτων, καθώς και η ενίσχυση της υγείας τους.

Ειδικοί σκοποί

Σωματικός τομέας

1. Ανάπτυξη κινητικών δεξιοτήτων: η ανάπτυξη απλών και σύνθετων κινητικών δεξιοτήτων (αθλητικών).
2. Ανάπτυξη των φυσικών δεξιοτήτων: ταχύτητα, ευλυγισία, ευκινησία και επιδεξιότητα. Η πρόληψη, βελτίωση και διόρθωση μορφολογικών και λειτουργικών παρεκκλίσεων (ορθοπεδικών κ.α.).
3. Η προαγωγή της υγείας και ευεξίας: καρδιοαναπνευστική λειτουργία. Η εξασφάλιση της υγείας μέσω της εξάσκησης των υποστηρικτικών μυϊκών μαζών (κορμός, ραχιαίοι, κοιλιακοί), που βοηθούν στην όρθια στάση και λειτουργία των οργάνων και συστημάτων, που βρίσκονται στις σωματικές κοιλότητες (θώρακας, πύελος).
4. Καλλιέργεια του ρυθμού.
5. Η καλλιέργεια της ρυθμικής κινητικής έκφρασης και του ελληνικού παραδοσιακού χορού.

Συναισθηματικός τομέας

α) Κοινωνικοί στόχοι.

1. Ανάπτυξη κοινωνικών και ψυχικών αρετών, όπως: συνεργασία, ομαδικό πνεύμα, αυτοπειθαρχία, θέληση, υπευθυνότητα, υπομονή, επιμονή και θάρρος.
2. Η ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης με τη βελτίωση των φυσικών ικανοτήτων, την εκμάθηση κινητικών δεξιοτήτων και τη συμμετοχή σε προσαρμοσμένες αθλητικές δραστηριότητες. Η απόκτηση αυτοπεποίθησης με επίγνωση των ικανοτήτων και των

ορίων του σε σύγκριση με τους άλλους και η καλλιέργεια ελεύθερης και δημοκρατικής έκφρασης.

3. Η μείωση του άγχους και της έντασης, καθώς ο μαθητής/τρια με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες χρειάζεται να μάθει να χαλαρώνει και να συγκεντρώνεται στους στόχους του.

4. Η δημιουργία κινήτρων για την ενεργό και πρόθυμη συμμετοχή του στις κινητικές και αθλητικές δραστηριότητες.

5. Η ενίσχυση της αντίληψης του σώματός του και η ανάπτυξη θετικής αυτοαντίληψης μέσα από τη φυσική δραστηριότητα.

6. Η ανάπτυξη προσαρμοστικών συμπεριφορών και μηχανισμών έτσι ώστε ο μαθητής/τρια να αναπληρώσει κινητικά και συναισθηματικά την αναπηρία του.

7. Η ανάπτυξη αυτογνωσίας και η αποδοχή της κατάστασης του μαθητή/τριας και των περιορισμών που επιβάλλει η αναπηρία του/της.

β) Ηθικοί στόχοι.

Ανάπτυξη ηθικών αρετών, όπως: τιμιότητα, δικαιοσύνη, αξιοκρατία, σεβασμός αντιπάλων, αυτοσεβασμός, μετριοφροσύνη, ευγενής άμιλλα και συναγωνισμός, θετική στάση απέναντι στη νίκη και την ήττα.

Γνωστικόςτομέας

α) Γνωστικοί στόχοι.

- Η ικανότητα μεταφοράς των γνωστικών στρατηγικών που αναπτύσσει ο μαθητής/τρια με την εκμάθηση κινητικών δεξιοτήτων σε άλλα γνωστικά αντικείμενα για την επίλυση προβλημάτων.

- Η απόκτηση γνωστικών-κινητικών δεξιοτήτων οι οποίες χρησιμεύουν στην αυτοεξυπηρέτηση και την ανεξάρτητη διαβίωση.

- Κατανόηση εννοιών και απόκτηση γνώσεων σχετικών με τη Φυσική Αγωγή και τον αθλητισμό. Η γνώση στοιχείων που σχετίζονται με το χορό, τη μουσική και το τραγούδι σε τοπικό και εθνικό επίπεδο.

- Απόκτηση γνώσεων σχετικών με την Ολυμπιακή ιδέα και κίνηση.

- Απόκτηση βασικών γνώσεων υγιεινής και πρώτων βοηθειών.

- Η έκφραση εννοιών, καθώς και συναισθημάτων, με την ανάπτυξη αυθεντικών δημιουργικών, εκφραστικών κινήσεων.

- Ανάπτυξη της φαντασίας και της δημιουργικότητας.

- Συνειδητοποίηση της ανάγκης για: «δια βίου» άσκηση ή άθληση και της ωφέλειας που προκύπτει από αυτή, καθώς και η απόκτηση αθλητικών συνηθειών για ερασιτεχνική ενασχόληση με τον αθλητισμό (Ισοοιθδ).

- Η ανάπτυξη της επικοινωνίας μέσα από τη συνεργασία και το συναγωνισμό με τους συνομηλίκους.
- Απόκτηση γνώσεων σχετικών με την Ολυμπιακή ιδέα και κίνηση.

β) Αισθητικοί στόχοι.

- Εκτίμηση των αισθητικών στοιχείων των κινήσεων .

Οι παραπάνω στόχοι πρέπει να καλλιεργούνται σε όλες τις τάξεις του Ε.Ε.Ε.ΕΚ. Ωστόσο, η βαρύτητα στην καλλιέργεια κάποιου στόχου διαφέρει ανάλογα με το επίπεδο νοημοσύνης και την ικανότητα προσαρμογής του μαθητή/τριας. Στην ειδική εκπαίδευση αναγνωρίζονται οι ατομικές διαφορές σε μεγαλύτερο βαθμό και βάσει αυτής της αναγνώρισης και αποδοχής γίνονται και οι απαραίτητες προσαρμογές του εκπαιδευτικού προγράμματος.

[Για περισσότερες πληροφορίες σε σχέση με το Α.Π.Σ. της γυμναστικής κάντε κλικ εδώ.](#)