

Μέρος I

Βασικές Έννοιες

Κεφάλαιο 1

Ενεργητικοί και Υγιείς Τρόποι Ζωής: Φιλοσοφικές Αντιλήψεις

Κεφάλαιο 2

Αναγνωρίζοντας τις Διαφορές, Σχεδιασμός Πρακτικών Εμπειριών και Πορεία προς την Ένταξη

Κεφάλαιο 3

Ομαδική Εργασία, Επικοινωνία και Δημιουργικότητα

Κεφάλαιο 4

Προσαρμογή, Προάσπιση και Νομοθεσία

Κεφάλαιο 5

Σχεδιασμός Εγκυκλίου και Αξιολόγηση με Σκοπό την Αλλαγή των Στάσεων

Κεφάλαιο 6

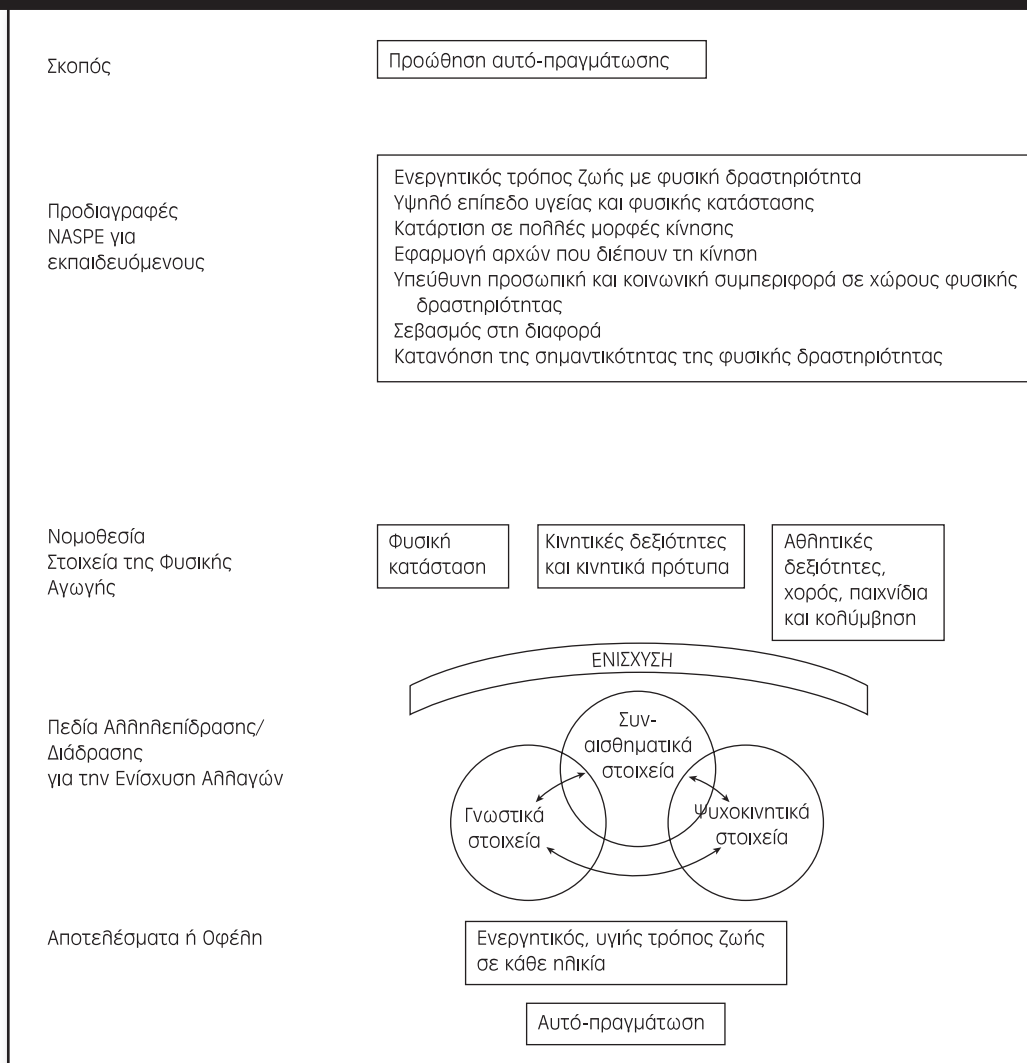
Αξιολόγηση, Εξατομικευμένα Προγράμματα Άθλησης και Σχέδιο Προσαρμογής

Κεφάλαιο 7

Διδασκαλία και Διαβούλευση

Ενεργητικοί και Υγιείς Τρόποι Ζωής: Φιλοσοφικές Αντιλήψεις

Εικόνα 1.1 Μοντέλο Προσαρμοσμένης Φυσικής Δραστηριότητας ως οδηγός για την κατανόηση αυτής της Φιλοσοφίας. Το ακρωνύμιο NASPE αποτελεί σύντμηση της Εθνικής Ένωσης Αθλητισμού και Φυσικής Αγωγής των ΗΠΑ.



ΑΣΚΗΣΕΙΣ ΣΤΟΧΑΣΜΟΥ ΚΑΙ ΚΡΙΤΙΚΗΣ ΣΚΕΨΗΣ

- Ξεκινήστε ένα ημερολόγιο στο οποίο θα καταγράφεται η αντανακλαστική σας σκέψη για θέματα που αφορούν αυτό το μάθημα.
- Εντοπίστε σημαντικές αρχές και σημειώστε στο ημερολόγιό σας τις προσωπικές σας απόψεις σχετικά με αυτές. Συμφωνείτε ή διαφωνείτε; Γιατί; Αναφέρετε την

- πηγή των απόψεών σας: γνώσεις, εμπειρίες, πίστη, ηθική (ηθικές αρχές) ή απόψεις άλλων.
- Επιλέξτε την ισχυρότερη άποψή σας και εντάξτε την στην αρχική φιλοσοφία της Προσαρμοσμένης Φυσικής Δραστηριότητας.

Κατά την εκτέλεση διαφόρων κινητικών δραστηριοτήτων, ο καθένας από εμάς κάποια στιγμή αποτυγχάνει, ορισμένα άτομα όμως αποτυγχάνουν περισσότερο από τους άλλους και αυτή η αποτυχία επηρεάζει όλους τους τομείς της ζωής τους. Αυτά τα άτομα αποκαλούνται συχνά *αδέξια, παράξενα, χοντρά, αργά, κουτά ή ανάπηρα* και αντιμετωπίζονται διαφορετικά από τον **κανόνα** (δηλ. από το μέσο όρο της κοινωνικής πλειοψηφίας). Οι συμμαθητές/συναθλητές τους συνήθως τα πειράζουν, τα αγνοούν ή τα απορρίπτουν, ενώ οι εκπαιδευτικοί της φυσικής αγωγής δεν ξέρουν πώς να προσαρμόσουν το μάθημα προκειμένου να τους προσφέρουν τη δυνατότητα για συμμετοχή και προσήλωση σε έναν ενεργητικό και υγιή τρόπο ζωής.

Ένα μοντέλο Προσαρμοσμένης Φυσικής Δραστηριότητας

Η Εικόνα 1.1 παρουσιάζει ένα μοντέλο που έχει σκοπό να βοηθήσει στην κατανόηση των σημαντικών στοιχείων της φιλοσοφίας της Προσαρμοσμένης Φυσικής Δραστηριότητας. Το μοντέλο υποστηρίζει την **προσέγγιση που βασίζεται στις ικανότητες** (Emes, Longmuir & Downs, 2002), και στο σκεπτικό «Στρέψτε την προσοχή σας στο άτομο και όχι στα προβλήματα όπως στο «Δώστε έμφαση στις ικανότητες και όχι στις ανικανότητες». Αυτό το σκεπτικό υποστηρίζει το **ολιστικό** και το **άνθρωπο-κεντρικό σκεπτικό** (εστιάζοντας στο σύνολο του ατόμου αντί σε μεμονωμένα τμήματά του).

Η **αυτό-πραγμάτωση** (self-actualization), όπως αναφέρεται σε αυτό το κείμενο, είναι η διαδικασία κατά την οποία το άτομο επιτυγχάνει αυτό που κατέχει καλύτερα και απαιτεί υπευθυνότητα για την συνεχή βελτίωση των κινητικών και αθλητικών δυνατοτήτων του, την αναζήτηση για βοήθεια, όποτε αυτή απαιτείται, και την παροχή αυτής σε άλλους. Ο όρος αυτός προέρχεται από τη θεωρία της επίγνωσης των δυνατοτήτων του Abraham Maslow (1908-1970) που αποτελεί μέρος της **ανθρωπιστικής φιλοσοφίας**, η οποία επηρεάζει κατά πολύ τα επαγγέλματα που παρέχουν φροντίδα και βοήθεια στον άνθρωπο. Η ανθρωπιστική φιλοσοφία υποστηρίζει ότι κάθε άνθρωπος είναι μοναδικός, κατά βάση θετικός και άξιος για να του παρασχεθεί η μέγιστη βοήθεια.

Η θεωρία της αυτό-πραγμάτωσης και η ανθρωπιστική φιλοσοφία είναι σημαντικές για αυτούς που ασχολούνται με άτομα με αναπηρία, γιατί οι πραγματικές ή οι αντιληπτές διαφορές τους σε σχέση με τους υπολοίπους, απαιτούν συχνά, από αυτά τα άτομα να βρουν την προσωπική τους δύναμη, για να υπερπηδήσουν τα **κοινωνικά εμπόδια** (π.χ. την παρεξήγηση, την αδιαφορία, την προκατάληψη, το μη προσβάσιμο περιβάλλον). Για να ξεπεραστούν τέτοιου είδους εμπόδια, τα άτομα με και χωρίς αναπηρία ακολουθούν συνθήματα όπως «Γίνε όσο καλύτερος μπορείς» και «Αγωνίσου για το καλύτερο», τα οποία έχουν τις ρίζες τους στην θεωρία της αυτό-πραγμάτωσης.

Οι **προδιαγραφές της NASPE** στην Εικόνα 1.1 μπορούν να θεωρηθούν ως **μακρόχρονοι στόχοι** ή **επιθυμητά αποτελέσματα**. Η NASPE δημιουργεί προδιαγραφές και συντονίζεται σ' αυτό το χώρο με την Αμερικανική Ένωση Υγείας

και Χορού (AAHPERD) η οποία ως επικεφαλής οργάνωση θέτει τις κατευθυντήριες οδηγίες για το επάγγελμά μας. Αυτές οι προδιαγραφές μπορούν να εφαρμοστούν σε όλες τις ηλικίες. *Οι στόχοι της Προσαρμοσμένης Φυσικής Αγωγής και της Γενικής Φυσικής Αγωγής είναι οι ίδιοι, αλλά τα αντικείμενα (οι δευτερεύοντες στόχοι), τα χρονικά πλαίσια και η παιδαγωγική προσέγγιση είναι συνήθως διαφορετικά.*

Τα νομοθετικά στοιχεία για τη Φυσική Αγωγή βρίσκονται στην Εικόνα 1.1. Αυτά τα στοιχεία προέρχονται από τον κρατικό Νόμο 94-142 των ΗΠΑ, τη Συνθήκη για την Εκπαίδευση όλων των Παιδιών με Αναπηρία, η οποία επικυρώθηκε το 1975, αλλά έχει αναθεωρηθεί πλέον ως **Συνθήκη για την Εκπαίδευση Ατόμων με Αναπηρία (IDEA)**. Πρόκειται για τον νόμο πλαίσιο για την Εκπαίδευση. Ο τόμος 20 του Κώδικα των ΗΠΑ, περιέχει την IDEA, η οποία ορίζει τη Φυσική Αγωγή ως:

- (i) Ανάπτυξη:
 - (Α) Φυσική κατάσταση και κίνηση,
 - (Β) Βασικές κινητικές δεξιότητες και πρότυπα και
 - (Γ) Δεξιότητες στο νερό, στο χορό και στα ατομικά και ομαδικά αθλήματα (περιλαμβανοντας και τα διαβί-ου αθλήματα).
- (ii) Ο όρος χρησιμοποιείται και ως Προσαρμοσμένη Φυσική Αγωγή/Δραστηριότητα, Ειδική Φυσική Αγωγή, Κινητική Μάθηση και Κινητική Ανάπτυξη.

Το σύμβολο του ουράνιου τόξου συμβολίζει την ενίσχυση στην Εικόνα 1.1 και έχει σκοπό να υπενθυμίζει στον αναγνώστη ότι τα άτομα με αναπηρία αποτελούν μέλη μιας κοινωνικής μειοψηφίας, με γενική αδυναμία στη λήψη καθημερινών αποφάσεων οι οποίες επηρεάζουν την οικονομική και κοινωνική τους κατάσταση, ακόμη και την υγεία τους. Οι εκπαιδευτικοί καλούνται όχι μόνο να προσφέρουν τις υπηρεσίες τους, αλλά και να διευκολύνουν τον αυτό-προσδιορισμό, τη λήψη αποφάσεων και την ανεξάρτητη διαβίωση, την εργασία και το παιχνίδι. Η **ενίσχυση** (empowerment) είναι μια διαδικασία κατά την οποία τα άτομα ανακτούν τον έλεγχο της ζωής τους, την αίσθηση δύναμης και το αίσθημα ευθύνης για τον εαυτό τους, τους συνανθρώπους και το περιβάλλον. Η ενίσχυση επιτυγχάνεται μέσα από την προσπάθεια και των δύο, του ατόμου και των υπολοίπων.

Η Εικόνα 1.1 ολοκληρώνεται με τα πεδία διάδρασης της ανθρώπινης λειτουργίας και με τα επιθυμητά αποτελέσματα της Προσαρμοσμένης Φυσικής Δραστηριότητας. Τα πεδία συμπεριλήφθησαν με σκοπό να τονίσουν ότι όλοι οι στόχοι και τα αντικείμενα της Φυσικής Αγωγής απαιτούν μια ενσωματωμένη λειτουργία των γνωστικών, συναισθηματικών και ψυχοκινητικών ικανοτήτων. Οι στόχοι ορισμένες φορές κατηγοριοποιούνται ως **γνωστικός, συναισθηματικός** και **ψυχοκινητικός**. Οι επαγγελματίες θα πρέπει να θυμούνται αυτούς τους στόχους παρέχοντας αξιολόγηση, σχεδιασμό και άλλες υπηρεσίες.

Προσαρμοσμένη Φυσική Δραστηριότητα και Προσαρμοσμένη Φυσική Αγωγή

Η Προσαρμοσμένη Φυσική Δραστηριότητα είναι η παροχή

καθοδήγησης, ενίσχυσης, παιδαγωγικών και προπονητικών υπηρεσιών από εκπαιδευμένους επαγγελματίες με σκοπό την επίτευξη στόχων στη φυσική δραστηριότητα ατόμων κάθε ηλικίας, με περιορισμένες κινητικές δεξιότητες ή κοινωνικούς περιορισμούς (π.χ. εμπόδια που έγκεινται στο περιβάλλον ή στις στάσεις). Αντίθετα, η **Προσαρμοσμένη Φυσική Αγωγή** είναι ένας όρος που χρησιμοποιείται για υπηρεσίες που παρέχονται σε άτομα σχολικής ηλικίας, από την γέννησή τους έως την ηλικία των 21. *Οι υπηρεσίες αυτές παρέχονται όποτε απαιτούνται: σε γενικούς ή μαζικούς χώρους, σε ειδικά σχεδιασμένες τάξεις και προγράμματα και σε ατομικές ή ομαδικές συνεδρίες.* Η Προσαρμοσμένη Φυσική Δραστηριότητα είναι ένα σύστημα παροχής υπηρεσιών και όχι μια εκπαιδευτική τοποθέτηση.

Ανεξαρτήτως από το χώρο εργασίας (σχολείο, γυμναστήριο, χώρος αναψυχής, κέντρο αποκατάστασης ή υγείας) οι εκπαιδευτικοί θα πρέπει να είναι σε θέση να προσαρμόσουν τις μεταβλητές με τέτοιο τρόπο, ώστε η άσκηση να είναι ασφαλής για τον καθένα, κατάλληλη να καλύψει τις προσωπικές του ανάγκες και αποτελεσματική για να βοηθήσει τα άτομα να εξελιχθούν σε ότι καλύτερο μπορούν.



Οι εικόνες σ' όλο το βιβλίο, θα σας ενεργοποιούν για ειδικές δραστηριότητες μάθησης. Μελετήστε το περιεχόμενό της εικόνας 1.1. Σημειώστε, ότι οι έντονα γραμμένες λέξεις δείχνουν ότι ακολουθεί ένας ορισμός ή πρέπει να δοθεί ειδική προσοχή στην ιδέα που υπογραμμίζεται. Οι πλάγια γραμμένες λέξεις χρησιμοποιούνται για να δείξουν εμπειρίες μάθησης καθώς και άμεσα παραθέματα από νόμους και επιλεγμένα πρόσωπα, για την παρουσίαση ή την ενίσχυση νέων, τεχνικών ή όρων κλειδιά και χαρακτηρισμών και για την υπογράμμιση ειδικά σημαντικών γεγονότων.

Σκεφτείτε κριτικά πάνω σε ό,τι έχετε διαβάσει μέχρι τώρα και γράψτε τις σκέψεις σας στο ημερολόγιό σας. Συμφωνείτε ή διαφωνείτε με τις πεποιθήσεις που παρουσιάστηκαν μέχρι τώρα σ' αυτό το κεφάλαιο; Γιατί; Τι είδους φιλίες ή άλλες εμπειρίες είχατε με άτομα με αναπηρία, τις οικογένειές τους και τους παροχείς υπηρεσιών; Ποια είναι η σημαντικότητα της φυσικής δραστηριότητας στις ζωές τους; Γιατί; Τι είδους Φυσική Αγωγή διδάσκονται (ή διδάσκονταν); Γιατί; Σκεφτείτε ένα περιβάλλον εργασίας που είστε ή που θα θέλατε να είστε, το οποίο περιλαμβάνει ένα ή περισσότερα παιδιά, νέους ή ενήλικες με αναπηρία. Καταγράψτε τις σκέψεις σας σχετικά με το είδος της φυσικής δραστηριότητας που χρειάζονται και τα οφέλη τα οποία θα πρέπει να αποκομίσουν.

ριορισμός στην εκτέλεση μιας δραστηριότητας, κι ότι δεν είναι μια ιατρική κατάσταση, μια διαφορετική εμφάνιση ή μια οποιαδήποτε βλάβη. Ο ελάχιστος βαθμός του περιορισμού στην εκτέλεση μιας δραστηριότητας που έχει ανάγκη από παροχή βοήθειας, ορίζεται διαφορετικά σε κάθε πολιτισμό και συνήθως και σε κάθε ηλικιακή ομάδα. Γι' αυτό το λόγο, λέγεται ότι η αναπηρία είναι ένα κοινωνικό δημιουργήμα. Για τους εκπαιδευτικούς, η αναπηρία είναι *ια νόμιμη κατηγοριοποίηση η οποία καθιστά το άτομο εξαρτώμενο από βοήθεια κατά την εκτέλεση μιας δραστηριότητας*. Η κοινωνική πλειοψηφία κατά κύριο λόγο διαμορφώνει την έννοια της αναπηρίας, εδραιώνοντας κριτήρια επιλογής βάσει των οποίων κρίνεται η σοβαρότητα των περιορισμών του ατόμου, όσον αφορά τη σκέψη, την κίνηση, την ακοή, την όραση και τη γενικότερη εικόνα του ατόμου, προκειμένου να λάβει κρατικές παροχές (π.χ. ειδική αγωγή, επαγγελματική κατάρτιση, ιατρική περίθαλψη).

Όταν οι καταστάσεις της ζωής και η αναπηρία οδηγούν στην αποφυγή κινητικής δραστηριότητας, τα άτομα με αναπηρία κινδυνεύουν να εμφανίσουν καρδιοπάθειες, αυξημένη αρτηριακή πίεση και συγκεκριμένα είδη καρκίνου, διαβήτη, χρόνια κατάθλιψη και άλλες καταστάσεις που μειώνουν την ποιότητα ζωής και τη βιωσιμότητα τους. Ο 21^{ος} αιώνας τονίζει τη σημασία ενός ενεργητικού, υγιή τρόπου ζωής και των προσαρμογών που οι εκπαιδευτικοί μπορούν να χρησιμοποιήσουν για να βοηθήσουν τα άτομα με αναπηρία να επιτύχουν τους στόχους τους στον τομέα της φυσικής δραστηριότητας. Η Προσαρμοσμένη Φυσική Δραστηριότητα μετατράπηκε από ιατρική σε διεπιστημονική ειδικότητα και εξελίχθηκε σε επάγγελμα. Πολλές είναι οι οργανώσεις που ιδρύθηκαν για την παροχή φυσικής δραστηριότητας για άτομα με αναπηρία, όπως η Διεθνής Ομοσπονδία Προσαρμοσμένης Φυσικής Δραστηριότητας (IFAPA), και αθλητικά κινήματα, όπως Αθλητισμός για Κωφούς, τα Special Olympics και το Παραολυμπιακό Κίνημα, τα οποία προσελκύουν μεγάλο αριθμό συμμετεχόντων και φιλάθλων. Σήμερα, γίνονται καλύτερα κατανοητές οι ατομικές διαφορές και ο κόσμος αντιλαμβάνεται ότι η αναπηρία δεν είναι αποκλειστικά και μόνο μια υπόθεση του ατόμου (δηλ. εντοπισμένη εντός του ατόμου), αλλά μια συνάθροιση διαφόρων στοιχείων αλληλεπίδρασης του ατόμου με το κοινωνικό και φυσικό του περιβάλλον.

Ατομική διαφορά ορίζεται ως η αλληλεπίδραση μεταξύ ατόμου και περιβάλλοντος η οποία διαφέρει σημαντικά από τον κανόνα (μέσο όρο) και επηρεάζει την επίτευξη των στόχων.

Γνωστικοί, κινητικοί, σωματικοί και αισθητηριακοί περιορισμοί περιπλέκουν την αλληλεπίδραση μεταξύ ατόμου και περιβάλλοντος, και απαιτούν μία επαγγελματική παρέμβαση στην προσαρμογή των συνθηκών, προκειμένου να ικανοποιηθούν οι προσωπικές ανάγκες, οι οποίες καθορίζονται από επιδέξια αξιολόγηση.

Αναπηρία και ατομικές διαφορές

Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας (World Health Organization, WHO, 2001) τόνισε ότι η **αναπηρία** ορίζεται ως ο *πε-*

Βασικά σημεία του βιβλίου

Κάθε βιβλίο Προσαρμοσμένης Φυσικής Αγωγής/Δραστηριότητας μπορεί να χαρακτηριστεί μοναδικό, επειδή οι

συγγραφείς έχουν διαφορετικές φιλοσοφίες, απόψεις, στάσεις και σκοπούς. Αυτό το βιβλίο λόγου χάρη, δίνει περισσότερη έμφαση στις στάσεις απέναντι στις προσωπικές και ατομικές διαφορές και εστιάζει στην παροχή υπηρεσιών και στις πρακτικές ενίσχυσης (πχ., Auxter, Pyfer, & Huettig, 2001; Block, 2000; Winnick, 2000).

Οι **στάσεις** είναι μια διαρκής σειρά απόψεων, εμπηλούτισμένες με συναισθήματα ή αισθήματα οι οποίες προδιαθέτουν μία συγκεκριμένη συμπεριφορά του ατόμου (Εικόνα 1.2). Οι στάσεις των εκπαιδευτικών ορίζουν τον τρόπο της διδασκαλίας τους, οι στάσεις των ανθρώπων ορίζουν ποιους επιλέγουν ως φίλους και οι στάσεις των συγγραφέων ορίζουν το περιεχόμενο που επιλέγουν για τα συγγράμματά τους. Η **Προσαρμοσμένη Φυσική Δραστηριότητα** εμπεριέχει κατά κύριο λόγο τις απόψεις και τις στάσεις των εκπαιδευτικών, που δεν είναι άλληες από το να αγκαλιάζουν τις ατομικές διαφορές και να δέχονται την πρόκληση της προσφοράς για βοήθεια στους συνανθρώπους για την επίτευξη των προσωπικών τους στόχων με σκοπό την αυτοπραγμάτωση μέσα από τη φυσική δραστηριότητα.

Οι εκπαιδευτικοί της Προσαρμοσμένης Φυσικής Δραστηριότητας πιστεύουν ότι οι στάσεις αποτελούν το κλειδί στην αλλαγή της συμπεριφοράς και της βελτίωσης της ποιότητας ζωής των ατόμων με αναπηρία. (πχ., Bloc, 1995b; Folsom-Meek & Rizzo, 2002; Hodge, Davis, Woodard & Sherrill, 2002; Hodge & Jansma, 1999; Kowalski & Rizzo, 1984; Sherrill, 1986, 1988; Tripp & Sherrill, 1991). Οφείλουν όμως να γνωρίζουν πώς να προάγουν τόσο τις προσωπικές τους στάσεις, των συναδέλφων τους, όσο και των μαθητών τους.



*Τι πρακτικές σχεδιάζετε για εσάς ώστε να διευρύνετε τις επαφές σας; Τώρα είναι η ώρα να καταγράψετε τους στόχους, τις ημερομηνίες και τα χρονοδιαγράμματα σε ένα φάκελο μαθήματος. Ένας **φάκελος μαθήματος** είναι μια συλλογή από δείγματα της καλύτερης δουλειάς σας, όπως πρωτότυπα κείμενα, φωτογραφίες ή βίντεο των πρακτικών δραστηριοτήτων, ευχαριστήρια και συγχαρητήρια σημειώματα από άλλους και τα συναφή. Για περισσότερες πληροφορίες, βλ. Senne & Rikard (2002).*

κελος μαθήματος είναι μια συλλογή από δείγματα της καλύτερης δουλειάς σας, όπως πρωτότυπα κείμενα, φωτογραφίες ή βίντεο των πρακτικών δραστηριοτήτων, ευχαριστήρια και συγχαρητήρια σημειώματα από άλλους και τα συναφή. Για περισσότερες πληροφορίες, βλ. Senne & Rikard (2002).

Ακολουθεί μία σύντομη συζήτηση των αλληλένδετων όρων που περιλαμβάνονται στον τίτλο αυτού του βιβλίου.

Η **Προσαρμοσμένη Φυσική Δραστηριότητα** είναι ο βασικός όρος που λειτουργεί σαν ομπρέλα σ' ένα σύνολο ορισμών (DePauw & Doll-Tepper, 2000; Porretta, Nesbitt & Labanowich, 1993; Sherrill, 1990a; Sherrill & DePauw, 1997) με χαρακτηριστικό ότι υποστηρίζει τη θεωρία και τους πρακτικούς στόχους για τα άτομα με αναπηρία που ανήκουν σε όλες τις ηλικιακές ομάδες.

Ο όρος **Αναψυχή** περιλαμβάνεται στον τίτλο αυτού του βιβλίου επειδή τα επαγγέλματα της Φυσικής Αγωγής και της Αναψυχής (τα οποία αποκαλούνται συχνά υπηρεσίες ψυχαγωγίας) σχετίζονται μεταξύ τους. *Και τα δύο επαγγέλματα βασίζονται στην άποψη ότι η φυσική δραστηριότητα θα πρέπει να προσφέρει χαρά και ικανοποίηση.* Τα άτομα θα πρέπει να αναπτύξουν μία έντονη παρακίνηση για συμμετοχή σε φυσικές δραστηριότητες στον ελεύθερό τους χρόνο, όταν υπάρχουν τέτοιες συνθήκες. Και τα δύο επαγγέλματα που προάγουν την **αναψυχή**, ορίζονται ως «μία εμ-



Εικόνα 1.2 «Ένα άτομο θα πρέπει να γίνει, ό,τι μπορεί. Θα πρέπει να βιώνει με ειλικρίνεια τον εαυτό του. Αυτή η ανάγκη καλείται αυτόπραγμάτωση»-Abraham Maslow (1970, σελ. 46). Αυτή η θεμελιώδης άποψη καθορίζει τις υπηρεσίες που του παρέχονται.

πειρία, μία διαδικασία, και μία υποκειμενική κατάσταση του πνεύματος» (Dattilo, 2002, p. 6). Η βασική διαφορά είναι ότι η Φυσική Αγωγή ασχολείται μόνο με τη κινητική δραστηριότητα, ενώ η αναψυχή ασχολείται με όλες τις πιθανές δραστηριότητες που μπορούν να προσφέρουν ψυχαγωγία. Μεγαλύτερη συνεργασία μεταξύ των Καθηγητών Φυσικής Αγωγής και αυτών που ασχολούνται με την αναψυχή είναι απαραίτητη προκειμένου να εξασφαλιστεί η χρήση δημόσιων εγκαταστάσεων και η προώθηση της οικογενειακής συνέργειας στη χαρά και στο παιχνίδι. *Οι επαγγελματίες της αναψυχής δεν αναφέρουν στο επάγγελμά τους τον όρο προσαρμοσμένη αναψυχή ή προσαρμοσμένες υπηρεσίες ψυχαγωγίας. Και το ίδιο κάνει και αυτό το κείμενο.*

Ο όρος **Αθλητισμός** περιλαμβάνεται στον τίτλο του βιβλίου διότι αναγνωρίζει σ' όλα τα άτομα το δικαίωμα ή την επιθυμία να μάθουν και να ασχοληθούν με αθλήματα της επιλογής τους, σε ένα κατάλληλο γι αυτούς επίπεδο (αναπτυξιακό, ψυχαγωγικό, ανταγωνιστικό ή επίπεδο πρωταθλητισμού) και σε χώρους της επιλογής τους (σε ομαδικά αθλήματα ή σε ατομικά, με αναπηρικά αμαξίδια ή σε μικτές μορφές). Ο όρος Αθλητισμός είναι ένας γενικότερος όρος ο οποίος περιλαμβάνει όλες τις μορφές της δομημένης φυσικής δραστηριότητας που σχεδιάζεται για να προσφέρει χαρά, ψυχαγωγία και ικανοποίηση. Αυτός ο όρος γίνεται ευρύτερα αποδεκτός στην Ευρώπη, ενώ στις ΗΠΑ ο όρος Αθλητισμός χρησιμοποιείται περισσότερο για να εκφράσει την έννοια της ανταγωνιστικής φυσικής δραστηριότητας.

Αυτό το βιβλίο υποστηρίζει το **μοντέλο της Αθλητικής Αγωγής** (Siedentop, 1996, 2002c) στο οποίο διδάσκονται βασικές κινητικές δεξιότητες και κινητικά πρότυπα αθλή και η απόκτηση της φυσικής και κινητικής κατάστασης όποτε αυτό είναι εφικτό, με σκοπό να διευκολυνθεί η μετάβαση από το σχολείο στη γειτονιά. Ο όρος **αθλητισμός για άτομα με αναπηρία** είναι ένας γενικός όρος ο οποίος αναφέρεται στην προετοιμασία αθλή και στη συμμετοχή σε αγώνες όπως, οι Αγώνες για Κωφούς, τα Special Olympics, και οι Παραολυμπιακοί Αγώνες. Τα κριτήρια επιλογής για τους αγώνες *Special Olympics* είναι η νοητική καθυστέρηση ή η αναπτυξιακή διαταραχή, ενώ τα κριτήρια επιλογής για τα αθλήματα των Παραολυμπιακών Αγώνων είναι α) οποιαδήποτε αναπηρία εκτός από κώφωση και β) ένα υψηλό επίπεδο απόδοσης. Ο **Προσαρμοσμένος Αθλητισμός** είναι ο γενικός όρος που χρησιμοποιείται στη σχολική εκπαίδευση (Winnick, 2000) καθώς και σε χώρους όπου προσφέρονται εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες για μαθητές με αναπηρία. Πολλοί ενήλικοι αθλητές με αναπηρία προτιμούν και τον όρο αναπηρικά αθλήματα.

Ο όρος **διεπιστημονικότητα (crossdisciplinary)** αφορά την ενσωμάτωση των γνώσεων πολλών ειδικοτήτων στη δημιουργία μίας ξεχωριστής, μοναδικής γνώσης, η οποία εστιάζεται στην προσαρμογή, στις ατομικές διαφορές και στη φυσική δραστηριότητα. Σ' αυτό το βιβλίο π.χ. συγχωνεύονται πληροφορίες από τις επιστημονικές ειδικότητες, όπως της Κινησιολογίας, της Επιστήμης της Φυσικής Αγωγής και του Αθλητισμού, της Αναψυχής, της Κοινωνιολογίας, της Ειδικής Αγωγής, της Γενικής Εκπαίδευσης, της Συμβουλευτικής, της Ιατρικής, της Νομικής, της Φυσικοθεραπείας και της Εργοθε-

ραπείας σχετικά με τα άτομα με αναπηρία. Ο όρος **δια βίου (lifespan)** αντικατοπτρίζει τη συμπερίληψη των πληροφοριών για ανθρώπους όλων των ηλικιών. Αυτό το βιβλίο είναι ένα από τα λίγα που δίνει έμφαση στην προσαρμοσμένη φυσική δραστηριότητα για ανθρώπους όλων των ηλικιών.

Επεξήγηση προσαρμογών

Η εξατομίκευση των ασκήσεων της προθέρμανσης, των προσδοκιών και του εξοπλισμού κ.α αποτελούν παράγοντες που μπορεί να επιτευχθεί η προσαρμογή. Για παράδειγμα, οι μαθητές με ανεπτυγμένη την ικανότητα να εκτελούν έναν αριθμό κοιλιακών, μπορούν να εκτελέσουν την άσκηση με τα χέρια τους σταυρωμένα πίσω από το κεφάλι, τα άτομα με μικρή μυϊκή δύναμη θα εκτελέσουν αυτή την άσκηση με τα χέρια τους τοποθετημένα πάνω στους μηρούς. Στην εκμάθηση των αθλημάτων με ρακέτες, οι μαθητές με νοητική καθυστέρηση μπορούν να χρησιμοποιούν πιο κοντές και μικρές ρακέτες, ενώ αυτοί με καλύτερο συντονισμό μπορούν να ξεκινούν τα μαθήματα με ρακέτες κανονικού μήκους. Στο βόλβει, όταν ο σκοπός είναι η συμμετοχή και όχι η νίκη σε τάξεις που βασίζονται στην αρχή της επιτυχίας, οι μαθητές δεν χρειάζεται να στέκονται πίσω από τη βασική γραμμή αθλή σ' ένα σημείο του γηπέδου από όπου μπορεί να περάσει τη μπάλα πάνω από το φιλέ. Οι μαθητές με καλό συντονισμό, ακολουθούν τον κανόνα να χτυπήσουν τη μπάλα μία φορά, ενώ οι μαθητές με μικρότερο συντονισμό επιτρέπεται να τη χτυπήσουν πολλές φορές.

Η περίοδος όπου δίνονται οι οδηγίες σε ένα πρόγραμμα φυσικής αγωγής είναι εκείνο το χρονικό διάστημα κατά το οποίο τα αθλήματα και οι ασκήσεις θα πρέπει να τροποποιούνται σύμφωνα με τις ατομικές διαφορές (Siedentop, 2002c). Με αυτόν τον τρόπο οι μαθητές θα γίνουν αποδεκτοί εφόσον η διδασκαλία θα βασίζεται στην αρχή των ατομικών τους διαφορών και έτσι οι μαθητές σπανίως θα αποτυγχάνουν.



Σκεφτείτε ένα περιβάλλον γενικής φυσικής αγωγής (ή το περιβάλλον που εργάζεστε ή πρόκειται να εργαστείτε). Πως αισθάνεστε σχετικά με το να κάνετε προσαρμογές; Καθώς θα διαβάζετε το βιβλίο, αξιολογήστε τις στάσεις σας και αποφασίστε ποιες πεποιθήσεις επιθυμείτε να διατηρήσετε ή να αλλιάξετε. Για παράδειγμα, σας αρέσουν τα άτομα, τα μέρη, τα πράγματα και οι συμπεριφορές που είναι διαφορετικές; ή προτιμάτε την ομοιομορφία; Γιατί; Ποια είναι η ερμηνεία σας για το διαφορετικό; Ποια για το πολύ διαφορετικό; Καταγράψτε τις ιδέες σας στο ημερολόγιό σας με ημερομηνίες και τις δραστηριότητες που βρίσκετε περισσότερο ή λιγότερο επικοινωνιακές ώστε να μπορείτε να τις αξιολογήσετε.

Προσαρμογή, τροποποίηση, διευκόλυνση και υποστήριξη

Προσαρμογή (Adaptation) ορίζεται ως μια κατάσταση, η

οποία τροποποιείται, έτσι ώστε να γίνει πιο άνετη αναφορικά με τις ανάγκες κάποιων ατόμων. *Είναι η τέχνη και η επιστήμη που εφαρμόζεται από καταρτισμένους επαγγελματίες, της αξιολόγησης και της διαχείρισης μεταβλητών και υπηρεσιών, με γνώμονα τις ατομικές ανάγκες και με κύριο στόχο την επίτευξη επιθυμητών αποτελεσμάτων.* Μία **μεταβλητή** (a variable) είναι οτιδήποτε μπορεί ν' αλλιάξει και να τροποποιηθεί. Οι εκπαιδευτικοί συνήθως διακρίνουν *τρεις τύπους μεταβλητών: την άσκηση, το άτομο και το περιβάλλον.* Αν μία άσκηση αξιολογηθεί ως πολύ δύσκολη ή πολύ απλή, αν αποτελεί κίνδυνο για την υγεία ή την προσωπική ασφάλεια του ατόμου, αυτές οι μεταβλητές θα πρέπει να τροποποιηθούν. Οι προσωπικές μεταβλητές μπορεί να είναι το ενδιαφέρον, η παρακίνηση, οι προηγούμενες εμπειρίες, η δύσπνοια, η αντιληπτική ικανότητα και ο φόβος. *Προσωπικές μεταβλητές μπορεί να είναι και τα δυνατά ή τα αδύναμα στοιχεία του ατόμου.* Οι μεταβλητές του περιβάλλοντος περιλαμβάνουν το χώρο, το μέγεθος της τάξης, τον τόπο, την ένταση της ηλιακής ακτινοβολίας, τις ικανότητες των μαθητών και των εκπαιδευτικών, τον εξοπλισμό, το φωτισμό και τον ήχο. *Οι μεταβλητές του περιβάλλοντος μπορεί να αποτελούν στοιχεία διευκόλυνσης ή παρεμπόδισης.*

Η προσαρμογή είναι μία γενικότερη διαδικασία η οποία περιλαμβάνει υπηρεσίες που σχετίζονται με τροποποιήσεις, διευκολύνσεις και υποστηρίξεις. Ο όρος προσαρμογή χρησιμοποιείται συχνά ως συνώνυμο όλων αυτών των όρων που αναφέρθηκαν. Ωστόσο, υπάρχουν ορισμένες διαφοροποιήσεις στις επιμέρους οδηγίες σε κάθε γεωγραφική περιοχή και οι οποίες είναι οι ακόλουθες:

Η **τροποποίηση** (modification) αφορά στην αύξηση ή τη μείωση των κριτηρίων, τα οποία ο μαθητής οφείλει να πληροί, για να χαρακτηριστεί η προσπάθειά του ως επιτυχής (California Department of Education, 2001). Για παράδειγμα, οι μαθητές δημοτικού σχολείου πιθανόν να πρέπει να ρίξουν μία μικρή μπάλα σε απόσταση 20 μέτρων με 8 επιτυχημένες από τις 10 προσπάθειες. Ένας μαθητής με εγκεφαλική παράλυση θα πρέπει για παράδειγμα να ρίξει μία μπάλα από αφροδέξ σε απόσταση 3 μέτρων με 6 επιτυχημένες από το σύνολο των 10 προσπαθειών. Οι τροποποιήσεις οφείλουν να καταγράφονται με σαφή τρόπο στα αρχεία του σχολείου, γιατί μόνο έτσι δίνεται στους εκπαιδευτικούς η δυνατότητα, να χρησιμοποιούν παρόμοια κριτήρια για τη δοκιμασία και την αξιολόγηση των μαθητών.

Η **διευκόλυνση** (accommodation) αφορά στην προσφορά πρόσβασης, την απομάκρυνση εμποδίων ή την ελαχιστοποίηση των περιορισμών, με σκοπό να διευκολυνθεί η προσπάθεια των μαθητών να επιτύχουν τους ίδιους στόχους με τους συνομηθικούς τους. Ένας μαθητής με αναπηρία στα κάτω άκρα θα πρέπει να ενθαρρυνθεί στη χρήση του αναπηρικού αμαξιδίου σε δραστηριότητες που προάγουν την αυτοτέλεια του, έτσι ώστε να επιτύχει το ίδιο επίπεδο φυσικής κατάστασης όπως και οι συμμαθητές του. Ένας μαθητής με βαρκοκμία πιθανόν να χρειάζεται ένα ακουστικό βοήθημα ή τη νοηματική γλώσσα για να μπορέ-

σει να κατανοήσει τις οδηγίες που δίνονται μέσα στην τάξη. Ο μαθητής που έχει προβλήματα όρασης πιθανόν να χρειάζεται ειδικά ηχητικά εφέ ή έναν συνομηθικό με φυσιολογική όραση ο οποίος θα τον καθοδηγήσει στην κατεύθυνση της κίνησης, όταν αυτός εκτελεί ένα σπριντ ή ένα άλμα σε μήκος. Οι διευκολύνσεις θα πρέπει να καταγράφονται, αλλιώς δεν θα πρέπει να επηρεάζουν την αξιολόγηση των μαθητών.

Οι **υπηρεσίες υποστήριξης** (support services) είναι επιπρόσθετα βοηθήματα, τα οποία παρέχονται στους χώρους των γενικών σχολείων, με σκοπό να διευκολύνουν τους μαθητές με αναπηρία στην εκμάθηση και παρακολούθηση των μαθημάτων από κοινού με συνομηθικούς μαθητές χωρίς αναπηρία. Η **ανθρώπινη υποστήριξη** περιλαμβάνει τους συμβούλους (καθηγητές Προσαρμοσμένης Φυσικής Αγωγής), ενήλικες (καθηγητές, εκπαιδευτικούς), συνομηθικούς και καθοδηγητές, συνομηθικούς βοηθούς, αθλητές και άτομα με αναπηρία, προπονητές και ειδικούς αναψυχής που σχετίζονται με τα αθλήματα για άτομα με αναπηρία, ειδικούς παιδαγωγούς, εξειδικευμένους στην παροχή προσανατολισμού και κίνησης, και άλλους.

Οι έρευνες οι οποίες δείχνουν ότι η ανθρώπινη υποστήριξη αποτελεί σημαντικό παράγοντα στη διαδικασία της ένταξης όλο και πληθαίνουν. Για παράδειγμα, οι Vogler, Koranda και Romance (2000) περιέγραψαν τη χρήση ενός *μοντέλου ανθρώπινων πηγών* στη διευκόλυνση της ένταξης ενός εξάχρονου με σοβαρή εγκεφαλική παράλυση στο χώρο της Φυσικής Αγωγής, μαζί με είκοσι συνομηθικούς χωρίς αναπηρία. Την ανθρώπινη πηγή αποτελούσε ένας Καθηγητής Προσαρμοσμένης Φυσικής Αγωγής ο οποίος ασχολούνταν συνεχώς με το παιδί κατά τη διάρκεια των μαθημάτων, βοηθώντας τον να εκτελεί τις ίδιες ασκήσεις όπως και οι συμμαθητές του, αλλιώς «σε ένα διαφορετικό επίπεδο, προσαρμοσμένο στις δικές του ανάγκες». Όλο και πιο συχνά, οι Καθηγητές Φυσικής Αγωγής λειτουργούν ως μονάδες υποστήριξης, σε μόνιμη βάση και προσφέρουν σχέδια μαθημάτων με ακριβείς οδηγίες για τον τρόπο προσαρμογής των επί μέρους δραστηριοτήτων (Heikinaro-Johansson, Sherrill, French, & Huuhka, 1995; Lytle & Collier, 2002). Οι έρευνες έδειξαν επίσης, ότι οι συνομηθικοί μπορούν, με την κατάλληλη καθοδήγηση και εκπαίδευση, να βοηθήσουν τα άτομα με αναπηρία να επιτύχουν τους στόχους των κινητικών δραστηριοτήτων τους, καθώς και τους στόχους για τη βελτίωση της φυσικής τους κατάστασης (Houston-Wilson, Dunn, Van der Mars, & McCubbin, 1997; Lieberman, Dunn, van der Mars, & McCubbin, 2000).

Τεχνικά μέσα υποστήριξης (Nonhuman supports) είναι οι τεχνικές προσαρμογές, όπως ράμπες και τροποποιημένοι είσοδοι στις πισίνες, σταθμοί ηχογράφησης ή μαγνητοσκόπησης και ανάλυσης κίνησης, ακουστικά βοηθήματα, συσκευές επικοινωνίας, **τεχνητά μέλη** και **ορθωτικοί νάρθηκες**, αναπηρικά αμαξίδια, βοηθήματα κίνησης και όρθιας στάσης, αφίσες με μεγενθυμένες γραμματοσειρές και κάθε είδους εξοπλισμός ο οποίος προσφέρει στα άτομα με αναπηρία τη δυνατότητα να συμμετάσχουν στο μάθημα

της Γενικής Φυσικής Αγωγής. Μία **τεχνική συσκευή που παρέχει βοήθεια** ορίζεται ως:

κάθε συσκευή, μέρος εξοπλισμού ή σύστημα, το οποίο παρέχεται στο εμπόριο και προσφέρει σε ένα άτομο με αναπηρία τη δυνατότητα να αυξήσει, να διατηρήσει ή να βελτιώσει τις λειτουργικές του ικανότητες.

Η Θεωρία της Προσαρμογής

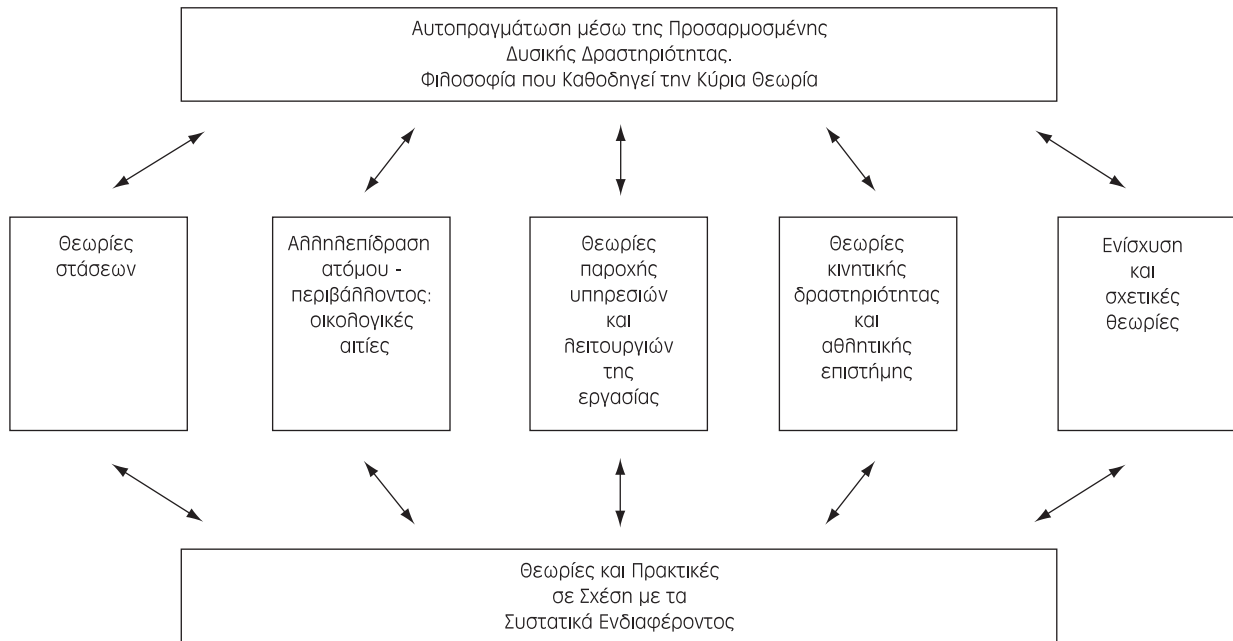
Η **Θεωρία της Προσαρμογής** είναι η κύρια θεωρία (η μεταθεωρία), η οποία επιτρέπει τη σύνθεση πολλών ιδεών, θεωριών, φιλοσοφιών και πρακτικών (άλλης παλιές και άλλες καινούργιες) που συμβάλλουν στην κριτική σκέψη αναφορικά με τα πιστεύω, τις στάσεις, τις πράξεις και τις συμπεριφορές που σχετίζονται με την παροχή υπηρεσιών στον τομέα της Προσαρμοσμένης Φυσικής Δραστηριότητας. Όσο πιο πολύ κατανοούμε τις αλληλαγές που συντελούνται σε εμάς τους ίδιους τόσο πιο πολύ χρησιμοποιούμε αυτή τη γνώση για να διευκολύνουμε την αλληλαγή στους άλλους. Ας αναλογιστούμε, για παράδειγμα, πώς προσαρμόζουμε ή πώς διαμορφώνουμε τις απόψεις και τις στάσεις μας απέναντι στα άτομα με αναπηρία όταν μέσα από τη σχέση μας μαζί τους κατανοούμε περισσότερο τις ατομικές διαφορές. Οι τροποποιημένες απόψεις και στάσεις οδηγούν σε αλληλαγή των προθέσεων μας ως προς το χρόνο που περνάμε μαζί τους και ως προς τον τρόπο που τα αντιμετωπίζουμε στις φιλικές μας σχέσεις, στον τομέα παροχής υπηρεσιών και στην αναγνώρισή τους ως επικερφής δράσεων και ενεργειών. Οι προθέσεις, συνήθως,

μας οδηγούν σε ενέργειες ή συμπεριφορές, με τις οποίες αποδεικνύουμε καλύτερες γνώσεις και κατανόηση. Μαζί με τις αλληλαγές στο επίπεδο των γνώσεών μας, των απόψεων, των στάσεων, των προθέσεων και των ενεργειών που οδηγούν στη **μάθηση, εγκαθίσταται μία μόνιμη αλληλαγή της συμπεριφοράς.**

Μία **θεωρία**, ορίζεται ως *ένα εννοιολογικό πλαίσιο το οποίο περιγράφει, εξηγεί ή προβλέπει.* Οι διάφοροι επαγγελματίες χρησιμοποιούν τις θεωρίες, συνειδητά ή ασυνείδητα, κάθε φορά που εφαρμόζουν μια εμπειριστατωμένη και εμπειρική γνώση στις ενέργειες που απαιτεί η δουλειά τους. Οι θεωρίες συχνά παρουσιάζονται ως μοντέλα και απεικονίζονται σε σχεδιαγράμματα, τα οποία αναδεικνύουν τους διάφορους παράγοντες (Εικόνα 1.2). Μία **κύρια θεωρία** είναι ένα ενιαίο πλαίσιο αρχών, το οποίο περιλαμβάνει πολλές επιμέρους θεωρίες. Μία σημαντική απόφαση που πρέπει να ληφθεί υπόψη στην οργάνωση μίας κύριας θεωρίας είναι, το κατά πόσο οι επιμέρους θεωρίες συνεισφέρουν στην επίτευξη των στόχων ενός επαγγέλματος. Οι επιμέρους θεωρίες από τα εξής πεδία είναι ιδιαίτερα σημαντικές: α) στάσεις, β) ατομικές διαφορές, γ) επιστήμη της Φυσικής Αγωγής και του Αθλητισμού, δ) παροχές υπηρεσιών και ε) ενίσχυση (Sherrill, 1987a, 1997b). Αυτό το βιβλίο επικεντρώνεται στις θεωρίες, οι οποίες συνεισφέρουν στοιχεία γι' αυτά τα πεδία γνώσεων.

Με ποιον τρόπο διαφέρει η έννοια προσαρμοσμένη από την έννοια προσαρμόσιμη;

Ορισμένα άτομα συγχέουν τους όρους *προσαρμοσμένη* και *προσαρμόσιμη*. **Προσαρμόζω** (adapted) είναι το ρήμα



Εικόνα 1.3 Το μοντέλο της Προσαρμογής που παρέχει ένα νοητικό πλαίσιο εργασίας για κριτική σκέψη σχετικά με τις διάφορες θεωρίες που καθοδηγούν τις πρακτικές της Προσαρμοσμένης Φυσικής Δραστηριότητας.

που δηλώνει τη διαδικασία της τροποποίησης (π.χ. προσαρμόστηκε η δραστηριότητα, ο εξοπλισμός ή οι εγκαταστάσεις) ή είναι ένα επίρρημα, το οποίο αφορά τα αποτελέσματα ενός προγράμματος ή μίας υπηρεσίας (π.χ. χρησιμοποιούνται προσαρμοσμένα παιχνίδια, το πρόγραμμα είχε προσαρμοστεί).

Προσαρμοσμένη Φυσική Δραστηριότητα ονομάζεται το επάγγελμα, η ακαδημαϊκή ειδικότητα που περιγράφεται σ' αυτό το βιβλίο. Οι επαγγελματίες αυτού του χώρου συνήθως είναι μέλη των μεγάλων οργανώσεων της **Διεθνούς Ομοσπονδίας Προσαρμοσμένης Φυσικής Δραστηριότητας** (IFAPA) και του **Συμβουλίου Προσαρμοσμένης Φυσικής Δραστηριότητας** της Αμερικάνικης Ένωσης Υγείας, Φυσικής Αγωγής, Αναψυχής και χορού (AAHPERD) κ.ά.

Ο όρος *προσαρμοσμένη* εισήχθη για πρώτη φορά το 1952 από την AAHPERD, την Αμερικάνικη Ένωση Υγείας, Φυσικής Αγωγής και Αναψυχής. Αυτή η αναφορά σηματοδότησε μία μεγάλη αλλαγή, σε μία εποχή, η οποία χρησιμοποιούσε κυρίως τους όρους *Διορθωτική* και *Τροποποιημένη Φυσική Αγωγή*, σχετικά με την ατομική αξιολόγηση και τον σχεδιασμό των μαθημάτων. Η απόφαση για την αλλαγή της ορολογίας και της υιοθέτησης του όρου «*προσαρμοσμένη*» επηρεάστηκε κατά πολύ από την ευρύτερη αποδοχή του έργου του Jean Piaget (1896-1980), από την Ελβετία, ο οποίος θεωρείται ως ο σπουδαιότερος παιδοψυχολόγος του κόσμου. Ο Piaget στήριξε την αναπτυξιακή του θεωρία στο σκεπτικό ότι η Προσαρμογή είναι η θεμελιώδης διαδικασία της αλλαγής, η οποία προσφέρει στα άτομα τη δυνατότητα να αλληλεπιδρούν αποτελεσματικά με το περιβάλλον τους.

Ο όρος **προσαρμοσίμη** (adaptive) είναι μία έννοια η οποία περιγράφει τη συμπεριφορά ενός ατόμου κατά τη διάρκεια της εργοθεραπείας (Fisher, Murray, & Bundy, 1991; Neistadt & Crepeau, 1998) και αναφέρεται στο νεότερο ορισμό της νοητικής καθυστέρησης:

Η νοητική καθυστέρηση είναι μία αναπηρία η οποία χαρακτηρίζεται από σοβαρούς περιορισμούς τόσο της νοητικής λειτουργίας όσο και της *προσαρμοσίμης συμπεριφοράς*, η οποία εκφράζεται σε βασικές, κοινωνικές και πρακτικά *προσαρμοσμένες δεξιότητες*. Αυτή η αναπηρία ξεκινάει πριν από την ηλικία των 18 χρονών. Η προσαρμοσίμη συμπεριφορά είναι η συλλογή βασικών, κοινωνικών και πρακτικών δεξιοτήτων που διδάχθηκαν στα άτομα, με σκοπό να ανταποκριθούν στις απαιτήσεις της καθημερινότητας (Αμερικάνικη Ένωση Νοητικής Καθυστέρησης, 2002a, σελ. 13-14)

Χαρακτηριστικές προσαρμοσμένες δεξιότητες συμπεριφοράς είναι ο αυτό-προσδιορισμός, η αυτό-εκτίμηση, η επικοινωνία και οι δραστηριότητες της καθημερινής ζωής. Όλες οι επιστημονικές ειδικότητες που ασχολούνται με την βοήθεια των ατόμων με αναπηρία, έχουν ως σκοπό, να ενισχύσουν αυτές τις παραπάνω δεξιότητες καθώς και άλλες προσαρμοσμένες συμπεριφορές.

Ο όρος «**ελλείμματα προσαρμοσίμης συμπεριφοράς**»

(deficits in adaptive behavior) θεωρείται πλέον υποτιμητικός και δεν χρησιμοποιείται. Αντί αυτού, το 2002 η American Association of Mental Retardation εισήγαγε τον όρο «**περιορισμοί της προσαρμοσίμης συμπεριφοράς**» (limitations in adaptive behavior) και δήλωσε ότι αυτοί «επηρεάζουν τόσο την καθημερινότητα όσο και την ικανότητα για ανταπόκριση σε καθημερινές αλλαγές και στις απαιτήσεις του περιβάλλοντος» (σ. 14). Σήμερα, ο *Οργανισμός αποδέχεται τρεις περιορισμούς προσαρμοσίμης συμπεριφοράς στη νοητική καθυστέρηση: νοητικούς, κοινωνικούς και πρακτικούς*.

Περιληπτικά, μπορούμε να πούμε ότι η εκπαίδευση και οι παροχές υπηρεσιών *προσαρμόζονται* (adapted), αλλιώς οι συμπεριφορές είναι *προσαρμοσμένες* (adaptive). Κι άλλα πεδία, πέραν της νοητικής καθυστέρησης, χρησιμοποιούν πολλή φορές το σκεπτικό της προσαρμοσίμης συμπεριφοράς, επειδή αυτό προσφέρει ένα καλό πλαίσιο για την αξιολόγηση και το σχεδιασμό. Οι Καθηγητές της Προσαρμοσμένης Φυσικής Αγωγής θα πρέπει να ορίσουν, ποιες προσαρμοσμένες δεξιότητες συμπεριφοράς θα πρέπει να διευκολύνονται μέσα από τη Φυσική Δραστηριότητα, και ως προς αυτό θα πρέπει να συνεργάζονται με ειδικούς καθηγητές για τη διδασκαλία αυτών των προτύπων συμπεριφοράς.

Παροχή Υπηρεσιών

Η **Παροχή Υπηρεσιών** (Service delivery) είναι ο γενικός όρος για τις ειδικότητες και τις υπηρεσίες που παρέχουν οι Καθηγητές Φυσικής Αγωγής και οι Καθηγητές Προσαρμοσμένης φυσικής Αγωγής (και πολλοί άλλοι επαγγελματίες). Ένα **σύστημα παροχής υπηρεσιών** είναι μία σχολική τάξη, ένα σχολείο, μία υπηρεσία, ένας δήμος ή μία κοινότητα που συνεργάζονται προκειμένου να παρέχουν τις βέλτιστες υπηρεσίες σε ανθρώπους με διαφορετικές ανάγκες. Συνήθως, φανταζόμαστε τους εκπαιδευτικούς της φυσικής αγωγής να εργάζονται το μεγαλύτερο χρονικό διάστημα δίνοντας οδηγίες και διδάσκοντας σε ένα σχολείο, ένα γυμναστήριο ή σε ένα γήπεδο. Οι σημερινοί επαγγελματίες ωστόσο είναι υπεύθυνοι για πολλούς τομείς του επαγγέλματος και των υπηρεσιών που παρέχουν και κάποιες από αυτές απαιτούν να περνούν περισσότερο χρόνο εκτός της σχολικής τάξης.

Η Εικόνα 1.4 δείχνει τις απαιτήσεις που έχει το επάγγελμα τόσο του Καθηγητή Φυσικής Αγωγής όσο και του Καθηγητή Προσαρμοσμένης Φυσικής Αγωγής. Τα βέλη μας δείχνουν ότι αυτές οι λειτουργίες και τα καθήκοντα είναι δυναμικά στοιχεία, τα οποία αλληλεπιδρούν μεταξύ τους, και τα περισσότερα εκ των οποίων εφαρμόζονται καθημερινά. Για παράδειγμα, οι καθηγητές αξιολογούν την εργασία τους (τυπική αξιολόγηση) και περιοδικά (περιληπτική αξιολόγηση). Ένα ακρωνύμιο για να μας βοηθήσει να θυμόμαστε τα καθήκοντα αυτού του επαγγέλματος, είναι το PAP-TE-CA, το οποίο προέρχεται από τα αρχικά γράμματα κάθε λέξης ως εξής:

P (Planning) Σχεδιασμός, που περιλαμβάνει τη λήψη αποφάσεων βάσει της φιλοσοφίας που ακολουθείται

- A (Assesment) Αξιολόγηση των μαθητών και μεταβλητές αλληλεπίδρασης ατόμου-περιβάλλοντος
- P (Preparation) Προετοιμασία, συναντήσεις και συγγραφή στόχων
- T (Teaching) Διδασκαλία/παροχή συμβουλών/καθοδήγηση
- E (Evaluation) Αξιολόγηση των υπηρεσιών/των προγραμμάτων/των μοντέλων
- C (Consultation) Παροχή συμβουλών
- A (Advocacy) Υπεράσπιση των δικαιωμάτων

Τα αρχικά PAP-TE-CA είναι ένα απλό εργαλείο μνήμης και απομνημόνευσης που μπορούν να χρησιμοποιούν τόσο οι εκπαιδευτικοί όσο και οι μαθητές με σκοπό να προσαρμόσουν τις οδηγίες τους. Η παροχή συμβουλών είναι μία βοήθεια που παρέχεται από ενθλίκους σε ενθλίκους, συνήθως δια μέσου συνεργασίας στο προγραμματισμό και στην επίλυση προβλημάτων. Η βοήθεια αποσκοπεί στην αύξηση της αποτελεσματικότητας των ατόμων που εργάζονται με μαθητές. Η υπεράσπιση των δικαιωμάτων είναι μία προσπάθεια αλληγάης των απόψεων, των στάσεων, των προθέσεων και των συμπεριφορών των υποθηόπων με σκοπό να υποστηριχθεί μία υπόθεση. Η υπόθεση μπορεί να αφορά τη διαφορετικότητα ή τα ανθρώπινα δικαιώματα ή συγκεκριμένα άτομα, υπηρεσίες και νόμους. *Η έμφραση που δίνεται σήμερα στην Προσαρμοσμένη Φυσική Αγωγή είναι να υπάρχει μια πληθώρα υπηρεσιών ή υποστηρικτικών διαδικασιών.* Η πηλιοψηφία των υποστηρικτικών διαδικασιών περιλαμβάνει επιλογές, όπως α) την απασχόληση καταρτισμένων καθηγητών (1:1 ή 1:2), β) την

απασχόληση βοηθών μαθητών, όποτε απαιτείται ή γ) χωρίς καμία υποστήριξη. Συχνά απαιτείται η συνδρομή ενός συμβούλου Προσαρμοσμένης Φυσικής Αγωγής για να εκπαιδεύσει, να συμβουλεύσει και να εποπτεύσει το ανθρώπινο δυναμικό.

Το μοντέλο PAP-TE-CA είναι μία προσαρμογή του πρωταρχικού έργου της Janet Wessel (1977) του Πανεπιστημίου Μίσιγκαν, η οποία ανέπτυξε το μοντέλο I CAN επηρεάζοντας τις πρακτικές της Προσαρμοσμένης Φυσικής Δραστηριότητας σ' όλο τον κόσμο (Wessel και Kelly, 1986).

Η καλή παροχή υπηρεσιών είναι η προσαρμόσιμη

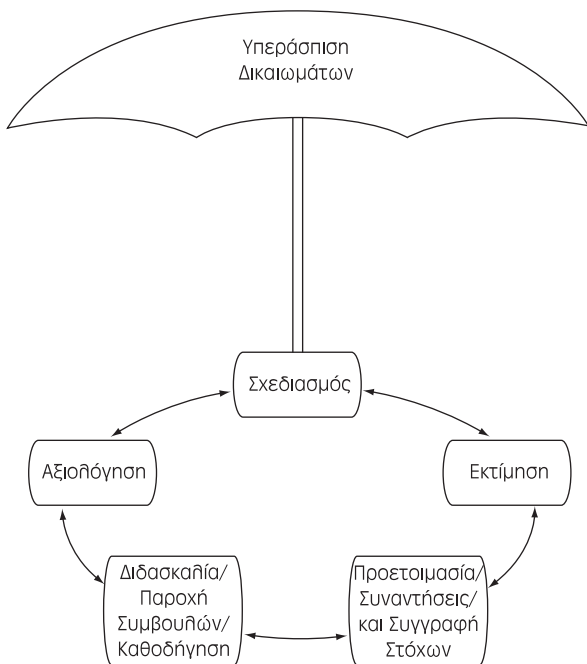
Προσαρμόσιμη είναι η επιθυμητή πρακτική σε όλους τους χώρους, τις τάξεις ένταξης και μη, σε σχολικά και εξωσχολικά περιβάλλοντα και γι αυτό το λόγο οι φοιτητές είτε ακολουθούν την κατεύθυνση της Προσαρμοσμένης Φυσικής Αγωγής είτε όχι, οφείλουν να διδάσκονται και μαθήματα Προσαρμοσμένης Φυσικής Δραστηριότητας. Αυτή η εμπειρία δίνει τη δυνατότητα να έρθουν σε επαφή με ένα μεγάλο εύρος ατομικών διαφορών προωθώντας έτσι την ανακλυστική και κριτική τους σκέψη (Connolly, 1994).

Συχνά, η πηληθώρα των ατομικών διαφορών, ξεπερνά τις δυνατότητες που έχει ένας μόνο επαγγελματίας για να τις διαχειριστεί, γι' αυτό το λόγο, τα σχολεία, οι υπηρεσίες, οι επιχειρήσεις και οι βιομηχανίες προσλαμβάνουν όλο και πιο συχνά ειδικούς ή και ομάδα εκπαιδευτών για να εργαστούν ως σύμβουλοι. Οι ειδικοί στον τομέα της Προσαρμοσμένης Φυσικής Δραστηριότητας είναι συνήθως άτομα με μεταπτυχιακά ή διδακτορικά πτυχία στην Προσαρμοσμένη Φυσική Δραστηριότητα και με ειδικές γνώσεις στην επίλυση ψυχοκινητικών προβλημάτων.

Οι εκπαιδευτικοί γενικής παιδείας θα πρέπει να γνωρίζουν πότε οφείλουν να ζητήσουν τη βοήθεια ενός ειδικού Προσαρμοσμένης Φυσικής Δραστηριότητας. Ένας από τους κυριότερους στόχους αυτού του βιβλίου είναι να υποδείξει στους Καθηγητές Γενικής Φυσικής Αγωγής και Προσαρμοσμένης Φυσικής Αγωγής, τρόπους συνεργασίας και αλληλοβοήθειας. Το μέλλιον θα φέρει νέες τάσεις απασχόλησης, ακριβώς όπως έγινε και στο παρελθόν (αλληγάη νομοθεσίας και στάσεων), κατανόηση της ενσωμάτωσης, της ένταξης και συρρίκνωση του περιοριστικού περιβάλλοντος.

Η καλή διδασκαλία είναι η προσαρμόσιμη

Μία καλή διδασκαλία συνεπάγεται την προσαρμογή των στόχων, του περιεχομένου και των παιδαγωγικών κατευθύνσεων των ατομικών αναγκών, μειώνοντας έτσι την αποτυχία και προστατεύοντας την ενίσχυση του Εγώ. Κατά μία έννοια *κάθε καλή Φυσική Αγωγή είναι και μια Προσαρμοσμένη Φυσική Αγωγή.* Όσο μεγαλύτερη είναι η σχολική τάξη και όσο περισσότερο διαφέρουν οι ικανότητες των μαθητών μέσα σ' αυτή, τόσο περισσότερη προσαρμογή χρειάζεται. Ωστόσο, έχοντας μαθητές στην τάξη που χρειάζονται ειδική αγωγή, δε σημαίνει απαραίτητως ότι απαιτούνται πρόσθετες εφαρμογές.



Εικόνα 1.4 Υπηρεσίες που περιλαμβάνονται στο σύστημα παροχής Προσαρμοσμένης Φυσικής Δραστηριότητας: το μοντέλο PAP-TE-CA.

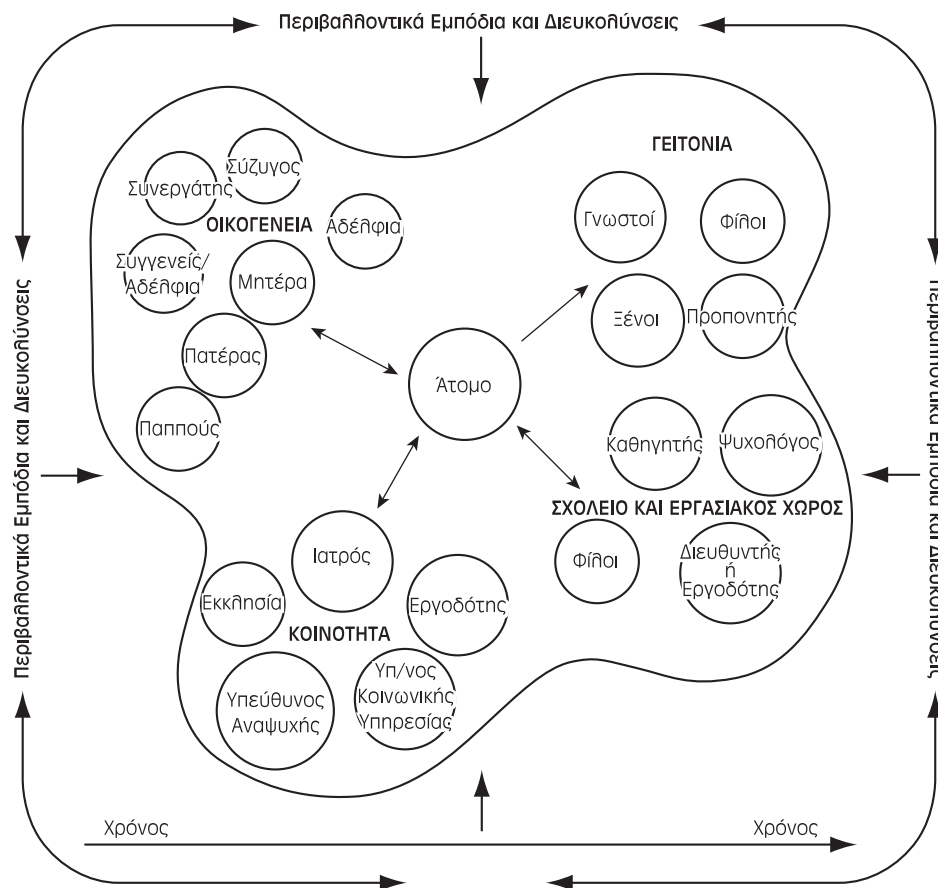
Πολλοί μαθητές με αναπηρία συμμετέχουν επιτυχώς στο μάθημα της Γενικής Φυσικής Αγωγής. Ένα άτομο με κνηδεμόνες στα κάτω άκρα μπορεί να είναι σε θέση, χωρίς καμία επιπλέον προσαρμογή, να συμμετάσχει στην κοιλύμβηση, στη γυμναστική ή στην τοξοβολία. Ένας μαθητής με ακρωτηριασμένο άνω άκρο πιθανόν να είναι αστέρας στο ποδόσφαιρο ή στο μπάσκετ. Η αναπηρία, επομένως, δεν θα πρέπει αυτομάτως να συγχέεται και να συνδέεται με υπηρεσίες Προσαρμοσμένης Φυσικής Αγωγής. Κάθε μαθητής ο οποίος αποδίδει κάτω του μέσου όρου θα μπορούσε να ενταχθεί σε μαθήματα Προσαρμοσμένης Φυσικής Αγωγής.

Η καλή διδασκαλία απαιτεί από τους Καθηγητές Γενικής Φυσικής Αγωγής και από τους Καθηγητές Προσαρμοσμένης Φυσικής Αγωγής μία συνεργασία. Παρόλο που σε όλους τους Καθηγητές Φυσικής Αγωγής υπάρχει η απαίτηση να εξασκούν την προσαρμογή, *τουλάχιστον ένας Καθηγητής Προσαρμοσμένης Φυσικής Αγωγής απαιτείται σε κάθε εκπαιδευτική περιφέρεια ή δήμο, για να συμπληρώνει και να ενισχύει τις προσπάθειες του Καθηγητή Γενικής Φυσικής Αγωγής, να λειτουργεί ως σύμβουλος και να παρέχει οδηγίες προς τους μαθητές με σοβαρή αναπηρία, οι οποίοι συνήθως χρειάζονται περισσότερη βοήθεια από ότι μπορεί να τους δοθεί κατά τη διάρκεια του κανονικού ωραρίου.* Ιδιαίτερη σημασία έχει η παροχή οδηγιών για τα αθλήματα με

αναπηρικό αμαξίδιο ή για άλλα αθλήματα για άτομα με αναπηρία, τα οποία θα προσφέρουν στους μαθητές τη δυνατότητα να συμμετάσχουν σε εξωσχολικές δραστηριότητες οι οποίες έχουν σχεδιαστεί προκειμένου να δέχονται διαφορετικές προκλήσεις και να βιώνουν τον ανταγωνισμό.

Οικοσυστήματα και Οικολογική Θεωρία

Ένα κεντρικό θέμα για την κατανόηση της προσαρμογής είναι η αρχή του οικοσυστήματος (Εικόνα 1.5). Ένα **οικοσύστημα** (*ecosystem*) είναι η προσωπική/ατομική συνεχής/αδιάκοπη αλληλεπίδραση με το περιβάλλον. Αυτή η διαδικασία αλληλεπίδρασης περιλαμβάνει όσους επηρεάζουν την ατομική πορεία της ζωής ενός ατόμου στο φυσικό και κοινωνικό του περιβάλλον. Ενώ η αξιολόγηση χρησιμοποιείται αποκλειστικά για τις ατομικές ανάγκες του ατόμου, η τάση είναι όλο και περισσότερο προς την **οικολογική αξιολόγηση**, και την εξέταση όλων των στοιχείων στο οικοσύστημα που συνεισφέρουν στην κίνηση, όραση, ακοή, σκέψη ή σε άλλες διαδικασίες που μπορούν να παρατηρηθούν. Ενώ τα παλιότερα συστήματα Προσαρμοσμένης Φυσικής Αγωγής επικεντρώνονταν στη διάγνωση, τη συνταγογράφηση, το σχεδιασμό και τον προγραμματισμό για να επέλθουν ατομικές αλλαγές, τα νεότερα συστήματα δεν



Εικόνα 1.5 Το οικοσύστημα ενός ατόμου, που δείχνει την επιρροή των ατόμων της οικογένειας, της γειτονιάς, της κοινωνίας και του σχολικού ή εργασιακού χώρου, τα οποία αλληλεπιδρούν μεταξύ τους και επηρεάζονται από το χρόνο (δηλ. συγκεκριμένες καταστάσεις και ηλικία).

χρησιμοποιούν ιατρικούς όρους, αλλά στηρίζονται αποκλειστικά στις αρχές της Ειδικής Αγωγής και της Κοινωνιολογίας, επιστήμες που σχετίζονται με την οικολογία.

Η **Οικολογία** είναι η έρευνα και μελέτη της αλληλεξάρτησης και αλληλεπίδρασης των ανθρώπων (ως ατομικές οντότητες, ομάδες και κοινωνίες) με το ψυχοκοινωνικό και φυσικό τους περιβάλλον. Η αρχή της οικολογίας αναπτύχθηκε στα τέλη του 18^{ου} αιώνα και κατά το ίδιο χρονικό διάστημα ξεκίνησαν να διδάσκονται μαθήματα όπως κοινωνιολογία, ψυχολογία, ανθρωπινή εξέλιξη και εκπαίδευση στα πανεπιστήμια. Κλειδί στη διαδικασία των οικολογικών αλληλεπιδράσεων είναι η προσαρμογή και η ολιστική προσέγγιση. Η **οικολογική θεωρία** ωστόσο υποστηρίζει τις πρακτικές της Προσαρμοσμένης Φυσικής Δραστηριότητας και την αρχή των ατομικών διαφορών όσον αφορά τις αλληλεπιδράσεις ατόμου και περιβάλλοντος, οι οποίες βοηθούν στο να γίνονται αντιληπτά τα άτομα ως άτομα με ιδιαίτερες ανάγκες, οι οποίες απαιτούν την παροχή ειδικών υπηρεσιών.

Η **ανάληψη των οικολογικών καθηκόντων** είναι ιδιαίτερα σημαντική στην Προσαρμοσμένη Φυσική Δραστηριότητα (Davis & Burton, 1991) και αποτελεί μία συστηματική διαδικασία σκέψης και κρίσης όλων των μεταβλητών του οικοσυστήματος που επηρεάζουν την επιτυχία ενός ατόμου στη μάθηση ενός συγκεκριμένου καθήκοντος ή μίας άσκησης.

Σημαντικές αρχές της IDEA

Η Συνθήκη για την εκπαίδευση ατόμων με αναπηρία (IDEA) του 1990, η οποία τροποποιήθηκε το 1997 και το 2003, περιλαμβάνει σημαντικές αρχές, οι οποίες θα πρέπει να συζητηθούν σ' αυτό το σημείο.

Η ομιλία που έχει ως επίκεντρο το άτομο

Η IDEA από το 1990 και μετάπειτα άλλαξε τον τρόπο που οι επαγγελματίες και οι επιστήμονες σκέφτονταν, μιλούσαν και έγραφαν αναφορικά με την αναπηρία. Η **ομιλία που έχει ως επίκεντρο το άτομο** αναφέρει πρώτα το ουσιαστικό (*οντότητα ή άτομο*) πριν περάσει στην περιγραφική έκφραση (*με αναπηρία*). Κατ' αυτό τον τρόπο επικεντρωνόμαστε πρώτα στο άτομο (το οποίο έχει και ικανότητες αλλά και αναπηρίες), αντί στα μέλη, τα οποία είναι ανάπηρα ή στις λειτουργίες, οι οποίες παρουσιάζουν διαταραχές. Αυτή η αλλαγή εισήγαγε και την *ολιστική φιλοσοφία*. Η Συνθήκη για την εκπαίδευση ατόμων με αναπηρία (IDEA) απομάκρυνε επίσης τις έννοιες handicap (σωματική μειονεξία).

Κατηγορίες αναπηριών

Οι κατηγορίες αναπηριών είναι ειδικές καταστάσεις οι οποίες περιορίζουν τη δραστηριότητα και καταστούν τα άτομα κατάλληλα για την ειδική αγωγή όσο και για την Προσαρμοσμένη Φυσική Αγωγή, όταν αυτό κρίνεται απαραίτητο (Πίνακας 1.1).

Οι ορισμοί μεταβάλλονται στο πέρασμα του χρόνου βάσει των κοινωνικών συνθηκών που επικρατούν. Για παράδειγμα από το 1997 το Σύνδρομο Ελλειμματικής Προσο-

Πίνακας 1.1 Αναγνωρισμένες αναπηρίες από το νόμο IDEA οι οποίες κατατάσσονται σε κατηγορίες και στις οποίες παρέχονται οι υπηρεσίες Ειδικής Αγωγής.

1. Ειδική μαθησιακή δυσκολία
2. Διαταραχή λόγου και ομιλίας
3. Νοητική καθυστέρηση
4. Σοβαρή συναισθηματική διαταραχή
5. Πολλαπλές αναπηρίες
6. Διαταραχές υγείας
7. Διαταραχή της ακοής
8. Ορθοπεδικές διαταραχές
9. Αυτισμός
10. Διαταραχή της όρασης
11. Σοβαρή εγκεφαλική παράλυση
12. Κώφωση-τύφλωση

χής και Υπερ-κινητικότητας (ADHD) αναφέρεται στην κατηγορία άλλες διαταραχές της υγείας ή συναισθηματικές διαταραχές επιπρόσθετα τα παιδιά ηλικίας 3 έως 9 κατηγοριοποιούνται ως αναπτυξιακά καθυστερημένα και όχι ότι ανήκουν σε μια συγκεκριμένη αναπηρία.



Ελέγξτε τώρα αυτούς τους ορισμούς. Ποια φράση εμφανίζεται σε όλους σχεδόν τους ορισμούς; Είναι αυτοί οι ορισμοί συνεπείς με τον ορισμό της αναπηρίας του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας (2001); Εξηγήστε.

Προκειμένου να συμπεριληφθούν τα άτομα σε μία κατηγορία αναπηρίας θα πρέπει να πληρούν τα κριτήρια τα οποία επιφέρουν περιορισμούς στην εκτέλεση συγκεκριμένων δραστηριοτήτων σε ένα ή περισσότερα πεδία δράσης. Για παράδειγμα, ένας μαθητής με νοητική καθυστέρηση πιθανόν να κατηγοριοποιηθεί ως ένα άτομο με αναπηρία στην ανάγνωση, στη γραφή, στην αριθμητική, αλλά όχι στον τομέα της Φυσικής Αγωγής. Επομένως, ένα άτομο δεν χαρακτηρίζεται συνοδικά ως ανάπηρο ανεξάρτητα εάν παρουσιάζει κάποια αναπηρία στη λειτουργία του σώματος ή σε κάποιο όργανο.

Υπηρεσίες Ειδικής Αγωγής

Υπηρεσίες Ειδικής Αγωγής αναφέρονται σε υπηρεσίες διδασκαλίας που απευθύνονται σε μαθητές με αναπηρία *συμπεριλαμβανομένων και των ειδικών οδηγιών* που δίνονται στο μάθημα της Φυσικής αγωγής. Οι υπηρεσίες που παρέχονται σ' αυτή είναι *άμεσες*, δηλαδή δίνονται σε προσωπική βάση στους μαθητές και *έμμεσες* όπως σχεδιασμός, συνεργασία και διαβούλευση. Η ειδική αγωγή παρέχεται σε εγκαταστάσεις και χώρους οι οποίοι πρέπει να πληρούν ελάχιστους περιβαλλοντικούς περιορισμούς.

Σχετικές Υπηρεσίες

Ως **σχετικές υπηρεσίες** (Related Services) ορίζονται όλες εκείνες οι υπηρεσίες οι οποίες μπορεί να είναι υποστηρι-

κτικές ή διορθωτικές και απαιτούνται για ορισμένους μαθητές προκειμένου να τους παρέχεται η δυνατότητα συμμετοχής στην ειδική αγωγή. *Η Φυσική Αγωγή δεν είναι μία τέτοια υπηρεσία.*

Εξατομικευμένο Πρόγραμμα Οικογενειακών Υπηρεσιών (Individualized Family Service Plan)

Περιλαμβάνει τις αναπτυξιακές διαταραχές ενός βρέφους ή νηπίου (ορίζεται μεταξύ του τοκετού - 2 ετών) σε συγκεκριμένα λειτουργικά πεδία και καθιστά το άτομο κατάλληλο για να του παρασχεθούν σχετικές υπηρεσίες από κατάρτισμένο εκπαιδευτικό προσωπικό σε οποιονδήποτε χώρο, συμπεριλαμβανομένου και της οικίας του.

Εξατομικευμένο Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα (Individualized Education Program)

Είναι ένα έγγραφο το οποίο πιστοποιεί ότι ένα παιδί/μαθητής ηλικίας μεταξύ 3 έως 21 ετών, τηρεί τα κριτήρια μίας από τις κατηγορίες αναπηριών του Πίνακα 1.1. Τα παιδιά/μαθητές ηλικίας 3 έως 9 ετών θα πρέπει να εντάσσονται σε μία κατηγορία αναπτυξιακής διαταραχής αντί μίας κατηγορίας αναπηριών. Το Πρόγραμμα αναφέρει αναλυτικά τις οδηγίες και υπηρεσίες όσο και τη βοήθεια που πρέπει να λαμβάνει ένας μαθητής με αναπηρία, βάσει τις πολύπλευρης και διεπιστημονικής αξιολόγησης που έχει πραγματοποιηθεί. Το πρόγραμμα προσυπογράφεται και από τους γονείς οι οποίοι δίνουν την έγκρισή τους και οι υπηρεσίες παρέχονται σε ένα περιβάλλον με ελάχιστους περιορισμούς.

Ελάχιστο Περιοριστικό Περιβάλλον

Ελάχιστο Περιοριστικό Περιβάλλον (Least Restrictive Environment) είναι ο όρος που χρησιμοποιείται για να περιγράψει το χώρο (συνήθως ο χώρος του γενικού σχολείου) όπου θα πρέπει να δίνονται οι οδηγίες σε κάθε μάθημα στο οποίο ένας μαθητής έχει μία αναπηρία. Άλλοι χώροι μπορεί να είναι αίθουσες, ειδικές σχολικές τάξεις, ειδικά σχολεία ή χώροι ιδρυμάτων ή νοσοκομείων.

Υπηρεσίες μετάβασης

Τόσο το Εξατομικευμένο Πρόγραμμα Οικογενειακών Υπηρεσιών όσο και το Εξατομικευμένο Πρόγραμμα Εκπαίδευσης δηλώνουν ότι οι υπηρεσίες μετάβασης θα πρέπει να γράφονται και να εφαρμόζονται. Στο μεν πρώτο πρόγραμμα περιλαμβάνονται υπηρεσίες όταν το παιδί να φτάσει την ηλικία των 3 ετών όπως αυτές που δίνονται στα τα προ-νήπια η και πιο μεγάλα παιδιά και στο δεύτερο πρόγραμμα περιλαμβάνονται υπηρεσίες, όταν το παιδί φτάσει στην ηλικία των 14 ετών, δραστηριότητες από το σχολείο σε δραστηριότητες μετά το σχολείο. Οι Καθηγητές Φυσικής Αγωγής έχουν την ευθύνη για τη διδασκαλία αθλημάτων στα άτομα με αναπηρία, τα οποία μπορούν να συνεχισθούν δια βίου καθώς και για την παροχή εμπειριών στο κοινωνικό

περιβάλλον οι οποίες θα διευκολύνουν αυτή την μετάβαση (Krueger, Dirocco, & Felix, 2000). Οι Καθηγητές Προσαρμοσμένης Φυσικής Αγωγής καλό θα είναι να απομακρύνουν τους μαθητές από τους χώρους του σχολείου και να τους εξασκούν στη χρήση των μέσων μαζικής μεταφοράς, προσφέροντάς τους τη δυνατότητα να γνωρίσουν τις δραστηριότητες του δήμου ή της κοινότητας όπου ζουν.

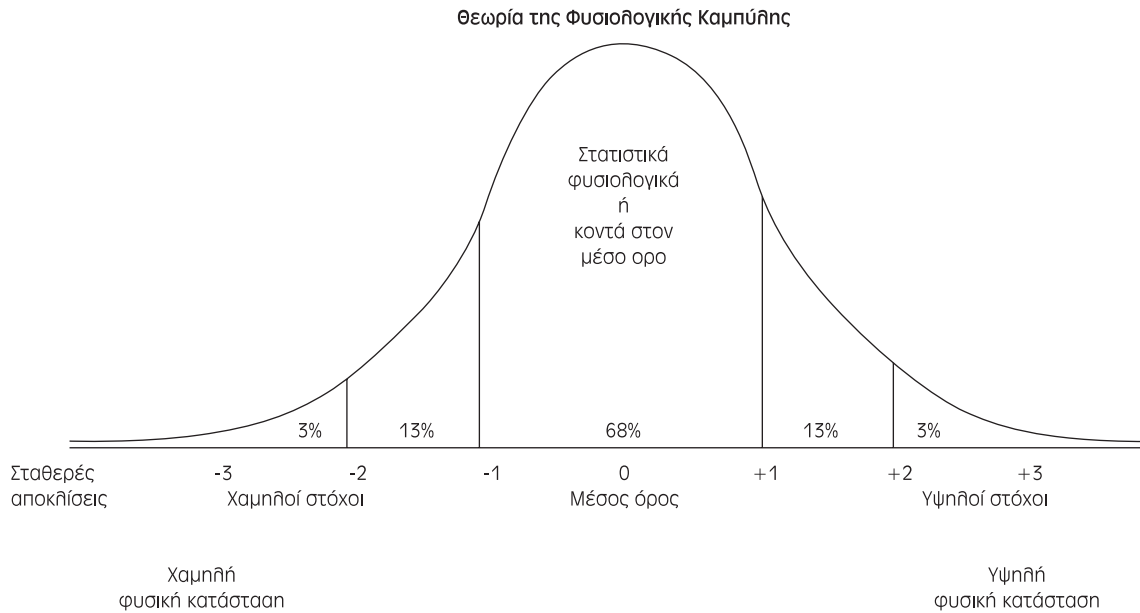
Ατομικές διαφορές και θεωρία της φυσιολογικής καμπύλης (Individual Differences and normal curve theory)

Οι **ατομικές διαφορές** στη θεωρία της προσαρμογής, ορίζονται ως αλληλεπιδράσεις μεταξύ του ατόμου και του περιβάλλοντος οι οποίες αποκλίνουν σημαντικά από τον κανόνα (π.χ. το μέσο όρο, ή το 50%), διότι αυτή η αλληλεπίδραση κάνει τις συνθήκες ευνοϊκές ή δύσκολες για την επίτευξη των στόχων. Η έννοια *ατομικές διαφορές* είναι ένας ευρύτερος όρος από ότι η έννοια αναπηρία επειδή έτσι περισσότερα άτομα τα οποία δεν πληρούν τα κριτήρια βάσει της νομοθεσίας, μπορούν να επωφεληθούν από την Προσαρμοσμένη Φυσική Δραστηριότητα και τις σχετικές ειδικές υπηρεσίες.

Η αρχή της *απόκλισης από τον κανόνα* εδραιώθηκε με τη δημιουργία της κανονικής (φυσιολογικής) καμπύλης στα τέλη του 18^{ου} αιώνα και τη χρήση του στις δοκιμασίες ευφυΐας και στην κατάταξη ή κατηγοριοποίηση των μαθητών για την κατάλληλη εκπαίδευσή τους (Davis, 1995; Shogan, 1998). Σήμερα, η θεωρία της κανονικής καμπύλης συνεχίζει να χρησιμοποιείται στην κατηγοριοποίηση της εκπαιδευτικής διαδικασίας παρόλο που δέχεται όλο και περισσότερη κριτική. Το σχεδιάγραμμα 1.6 δείχνει ότι όποτε εξετάστηκαν 100 ή περισσότερα άτομα, το σκορ του 60% αυτού του πληθυσμού κυμαινόταν μεταξύ της *τυπικής απόκλισης -1 και +1*. Αυτοί οι δείκτες περικλείουν το πεδίο που ονομάζεται μέσος όρος ή φυσιολογική εκτέλεση/απόδοση. Όσο περισσότερο απομακρύνεται το σκορ ενός ατόμου από τις μέσες τιμές του 68% τόσο μεγαλύτερη είναι η διαφορετικότητά του (μοναδικότητα, ειδική συμπεριφορά).

Το *καθιερωμένο κριτήριο (ή στάνταρτ) για να ενταχθεί ένα άτομο σε μία κατηγορία Ειδικής Αγωγής ή Προσαρμοσμένης Φυσικής Αγωγής είναι ένα σκορ και μία τιμή μικρότερη του -2 της τυπικής απόκλισης*. Συνήθως, χρησιμοποιούνται πολυάριθμες δοκιμασίες προκειμένου να ληφθεί μία απόφαση. Μόνο 2-3% του συνολικού πληθυσμού επιτυγχάνει μία τιμή πέραν αυτών των δεικτών σε οποιαδήποτε δοκιμασία. Παρόλο που η ταξινόμηση στις κατηγορίες αναπηρίας είχε ως σκοπό την αντικειμενική και ουδέτερη κατηγοριοποίηση, ωστόσο αυτή η πρακτική σχετίζεται κατά πολύ με την προκατάληψη και τη διάκριση. Πολλοί ειδικοί επιμένουν ότι η ταξινόμηση σ' αυτές τις κατηγορίες, οδηγεί το σχολείο στην τοποθέτηση κοινωνικών ταμπελών η οποία είναι επώδυνη και διαρκεί για πολύ μεγάλο χρονικό διάστημα.

Τονίζοντας την ιδιαίτερη σημασία της δια βίου φυσικής δραστηριότητας, η οποία συνεισφέρει σε μία καλύτερη ποιότητα ζωής, η Sherrill συστήνει στους Καθηγητές Φυσικής Αγωγής να ζητούν τη βοήθεια των ειδικών για κάθε



Εικόνα 1.6 Μια κανονική καμπύλη είναι ένα μαθηματικό μοντέλο που δείχνει σε ποια περιοχή 100 ή περισσότεροι μαθητές θα επιτύχουν εάν τους δοθεί μια σταθμισμένη δοκιμασία. Κατά μήκος της κάτω γραμμής υπάρχουν τυπικοί βαθμοί απόκλισης που χωρίζουν την καμπύλη σε περιοχές 3%, 13% και 68%.

μαθητή ο οποίος επανειλημμένως θα σκοράρει κάτω του μέσου όρου (50%). Συνήθως, γνωρίζουμε ότι αυτοί οι μαθητές βρίσκουν τρόπους να ρεϊπουν δικαιολογημένα ή αδικαιολόγητα από το μάθημα της Φυσικής Αγωγής.



*Η απόφασή σας για το ποιος θα απολαμβάνει Προσαρμοσμένες Φυσικές Δραστηριότητες αντανακλά και τη φιλοσοφία σας. Πιστεύετε στην **αρχή της μηδενικής άρνησης** και στην αρχή της μηδενικής αποτυχίας? Η αρχή της μηδενικής άρνησης τονίζει το δικαίωμα όλων των ατόμων για υψηλού επιπέδου μαθήματα Φυσικής Αγωγής, για συμμετοχή σε Προγράμματα Αναψυχής και σε δημόσια προγράμματα. Η **αρχή της μηδενικής αποτυχίας** αφορά την καθοδήγηση με προσανατολισμό στην επιτυχία, προβαίνοντας σε προσαρμογές έτσι ώστε να διασφαίζονται ίσες δυνατότητες για όλα τα άτομα. Πρόκειται για ιδεαλιστικές αρχές. Μήπως είναι πολύ ιδεαλιστικές? Γιατί?*

Εξειδικευμένοι Επαγγελματίες και Επαγγελματική Προετοιμασία

Οι εξειδικευμένοι επαγγελματίες είναι τα άτομα παρέχουν υπηρεσίες Προσαρμοσμένης Φυσικής Δραστηριότητας σε συνθήκες σχολείου ή σε έξω-σχολικές δραστηριότητες, έχουν ολοκληρώσει έναν ή περισσότερους κύκλους σπουδών πάνω στην Προσαρμοσμένη Φυσική Αγωγή και έχουν εκτεταμένη εμπειρία πρακτικής άσκησης (με σχετική εποπτεία) σε σχολεία όπου φοιτούν άτομα με αναπηρία. Τα άτο-

μα που χαρακτηρίζονται ως **ειδικοί** ώστε να προσληφθούν υπό το καθεστώς μερικής ή πλήρους απασχόλησης στην παροχή υπηρεσιών Προσαρμοσμένης Φυσικής Δραστηριότητας ή στη Συμβουλευτική, συνήθως έχουν ολοκληρώσει προπτυχιακές ή μεταπτυχιακές σπουδές με ειδίκευση στην Προσαρμοσμένη Φυσική Αγωγή. Τόσο οι Καθηγητές Γενικής Φυσικής Αγωγής όσο και αυτοί της Προσαρμοσμένης Φυσικής Αγωγής πρέπει να έχουν γνώσεις και εμπειρίες σχετικά με τις ατομικές διαφορές- κάτι το οποίο επιδιώκουν να προσθέσουν στην ύλη των περισσότερων μαθημάτων τους. Σε αυτή την περίπτωση, το εκπαιδευτικό μοντέλο ονομάζεται **έγχυση** (Infusion) (Kowalski & Rizzo, 1996). Κατά την επαγγελματική τους απασχόληση, τόσο οι Καθηγητές Γενικής Αγωγής όσο και αυτοί Ειδικής Αγωγής, συμμετέχουν σε μια **συνεχή εκπαίδευση**, που περιλαμβάνει εκπαίδευση κατά τη διάρκεια της εργασίας, εργαστήρια, συμμετοχή σε συνέδρια.

APENS και Εθελοντική Πιστοποίηση ως CAPE

Οι καθηγητές της Προσαρμοσμένης Φυσικής Δραστηριότητας στις ΗΠΑ έχουν τη δυνατότητα να συμμετέχουν (κατά βούληση) σε μια εθνική εξέταση βασισμένη στο περιεχόμενο του βιβλίου του APENS (NPERID, 1995), με σκοπό να πιστοποιηθούν. Τα άτομα που επιτυγχάνουν την εξέταση APENS φέρουν το τίτλο CAPE, με την ίδια περηφάνια που οι φυσιοθεραπευτές, οι εργασιοθεραπευτές και οι θεραπευτές αναψυχής φέρουν τους τίτλους PT, OTR, ή TRS. Τα περισσότερα επαγγέλματα παροχής υπηρεσιών προσφέρουν υποχρεωτικά ή εθελοντικά προγράμματα πιστοποίησης για να εξασφαλίσουν τον έλεγχο ποιότητας και γνώσεων των επαγγελματιών τους. Η εξέταση πιστοποίησης, οι κανόνες και οι διαδικασίες του κάθε επαγγέλματος υπό-

κείνται σε περιοδική ανασκόπηση και αναβάθμιση, προϋποθέτοντας ότι οι ενδιαφερόμενοι συμμετέχουν σε συνεχή εκπαίδευση καθόλη τα χρόνια εργασίας τους. Για περισσότερες πληροφορίες στην ιστοσελίδα www.cortland.edu/APENS, με τα στελέχη του NCPERID, με την Janet Seaman στο info@aaahperd.org, ή με τον Tim Davis, τον νέο συντονιστή του APENS στο Πανεπιστήμιο Cortland State στην Νέα Υόρκη (davis@cortland.edu) (Πίνακας 1.2).

Διαπιστευτήρια Αθλητιατρικής

Το Αμερικάνικο Κολλέγιο Αθλητιατρικής (ACSM) προσφέρει ευκαιρίες πιστοποίησης για ειδικούς στο χώρο της υγείας και της φυσικής κατάστασης που εργάζονται με όλες τις ηλικιακές ομάδες. Η μεγαλύτερη προσοχή δίνεται σε ενήλικες που εργάζονται στα αθλητικά κέντρα ή στα κέντρα αποκατάστασης. Το ACSM (2000) παρέχει κατευθυντήριες οδηγίες για το σχεδιασμό των ασκήσεων και της συνταγογράφησης ώστε να βοηθήσει τους επαγγελματίες να προετοιμαστούν για τις εξετάσεις πιστοποίησης. Κάποια από τα γνωστικά πεδία που αξιολογεί το ACSM είναι παρόμοια με αυτά που καλύπτονται από το APENS. Για περισσότερες πληροφορίες, δείτε την ηλεκτρονική διεύθυνση: www.LWW.com/acsmre

Η ιστορία ως οδηγός στην ανάπτυξη μιας Φιλοσοφίας

Όλα τα επαγγέλματα χρειάζεται να καλλιεργούν τη γνώση της ιστορίας τους ώστε να καταστήσουν ικανά τα μέλη τους να σκέφτονται κριτικά για το παρελθόν, το παρόν και το μέλλον των ατόμων που εξυπηρετούν, τις εργασιακές λειτουργίες που πραγματοποιούν και την ηθική που ακολουθούν. Η παροιμία «η ιστορία είναι ένας προφήτης με το βλέμμα στραμμένο στο παρελθόν» μας θυμίζει ότι η κατανόηση του παρελθόντος και του παρόντος διευκολύνει την ανάπτυξη μιας προσωπικής φιλοσοφίας που καθοδηγεί μια καλά ενημερωμένη και σωστή λήψη αποφάσεων στο παρόν και στο μέλλον. Η ιστορία μας βοηθά επίσης να κατανοήσουμε γιατί σκεφτόμαστε και ενεργούμε κατά το συγκεκριμένο τρόπο.

Πίνακας 1.2 Περιοχές που καλύπτονται από τα Εθνικά Πρότυπα Προσαρμοσμένης Φυσικής Αγωγής (APENS).

1. Ανθρώπινη Ανάπτυξη
2. Κινητική συμπεριφορά
3. Επιστήμη της άσκησης
4. Μέτρηση και αποτίμηση
5. Ιστορία και φιλοσοφία
6. Χαρακτηριστικά των εκπαιδευόμενων
7. Θεωρία εκπαιδευτικού προγράμματος και ανάπτυξη
8. Αξιολόγηση
9. Διδακτικός σχεδιασμός
10. Διδασκαλία
11. Συμβουλευτική
12. Αξιολόγηση του προγράμματος
13. Συνεχής εκπαίδευση
14. Ηθική
15. Επικοινωνία

Φιλοσοφία είναι το σύστημα των πεποιθήσεων που καθοδηγεί τις προθέσεις και τις δράσεις ενός ανθρώπου ή το σκοπό (αποστολή, στόχο) και τις πρακτικές ενός επαγγέλματος. Ένα σημαντικό αποτέλεσμα της μελέτης θα πρέπει να αντικατοπτρίζεται στην κριτική σκέψη σχετικά με το τι είναι πολύτιμο σε εμάς όχι μόνο στο επάγγελμα αλλά και γενικά στη ζωή, και πώς μπορούμε να διατηρήσουμε ή να πετύχουμε πράγματα για εμάς τους ίδιους αλλά και τους άλλους.

Αντανακλαστικός τρόπος σκέψης είναι η εξέταση των πολιτικών, ηθικών και κοινωνικών επιπτώσεων αυτών που σκεφτόμαστε, αισθανόμαστε και πράττουμε (Harrison & Templin, 1991). Ο αντανακλαστικός τρόπος σκέψης επίσης περιλαμβάνει τη σύνδεση του παρελθόντος με το παρόν και το μέλλον, και εξαιτίας αυτού γίνεται η ανάλυση του γιατί σκεφτόμαστε με ένα συγκεκριμένο τρόπο, και εάν ή πώς πρέπει να αλλιάξουμε τον τρόπο σκέψης μας. Ο **κριτικός τρόπος σκέψης**, συχνά σχετιζόμενος με την αντανάκλαση, είναι η ανάλυση ή η αξιολόγηση των πεποιθήσεων με βάση συγκεκριμένα καθορισμένα κριτήρια (π.χ. συνέπεια, πρακτικότητα, χρησιμότητα, συνθήκες, ηθική καταλληλότητα). Ο κριτικός τρόπος σκέψης κατά την ανάγνωση είναι συχνά η διατύπωση κρίσεων σχετικά με το τι αξίζει να θυμόμαστε και να χρησιμοποιήσουμε. Προερχόμενη από την ελληνική λέξη «φιλοσοφία», η κυριολεκτική σημασία της φιλοσοφίας είναι *αγάπη για την αλήθεια και έρευνα για το τι είναι σωστό, καλό και όμορφο*. Αυτή η διαδικασία διευκολύνεται από τον αντανακλαστικό και από τον κριτικό τρόπο σκέψης.

Οι πεποιθήσεις αλληλάζουν καθώς η γνώση, η εμπειρία, η πίστη και η ηθική (ηθικές αρχές για το τι είναι σωστό ή λάθος) αλληλάζουν.



Όπως θα διαβάζετε την ιστορική αναδρομή που ακολουθεί, δώστε ιδιαίτερη προσοχή στο φαινόμενο της αλληλαγής, τι την προκαλεί και πώς μπορείτε να εφαρμόσετε την αυξανόμενη γνώση σας στη βελτίωση της επαγγελματικής σας φιλοσοφίας.

Εξέλιξη της Θεραπείας και της Εκπαίδευσης

Η προσοχή που έχει δοθεί στα άτομα με αναπηρία ποικίλει στο χρόνο και στις κοινωνίες (Kalyanpur & Harry, 1999). Κάποιες κοινωνίες, στο παρελθόν, θεωρούσαν ένα άτομο με αναπηρία ως δώρο θεού, μια δοκιμασία της θρησκευτικής πίστης, μια τιμωρία για αμαρτίες του παρελθόντος ή μια άχρηστη οικογενειακή και κοινωνική ιδιοκτησία η οποία μπορεί να διαταράξει την ευημερία των άλλων (Leavitt, 1999; Purnell & Paulanka, 1998). Αυτές οι πεποιθήσεις υποστηρίζονται ακόμα από πολλή άτομα και επηρεάζουν τις πρακτικές εκπαίδευσης. Τυπικά, οι συμπεριφορές είναι διαφορετικές (σκληρότερες) απέναντι στα βρέφη που γεννιούνται με αναπηρία σε σχέση με τα παιδιά και τους ενήλικες που μένουν ανάπηροι ή αρρωσταίνουν.

Αποδοχή πριν το 1800

Στην αρχαία Ελλάδα και τη Ρώμη, και πιθανώς σε πολλές άλλες κοινωνίες, πιστεύεται ότι ήταν συνηθισμένο να σκοτώνουν ή να εγκαταλείπουν βρέφη με αναπηρία. Οι πρώιμες φυλετικές κοινωνίες εγκατέλειπαν τους ηλικιωμένους και ανίκανους ανθρώπους όταν γινόταν βάρος στην επιβίωση της φυλής. Παρόλα αυτά, η αναπηρία γινόταν αποδεκτή, και οι οικογένειες προσέφεραν την καλύτερη δυνατή φροντίδα. Θεραπευτική άσκηση, βότανα, κλιματικές αλλαγές και τα υπόλοιπα θεραπευτικά μέσα χρησιμοποιούνταν συνήθως πριν γίνει διαθέσιμη η επιστημονική γνώση το 1800. Η Κίνα πιστεύεται ότι δημιούργησε τα πρώτα συστήματα θεραπευτικής άσκησης γύρω στο 3000 π.Χ. Κατά τη διάρκεια της μακρόχρονης ιστορίας, η βαριά αναπηρία δεν υπήρξε ποτέ θέμα συζήτησης πιθανόν διότι δεν είχε αναπτυχθεί η ιατρική επιστήμη και τεχνολογία με στόχο να κρατηθούν οι άνθρωποι ζωντανοί, ενώ τα άτομα με μέτρια αναπηρία έμεναν και φροντιζόνταν από τις οικογένειές τους όταν αυτές είχαν τους πόρους να τα ζήσουν, αλλιώς, εγκαταλείπονταν στη μοίρα τους.

Τα ιστορικά βιβλία είναι γεμάτα από ιστορίες για ζητιάνους, καμπούρηδες, καθυστερημένους, ακρωτηριασμένους, τέρατα και άηλους (πιθανόν όλοι άτομα με αναπηρία) που έπαιξαν διάφορους ρόλους σε διαφορετικές κοινωνίες αλλά συνήθως κλείνονταν στον εαυτό τους εκτός και αν έβγαζαν τα προς το ζην ως διασκεδαστές, κηλούς ή τέρατα σε εκθέσεις για την διασκέδαση των αλλήλων, πιο καλότυχων. Οι «Παραστάσεις Τεράτων» σε περιόδους τσίρκο συνέχισαν να είναι δημοφιλείς μέχρι τη δεκαετία του 1940 (Griffin & McClintock, 1997).

Οι άνθρωποι που ήταν διαφορετικοί θεωρούνταν ως ενδιαφέροντα όντα, εκτός και αν αποτελούσαν απειλή, όπως συμβαίνει με κάποιες μορφές ψυχικής ασθένειας. Πίστευαν ότι η αιτία της ψυχικής ασθένειας ήταν τα σατανικά πνεύματα ή ο διάβολος, συμπεριλαμβανομένων και των περιέργων συμπεριφορών των γυναικών που καταδικάζονταν ως μάγισσες. Απ' όλης τις αναπηρίες, η ψυχική ασθένεια ήταν η πιο παρεξηγημένη με αποτέλεσμα αυτά τα άτομα να δέχονται την πιο σκληρή αντιμετώπιση (μαστίγωμα, βασανιστήρια, θάνατος).

Ξεχωριστές Εγκαταστάσεις, ξεκινώντας το 1817

Η ανάπτυξη των πρώτων οικιστικών μονάδων έγινε παράλληλα με την ανακάλυψη ότι κάποια άτομα με αναπηρία μπορούν να βοηθηθούν, ακόμα και να εκπαιδευτούν, όταν δέχονται οργανωμένη εξάσκηση. Η νοηματική γλώσσα και η αισθητηριακή εκπαίδευση ήταν οι πρώτες προσεγγίσεις που δοκιμάστηκαν και τα άτομα με κώφωση ήταν τα πρώτα που επωφεληθήκαν από την τοποθέτηση σε ιδρύματα, τόσο στην Ευρώπη όσο και στις ΗΠΑ. Η νοηματική γλώσσα, ως εκπαιδευτικό σύστημα, ξεκίνησε από τον Γάλλο Laurent Clerc, έναν δάσκαλο που περιγραφόταν ως «βουβός», ο οποίος βοήθησε τον Thomas Gallaudet να ιδρύσει ένα ίδρυμα για κωφούς στο Κονέκτικατ των ΗΠΑ το 1817. Έτσι η εκπαίδευση των κωφών είναι ξεχωριστή από την ειδική αγωγή και συνεχίζει, στο μεγαλύτερο κομμάτι της, να

είναι ξεχωριστή, όπως είναι και ο αθλητισμός για κωφούς, που δημιουργήθηκε στη Γαλλία το 1924. Επομένως, οι κωφοί ήταν ο πρώτος ειδικός πληθυσμός που είχε το δικό του αθλητικό οργανισμό και διεθνείς διαγωνισμούς.

Αντιπαράθεση όμως υπήρχε για χρόνια στην εκπαίδευση κωφών σχετικά με την καλύτερη παιδαγωγική (νοηματική γλώσσα ή προφορική μέθοδος), με τα άτομα που έχουν γεννηθεί κωφά να προτιμούν τη νοηματική και ειδικά σχολεία, ενώ οι γονείς με φυσιολογική ακοή και οι δάσκαλοι να προτιμούν την προφορική μέθοδο και μεικτά σχολεία (Jankowski, 1997). Το Κολλέγιο Gallaudet, στην Ουάσινγκτον, που ιδρύθηκε από τον γιο του Gallaudet, αποτελεί τον πλέον σημαντικό υποστηρικτή της νοηματικής γλώσσας και υποστηρίζει ότι η κώφωση δεν είναι αναπηρία αλλά μια διαφορετική κοιλότητα. Όταν οι γιατροί άρχισαν να συνειδητοποιούν ότι οι άνθρωποι με αναπηρία μπορούν να εκπαιδευτούν ή να μορφωθούν, ιδρύθηκαν πολλά ιδρύματα σ' όλο τον κόσμο. Τα περισσότερα απ' αυτά δημιουργήθηκαν για μια αναπηρία, και διευθύνονταν από γιατρούς οι οποίοι έδιναν έμφαση στην αισθητηριακή εκπαίδευση, την άσκηση και στη χειρωνακτική εργασία ως θεραπεία.

Η Ειδική Αγωγή για παιδιά με νοητική αναπηρία έχει τις ρίζες της στην αισθητικοκινητική εκπαίδευση του Victor, ένα 12χρονο αγόρι που βρέθηκε γυμνό, άγριο και χωρίς δυνατότητα άρθρωσης λόγου στη Γαλλία, γύρω στο 1800. Ο Jean Marc Itard (1775-1839), Γάλλος γιατρός, ανέλαβε την ευθύνη του Victor, «του άγριου αγοριού της Αβινιόν» και μεταγενέστερα αναγνωρίστηκε ως ο πατέρας της Ειδικής Αγωγής.

Ο Edward Seguin, ένας από τους μαθητές του Itard, αναγνωρίζεται ως το άτομο που βελτίωσε την παιδαγωγική του Itard και την ονόμασε **φυσιολογική εκπαίδευση**. Αυτή η προσέγγιση είχε τρεις στόχους: μυϊκή ή φυσική εξάσκηση (σώμα), αισθητηριακή εκπαίδευση (νοημοσύνη) και ηθική θεραπεία (θέληση). Από τις διαλέξεις και τα βιβλία του Seguin, η αισθητικοκινητική και η αντιληπτικοκινητική εκπαίδευση κατέκτησε τη φαντασία των παιδαγωγών και κυριάρχησε στο νέο, αναπτυσσόμενο επάγγελμα της ειδικής αγωγής μέχρι τη δεκαετία του 1960 (Hallahan & Cruickshank, 1973).

Αλλαγή στάσεων, Ευγονική και Προκατάληψη

Καθώς οι οικογένειες άρχισαν να πιστεύουν ότι οι άνθρωποι με αναπηρία μπορούν να έχουν μια καλύτερη ποιότητα ζωής, με περισσότερες υπηρεσίες απ' αυτές που θα μπορούσε να παρέχει το οικείο περιβάλλον, θεώρησαν την ιδρυματοποίηση ως την καλύτερη λύση. Αυτή η πρακτική μείωσε την επαφή που είχαν οι συνηθισμένοι άνθρωποι με άτομα που φαινόταν ή ενεργούσαν παράξενα και ο διαχωρισμός της κοινωνίας σε άτομα με και χωρίς αναπηρία, σταδιακά συνέβαλε στην ανάπτυξη προκατάληψης και διακρίσεων.

Η **Ευγονική**, μια κίνηση της δύσης στις αρχές του 1900, σχεδιάστηκε για να βελτιώσει την φυσική δεξαμενή γονιδίων μέσω της στειρώσεως μπτέρων με κληρονομικές μειονεξίες (π.χ. νοητική καθυστέρηση, κώφωση), υιοθετήθηκε καθώς οι άνθρωποι διδάχτηκαν να πιστεύουν ότι η αναπηρία ήταν κάτι κακό, μείωνε τους οικογενειακούς πόρους και αποδυνάμωνε την κοινωνία (Biesold, 1998; Griffin & Mc Clintock, 1997).

Κατά τη διάρκεια του Β΄ Παγκοσμίου πολέμου, η ναζιστική Γερμανία εφάρμοζε προγράμματα στείρωσης και ευθανασίας, για να απαλλήξει την Ευρώπη από άτομα που θεωρούνταν ότι είχαν κατώτερα γονίδια. Λιγότερο γνωστό, αλλιά παρόλα αυτά εξακριβωμένο, οι γιατροί στις ΗΠΑ συχνά έκαναν στείρωσεις (το 1938 ήταν νόμιμες σε 33 πολιτείες στις ΗΠΑ) και με την άδεια των γονέων, δεν παρείχαν φροντίδα στα νεογέννητα με σοβαρές αναπηρίες. Ο F.D. Roosevelt πρόεδρος των ΗΠΑ, επέτρεψε μόνο μια φορά να τον φωτογραφίσουν στο αναπηρικό του αμαξίδιο το οποίο χρειαζόταν για ευκολότερη μετακίνηση, εξαιτίας της πολιομυελίτιδας.

Καίριες Αναδιαρθρώσεις και Επιλογές Εγκατάστασης

Μετά τον Β΄ Παγκόσμιο Πόλεμο, στην δεκαετία του 1940, σημαντικές μεταρρυθμίσεις χαρακτήρισαν τη θεραπεία των ανθρώπων με αναπηρία. Βετεράνοι πολέμου με κινητική αναπηρία υπήρχαν παντού και το έθνος ήταν περήφανο γι' αυτούς. Οι ιδέες, εντούτοις, σχετικά με την κατάλληλη εκπαιδευτική τοποθέτηση των παιδιών άλλαξαν και οι οικογένειες άρχισαν να πιστεύουν ότι τα παιδιά πρέπει να μένουν σπίτι και να μορφώνονται στα τοπικά σχολεία. Οι γονείς επίσης υποστήριζαν την αναγνώριση νέων διαγνωστικών κατηγοριών, όπως *μαθησιακές αναπηρίες* οι οποίες θα αντιμετωπιζόνταν μέσω της ειδικής αγωγής. Ειδικά ημερήσια σχολεία άνοιξαν, τα οποία υποστήριζαν ακόμα το διαχωρισμό, αλλιά καθιστούσαν τα παιδιά ικανά να ζουν στο σπίτι, ενώ λάμβαναν εκπαίδευση υψηλής ποιότητας σε περιβάλλον χωρίς περιορισμούς.

Η ανθρωπιστική φιλοσοφία και τα κινήματα ανθρωπίνων δικαιωμάτων της δεκαετίας του 1960 ανανέωσαν το ενδιαφέρον σχετικά με την *κοινωνική δικαιοσύνη* (π.χ. είναι η χωριστή σχολική εκπαίδευση σωστή;), που βαθμιαία οδήγησε στην προσθήκη αιθουσών ειδικής αγωγής στα σχολεία γενικής εκπαίδευσης. Αυτή η καινοτομία δημιούργησε την πρώτη επαφή μεταξύ παιδιών με και χωρίς αναπηρία. Η δημιουργία των Special Olympics το 1968, ήταν μια δυναμική προσπάθεια για να αυξηθεί την επαφή μεταξύ των ατόμων με και χωρίς αναπηρία και να βελτιώσει τις στάσεις τους. Οι προσπάθειες του λαϊκού κινήματος στις ΗΠΑ οδήγησαν σε ομοσπονδιακούς νόμους στη δεκαετία του 1970 που υποστήριζαν δωρεάν δημόσια εκπαίδευση σε ένα περιβάλλον με ελάχιστους περιορισμούς. Ερμηνεύτηκε ως *διαθεσιμότητα πολλών επιλογών εκπαίδευσης* (π.χ. ημερήσια ειδικά σχολεία, ειδικά μαθήματα αυτό-αναγνώρισης, τάξεις υποστήριξης στα γενικά σχολεία, μεικτές τάξεις). Έξω από την αίθουσα, αυξημένη έμφαση δόθηκε στην αποφυγή διακρίσεων και στη δημιουργία ισότιμων ευκαιριών για όλους.

Σήμερα, η Πρόκληση της Ενσωμάτωσης

Τα Ηνωμένα Έθνη επέλεξαν το 1981 ως το Διεθνές Έτος των Ατόμων με Αναπηρία, μια αναγνώριση που έδωσε ώθηση σ' αυτά τα άτομα σ' όλο τον κόσμο να βλέπουν τους εαυτούς τους ως κοινωνική μειονότητα με δικαιώματα για τα οποία πρέπει να αγωνιστούν. Οι διεθνείς αγώνες για τα άτο-

μα με αναπηρία στη Νέα Υόρκη το 1984, έδωσαν τεράστια ώθηση για τη διερεύνηση των σπορ για άτομα με αναπηρία στον Παραολυμπιακό αθλητισμό. Στις μέρες μας, στο μεγαλύτερο μέρος του κόσμου, η τάση είναι προς τις πρακτικές ενσωμάτωσης στα σχολεία, στις εταιρίες, στις βιομηχανίες και στις κοινότητες. *Η έμφαση στο σχολικό προγραμματισμό έχει αλλιάξει και ως εκ τούτου στα παιδιά με αναπηρία προσφέρονται διάφορες επιλογές εκπαίδευσης. Παρ' όλα αυτά, απαιτείται πολλή δουλειά για την υλοποίηση της κοινωνικής δικαιοσύνης και των ισότιμων ευκαιριών για όλους* (Adams, Bell & Griffin, 1997; Kozub, Sherblom & Terry, 1999).

Σήμερα, η Πρόκληση της Διαπολιτισμικής Πολυπλοκότητας

Η αυξανόμενη φυλετική, εθνική, θρησκευτική, γλωσσική και οικογενειακή ποικιλία, καθώς και οι προκλήσεις που προκύπτουν από την φτώχεια, κάνουν την παροχή υπηρεσιών πιο περίπλοκη (Leavitt, 1999; Purnell & Paulanka, 1998). Παιδιά από εθνικές μειονοτικές ομάδες τείνουν να υπερεκπροσωπούνται στην ειδική εκπαίδευση πιθανώς επειδή οι περισσότεροι είναι φτωχοί. Οι λόγοι γι' αυτό δεν είναι ξεκάθαροι, όμως η μεροληψία στην εκπαιδευτική εκτίμηση και ταξινόμηση, η δυσανάλογη εκπροσώπηση καθηγητών και υπευθύνων είναι μερικοί από τους κυριότερους παράγοντες.

Η οικονομική κατάσταση των οικογενειών σήμερα επηρεάζει σημαντικά το ποσοστό των παιδιών που έχει ανάγκη από ειδική αγωγή. Η ανομοιογένεια στο σχολείο και στην τάξη που προκαλούνται από παράγοντες όπως η φτώχεια, απαιτούν αλλαγές στην επαγγελματική προετοιμασία (Εικόνα 1.7).

Στάδια της Ιστορίας της Προσαρμοσμένης Φυσικής Δραστηριότητας

Η Προσαρμοσμένη Φυσική Δραστηριότητα πέρασε από πολλή αλλαγή τόσο στην ονομασία όσο και στην φιλοσοφία της. Στις ΗΠΑ, αυτό το σύστημα παροχών ειδικών υπηρεσιών φαίνεται να διέτρεξε έξι στάδια (Sherrill, 1988; Sherrill & DePauw, 1997).

Στάδιο 1, Ιατρική Γυμναστική: Πριν το 1905

Πριν από το 1900, η Φυσική Αγωγή ήταν ιατρικά προσανατολισμένη και είχε προληπτική, αναπτυξιακή ή διορθωτική φύση. Το σχολικό πρόγραμμα της Φυσικής Αγωγής αποτελούνταν αρχικά απ' αυτό που σήμερα γνωρίζουμε ως γυμναστική, άσκηση, μηχανική σώματος. Οι Πανεπιστημιακοί Καθηγητές Φυσικής Αγωγής ήταν κατά κύριο λόγο γιατροί που εφάρμοζαν τις γνωστές αρχές της ιατρικής στα διάφορα συστήματα ασκήσεων. Ο σκοπός της Φυσικής Αγωγής ήταν η πρόληψη της ασθένειας και η προώθηση της υγείας και της ευρωστίας του μυαλού και του σώματος. Παρόλα αυτά, αρκετοί καθηγητές είχαν ενδιαφέρον στη θεραπευτική και στην διορθωτική με αποτέλεσμα να δημιουργηθεί ένας Σύλλογος για την Εξέλιξη της Φυσικής Αγωγής το 1905. Κατά συνέπεια, κάποια άτομα χρησιμοποιούσαν