

Σωματικές αναπηρίες: Εξετάσεις πιστοποίησης.

Γεωργία Νταβαρούκα

Geo_ntav@live.com

Λάρισα 24-5-2016

Ερωτήσεις πιστοποίησης

- 1. Περιγράψτε τις κυριότερες κατηγορίες εγκεφαλικής παράλυσης.
- 2. Τι γνωρίζετε για τους τύπους της επιληψίας καθώς και για τα βασικά σημεία που πρέπει να γνωρίζει ο εκπαιδευτικός, όταν αντιμετωπίζει τη συγκεκριμένη κατάσταση μέσα στην τάξη;
- 3. Ποιοι είναι οι σκοποί του προγράμματος για παιδιά με σωματικές αναπηρίες;
- 4. Περιγράψτε 3 αισθητηριακές ασκήσεις που θα οργανώσετε για παιδιά με σωματικές αναπηρίες. Αναφέρετε 1 παράδειγμα για κάθε μια καθώς και τον στόχο του Κ., το υλικό που θα χρησιμοποιηθεί.
- 5. Ποιοι είναι οι σπουδαιότεροι τύπου (μορφές) της σωματικής αναπηρίας;
- 6. Ποιοι είναι οι κυριότεροι αιτιολογικοί παράγοντες της εγκεφαλικής παράλυσης;

Ερωτήσεις πιστοποίησης

- 7. Ποια είναι τα προβλήματα που συνήθως συνοδεύουν την εγκεφαλική παράλυση με επιπτώσεις στο σχολικό πρόγραμμα;
- 8. Ποιες είναι οι μορφές της σπαστικότητας και οι κυριότερες αιτίες που αναφέρονται σε αυτήν;
- 9. Να ορίσετε τη "δισχιδή ράχη" και την "υδροκεφαλία". Ποιοι είναι οι τύποι της "δισχιδούς ράχης";
- 10. Τι είδους ψυχοκινητικές ασκήσεις θα προτείνατε σε παιδιά με ημιπληγία για την βίωση του σωματικού τους σχήματος; Αναφέρετε αντιπροσωπευτικά παραδείγματα.
- 11. Αναφέρετε συγκεκριμένα υλικά και παιχνίδια που θα χρησιμοποιούσατε για ν' αυξήσετε την λειτουργικότητα των χεριών (με απλές κινήσεις) σε παιδιά με ελαφριά σωματική αναπηρία

1. Κατηγορίες εγκεφαλικής παράλυσης(σελ.6)

- **Ημιπληγία:** όταν έχει προσβληθεί η μία μόνο πλευρά του σώματος (δεξιά ή αριστερή). Είναι σπαστικού κυρίως τύπου. Η ημιπληγία χαρακτηρίζεται από ασυμμετρία στην στάση και την κίνηση η οποία γίνεται εμφανής από τις πρώτες εβδομάδες ή μέχρι και τον 5ο μήνα της ζωής του παιδιού. Το ημιπληγικό παιδί συνήθως περπατά μετά τον 18ο μήνα.
- **Παραπληγία:** προσβολή των κάτω κυρίως άκρων. Δεν παρατηρείται συχνά στην εγκεφαλική παράλυση.
- **Μονοπληγία:** προσβολή ενός μέλους (ενός κάτω άκρου συνήθως). Συμβαίνει σπάνια και εξελίσσεται σε ημιπληγία.
- **Τριπληγία:** προσβολή τριών άκρων (των δύο κάτω και ενός εκ των άνω). Συμβαίνει σπάνια.
- **Τετραπληγία:** Όταν έχει προσβληθεί όλο το σώμα. Σε σπαστικές μορφές τα άνω άκρα έχουν προσβληθεί εξίσου με τα κάτω, ενώ στις αθετωσικές ο κορμός και τα άνω άκρα προσβάλλονται περισσότερο..
- **Διπληγία:** προσβολή άνω και κάτω άκρων αλλά πιο έντονα στα κάτω.
- **Διπλή ημιπληγία:** προσβολή των άνω και κάτω άκρων αλλά εντονότερα των άνω.

2. Τύποι επιληψίας-Αντιμετώπιση εκπαιδευτικού (σελ. 16)

Εστιακές κρίσεις

- Α) Απλές
- Β) Σύνθετες

Γενικευμένες κρίσεις

- Α) Γενικευμένη τονικοκλονική κρίση
- Β) Αφαιρέσεις
- Γ) Μυοκλονικές κρίσεις
- Δ) Ατονικές κρίσεις

2. Αντιμετώπιση εκπαιδευτικού

- Να κρατήσουμε την ηρεμία μας και να κοιτάξουμε την ώρα.
- Να απομακρύνουμε αντικείμενα που μπορεί να προκαλέσουν τραυματισμό στον ασθενή.
- Να βάλουμε ένα μαξιλάρι κάτω από το κεφάλι ή κάποιο μαλακό ρούχο.
- Να βγάλουμε τα γυαλιά αν υπάρχουν και να τον γυρίσουμε πλάγια ώστε να διατηρηθούν ανοικτοί οι αεραγωγοί προς αποφυγή πνιγμονής.
- Να καθαρίσουμε το σάλιο αν αυτό υπάρχει γύρω από το στόμα.
- Όταν αρχίσει να συνέρχεται ή βρίσκεται σε σύγχυση να τον καθησυχάσουμε.
- Αν ο σπασμός διαρκεί θα πρέπει να ειδοποιήσουμε τον γιατρό ή εάν υπάρχει διαθέσιμο φάρμακο να το χρησιμοποιήσουμε.
- Να μην επιχειρούμε μετακίνηση, ενώ ο σπασμός εξελίσσεται, εκτός εάν υπάρχει άμεσος κίνδυνος π.χ. αν ο σπασμός συμβαίνει σε έναν δρόμο που περνάνε αυτοκίνητα ή πάνω σε ένα κεφαλόσκαλο ή κοντά σε νερό κ.ά.

2. Αντιμετώπιση εκπαιδευτικού

- Να μην προσπαθήσουμε να συγκρατήσουμε τις κινήσεις
- Να μην τον σηκώσουμε.
- Να μην βάλουμε αντικείμενα σκληρά όπως κουτάλι ή μολύβι ανάμεσα στα δόντια, για τον κίνδυνο τραυματισμού ή τα δάκτυλά μας για να μην καταλήξουμε σε κάκωσή τους.
- Να μην προσπαθήσουμε να δώσουμε νερό ή φάρμακο από το στόμα κατά τη διάρκεια του σπασμού.
- Να μην τον ενοχλήσουμε την ώρα που το επεισόδιο έχει μόλις τελειώσει, αλλά να τον αφήσουμε να συνέλθει με ηρεμία και ησυχία επιβεβαιώνοντας τον ότι όλα θα πάνε καλά.
- Όταν γνωρίζουμε τις κρίσεις ενός ατόμου και τη συνήθη διάρκειά τους δεν είναι απαραίτητο να καλούμε το ασθενοφόρο ή τον γιατρό, εκτός και αν. όπως προαναφέραμε ο σπασμός διαρκεί πολύ.

3. Σκοπός προγράμματος

- Η σχολική ενσωμάτωση
- Η ψυχοσυναισθηματική ανάπτυξη

Ο εκπαιδευτικός θα πρέπει να ενημερώνεται για τις ιδιαιτερότητες του κάθε παιδιού, για στάσεις οι οποίες διευκολύνουν τις διάφορες κινήσεις, καθώς και για στάσεις οι οποίες περιορίζουν τη δυνατότητα για κινητικές δραστηριότητες. Έτσι θα συμβάλλει στην εξασφάλιση παιδαγωγικού κλίματος και στην ετοιμότητα για μάθηση.

4. Αισθητηριακές ασκήσεις(σελ. 22-25)

- 1) Να παράγουν απλά ηχητικά πρότυπα με τη φωνή, το σώμα και με μουσικά όργανα (π.χ. χειροκροτούν, χτυπάνε ή κάνουν βήματα στο ρυθμό των δικών τους και άλλων ονομάτων ή άλλων λέξεων και φράσεων). Όσα παιδιά δε μπορούν να χειροκροτήσουν βγάζουν ήχους ή χτυπάνε το θρανίο τους με όποιο τρόπο μπορούν. Να τραγουδούν διάφορα απλά τραγούδια (π.χ. τραγουδούν ομαδικά μέσα στην τάξη.
- 2) Να επινοούν διάφορες τεχνικές και να τις εφαρμόζουν για να σχεδιάζουν και να ζωγραφίζουν χαρτιά λευκά και χρωματιστά, χαρτόνια από χαρτόκουτα, περιοδικά κ.ά.) για να ζωγραφίζουν ατομικά ή ομαδικά. Ενθαρρύνονται να πειραματίζονται (π.χ. μείξεις χρωμάτων κ.ά.) ή να επινοούν τεχνικές (π.χ. χρησιμοποιούν νεροχρώματα και καλαμάκια. Φυσούν, για παράδειγμα, με το καλαμάκι το χρώμα και δημιουργούν πρωτότυπους συνδυασμούς).

4. Αισθητηριακές ασκήσεις(σελ. 22-25)

- 3) Να χρησιμοποιούν με πολλούς τρόπους διάφορα υλικά για να κάνουν μικροκατασκευές

Παροτρύνονται να χρησιμοποιούν διάφορα υλικά ή χρηστικά αντικείμενα με τρόπο που εξυπηρετεί τους σκοπούς και τις ανάγκες τους (π.χ. δημιουργούν σκηνικά , παιχνίδια κ.ά.). Ενθαρρύνονται να συλλέγουν και να ταξινομούν διάφορα « άχρηστα » υλικά (π .χ. κουτιά , μπουκάλια , χάρτινοι κύλινδροι κ.ά.) ή φυσικά υλικά (π .χ. κοχύλια , βότσαλα , φασόλια κ.ά.) για τις κατασκευές τους (π.χ. δυο πλαστικά πώματα μπορούν να γίνουν « φώτα » , « ρόδες » , « μάτια »).Οι ενδεικτικές δραστηριότητες ισχύουν για όσα παιδιά έχουν επαρκή κινητικότητα των άνω άκρων. Για τα υπόλοιπα παιδιά προσαρμόζονται οι δραστηριότητες, έτσι ώστε . Η σχεδίαση διαφόρων ειδών γραμμών και περιγραμμάτων και η σύνθεση διαφόρων σχημάτων και μορφών μπορεί να πραγματοποιηθεί με τη χρήση έτοιμου υλικού, π.χ. σχεδίαση τετραγώνου με ξυλάκια ή με σπирτόξυλα. να εκπληρώνονται πλήρως οι στόχοι.

5. Μορφές σωματικής αναπηρίας(σελ. 13-14-15)

- Εγκεφαλική παράλυση
- Υδροκεφαλία
- Δισχιδής ράχη
- Πολυομελίτιδα
- Μετατραυματικές κακώσεις στα παιδιά
- Μυοπάθειες- Μυϊκή δυστροφία

6. Αιτιολογικοί παράγοντες εγκεφαλικής παράλυσης

- Προγεννητικοί: οικογενειακή προδιάθεση, ενδομήτριες λοιμώξεις, εγκεφαλική αιμορραγία, πολύδυμη κύηση.
- Περιγεννητικοί: προωρότητα, το μικτό βάρος, η ασφυξία, η ενδοκράνια αιμορραγία, η ισχαιμία, τα αναπνευστικά προβλήματα.
- Μεταγεννητικοί: λοιμώξεις του Κ.Ν.Σ, ο πυρηνικός ίκτερος, αγγειακά επεισόδια, τραύμα, όγκοι, κοκκύτης, αντιοκκυτικός εμβολιασμός.

7. Διαταραχές με επιπτώσεις στην εκπαίδευση(σελ. 10-12)

- Διαταραχές λόγου
- Μαθησιακές δυσκολίες

8. Σπαστικότητα

- Κύριο χαρακτηριστικό του μυϊκού τόνου είναι η υπερτονία. Οι μύες που συμμετέχουν σε μία κίνηση συσπώνται βίαια και ακούσια με αποτέλεσμα η κίνηση να είναι ασυγχρόνιστη. Οι σπαστικοί μύες είναι πιο αδύναμοι και αργοί από τους φυσιολογικούς, αντιδρούν έντονα στα ερεθίσματα και κουράζονται πολύ γρήγορα. Προσβάλλει ένα ή περισσότερα μέλη του σώματος, ενώ ο βαθμός της εξαρτάται επίσης από τον περιβαλλοντικό ερεθισμό και τη συναισθηματική κατάσταση του παιδιού.

8. Σπαστικότητα

- Η σπαστικότητα είναι αποτέλεσμα βλάβης του ανώτερου κινητικού νευρώνα (εγκέφαλος ή νωτιαίος μυελός). Είναι κινητική διαταραχή που χαρακτηρίζεται από ταχυτητοεξαρτώμενη αύξηση του μυϊκού τόνου και επικρατεί στους καμπτήρες μύες των άνω άκρων, στους εκτείνοντες των κάτω άκρων και πιο συχνά στους πρηνιστές από τους υπτιαστές μυς.
- Ο μυϊκός τόνος μπορεί να είναι μονίμως αυξημένος (μόνιμη σπαστικότητα) ή διαλείπων (παροξυσμική σπαστικότητα). Ανάλογα με τη βαρύτητα της σπαστικότητας μπορεί να εμφανίζονται συνοδοί νευροπαθητικοί πόνοι, παρατεταμένες συσπάσεις των μυών όπως π.χ.
- των προσαγωγών, όπως και διαταραχή της κένωσης της ουροδόχου κύστης προκαλώντας σημαντική επιβάρυνση στην ποιότητα ζωής του ασθενούς.

9. Υδροκεφαλία και δισχιδής ράχη

- Υδροκεφαλία: Ο όρος υδροκεφαλία προέρχεται από τις λέξεις ύδωρ και κεφαλή, υποδηλώνοντας με σαφήνεια την κλινική εκείνη κατάσταση κατά την οποία ο όγκος του εγκεφαλονωτιαίου υγρού (ENY) αυξάνεται και προκαλείται διάταση του κοιλιακού συστήματος του εγκεφάλου. Τα φαινόμενα αυτά μπορεί να προκαλέσουν αύξηση της πίεσης μέσα στο κρανίο (ενδοκράνια πίεση) και σημαντική δυσλειτουργία του εγκεφάλου. Η κατάσταση αυτή μπορεί να εμφανιστεί σε οποιαδήποτε ηλικία και μπορεί να αφορά από νεογνά μέχρι υπερήλικες.
- Δισχιδής ράχη: Η δισχιδής ράχη (spina bifida) είναι μια άλλη νευρολογική διαταραχή. Οφείλεται σε εγγενή ανωμαλία της σπονδυλικής στήλης, η οποία κατά την εμβρυϊκή περίοδο σε κάποιο σημείο της παρουσιάζει ατελή ανάπτυξη (οι σπόνδυλοι δεν κλείνουν τελείως) με αποτέλεσμα να προσβάλλεται ο νωτιαίος μυελός και να προκαλούνται διάφορες διαταραχές. Η δισχιδής ράχη διακρίνεται στην τυφλή δισχιδή ράχη, τη μηνιγγοκήλη και τη μυελομηνιγγοκήλη.

10. Ψυχοκινητικές ασκήσεις για βίωση του σώματος(σελ 12 και σελ 19)

- Παίξτε το παιχνίδι "μιμήσου το ζώο": εσείς ονομάζετε ένα ζώο και το παιδί πρέπει να μιμηθεί την κίνηση του συγκεκριμένου ζώου. Θα πρέπει δηλαδή να πηδάει σα βάτραχος, να σέρνεται σαν φίδι κτλ. Διατηρείστε το ενδιαφέρον του παιδιού για το παιχνίδι, αλλάζοντας κάθε 10 δλ. περίπου το ζώο. Ζητείστε από το παιδί να κάνει τον κάβουρα (να περπατάει με τα τέσσερα με την πλάτη προς τα κάτω) και δείτε εάν μπορεί να μεταφέρει κάτι με την κοιλιά του δίχως να το ρίξει.
- Η διδασκαλία της χαλάρωσης
- Παθητικές κινήσεις
- Δραστηριότητες σωματογνωσίας οι οποίες θα ήταν χρήσιμο να πραγματοποιούνται με παιγνιώδη μορφή (τοποθέτηση της παλάμης σε στεφάνι, χρωματισμός διαφόρων μελών του σώματος)
- Ασκήσεις φυσικής κατάστασης

10. Ψυχοκινητικές ασκήσεις για βίωση του σώματος(σελ. 12 και σελ. 19)

- Δραστηριότητες προσανατολισμού στο χώρο. Πραγματοποιούνται σε παιγνιώδη μορφή και περιλαμβάνουν πλάγια βήματα, σταματήματα και μετακινήσεις προς τα πίσω κ.α..
- Συμμετρικές θέσεις.
- Αναπνευστικές ασκήσεις,(εισπνοή, εκπνοή), οι οποίες μπορεί να εκτελούνται σε ζεύγη με την βοήθεια μπαλονιού ή ελαφριάς μπάλα
- Ρολαρίσματα του σώματος σε στρώματα. Η συγκεκριμένη δραστηριότητα είναι ευχάριστη για τα παιδιά με ΕΠ, παρέχει αισθητικά ερεθίσματα και προκαλεί μυϊκή χαλάρωση.
- Ισοροπιστικές ασκήσεις Οι ισοροπιστικές ασκήσεις πραγματοποιούνται σε διάφορες θέσεις (πρηνή, ύπτια, καθιστή, όρθια) με την βοήθεια ειδικής σανίδας
- Συγχρονισμένες κινήσεις εκπαιδευτή και μαθητή (coactive movements). Πρόκειται για κινήσεις (π.χ. βάδιση) που γίνονται από με τα σώματά τους σε πλήρη επαφή. Με αυτόν τον τρόπο ο μαθητής λαμβάνει απτικά , κιναισθητικά ερεθίσματα.
- Κολύμβηση. Με την κολύμβηση το σώμα απελευθερώνεται από την βαρύτητα μέσα στο νερό και παίρνει ευκολότερα οποιαδήποτε στάση και θέση που είναι ιδιαίτερα δύσκολη στην ξηρά.

11. Λειτουργικότητα των χεριών-Λεπτή κινητικότητα

- Οι δραστηριότητες λεπτής κίνησης διεγείρουν την **απτική αίσθηση** ενός παιδιού. Το παιχνίδι με **πλαστελίνη**, πηλό, αφρό ή στόκο επιτρέπει σε ένα παιδί να πιέσει με τα χέρια του και να διεγείρει τους λεπτούς μύες των δακτύλων του. Το ίδιο αποτέλεσμα έχει και το παιχνίδι με **μπουκάλια με σπρέι**, όντας παράλληλα πολύ διασκεδαστικό. Μπορείτε να ζητήσετε από το παιδί να ποτίσει τα λουλούδια της βεράντας ή της αυλής με το σπρέι ή ακόμα και να πάρει ένα **πανί** και να σας βοηθήσει στο καθάρισμα. Μπορείτε επίσης να παίξετε «μάντεψε τι είναι στη σακούλα»: απλά τοποθετείστε μερικά μικρά αντικείμενα μέσα σε μία αδιαφανή σακούλα και ζητείστε από το παιδί σας να τα αναγνωρίσει μέσω της αφής. Αν το παιδί είναι πολύ κιναισθητικό για να καθίσει ήσυχο στο δωμάτιό του και να ζωγραφίσει, πάρτε του πολύχρωμες **κιωλίες** και αφήστε το να εκφραστεί στο πεζοδρόμιο.

11. Λειτουργικότητα των χεριών-Αδρή κινητικότητα

- **Παιχνίδι με μπάλα:** πέταγμα και πιάσιμο της μπάλας-μεσαίο και μεγάλο μέγεθος, μικρότερο μέγεθος για ηλικιακά μεγαλύτερα παιδιά.
- **Αναπήδηση μπάλας στο πάτωμα:** μεσαίο και μεγάλο μέγεθος.
- **Δέστε ένα καλάθι σα στόχο:** πετάξτε ελαφριά αντικείμενα μέσα στο καλάθι. Χρησιμοποιείτε μεγάλο δοχείο στην αρχή και μικρότερο αναλογικά με την δεξιότητα του παιδιού.
- **Βόλεϊ με μπαλόνι:** για επιπρόσθετη δυσκολία, τοποθετήστε ένα βώλο ή ένα κέρμα στο εσωτερικό. Έτσι, θα είναι και απρόβλεπτο για το παιδί σας.
- **Χτυπήστε ένα μπαλόνι με ρακέτα.**
- **«Μπούουλινγκ» και με τα δύο χέρια.** Χρησιμοποιείτε μια ελαφριά μπάλα για να ρίξετε απλά πλαστικά μπουκάλια του ενός λίτρου.

Χταποδάκια... Στο βυθό! Καλό καλοκαίρι!!

