ინკლუზიური განათლება

სპორტი
სპეციალური საჭიროების მქონე მოსწავლეებისათვის

გზამკვლევი მასწავლებლებისათვის

თბილისი 2013

წიგნზე მუშაობდნენ:

თათია პაჭკორია
ინკლუზიური განათლების კოორდინატორი, განათლებისა და მეცნიერების სამინისტრო, ეროვნული სასწავლო გეგმების დეპარტამენტი.

ელისო მურვანიძე
ადაპტური ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის ექსპერტი.
ბავშვთა ნეიროგანვითარების ცენტრი.

მერი ჭელიძე
ინკლუზიური განათლების ექსპერტი, განათლებისა და მეცნიერების სამინისტროს მულტიდისციპლინური გუნდის წევრი.

პასუხისმგებელი რედაქტორი:
თათია პაჭკორია

სარედაქციო კოლეგია:

მაია ყუფარაძე
საგანმანათლებლო პროგრამების ხელმძღვანელი,
გაეროს ბავშვთა ფონდი.

ნათია ჯოხაძე
ეროვნული სასწავლო გეგმების დეპარტამენტის უფროსი,
განათლებისა და მეცნიერების სამინისტრო.

მარიამ ჩიქობავა
ეროვნული სასწავლო გეგმების სამმართველოს უფროსი,
საქართველოს განათლებისა და მეცნიერების სამინისტრო.

სტილისტი-რედაქტორი:
მანანა მიქელაძე

დიზაინერ-დამკაბადონებელი:
გია ორჯონიკიძე

წიგნი დაიბეჭდა გამომცემლობა „პეტიტში“

ISBN 978-9941-0-5185-2

გზამკვლევი შეიქმნა საქართველოს განათლებისა და მეცნიერების სამინისტროსა და გაეროს ბავშვთა ფონდის ერთობლივი პროექტის „სპორტი სპეციალური საჭიროების მქონე მოსწავლეებისათვის“ ფარგლებში.

საქართველოს განათლებისა და მეცნიერების სამინისტრო. გაეროს ბავშვთა ფონდი.
მოცემული პუბლიკაცის ტექსტის გამოყენება დაშვებულია
მხოლოდ არაკომერციული მიზნებსათვის, წყაროს მითითებით.

სარჩევი

თავი 1
ინკლუზიური განათლება და სპორტისა და
ფიზიკური აღზრდის მასწავლებელი 5

თავი 2
სპორტი და ფიზიკური განათლება სპეციალური საგანმანათლებლო
საჭიროების მქონე მოსწავლეებისათვის (სასწავლო სტრატეგიები) 27

თავი 3
ცერებრალური დამბლა 53

თავი 4
ადაპტური სპორტი და სავარჯიშოები 69

შემთხვევების განხილვა 109

ტერმინოლოგიური ლექსიკონი 136

გამოყენებული ლიტერატურა 144

თავი 1

ინკლუზიური განათლება და სპორტისა და ფიზიკური აღზრდის მასწავლებელი

ინკლუზიური განათლება არის საგანმანათლებლო მიდგომა და იდეა, რომლის ფარგლებშიც განათლების სისტემა უზრუნველყოფს ყველა ბავშვის თუ მოზარდის ხარისხიან განათლებას ზოგადსაგანმანათლებლო დაწესებულებებში იმის მიუხედავად, თუ რა ფიზიკური, შემეცნებითი, სოციალური, ემოციური, ლინგვისტური, ეთნიკური თუ სხვა მახასიათებელი გააჩნიათ მათ.

ეროვნული სასწავლო გეგმა 2011-2016
საგნობრივი პროგრამა სპორტში
ზოგადი მიმოხილვა

შესავალი

სპორტი და ფიზიკური განათლება აუცილებელი პირობაა პიროვნების ჰარმონიული განვითარებისათვის, რაც დაწყებითი და საბაზო განათლების ძირითად მიზანს წარმოადგენს. მოზარდს დაწყებითი კლასებიდანვე უნდა ჩავუნერგოთ ფიზიკური აქტივობის აუცილებლობის შეგნება. მან უნდა გააცნობიეროს, რომ ჯანმრთელობა ნიშნავს არა რომელიმე დაავადების არქონას, არამედ ამ დაავადების თავიდან აცილებას, რაც ჯანსაღი ცხოვრების წესის დაცვით არის შესაძლებელი. მას უნდა ესმოდეს, რომ ფიზიკური აქტივობა სიცოცხლის გახანგრძლივების, სოციალური და მატერიალური კეთილდღეობის საწინდარია.

სპორტის სასწავლო გეგმის მოთხოვნებმა რადიკალურად უნდა შეცვალოს მოსწავლეთა დამოკიდებულება ამ საგნის მიმართ. მოსწავლეებს მეტი პასუხისმგებლობა ეკისრებათ სპორტული აქტივობების დროს, რადგან მათ დამოუკიდებლად უწევთ შეჯიბრებების დროს წამოჭრილი სიტუაციური პრობლემების გადაჭრა, მყისიერი გადაწყვეტილებების მიღება და თანაგუნდელებთან სოციალური ინტერაქციის დამყარება. სპორტული სახეობების მრავალფეროვნება ვაჟებსა და გოგონებს ერთნაირად აძლევს საშუალებას გამოავლინონ და განავითარონ თავიანთი ფიზიკური უნარები. სკოლაში შეძენილი ჯანსაღი ცხოვრებისთვის აუცილებელი უნარ-ჩვევები მოსწავლეებს გაჰყვებათ მთელი ცხოვრების მანძილზე, რაც არის მყარი საფუძველი იმისა, რომ ისინი გახდნენ აქტიური და შრომისუნარიანი მოქალაქეები. ჯანმრთელი და შრომისუნარიანი მოსახლეობა კი პოზიტიურ გავლენას ახდენს ქვეყნის თავდაცვის უნარზე, ეკონომიკასა და კეთილდღეობაზე.

სპორტის, როგორც საგნის შემოღება სკოლებში არ გულისხმობს სპორტულ საქმიანობაში მხოლოდ წარმატებული მოსწავლეების ჩართვას. უნდა შეიქმნას პირობები, რომ ყველა მოსწავლემ შეძლოს მონაწილეობის მიღება სპორტულ ვარჯიშსა და შეჯიბრებებში. სპორტისა და ფიზიკური განათლების ხალისიანმა და შედეგიანმა გაკვეთილებმა უნდა

დაარწმუნოს მოსწავლეები საკუთარი ფიზიკური უნარების განვითარების შესაძლებლობასა და აუცილებლობაში, ხელი შეუწყოს მათ თვითდამკვიდრებას.

სპორტი და ფიზიკური განათლების საგნის სწავლების გაუმჯობესება ხელს შეუწყობს მოსწავლეთა ფსიქო-ფიზიკურ განვითარებას, ცხოვრების ჯანსაღი წესის, როგორც ფასეულობის, განმტკიცებასა და შესაბამისი უნარ-ჩვევების გამომუშავებას. ესენია: სამართლიანი თამაში, გუნდური სულისკვეთება, ინდივიდუალური და გუნდური თვითგამოხატვა, ურთიერთდახმარება, შინაგანი დისციპლინა, ერთობლივი აქტივობების დაგეგმვა, პასუხისმგებლობის განაწილება და ლიდერობა, არაძალადობრივი ურთიერთქმედება, კოლეგიალობა, ურთიერთგაგება.

ნარკოტიკების მოხმარების პრევენციის თვალსაზრისით, სპორტული თამაშები გულისხმობს შემდეგი უნარ-ჩვევებისა და ღირებულებების ჩამოყალიბებას: მიღწევის მოთხოვნილების დაკმაყოფილება, წაგების ღირსეულად მიღება, ჯანსაღი ცხოვრების წესის, როგორც ფასეულობის, აღქმა და ცხოვრებაში დანერგვა, საკუთარი ძალებით სიამოვნების მიღება, საკუთარი თავის პოვნა და თვით დამკვიდრება, ჯანსაღ გუნდთან (თანატოლთა წრესთან) იდენტობის განცდა და ა.შ.

სოციალური მარგინალიზაციის პრევენციის თვალსაზრისით, სპორტული თამაშები გულისხმობს არა დისკრიმინაციულ მიდგომას, ანუ სოციალურად დაუცველი ბავშვების (მათ შორის, დევნილი, ობოლი და მზრუნველობა მოკლებული ბავშვების) ინტეგრირებას საზოგადოებაში სოციალურად დაცულ თანატოლებთან ერთობლივი გუნდური მუშაობის და ამ გზით მათ შორის გაუცხოების გადალახვის საშუალებით.

სპორტული თამაშები გულისხმობს გენდერული თანასწორობის განმტკიცებას სხვადასხვა სპორტულ თამაშში გოგონებისა და ბიჭების თანასწორუფლებიანი მონაწილეობის გზით.

სკოლას მოეთხოვება სპორტის გაკვეთილებზე და სასკოლო შეჯიბრებებზე შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე მოსწავლეების ჩართვა *(ფიზიკური პრობლემების მქონე მოსწავლეები, საინვალიდო ეტლით მოსარგებლე მოსწავლეები, გონებრივი განვითარების დარღვევის მქონე მოსწავლეები, მხედველობისა და სმენის დარღვევის მქონე მოსწავლეები და სხვ.)* მათთვის შემუშავებული ინდივიდუალური სასწავლო გეგმის საფუძველზე.

საგნის სწავლების მიზნები

სპორტის სწავლების მიზანია:

- ჩააბას მოსწავლე ფიზიკურ აქტივობებში და ამ გზით ხელი შეუწყოს მის ფიზიკურ განვითარებას;
- გააცნობიერებინოს მას ჯანსაღი ცხოვრების მნიშვნელობა ადამიანის ცხოვრებაში;

- გამოუმუშავოს მას ისეთი სამოქალაქო უნარ-ჩვევები, როგორებიცაა დამოუკიდებლად გადაწყვეტილებების მიღება, პასუხისმგებლობა, კონსტრუქციული თანამშრომლობა, შემწყნარებლობა და სხვ.

საგნის სწავლების საფეხურების დახასიათება

სპორტს, როგორც სასწავლო დისციპლინას, თავისი სპეციფიკა გააჩნია სკოლის სამივე (დაწყებით, საბაზო და საშუალო) საფეხურზე.

დაწყებითი საფეხური (I-VI კლასები)

დაწყებით საფეხურზე განსაკუთრებული მნიშვნელობა ენიჭება ბავშვის ზოგად ფიზიკურ მომზადებას და იმ საბაზისო მოძრაობითი უნარ-ჩვევების შეძენას, რაც დაეხმარება მათ აქტიური მონაწილეობა მიიღონ სპორტის სხვადასხვა სახეობაში საბაზო და საშუალო საფეხურზე.

მიზნები და ამოცანები:

- ჯანსაღი ცხოვრების წესის გაცნობა და მისი დაცვა;
- დამოუკიდებელი მოტორული ქმედებების სტიმულირება და ფორმირება;
- მარტივი ფიზიკური ვარჯიშების ტექნიკის ათვისება;
- ზოგადგანმავითარებელ ვარჯიშთა კომპლექსების შესწავლა და გამოყენება;
- სწორი მოძრაობითი უნარ-ჩვევების გამომუშავება.

სკოლის დაწყებით საფეხურზე მოსწავლე ეჩვევა დამოუკიდებლობას. ამისათვის საჭიროა მან იცოდეს:

- *ამა თუ იმ ვარჯიშის ან მოძრაობის პრაქტიკული მნიშვნელობა და ფიზიკური განვითარებისათვის მისი აუცილებლობა.* გაკვეთილის დაწყებისას მოსწავლეები უნდა დავარწმუნოთ, რომ მოცემული ვარჯიში მნიშვნელოვანია. მაგ. თუ საუბარია მოქნილობაზე, უნდა ვისაუბროთ მოქნილობის პრაქტიკულ მნიშვნელობაზე, ე.ი. წინა პლანზე უნდა წამოვწიოთ ამა თუ იმ ვარჯიშის მნიშვნელობის გააზრებული მოტივაცია, დაწყებული მარტივი მოძრაობის შესწავლით და დამთავრებული ცხოვრების ჯანსაღი წესით.
- *მოძრაობის (მოქმედების) დანიშნულება.* მაგ. თუ საუბარია მოქნილობაზე ან სისწრაფეზე, მოსწავლემ უნდა შეძლოს ვარჯიშების კომპლექსებში გარკვეული კანონზომიერების დანახვა და დამოუკიდებლად შესრულება, ან არსებულის გართულება.
- *გაკვეთილზე ვარჯიშების შესრულების რიგითობის დაცვა.* მოსწავლეებს უნდა ავუხსნათ, თუ რატომ არის ზოგადგანმავითარებელი და სპეციალური ვარჯიშები აუცილებელი და რატომ უნდა ტარდებოდეს ისინი გაკვეთილის დასაწყისში. მოსწავლეები უნდა ხვდებოდნენ, რომ სივრცეში ორიენტაციის გასავითარებელი ვარჯიში (მაგ. დაბრკოლებებს შორის სირბილი)

წინ უნდა უსწრებდეს, ვთქვათ, კალათბურთის თამაშს, ადგილზე სირბილი - მოძრავ თამაშებს და ა.შ.

დაწყებით საფეხურზე მუშაობის მეთოდები

I-VI კლასებში წარმოუდგენელია მოსწავლეებში შემოქმედებითი და ფიზიკური აქტივობის განვითარება, თუ სწავლების პროცესს აკლია ემოციურობა. ამიტომ, გაკვეთილზე უპირატესობა თამაშებსა და ჯგუფებს შორის შეჯიბრებებს უნდა დაეთმოს. ხალისიანი შეჯიბრება, თუნდაც მარტივი წახალისების თანხლებით, კარგი სტიმულია ყველა მოსწავლის სასწავლო პროცესში ჩასაბმელად.

სასწავლო მუშაობა მიმართული უნდა იყოს მათი ფიზიკური მაჩვენებლებისა და ჯანმრთელობის გაუმჯობესებისაკენ. მოსწავლეს, რომელმაც გაიარა ფიზიკური აღზრდის სასწავლო პროგრამა, უნდა შეეძლოს გამომუშავებული მოტორული უნარ-ჩვევების დამოუკიდებლად გამოყენება.

თამაშის, როგორც ერთ-ერთი პედაგოგიური მეთოდის გამოყენებით, სწავლა უფრო სახალისო და მოტივაციური ხდება. V-VI კლასებში მხიარული თამაშები აუმჯობესებს მოსწავლეთა მოძრაობით ჩვევებს, ამაღლებს მათ მიერ სიტუაციის გაანალიზების უნარს, უვითარებს ფანტაზიას, დროისა და სივრცის შეგრძნებას.

საბაზო საფეხური (VII-IX კლასები)

საბაზო საფეხურზე სპორტის სწავლების ძირითადი მიზნები და ამოცანებია:

- მოსწავლეთა ჯანმრთელობის განმტკიცება და ყოველმხრივი ფიზიკური განვითარება;
- სპორტულ აქტივობებში დამოუკიდებლობის გამოვლენის ხელშეწყობა და ორგანიზება;
- არჩეული სპორტის სახეობაში სპორტული ტექნიკისა და ტაქტიკის სრულყოფისათვის საჭირო სპეციალური ფიზიკური მომზადებისა და შესაძლებლობების განვითარება;
- სპორტის არჩეულ სახეობაში მოძრაობებისა და მოქმედებების ტექნიკის შესწავლა და სრულყოფა;
- სპორტული წვრთნის ჰიგიენა და ტრავმატიზმის პროფილაქტიკა;
- ფიზიკური მომზადების თვითშეფასება;
- თვითკონტროლისა და უსაფრთხოების წესების დაცვა.

საბაზო საფეხურზე მუშაობის მეთოდები.

VII-IX კლასებში სპორტის გაკვეთილებზე დროის განაწილება ხდება წვრთნის კონკრეტული ამოცანების შესაბამისად. განსაკუთრებული ყურადღება ეთმობა ფიზიკურ მომზადებას, ხოლო ტექნიკურ მომზადებას - დაახლოებით 50%. გამოკვეთილია ინტეგრალური მომზადების მნიშვნელობაც. ეს

განპირობებულია წვრთნის კომპონენტების (ფიზიკური, ტექნიკური, ტაქტიკური მომზადების) გაერთიანების აუცილებლობით, სათამაშო და საშეჯიბრო პირობებში მათი ეფექტურად გამოყენების მიზნით.

სწავლების ამ ეტაპზე დიდ მნიშვნელობას იძენს მოსწავლის პიროვნულ და სოციალურ ფასეულობათა ჩამოყალიბება: მოვალეობის გრძნობა, შეუპოვრობა, პირადი პასუხისმგებლობა, გუნდური მუშაობის უნარი, შეჯიბრების წესების დაცვა და სპორტული სულისკვეთების გაღვივება. წვრთნის პროცესში განისაზღვრება მოსწავლეთა ფსიქოლოგიური სტატუსი. მათ უჩნდებათ საკუთარი თავის რწმენა, უვითარდებათ თვითშემეცნების, თვითშეფასებისა და თვითკონტროლის უნარი.

საშუალო საფეხური (X-XII კლასები)

საშუალო საფეხურზე სპორტის სწავლების ძირითადი მიზნები და ამოცანებია:

- ცხოვრების ჯანსაღი წესის დაცვა;
- დამოუკიდებელი სპორტული აქტივობისა და შემოქმედებითი მიდგომის სტიმულირება გაკვეთილზე და გაკვეთილების შემდეგ;
- ფიზიკური სრულყოფისკენ სწრაფვა;
- არჩეულ სპორტის სახეობებში ტექნიკისა და ტაქტიკის სრულყოფა;
- არჩეულ სათამაშო სპორტის სახეობებში თითოეული მოსწავლის ინდივიდუალური მომზადების შესაბამისი ფუნქციების განსაზღვრა;
- მოსწავლეების ფსიქოლოგიური მომზადება და წვრთნის შედეგების ანალიზის უნარის გამომუშავება;
- მოსწავლეების საშეჯიბრო პროცესში მასიურად ჩაბმის მოტივაციის გაღვივება.

საშუალო სკოლის საფეხურზე მუშაობის მეთოდები

სწავლების პროცესში მასწავლებელი უზრუნველყოფს მოსწავლეებში ემოციურობის, სიხალისისა და სიმხნევის განვითარებას, დატვირთვების რეგულირებას, სპორტული შეჯიბრებებით მოსწავლეთა დაინტერესებას. პედაგოგი ურჩევს, თუ სპორტის რომელ სახეობაში შეძლებს ახალგაზრდა თავისი შესაძლებლობების მაქსიმალურად გამოვლენას.

სპორტული აქტივობა და შეჯიბრებებში მონაწილეობა ხელს უწყობს მოსწავლეთა ნებისყოფის განმტკიცებას, მიზანსწრაფულობას, სამართლიანობის გრძნობის გამომუშავებას, ჯგუფსა და კოლექტივში ადაპტირებას და ა.შ.

მოსწავლეთა ინდივიდუალური თავისებურებების გათვალისწინებით მასწავლებელი უნდა უზრუნველყოფდეს სპორტული ჩვევების ჩამოყალიბებას, ტაქტიკურ გადაწყვეტილებათა მიღებას.

მასწავლებელს უნდა შეეძლოს წვრთნის პროცესისადმი კონსტრუქციული მიდგომა, გაკვეთილების მიმდინარეობისას ადეკვატური კომენტარებისა და ინსტრუქციების მიცემა, ჩანაწერების გაკეთება მოსწავლეთა სპორტული

აქტივობების შესახებ, წახალისებისა და გაკიცხვა-დასჯის მეთოდების გამოყენებით სამართლიანობის დაცვა და მოსწავლეთა წვრთნის პროცესზე ეფექტური ზეგავლენის მოხდენა.

მესამე საფეხურზე სკოლაში სპორტის მასწავლებლის ძირითადი ფუნქციაა მოსწავლეთა მოტორული უნარ-ჩვევების კომპლექსური განვითარება, ინტეგრალური მომზადება, რაც ძირითადად, საკონტროლო შეჯიბრებებით განისაზღვრება. ყოველი საწვრთნო გაკვეთილი მასწავლებელმა პოზიტიური გუნება-განწყობით უნდა ჩაატაროს.

საგნის სწავლების ორგანიზება

ზოგადსაგანმანათლებლო სკოლაში სპორტის საგანი სამივე საფეხურზეა გათვალისწინებული. ყოველ საფეხურზე სპორტი შეისწავლება როგორც სავალდებულო საგანი.

საბაზო-საშუალო საფეხურზე სპორტის სახეობების ჩამონათვალიდან სკოლა ირჩევს მინიმუმ სამს (3), რაც შესაძლებლობას მისცემს გოგონებსა და ბიჭებს თანაბრად დაეუფლონ სპორტის გუნდურ ან ინდივიდუალურ სახეობებს.

სპორტის თითოეული სახეობისათვის საბაზო და საშუალო საფეხურის სახელმძღვანელოები დაიწერება სამი დონის მიხედვით (I, II და III). მასწავლებელი, კონკრეტული კლასის საჭიროებების გათვალისწინებით, შეარჩევს შესაბამის დონეს და ამ დონის მიხედვით წარმართავს სასწავლო პროცესს. ასე რომ, თითოეული დონის გამოყენება შესაძლებელია ნებისმიერ კლასში. მაგალითად, თუ მოსწავლეები მე-10 კლასში იწყებენ კალათბურთის სწავლას, მასწავლებელი სწავლებას წარმართავს კალათბურთის სახელმძღვანელოს პირველ დონის მიხედვით.

სპორტის სახეობების ჩამონათვალი

სათამაშო სახეობები:

1. ფეხბურთი;
2. კალათბურთი;
3. ფრენბურთი;
4. ხელბურთი;
5. რაგბი;
6. ჩოგბურთი;
7. მაგიდის ჩოგბურთი;
8. ბადმინტონი;
9. ბალახის ჰოკეი;
10. ჭადრაკი.

ორთაბრძოლის სახეობები:

11. ქართული ჭიდაობა;
12. ბერძნულ-რომაული ჭიდაობა;
13. თავისუფალი ჭიდაობა;
14. ძიუდო;
15. სამბო;
16. აღმოსავლური ორთაბრძოლები.

ინდივიდუალური სახეობები:

17. მძლეოსნობა;
18. სპორტული ტანვარჯიში;
19. მხატვრული ტანვარჯიში;
20. სპორტული აკრობატიკა;
21. სპორტული აერობიკა;
22. ცურვა;
23. სათხილამურო სპორტი;
24. ფიგურული ციგურაობა;
25. სპორტული ცეკვები (ლათინო-ამერიკული პროგრამა);
26. თანამედროვე ცეკვები.

სპორტის სახეობის არჩევისას სკოლამ უნდა გაითვალისწინოს სპეციალისტის კვალიფიკაცია, არსებული ინფრასტრუქტურა, რეგიონის თავისებურებები და ადგილობრივი ტრადიციები. იმ შემთხვევაში თუ სკოლას არა აქვს სპორტული დარბაზი/მოედანი, სასურველია, სკოლის ადმინისტრაციამ მოიფიქროს სოფელში/დასახლებაში/ქალაქში არსებული სპორტული ინფრასტქურტურის გამოყენების შესაძლებლობა.

სპორტის გაკვეთილები მასწავლებელმა ისე უნდა დაგეგმოს, რომ ფიზიკურ, ტექნიკურ, ტაქტიკურ და ფსიქოლოგიურ მომზადებასთან ერთად, მოსწავლეს მიაწოდოს ცოდნა ჯანსაღი ცხოვრების წესის შესახებ.

საგნის სწავლების მიმართულებების აღწერა

სპორტის სწავლების დაწყებით საფეხურის მიმართულებებია:

1. **ჯანმრთელობა და უსაფრთხოება.** მოსწავლეები ეცნობიან, თუ რა კავშირია ფიზიკურ აქტივობას, ჯანმრთელობასა და ფიზიკურ განვითარებას შორის; ითავისებენ ჯანმრთელი ცხოვრების წესს; უვითარდებათ უსაფრთხოების დაცვის უნარ-ჩვევები.
2. **მოძრაობა და მოტორული უნარ-ჩვევები.** მოსწავლეები ითვისებენ სხვადასხვა სახის მოტორულ უნარ-ჩვევებს; სახალისო და გასართობი მოძრავი თამაშების საშუალებით ავითარებენ ძირითად ფიზიკურ თვისებებსა და ეუფლებიან სპორტის სახეობების ტექნიკის საბაზისო ელემენტებს.

3. **აქტიური მონაწილეობა.** მოსწავლეები ეჩვევიან დისციპლინას, სხვისი აზრის გულისყურით მოსმენას; იცავენ სოციალურ გარემოში წარმატებულად არსებობისათვის აუცილებელ წესებს.

სპორტის სწავლების საბაზო და საშუალო საფეხურების მიმართულებებია:

1. **ჯანმრთელობა და უსაფრთხოება.** მოსწავლეები ეცნობიან, თუ რა კავშირია ფიზიკურ აქტივობას, ჯანმრთელობასა და ფიზიკურ განვითარებას შორის; ითავისებენ ჯანმრთელი ცხოვრების წესს; უვითარდებათ უსაფრთხოების დაცვის უნარ-ჩვევები.
2. **მოძრაობა და მოტორული უნარ-ჩვევები.** მოსწავლეები ითვისებენ სხვადასხვა სახის მოტორულ უნარ-ჩვევებს; ავითარებენ ფიზიკურ თვისებებს; ჩაბმულნი არიან სპორტის სხვადასხვა სახეობაში.
3. **აქტიური მონაწილეობა სპორტში.** სპორტული სახეობების დაუფლების შესაძლებლობის მიხედვით მოსწავლეები ეცნობიან შესაბამისი სავარჯიშო კომპლექსების მოდიფიკაციას, ძირითად სპორტულ სახეობებს (ფეხბურთი, კალათბურთი, ფრენბურთი, მძლეოსნობა, ტანვარჯიში); აქტიურად მონაწილეობენ სასკოლო, რაიონულ და ა.შ. სპორტულ შეჯიბრებებში, სპორტულ-გამაჯანსაღებელი ლაშქრობებისა და სხვა ღონისძიებების დაგეგმვაში, რაც ხელს უწყობს მოსწვლეთა შემოქმედებითი და კრიტიკული აზროვნების უნარების განვითარებას, თვითკონტროლისა და სხვათა კონტროლის მექანიზმების გამომუშავებას, სპორტული თამაშის ძირითადი წესების შესწავლას, პატიოსანი თამაშის წესებისა და ტოლერანტობის უნარ-ჩვევების დამკვიდრებას.

სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლეების ჩართულობა სპორტის გაკვეთილებზე

სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლეები სპორტის საგნობრივ პროგრამაში ჩასართავად საჭიროებენ დამატებით/სპეციალურ მომსახურებას, მათ შორის, მოსწავლის შესაძლებლობებისა და საჭიროებების შეფასებას, ეროვნული სასწავლო გეგმის მოდიფიცირებას, გარემოს ადაპტირებას, ინდივიდუალური სასწავლო გეგმის შედგენას და სხვ.

სკოლა ვალდებულია უზრუნველყოს სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლეთა ჩართვა სპორტულ აქტივობებსა და ფიზიკური განათლების გაკვეთილებში, მიუხედავად მათი ფიზიკური, შემეცნებითი, სოციალური, ემოციური თუ სხვა მახასიათებლებისა.

ინდივიდუალური სასწავლო გეგმა დგება მასწავლებლის/მასწავლებლების, სპეციალისტთა გუნდისა და მშობლების აქტიური მონაწილეობით წინასწარი დაკვირვებისა თუ შეფასების საფუძველზე და ითვალისწინებს სრულ ინფორმაციას ბავშვის ქცევითი, კომუნიკაციური ჩვევების, შესაძლებლობებისა და მისთვის საჭირო მომსახურების შესახებ. შეზღუდული შესაძლებლობების უნარის მქონე მოსწავლეებს უნდა შევთავაზოთ სასწავლო აქტივობები,

რომლებიც მათ საჭირო უნარებისა და შესაძლებლობების განვითარებისა და ინდივიდუალური რესურსების გამოვლენის საშუალებას მისცემს. ინდივიდუალური სასწავლო გეგმა ეყრდნობა ეროვნულ სასწავლო გეგმას და ითვალისწინებს მოსწავლის ყველა საგანმანათლებლო საჭიროებას, ამ საჭიროების დაკმაყოფილების გზებსა და დამატებით აქტივობებს, რომლებიც აუცილებელია გეგმით გათვალისწინებული მიზნების მისაღწევად.

სპორტი და ფიზიკური განათლება სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლეებისათვის

მიზნები:

- **სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლეების სოციალური ინტეგრაცია;**
- **სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლეების ფიზიკური განათლების ხელშეწყობა;**
- **სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე ბავშვების ინტერესებისა და შესაძლებლობების გამოვლენა და განვითარება;**
- **სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე ბავშვების ფსიქიკური და ფიზიკური განვითარება.**

პრინციპები:

- **სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლეთა სპორტულ აქტივობებში ჩართვა;**
- **სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლეებისათვის თანაბარი პირობების შექმნა;**
- **შესაბამისი სპეციალისტებისა და სპეციალური საჭიროების მქონე მოსწავლეთა მშობლების ჩართვა საწავლო პროცესში;**
- **ფიზიკური განათლების მიზანმიმართული და მრავალმხრივი საგანმანათლებლო პროცესი.**

ფიზიკური განათლების სტრატეგია:

სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლეები ფიზიკური აღზრდის საგნობრივ პროგრამაში ჩასართველად საჭიროებენ დამატებით/სპეციალურ მომსახურებას, როგორიცაა: მოსწავლის შესაძლებლობები-

სა და საჭიროებების შეფასება, ეროვნული სასწავლო გეგმის მოდიფიცირება, გარემოს ადაპტირება, ინდივიდუალური სასწავლო გეგმის შედგენა და სხვ. სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლე შეიძლება ხასიათდებოდეს ფიზიკური და გონებრივი განვითარების დარღვევით, მხედველობისა და სმენის დარღვევით, მეტყველების, ქცევისა და ემოციური განვითარების დარღვევით და სხვა, რის გამოც მოსწავლეს ექმნება სირთულეები ფიზიკური აღზრდისა და სპორტულ აქტივობებში ჩართვის დროს.

სკოლა ვალდებულია უზრუნველყოს სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლის ჩართვა სპორტულ აქტივობებსა და ფიზიკური აღზრდის გაკვეთილებში იმის მიუხედავად, თუ რა ფიზიკური, შემეცნებითი, სოციალური, ემოციური თუ სხვა მახასიათებელი გააჩნია.

შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე ბავშვთა სპორტულ აქტივობებში ჩართვა ეფექტურად წარიმართება, თუ მათი განათლების პროცესში განსაკუთრებული ყურადღება მიენიჭება შემდეგ მიზნებს:

- **შეზღუდული შესაძლებლობების ბავშვების ადრეულ ასაკში გამოვლენა და მათი შესაძლებლობების შეფასება;**
- **შეზღუდული შესაძლებლობების მქონე ბავშვების პრევენცია და ადრეული ინტერვენცია, რაც მნიშვნელოვნად შეამცირებს მათი მომსახურების დანახარჯებს სკოლაში.**

სკოლებთან დაკავშირებული ფაქტორები:

- **შენობა;**
- **შეფასება და დიაგნოსტიკა;**
- **ინდივიდუალური სასწავლო გეგმა;**
- **სასწავლო პროცესის ორგანიზება;**
- **პედაგოგიკა;**
- **მომსახურე პერსონალი.**

სპორტისა და ფიზიკური აღზრდის მასწავლებლის როლი

მასწავლებელი:

ავტორიტარული	**ავტორიტეტული**
აკლია სითბო	**აჩვენებს სითბოს**
უყურადღებო	**ლიბერალური**

მასწავლებლის მთავარი პასუხისმგებლობაა, უზრუნველყოს სკოლაში სასწავლო პროცესის წარმატებულობა. ეს პირობითად გულისხმობს იმას, რომ მასწავლებელს სათანადო პედაგოგიური და პროფესიონალური უნარ-ჩვევები უნდა გააჩნდეს. დღევანდელი მასწავლებლების ამოცანა მათი პროფესიული

მოვალეობის განვითარება და პროფესიული ცოდნის გაღრმავებაა. სკოლაში ჩასატარებელი სამუშაო რთული და თავისებურია. მოსწავლეების აქტივობაზე ორიენტირებული სკოლა მკაფიო, ნათელი შეხედულებების მქონე მასწავლებლებს მოითხოვს, რათა მათ ყოველდღიურ საქმიანობაში სტრუქტურის შემუშავება და საქმიანობის თანმიმდევრობის ჩამოყალიბება შეძლონ.

მასწავლებლებს ხშირი ინტერაქცია აქვთ მოსწავლეებთან, ამიტომ ისინი მზად უნდა იყვნენ გაცნობიერებულად მოიყვანონ წესრიგში ცოდნის, უნარ-ჩვევებისა და ღირებულებების მკაფიო და ნათელი მაგალითები.

სპორტის, როგორც საგნის, შემოღება სკოლებში არ გულისხმობს სპორტულ საქმიანობაში მხოლოდ წარმატებული მოსწავლეების ჩართვას. უნდა შეიქმნას პირობები, რომ ყველა მოსწავლემ შეძლოს მონაწილეობის მიღება სპორტულ ვარჯიშსა და შეჯიბრებებში. სპორტისა და ფიზიკური განათლების ხალისიანმა და შედეგიანმა გაკვეთილებმა უნდა დაარწმუნოს მოსწავლეები საკუთარი ფიზიკური უნარების განვითარების შესაძლებლობასა და აუცილებლობაში, ხელი შეუწყოს მათ თვითდამკვიდრებას.

სპორტი და ფიზიკური განათლების საგნის სწავლების გაუმჯობესება ხელს შეუწყობს მოსწავლეთა ფსიქო-ფიზიკურ განვითარებას, ცხოვრების ჯანსაღი წესის, როგორც ფასეულობის, განმტკიცებას და, შესაბამისად, ისეთი უნარ-ჩვევების გამომუშავებას, როგორიცაა: სამართლიანი თამაში, გუნდური სულისკვეთება, ინდივიდუალური და გუნდური თვითგამოხატვა, ურთიერთდახმარება, შინაგანი დისციპლინა, ერთობლივი აქტივობების დაგეგმვა, პასუხისმგებლობის განაწილება და ლიდერობა, არაძალადობრივი ურთიერთქმედება, კოლეგიალობა, ურთიერთგაგება.

სპორტისა და ფიზიკური აღზრდის მასწავლებლის საქმიანობის აუცილებელ პირობას წარმოადგენს:

- ინოვაციური და მოსწავლეზე ორიენტირებული სწავლების პრინციპების ცოდნა;
- სოციალური ადაპტაციისათვის აუცილებელი ქცევების სწავლების პრინციპების ცოდნა;
- ენისა და თვითშეგნების განვითარებისათვის აუცილებელი უნარების სწავლების პრინციპების ცოდნა;
- კურიკულუმის ადაპტაციისა და ინდივიდუალური სასწავლო გეგმის მოსწავლის ინდივიდუალურ შესაძლებლობებთან მორგების სტრატეგიის დაუფლება;
- სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლის ინდივიდუალური საგანმანათლებლო მიზნების შემუშავება;
- შეზღუდული შესაძლებლობების მოსწავლის მშობელთან თანამშრომლობა.

სპორტის სწავლების მიზანია:

- ჩააბას მოსწავლე ფიზიკურ აქტივობებში და ამ გზით ხელი შეუწყოს მის ფიზიკურ განვითარებას;
- გააცნობიერებინოს მას ჯანსაღი ცხოვრების მნიშვნელობა ადამიანის ცხოვრებაში;
- გამოუმუშავოს მას ისეთი სამოქალაქო უნარ-ჩვევები, როგორებიცაა: დამოუკიდებლად გადაწყვეტილებების მიღება, პასუხისმგებლობა, თანამშრომლობა.

სპორტის მასწავლებელს მოეთხოვება:

- მოსწავლის ფიზიკური შესაძლებლობების და საგანმანათლებლო მოთხოვნების სათანადოდ შეფასების უნარი;
- უნარი, რომ მოსწავლის განსაკუთრებული და განსხვავებული საგანმანათლებლო საჭიროებები მართებულად იყოს დაკმაყოფილებული;
- მოსწავლის შეზღუდული შესაძლებლობების მიუხედავად შედეგის მოლოდინი;
- ცოდნა იმისა, თუ როგორ უნდა წარიმართოს სწავლის პროცესი და როგორ უნდა დაიგეგმოს საკლასო ღონისძიებები ისე, რომ ***ყველა*** მოსწავლეს შეეძლოს მისთვის განკუთვნილი ფუნქციის შესრულება.

სპორტის მასწავლებლის მოვალეობები:

- შექმნას სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლის ინტელექტუალური, ფსიქიკური, სოციალური და ემოციური განვითარებისათვის შესაბამისი და ხელშემწყობი ატმოსფერო და პირობები;
- ხელი შეუწყოს სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლის სენსორულ-მოტორულსა და შემეცნებით, სოციალურ და ემოციურ განვითარებას;
- შეიმუშავოს ინდივიდუალური სასწავლო გეგმა და სხვა საინსტრუქციო მასალები, რათა შესაბამისად დაკმაყოფილდეს სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლის სასწავლო მოთხოვნები მისი განვითარების ფიზიკურ, ემოციურ და აკადემიკურ დონეებზე;
- სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლისათვის ინდივიდუალური სასწავლო გეგმა შეათანხმოს და განიხილოს მშობლებთან, სკოლის ადმინისტრაციასთან, სოციალურ მუშაკებთან და სხვა მასწავლებლებთან;
- პერიოდულად განაახლოს მოსწავლის ინდივიდუალური სასწავლო გეგმა;
- მონაწილეობა მიიღოს სკოლის მიერ სახელმძღვანელოების, აღჭურვილობისა თუ სხვა მასალების შერჩევაში;
- მონაწილეობა მიიღოს პროფესიული დახელოვნების პროგრამებში.

ფიზიკური აღზრდის მიზნები და ამოცანები:

- **ჯანსაღი ცხოვრების წესის გაცნობა და დანერგვა;**
- **დამოუკიდებელი მოტორული ქმედებების სტიმულირება და ფორმირება;**
- **მარტივი ფიზიკური ვარჯიშების ტექნიკის ათვისება;**
- **ზოგადგანმავითარებელ ვარჯიშთა კომპლექსების შესწავლა და გამოყენება;**
- **სწორი მოძრაობითი უნარ-ჩვევების გამომუშავება.**

ამა თუ იმ ვარჯიშს ან მოძრაობას პრაქტიკული დანიშნულება აქვს და ფიზიკური განვითარებისათვის არის მნიშვნელოვანი. გაკვეთილის დაწყებისას მოსწავლეები უნდა დავარწმუნოთ იმაში, რომ მოცემული ვარჯიში მნიშვნელოვანია. მაგ. თუ საუბარია მოქნილობაზე, უნდა ვისაუბროთ მოქნილობის პრაქტიკულ მნიშვნელობაზე, ე.ი. წინა პლანზე უნდა წამოვწიოთ ამა თუ იმ ვარჯიშის მნიშვნელობა, ვარჯიშების შესრულების რიგითობის დაცვის აუცილებლობა გაკვეთილზე. მოსწავლეებს უნდა ავუხსნათ, თუ რატომ არის ზოგადგანმავითარებელი და სპეციალური ვარჯიშები აუცილებელი და რატომ უნდა ტარდებოდეს ისინი გაკვეთილის დასაწყისში. ვარჯიშები მიმართული უნდა იყოს მათი ფიზიკური მდგომარეობისა და ჯანმრთელობის გაუმჯობესებისაკენ. როცა მოსწავლის შესაძლებლობები არ იძლევა საშუალებას ფიზიკურ ვარჯიშებში მიიღოს მონაწილეობა, ის მაინც აუცილებლად უნდა იყოს ჩართული საერთო თამაშებში (თუნდაც პასიური გზით, მაგ. იყოს მსაჯი, არბიტრი, დამკვირვებელი ან პასიური მოთამაშე). მხიარული, მოძრავი თამაშები აუმჯობესებს მოსწავლეთა მოძრაობით ჩვევებს, ამაღლებს მათ მიერ სიტუაციის გაანალიზების უნარს, უვითარებს ფანტაზიას, დროისა და სივრცის შეგრძნებას და იმავდროულად, მოსწავლე თავს ერთიანი გუნდის წევრად მიჩნევს. სწავლების პროცესში მასწავლებელი უზრუნველყოფს მოსწავლეებში ემოციურობის, სიხალისისა და სიმხნევის განვითარებას, სავარჯიშოების რეგულირებას. მოსწავლეთა ინდივიდუალური თავისებურებების გათვალისწინებით, მასწავლებელი უნდა უზრუნველყოფდეს ფიზიკური განათლების პროცესში მათ ჩართვას.

სპორტის სწავლების მიმართულებები:

1. **ჯანმრთელობა და უსაფრთხოება.** მოსწავლეები ეცნობიან, თუ რა კავშირია ფიზიკურ აქტივობას, ჯანმრთელობასა და ფიზიკურ განვითარებას შორის; ითავისებენ ჯანმრთელი ცხოვრების წესს; უვითარდებათ უსაფრთხოების დაცვის უნარ-ჩვევები;
2. **მოძრაობა და მოტორული უნარ-ჩვევები.** მოსწავლეები ითვისებენ სხვადასხვა სახის მოტორულ უნარ-ჩვევებს; სახალისო და გასართობი მოძრავი თამაშების საშუალებით ანვითარებენ ძირითად ფიზიკურ თვისებებს;
3. **აქტიური მონაწილეობა.** მოსწავლეები ეჩვევიან დისციპლინას, სხვისი აზრის გულისყურით მოსმენას; იცავენ სოციალურ გარემოში წარმატებულად არსებობისათვის აუცილებელ წესებს.

ძირითადი დასკვნები და რეკომენდაციები:

- ინკლუზიური განათლების ძირითადი ამოცანები და სწავლების საბოლოო შედეგები გათვლილი უნდა იყოს სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე კონკრეტული მოსწავლის შესაძლებლობაზე;
- ინკლუზიური სწავლების კონცეფცია გულისხმობს სწავლების ინდივიდუალური მეთოდის შემუშავებას;
- ინკლუზია გულისხმობს რწმენას, რომ ყველა ბავშვი, მათ შორის, შეზღუდული შესაძლებლობებისა და სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლე, ერთად უნდა სწავლობდეს სკოლაში.

განსაკუთრებული საგანმანათლებლო საჭიროებების მქონე მოსწავლის საჭიროებები:

- არსებითი დახმარება, რათა მათ შეძლონ სპორტის გაკვეთილებში ჩაბმა;
- ინდივიდუალური ინსტრუქციები, რათა მათ შეძლონ სავარჯიშოების თუ სხვა დაკისრებული აქტივობების შესრულება.

როგორც ზემოთ აღვნიშნეთ, სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლეები სკოლაში სწავლობენ ინდივიდუალური სასწავლო გეგმის მიხედვით, სადაც გათვალისწინებულია მოსწავლის შესაძლებლობები, დასასახულია წლიური სასწავლო მიზნები და ასევე, გათვლილია მოსწავლის აკადემიური წინსვლა. შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე მოსწავლეს, უმრავლესობისაგან განსახვავებით, შეიძლება ბევრად მარტივი სასწავლო მიზნები ჰქონდეს**. თუ მოსწავლე წარმატებით გაართმევს თავს ამ მიზნების მიღწევას, ის მაღალ შეფასებას დაიმსახურებს**.

რჩევა მასწავლებელს:

სიტუაცია: მოსწავლე გაკვეთილის დაწყებისთანავე ხმამაღლა ლაპარაკს იწყებს, აგრესიულად იქცევა, მასწავლებელს ეურჩება და ცდილობს, თანაკლასელთან იჩხუბოს .

ამ შემთხვევაში:

- გამოხატეთ პოზიტიური გრძნობები;
- დააკვირდით, რა პოზიტიურ გრძნობებს გამოხატავენ მოსწავლეები ერთმანეთის მიმართ;
- გამოხატეთ დადებითი შეფასებები, როდესაც ბავშვები ერთმანეთის მიმართ პოზიტიურად არიან განწყობილნი;
- საკლასო ოთახში დანერგეთ “პოზიტიური გრძნობის გამოხატვის” პრინციპი;
- დაეხმარეთ ბავშვებს, გაითვალისწინონ ერთმანეთის საჭიროებები და მოთხოვნილებები;

- დაეხმარეთ მოსწავლეებს ერთმანეთთან ითანამშრომლონ და ასწავლეთ ერთმანეთის ინტერესების გათვალისწინება;
- აუხსენით ბავშვებს, თუ რამდენად მნიშვნელოვანია ერთმანეთის აზრის გათვალისწინება და შეთანხმება;
- ხშირად ისაუბრეთ ადამიანის ცხოვრებაში სპორტისა და ჯანსაღი ცხოვრების მნიშვნელობაზე;
- ისაუბრეთ ჰიგიენასა და ტრავმატიზმის პროფილაქტიკაზე;
- როდესაც ზოგი ბავშვი სხვებზე აქტიურია, მასწავლებელმა უნდა შეასრულოს მოდერატორის ფუნქციები და უზრუნველყოს სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლის სასპორტო აქტივობებში ჩართვა;
- ბავშვებმა უნდა ისწავლონ იმის გააზრება, რომ არსებობს ჯანმრთელობის პრობლემები ან განვითარების დარღვევა და შესაძლოა, მათ მეგობარს ზოგ შემთხვევაში დახმარება დაჭირდეს;
- ესაუბრეთ მოსწავლეებს თანადგომის აუცილებლობაზე სკოლაში ინტერაქციის დროს;
- მასწავლებლის მხრიდან მოწონებისა და ქების გამოხატვა მნიშვნელოვანი მოვლენაა მოსწავლისათვის;
- გაამახვილეთ მოსწავლეთა ყურადღება ჯგუფური ღონისძიებების მნიშვნელობასა და შესრულებაზე;
- ასწავლეთ ერთმანეთთან თანხვედრილი თამაში და ასპარეზობები;
- მიეცით საშუალება მოსწავლეებს გამოხატონ თავიანთი აზრი;
- განუვითარეთ მოსწავლეებს თვითდისციპლინა;
- აუხსენით ბავშვებს, რატომ უნდა დაემორჩილონ გარკვეულ წესებსა და რუტინას საკლასო ოთახში. მიეცით საშუალება, თავად გადაწყვიტონ, რა ფორმით სურთ ერთად მუშაობა და ურთიერთობა.

ვინ დაეხმარება სპორტის მასწავლებელს?!

სპეციალური განათლების მასწავლებელი

განათლების სფეროს პროფესიონალი, რომელსაც პროფესიული ცოდნა აქვს შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე მოსწავლეების სწალების მეთოდებისა და საჭიროებების შესახებ, პასუხს აგებს მათთვის ინდივიდუალური სასწავლო გეგმის შედგენაზე, სასწავლო პროცესის წარმართვასა და სპეციალური მომსახურების გაწევაზე.

ინკლუზიური განათლების კოორდინატორი

სკოლაში ინკლუზიური განათლების კოორდინატორი პასუხისმგებელია სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლეების სწავლების უზრუნველყოფაზე, მასწავლებელთან ერთად პრობლემის გადაწყვეტასა და მომსახურებების კოორდინაციაზე.

სკოლის ფსიქოლოგი

სკოლის ფსიქოლოგს აკისრია მოსწავლის შემეცნებითი, აკადემიური, სოციალური, ემოციური ან ქცევითი პრობლემების დადგენის პასუხისმგებლობა. ფსიქოლოგი მასწავლებელს აწვდის მოსწავლის ქცევისა და უნარის ანალიზს. ფსიქოლოგის ამოცანაა შეიმუშაოს სტრატეგია მოსწავლის აკადემიური და სოციალური ქცევის პრობლემებზე სამუშაოდ.

ლოგოპედი (მეტყველების თერაპევტი)

არის შემთხვევები, როცა მოსწავლეს კომუნიკაცია უჭირს, პრობლემები აქვს სიტყვების გამოთქმასა და გარკვევით ვერ ლაპარაკობს, შეზღუდული აქვს სიტყვების მარაგი. ხშირია შემთხვევები, როდესაც სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლეს სხვა პრობლემებთან პარალელურად მეტყველების შეფერხებაც აღენიშნება. ლოგოპედი, როგორც პროფესიონალი, რომელიც მოსწავლეების მეტყველების განვითარებაზე ზრუნავს, დიდ დახმარებას უწევს მასწავლებელს. ლოგოპედი ეხმარება მოსწავლეს ბგერები გამოთქვას, ლექსიკური მარაგი შეავსოს. ლოგოპედს შეუძლია პროფესიული რჩევები მისცეს მასწავლებელს და შეადგინოს რეკომენდაციები.

სოციალური მუშაკი

სოციალური მუშაკი ეხმარება მასწავლებლებსა და მოსწავლეებს სოციალურ და ემოციურ საკითხებზე მუშაობის დაწყებაში. ის, როგორც კონსულტანტი, ემსახურება პედაგოგებს და ინდივიდუალურ მომსახურებას უწევს შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე მოსწავლეებსა და მათ ოჯახებს. მას შეუძლია მშობლების გამოკითხვით ჩამოაყალიბოს ოჯახის ისტორია, რაც ზოგჯერ გადამწყვეტია იმის დასადგენად, თუ რა სპეციალური საგანმანათლებლო მომსახურება არის საჭირო მოსწავლისათვის.

სკოლის ადმინისტრაცია

სასწავლო დაწესებულებების დირექტორი, ადმინისტრაცია აქტიურ მონაწილეობას იღებენ შეზღუდული შესაძლებლობების მქონე მოსწავლეთა მომსახურების საქმეში. სპეციალურ განათლებასთან დაკავშირებით ისინი შეიმუშავებენ სკოლის პოლიტიკას და მის პერსპექტივას.

მასწავლებელი და მშობელი

მასწავლებელი მშობლების გამამხნევებელი და მხარდამჭერი უნდა იყოს. მასწავლებელი მხოლოდ მაშინ არ უნდა უკავშირდებოდეს მშობელს, როდესაც რაღაც წესრიგში არ არის ან როცა აკადემიური თუ ყოფაქცევის პრობლემები არსებობს. სასურველია, მასწავლებელი იმ შემთხვევაშიც დაუკავშირდეს მშობელს, როცა მოსწავლეს სკოლაში წარმატებები აქვს. იმისათვის, რომ მშობელმა მშვიდად შეძლოს შვილის შესახებ ნეგატიური ინფორმაციის მოსმენა, მნიშვნელოვანია, მასთან წარმატებებსა და მიღწევებზეც ვისაუბროთ. მასწავლებელმა მშობელთან რეგულარული კონტაქტი უნდა დაამყაროს, დაიმსახუროს პატივისცემა და ნდობა. ეს ყოველივე განსაკუთრებულ

მნიშვნელობას იძენს, როცა საქმე სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლეების მშობლებს ეხება. ამ გზით მასწავლებელი და მშობელი უკეთ გაიცნობენ ერთმანეთს.

სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლეების მშობლებსა და სკოლას შორის პარტნიორული ურთიერთობების ჩამოყალიბება უმნიშვნელოვანესი საკითხია. მშობლები ინფორმაციულ და პროფესიულ დახმარებას საჭიროებენ, რათა უკეთ გაიაზრონ ოჯახის როლი შვილის განათლებისა და განვითარების საქმეში. სკოლა კი, თავის მხრივ, იმ ინფორმაციასა და გამოცდილებას საჭიროებს, რომელიც მშობელს აქვს როგორც ბავშვის დაავადების ან ჯანმრთელობის პრობლემის შესახებ, ასევე მისი განსაკუთრებული საჭიროებების თაობაზე. სკოლის ადმინისტრაციამ და პედაგოგიურმა კოლექტივმა გადაწყვეტილებების მიღების დროს მშობლები აქტიურ პარტნიორებად უნდა მოიაზრონ.

ICDP პროგრამის ინტერაქციის ნიშნების განხორციელება მასწავლებლის და მშობლის თანამშრომლობის პროცესში (გამოყენებულია Saeby პროექტში, დანია)

- *გამოხატეთ მშობლებთან ურთიერთობის ინტერესი.*

გამოხატეთ ინტერესი და პატივისცემა მშობლების შეხედულებების, გამოცდილებების, გრძნობების მიმართ ბავშვების სასკოლო განათლებასთან დაკავშირებით. მოუსმინეთ და დაეხმარეთ მათ დამატებითი ინფორმაციის მიწოდებით.

- *მშობლებთან თანამშრომლობის გზით ეცადეთ მშობლებისა და ბავშვების განსაკუთრებული გარემოებების გათვალისწინება და მოთხოვნილებების დაკმაყოფილება.*

სერიოზულად მოეკიდეთ მშობლების დამოკიდებულებას ბავშვების სასკოლო განათლების მიმართ და ეცადეთ, უზრუნველყოთ მათი მოთხოვნები. დანიშნეთ მშობლებთან შეხვედრა და იმუშავეთ მათთან ერთად, რათა დაგეგმოთ ბავშვის სასკოლო განათლების ხარისხის გაუმჯობესება.

- *მშობლებთან შეხვედრა წარმართეთ ორმხრივი დიალოგის გზით.*

ეცადეთ, გამართოთ მშობლებთან დიალოგი. განიხილეთ მათთან, თუ როგორ უყურებთ ბავშვების სასკოლო განათლების საკითხს. აჩვენეთ, რომ თქვენთვის მნიშვნელოვანია მშობლის აზრი ბავშვის მოთხოვნილებების შესახებ და ზოგადად მათი დამოკიდებულება სკოლის მიმართ.

- მხარი დაუჭირეთ თუ მშობლები ბავშვებს სასკოლო სწავლების პროცესში ეხმარებიან.

- მხარი დაუჭირეთ, თუ მშობლებს სხვა მასწავლებლებთან და მშობლებთან ურთიერთობა აქვთ. ისაუბრეთ მშობლებთან ბავშვის მდგომარეობის შესახებ. გამოიჩინეთ მათთან ურთიერთობის ინტერესი და გაამხნევეთ ისინი, დაეხმარონ ბავშვს სკოლაში წარმატების მიღწევაში, ხოლო წარმატების შემთხვევაში, ურჩიეთ, შეაქონ ბავშვი.
- მშობელთა შეკრებასთან დაკავშირებული მნიშვნელოვანი საკითხები შეათანხმეთ თავად მშობლებთან.

მშობელთა შეკრების პირველ ნაწილში ისაუბრეთ მშობლებისათვის მნიშვნელოვან თემებზე, რომელიც ბავშვის განათლებას ეხება. მიეცით მათ საშუალება, გამოხატონ საკუთარი აზრი სასკოლო განათლების სისტემის დადებითი და უარყოფითი მხარეების შესახებ იმ მიზნით, რომ ერთობლივად შეიმუშავოთ ყველასათვის მისაღები გეგმა.

- *აგრძნობინეთ მშობლებს, რომ ბავშვის განათლების პროცესში მათი მონაწილეობა მეტად მნიშვნელოვანია.*

სათანადო დამოკიდებულებით აჩვენეთ მშობლებს, რომ მათთან თანამშრომლობა თქვენთვის და თქვენი სამუშაოსათვის მნიშვნელოვანია. აუხსენით, რომ მათი დახმარება ასევე მნიშვნელოვანია ბავშვის განათლებისა და განვითარებისათვის. თქვენი უშუალო მონაწილეობით შეგიძლიათ მშობლების თანამშრომლობას მეტი მნიშვნელობა შესძინოთ.

- *დაეხმარეთ მშობლებს, განსაზღვრონ ბავშვების განათლების პროცესი.*

დაეხმარეთ მშობლებს გაიგონ, თუ რამდენად მნიშვნელოვანია მათი თანამშრომლობა და პოზიციების დაახლოება ბავშვის უკეთესი განათლებისათვის. აღნიშნეთ, რომ მზად ხართ ითანამშრომლოთ მათთან ნებისმიერი წამოჭრილი პრობლემის გადასაჭრელად. გააცანით მშობლებს სკოლის ინსტრუქცია და ურჩიეთ, როგორ დაეხმარონ ბავშვებს სასკოლო დავალებების შესრულებაში. ეს ყოველივე ხელს შეუწყობს ბავშვებთან ურთიერთობის გაუმჯობესებას და შესაბამისად, ბავშვების სულიერი კომფორტის შექმნას სკოლასა და ოჯახში.

- *დაარწმუნეთ მშობლები, რომ ისინი წარმოადგენენ მნიშვნელოვან რესურსს და შეუძლიათ დადებითი როლი შეასრულონ ბავშვის განათლებაში.*

დაეხმარეთ მშობლებს იპოვონ ბავშვის კეთილდღეობასა და სწავლებაზე დადებითი გავლენის მოხდენის გზები, იზრუნეთ, რომ თქვენს ურთიერთობებში დომინირებდეს ურთიერთნდობის ფაქტორი. მათი წვლილი და თანამშრომლობა დაგეხმარებათ ერთობლივად განსაზღვროთ ბავშვის სასკოლო განათლების გაუმჯობესების გზები. მშობლების მობილიზება, ნდობაზე აგებული ორმხრივი თანამშრომლობის გზით, გაზრდის მათ პასუხისმგებლობასა და კომპეტენტურობას ბავშვების აღზრდასა და განათლებასთან დაკავშირებით.

თანამშრომლობის გზები

სკოლასა და მშობლებს შორის თანამშრომლობა ბავშვის ყოველდღიური ცხოვრების შემადგენელ ნაწილს წარმოადგენს. ეს გულისხმობს, რომ ბავშვის ჩამოყალიბების პროცესში, რაც ძირითადად 6-დან 16 წლამდე გრძელდება, ამგვარი ურთიერთობა ბავშვის ხასიათს, ინტერესებსა და პრაქტიკულ-თეორიულ უნარ-ჩვევებს განსაზღვრავს. ეს უკანასკნელი მშობლებსა და მასწავლებლებს შორის ურთიერთობის მთავარი საკითხია.

სასკოლო განათლების პროცესში წამოჭრილი პრობლემების აღკვეთის ინდივიდუალური გზები გამოიხატება მასწავლებლებსა და მშობლებს შორის ურთიერთობაში, რაც იშვიათად ხორციელდება პრაქტიკაში. შეზღუდული შესაძლებლობების მქონე ბავშვების მშობლები ხშირად თავს არაკომფორტულად გრძნობენ საკლასო შეხვედრებსა და დისკუსიებში, რომელიც სკოლაში ეწყობა. დამნაშავეობის და უსაფრთხოების გრძნობა ხშირად იწვევს დაძაბულობას სხვა მშობლებთან. ამ შემთხვევაში იშვიათად არსებობს მასწავლებელთან ურთიერთობის დამყარების შესაძლებლობა. ამგვარად, ის ადამიანები, რომლებსაც ყველაზე მეტად სჭირდებათ ამგვარ შეხვედრებზე მოსვლა, ყველაზე უცხოდ გრძნობენ თავს და ამის გამო იშვიათად დადიან ანალოგიურ შეხვედრებზე. აქედან გამომდინარე, აუცილებელია, მასწავლებელმა დანიშნოს შეხვედრები შეზღუდული შესაძლებლობების მქონე ბავშვების მშობლებთან მათსავე სახლებში, ყოველ შემთხვევაში მანამ, სანამ კონტაქტი და კომუნიკაცია სასურველ ხასიათს მიიღებს. ამგვარი სახის შეხვედრებიდან მასწავლებლები სარგებელს მიიღებენ ინტერაქციის იმ ნიშნებზე ფოკუსირებით, რომლებიც ზემოთ არის ჩამოყალიბებული.

მშობლებთან ურთიერთობის მეორე მეთოდია მშობელთა ჯგუფების ორგანიზება. ეს არის მეთოდი, რომელსაც სკოლების უმრავლესობა ახორციელებს. ამ მეთოდმა პოზიტიური შედეგები გამოიღო შეზღუდული შესაძლებლობების მქონე ბავშვების მშობლებთან ურთიერთობისას. მშობლების ამგვარი ჯგუფების შექმნა ნებაყოფლობით ხასიათს ატარებს. ისინი ეწყობა სკოლის და მასწავლებლის მიერ, მაგრამ მათი ფასილიტაცია უნდა მოხდეს გამოცდილი მშობლების მიერ. ჯგუფების დაყოფა ხორციელდება მშობლებისათვის საინტერესო თემების საფუძველზე. თემები ასევე შეიძლება შემოთავაზებულ იქნეს მოწვეული ექსპერტების მიერ, მაგრამ დისკუსია და გამოცდილებების გაზიარება უნდა განხორციელდეს მშობლების მიერ. თემები შეიძლება განსხვავდებოდეს ჯგუფების ინტერესებისა და მოთხოვნილებების შესაბამისად. მაგალითად, თემა შეიძლება დაკავშირებული იყოს საკლასო ოთახში შექმნილ სოციალურ სიტუაციასთან და ა.შ. როდესაც თემები ეხება სკოლას, სწავლებას და ბავშვების მდგომარეობას, ბუნებრივია მასწავლებლების ან სკოლის სხვა პერსონალის მოწვევა შეხვედრებზე. მასწავლებლების მშობლებთან ურთიერთობა და მშობლების ჩართვა ბავშვის სწავლების პროცესში მნიშვნელოვანია დადებითი შედეგის მისაღწევად.

რჩევა მასწავლებელს:

თუ კლასში გყავთ მოსწავლე, რომელსაც უჭირს დამოუკიდებლად გადაადგილება (ეტლიანი ან ყავარჯნიანი მოსწავლე, ან მოსწავლე, რომელსაც სიარული უჭირს):

- იყავით ყურადღებიანი; ჰკითხეთ, ხომ არ სჭირდება მას დახმარება, მიაწოდეთ საჭირო ნივთი;
- საუბრისას პირდაპირ მიმართეთ. თუ საუბარი რამდენიმე წუთზე მეტ ხანს გრძელდება, დაჯექით ისე, რომ აღმოჩნდეთ ერთ დონეზე მოსაუბრის პირისპირ. არ გამოთქვათ სინანული, რომ ეტლში ზის. ეს დამამცირებელია;
- ჰკითხეთ, ხომ არ სჭირდება დახმარება ეტლით გადაადგილებაში;
- ეცადეთ წინასწარ დაგეგმოთ ისეთი ღონისძიებები და გასართობი თამაშები, რომელშიც ეტლში მყოფი მოსწავლეც შეძლებს მონაწილეობის მიღებას.

თავი 2

სპორტი და ფიზიკური განათლება სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლეებისათვის (სასწავლო სტრატეგიები)

ინდივიდუალური სასწავლო გეგმა სპორტსა და ფიზიკურ აღზრდაში

ინდივიდუალური სასწავლო გეგმა არის ეროვნულ სასწავლო გეგმაზე დაყრდნობით შემუშავებული სასწავლო გეგმა სსსმ მოსწავლისათვის, რომელიც წარმოადგენს სასკოლო სასწავლო გეგმის ნაწილს. იგი მაქსიმალურად უნდა ითვალისწინებდეს სსსმ მოსწავლის ყველა საგანმანათლებლო საჭიროებას და მისი დაკმაყოფილების გზებს, მოსწავლის ინტერესებსა და ინდივიდუალურ შესაძლებლობებს, აგრეთვე, ყველა დამატებით აქტივობას, რომელიც აუცილებელია გეგმით გათვალისწინებული მიზნების მისაღწევად.

ინდივიდუალური სასწავლო გეგმა დგება მასწავლებლის/მასწავლებლების, სპეციალისტთა გუნდისა და მშობლების აქტიური მონაწილეობით წინასწარი დაკვირვებისა თუ შეფასების საფუძველზე და ითვალისწინებს სრულ ინფორმაციას ბავშვის ქცევითი, კომუნიკაციური ჩვევების, შესაძლებლობებისა და მისთვის საჭირო მომსახურების შესახებ. სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლეებს უნდა შევთავაზოთ ის სასწავლო აქტივობები, რაც მათი უნარებისა და შესაძლებლობების განვითარებისა და მათი შესალებლობების გამოვლენის საშუალებას მისცემთ.

ინდივიდუალური სასწავლო გეგმის დოკუმენტი და მისი შინაარსი

ინდივიდუალური სასწავლო გეგმა წერილობითი დოკუმენტია. სკოლა უფლებამოსილია თავად განსაზღვროს ინდივიდუალური სასწავლო გეგმის ფორმა, რომელიც მისთვის ყველაზე მეტად მოსახერხებელი იქნება. მთავარია, გეგმაში ხდებოდეს ყველა მნიშვნელოვანი საკითხის ასახვა და თავმოყრა.

ინდივიდუალური სასწავლო გეგმის ფორმა შესაძლებელია განსხვავებული იყოს, თუმცა შინაარსი ხშირად ერთგვარია, ის შეიცავს შემდეგ ძირითად კომპონენტებს:

- დემოგრაფიული მონაცემები;
- მოსწავლის შეფასების შედეგები (ძლიერი და სუსტი მხარეები);
- გრძელვადიანი მიზნები;
- მოკლევადიანი მიზნები;
- პროგრამა ანუ განხორციელების გზები;
- მიღწეული შედეგების მონიტორინგი;
- ინდივიდუალურ სასწავლო გეგმასთან დაკავშირებული შეხვედრის ოქმები.

მოსწავლის ინდივიდუალური სასწავლო გეგმა (ნიმუში)

ზოგადი ინფორმაცია

მოსწავლე	
სკოლა	
კლასი	
დაბადების თარიღი	
ასაკი	
მშობელი/მეურვე	
ტელეფონი	
მისამართი	
ისგ-ს შექმნის თარიღი	

მოსწავლის ისგ-ზე პასუხისმგებელი პირი: _____

შეხვედრის ტიპი	X (მონიშნეთ)	თარიღი
საწყისი შეხვედრა		
საჭიროებით განსაზღვრული შეხვედრა		
შეხვედრა I, II სემესტრის ბოლოს	I	
	II	
საბოლოო შეხვედრა/ შეფასება		

ისგ შეხვედრის თარიღი: _____
ისგ-ს შეხვედრის მონაწილეები[1]: _____

[1] ყოველი ისგ შეხვედრისთვის ივსება ახალი ფურცელი.

	მშობელი/მეურვე	სახელი-გვარი	
1			
2			
	სკოლის გუნდი	**სახელი-გვარი**	**საგანი**
1	დამრიგებელი		
2	მასწავლებელი		
3	მასწავლებელი		
4	მასწავლებელი		
5	მასწავლებელი		
6	ფსიქოლოგი		
7			
8			
	მულტიდისციპლინური გუნდი	**სახელი-გვარი**	
1	მულტიდისციპლინური გუნდის წევრი		

შეფასების შედეგები

სფერო		**ძლიერი მხარეები**	**სუსტი მხარეები**
აკადემიური უნარები:	**წერა**		
	კითხვა		
	თხრობა		
	ანგარიში		
შემეცნებითი უნარები (ყურადღება, მეხსიერება, აღქმა)			

ემოციური სფერო		
კომუნიკაციის უნარი ენა/მეტყველება		
მსხვილი მოტორული უნარები		
ნატიფი მოტორული უნარები		
ქცევა/ყოფაქცევა		
ფუნქციური უნარ-ჩვევები		
საგანმანათლებლო გარემო	რესურსი	ბარიერი

ინდივიდუალური სასწავლო გეგმა

გრძელვადიანი მიზანი/ები:

	მოკლევადიანი მიზანი	თარიღი
1		
2		
3		
4		

ინდივიდუალური სასწავლო გეგმა[2]

გრძელვადიანი მიზანი:

მოკლევადიანი მიზანი/ები:

2 ეს ფურცელი შესაძლებელია გადამრავლდეს, თუკი დასახულია ერთზე მეტი მოკლევადიანი მიზანი.

	მიზნის შესაბამისი აქტივობები	მასალა	სად სრულდება აქტივობა (კლასი, რესურსოთახი)	მასალის მომზადებაზე პასუხისმგებელი პირი (მშობელი, პედაგოგი, სკოლის ფსიქოლოგი და სხვ.)	აქტივობის განხორციელებაზე პასუხისმგებელი პირი
1					
2					
3					

სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროებების მქონე მოსწავლეების აკადემიური და სოციალური მიღწევების შეფასება

სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროებების მქონე მოსწავლე შესაძლებელია ფასდებოდეს დანარჩენი მოსწავლეების მსგავსად (როდესაც იგი მიყვება სკოლის სასწავლო გეგმას და პროგრამა მისთვის მხოლოდ ადაპტირებულია) ან მისი ინდივიდუალური სასწავლო გეგმით გათვალისწინებული აკადემიური მიღწევების შესაბამისად. როდესაც შეფასება ინდივიდუალური სასწავლო გეგმის მიხედვით ხდება, იგი მთლიანად მოსწავლის შესაძლებლობებსა და უნარებს ეფუძნება (ეროვნული სასწავლო გეგმა 2011-2016[3]).

შეფასება ყოველთვის უნდა აღწერდეს:

- რისი უნარი აქვს მოსწავლეს და რა არის მისი შემეცნების პროცესის ძლიერი მხარე;

3 ეროვნული სასწავლო გეგმების ცენტრი, ეროვნული სასწავლო გეგმა ზოგად საგანმანათლებლო საჯარო სკოლებისათვის 2011-2016.

- სფეროებს, სადაც მოსწავლეს დამატებითი ყურადღება ან განვითარება ესაჭიროება;
- მოსწავლის სწავლის უნარის განვითარებისთვის აუცილებელ დამხმარე საშუალებებს.

ამგვარი წერილობითი კომენტარი მოსწავლის ინდივიდუალური სასწავლო გეგმის მიღწევებსა და განხორციელების სირთულეებს უნდა აღწერდეს. სადაც საჭიროა, წერილობითი კომენტარი უნდა მიუთითებდეს გზებს, რომლებიც საშუალებას მისცემს მოსწავლეს უკეთ ისწავლოს და უნდა განსაზღვრავდეს ამ მიღწევებისათვის საჭირო დროის მონაკვეთს. განსაკუთრებული საჭიროებების მქონე მოსწავლის შეფასებისათვის 0-დან 10-მდე ნიშნები გამოიყენება.

მნიშვნელოვანია, რომ შეფასება აღწერდეს, თუ რაში ვლინდება მოსწავლის სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროება:

- მოსწავლისთვის აუცილებელია სკოლის სასწავლო გეგმის ადაპტირება (მაგ. მოსწავლე მიჰყვება სპორტისა და ფიზიკური აღზრდის ძირითად სასწავლო პროგრამას, მაგრამ პროგრამის ცალკეული ნაწილები ადაპტაციას საჭიროებს);
- მოსწავლე ძლევს სპორტისა და ფიზიკური აღზრდის სასწავლო გეგმას, მაგრამ საჭიროებს სასწავლო გეგმის და შედეგების მოდიფიცირებას (მაგ. სპორტისა და ფიზიკური აღზრდის საგანში მოსალოდნელი სასწავლო შედეგები რეგულარული სასწავლო პროგრამისაგან ძირეულად განსხვავებულია, სრულიად ინდივიდუალურად ისწავლება და მისი მიზანია მოსწავლის ცხოვრებისეულ უნარ-ჩვევებში ორიენტაცია);
- მოსწავლისთვის აუცილებელია სპორტისა და ფიზიკური აღზრდის სასწავლო გეგმის და მოსალოდნელი შედეგების მთლიანად მოდიფიცირება.

განსაკუთრებული საჭიროების მქონე მოსწავლის სასწავლო შედეგები ხშირად მათ თანაკლასელთა მსგავსია, მაგრამ მათთვის პედაგოგი ადაპტირებული შეფასების პროცედურებს იყენებს. შეფასების ადაპტირებული პროცედურების გამოყენება მოსწავლის ინდივიდუალურ სასწავლო გეგმაში უნდა აისახოს. ეს მოსწავლეები ფასდებიან სასწავლო კურსის/პროგრამის სასწავლო შედეგების მიხედვით.

ზოგიერთი მოსწავლის სპორტისა და ფიზიკური აღზრდის პროგრამამ კი შესაძლოა მნიშვნელოვანი მოდიფიკაცია მოითხოვოს. ასეთი პროგრამების ზოგიერთი ან ყველა სასწავლო შედეგი რეგულარული სასწავლო პროგრამისგან საგრძნობლად განსხვავებული იქნება. ამ შემთხვევებში შეფასება ეფუძნება ამ შედეგების მიღწევის ხარისხს. შესაბამისად, ყველა შეფასება ინდივიდუალურად შემუშავებული სტანდარტების მიხედვით გაკეთდება.

მშობლებს შეუძლიათ სკოლას დაეხმარონ სწავლის შედეგების და მოსწავლის განვითარების პროგრესის შეფასებაში, განსაკუთრებით, სო-

ციალური მიზნების, ცხოვრებისეული უნარ-ჩვევების და განვითარების მხრივ.

ტექნოლოგიები და საშუალებები გადაადგილებისთვის და ჯდომისთვის

გადაადგილების ტექნოლოგიებსა და საშუალებებში მოიაზრება ეტლები, სასიარულო ჩარჩოები (ჭოჭინები), ლიფტები, რომლებიც ფიზიკური შეზღუდულობის მქონე მოსწავლეს სკოლის სივრცეში გადაადგილებისას მეტ დამოუკიდებლობას, სპორტისა და ფიზიკური აღზრდის გაკვეთილებზე კი, მონაწილეობის მიღების საშუალებას აძლევენ. მოსწავლისთვის გადაადგილების საშუალება ასევე შესაბამისმა პროფესიონალმა უნდა შეარჩიოს და მის ფიზიკურ მდგომარეობას კარგად მოარგოს. ზოგადად, რაც უფრო მწირია მოსწავლის ფიზიკური შესაძლებლობები, მით უფრო მრავალფუნქციური და მაღალტექნოლოგიური ეტლია რეკომენდებული, რათა სასკოლო და საკლასო სივრცეში მოსწავლის დამოუკიდებლობის გარკვეული დონე უზრუნველყოს.

ფიზიკური შეზღუდულობის მქონე მოსწავლეებისთვის საკლასო აქტივობებში ეფექტური ჩართულობის უზრუნველყოფისთვის, ხშირად მნიშვნელოვანია კონკრეტული მოსწავლისათვის შესაბამისად ადაპტირებული სასპორტო ინვენტარის შერჩევა, რაც ფიზიკური შეზღუდულობის მქონე მოსწავლეების საკლასო აქტივობებში ეფექტურ ჩართულობას უზრუნველყოფს.

სკოლის ფიზიკური გარემოს ორგანიზება

სკოლის ფიზიკური გარემო და მისი ორგანიზება მნიშვნელოვნად შეიძლება განსაზღვრავდეს სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლის სასკოლო აქტივობებში ჩართულობას. ფიზიკურმა გარემომ, შესაძლებელია, შეაფერხოს მოსწავლის ინკლუზიის პროცესი სკოლაში, მისმა სწორად ორგანიზებამ კი მნიშვნელოვნად შეუწყოს ხელი სასკოლო აქტივობებში ჩართულობას. ხშირად, მოსწავლისთვის საჯარო სკოლაში თანატოლებთან ერთად სწავლა შეუძლებელი ხდება მხოლოდ იმიტომ, რომ მოსწავლე სკოლის სივრცეში გადაულახავ დაბრკოლებებს აწყდება კიბის სახით, სკოლის შესასვლელთან და სართულებს შორის; ან საპირფარეშოა არაადაპტირებული და მოსწავლეს სკოლაში ხანგრძლივად დარჩენის საშუალება არ ეძლევა. განსაკუთრებულად მნიშვნელოვანია, მოსწავლეების სპორტისა და ფიზიკური აღზრდის გაკვეთილებში ჩართვის დროს სასპორტო დარბაზი ადაპტირებულია თუ არა.

თანამედროვე სკოლის შენობები და სასპორტო დარბაზები იმგვარად უნდა იყოს ორგანიზებული, რომ მისი სივრცე ნებისმიერი მოსწავლისთვის იყოს მისაწვდომი და მასში ორიენტირება ყველასთვის იოლი და შესაძლებელი. გარდა ამისა, ადაპტირებული სკოლა სასარგებლოა არა მხოლოდ შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე მოსწავლეებისთვის, არამედ ყველა მოსწავლისთვის თანაბრად.

იმისათვის, რომ სკოლის სივრცე ზოგადად და სასპორტო დარბაზი ხელმისაწვდომი იყოს შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე მოსწავლეებისთვის, არსებობს რამდენიმე მნიშვნელოვანი საკითხი, რომელიც გათვალისწინებული უნდა იყოს სკოლის შენობის აგებისთანავე. ესენია:

პანდუსი სკოლის შესასვლელთან

- **პანდუსი სკოლის შესასვლელთან**: პანდუსის არსებობა აუცილებელი პირობაა იმისთვის, რომ ეტლით მოსარგებლე მოსწავლეს სკოლის შენობაში შეღწევის შესაძლებლობა მიეცეს. პანდუსის კეთებისას აუცილებელია მისი დახრილობის სტანდარტული კუთხის დაცვა და სახელურებით აღჭურვა. პანდუსი აუცილებელია სკოლის ცენტრალურ შესასვლელთან აშენდეს, რათა შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე მოსწავლეს იმავე შესასვლელით მიეცეს სარგებლობის შესაძლებლობა, რითაც მისი თანაკლასელები სარგებლობენ.

- **ზღურბლები გასასვლელებში**: იმისათვის, რომ ეტლით მოსარგებლე ან გადაადგილების სირთულეების მქონე მოსწავლეების სკოლის სივრცეში მობილობა უსაფრთხო და იოლი იყოს, სასურველია, გასასვლელებში (კლასის, ბუფეტის, სასპორტო დარბაზის, საპირფარეშოს შესასვლელში) ზღურბლები არ არსებობდეს. გასათვალისწინებელია, რომ მინიმალური სიმაღლის ზღურბლიც კი გადაადგილების სირთულეების მქონე მოსწავლეს შეიძლება დამატებით სირთულეებს უქმნიდეს და წონასწორობის დაკარგვის მიზეზი გახდეს.

- **გასასვლელების სიგანე**: მნიშვნელოვანია, კარის სიგანე ისე იყოს შერჩეული, რომ ეტლით მოსარგებლე მოსწავლეს მასში გასვლა დაბრკოლებების გარეშე შეეძლოს.

- **კარები და სახელურები**: კარის სახელურის სიმაღლე ისე უნდა იყოს შერჩეული, რომ ის მისაწვდომი იყოს მოსწავლეებისთვის.

- **ლიფტი:** ზოგიერთი სკოლა აღჭურვილია ლიფტით, რაც შეზღუდული შესაძლებლობების მქონე მოსწავლეების ვერტიკალურ სივრცეში გადაადგილების ორიენტაციას უწყობს ხელს.

- **საპირფარეშო:** მნიშვნელოვანია, რომ სკოლაში არსებობდეს ადაპტირებული საპირფარეშო ეტლით მოსარგებლე მოსწავლეებისთვის. ადაპტირებული საპირფარეშოები აუცილებლად უნდა იყოს აღჭურვილი უნიტაზებით და შესაბამის სიმაღლეზე დამონტაჟებული სახელურებით, რაც აუცილებელია მოსწავლის ეტლიდან უნიტაზზე ტრანსფერისთვის და პირიქით. ადაპტირებული საპირფარეშოს კაბინის კარი გარეთ უნდა იღებოდეს.

- **ნიშნულები:** სკოლის სივრცეში კედლებზე სხვადასხვა შინაარსის ნიშნულების განთავსება - მნიშვნელოვანი დამხმარე საშუალებაა შენობაში ორიენტაციისთვის. ის სასარგებლოა არა მხოლოდ სწავლის სირთულეების მქონე მოსწავლეებისთვის, არამედ ყველა მოსწავლისთვის (მათ შორის, პირველკლასელებისთვის). ნიშნულები ხელს უწყობს მოსწავლეებს, იოლად იპოვონ სასპორტო დარბაზი, ბუფეტი, საპირფარეშოები, სხვადასხვა კაბინეტი და ა.შ. მნიშვნელოვანია, რომ ნიშნულები, შესაბამისი გამოსახულებებით, ადვილად იყოს აღ-

საქმელი მოსწავლეებისთვის და შესაბამის სიმაღლეზე იყოს განთავსებული.

აღსანიშნავია, რომ სასკოლო სივრცის ადაპტაციასთან ერთად (რაც სასარგებლოა ყველა მოსწავლისთვის), ხშირად აუცილებელი ხდება, კონკრეტული მოსწავლის ინდივიდუალური საჭიროების გათვალისწინებით, სასპორტო დარბაზის სივრცის მორგება, რათა ეტლით მოსარგებლე მოსწავლეს კლასში შესვლა და მანევრირება შეეძლოს.

თვითდახმარების უნარები

ფიზიკური განვითარების შეზღუდვის მქონე მოსწავლეებს, შესაძლოა დასჭირდეთ მომზადება და/ან დახმარება ისეთ საკითხში, როგორიცაა, თვითდახმარება. ისეთი პრობლემები, როგორიცაა შეზღუდული კომუნიკაციის უნარები, ხშირად განიხილება, როგორც სტანდარტულ საკლასო ოთახებში მოსწავლეთა ამ კატეგორიის სწავლების დამაბრკოლებელი ფაქტორი. თუმცა, შესაბამისი დახმარების მეშვეობით, ეს დაბრკოლება გაქრება და არ გამოიწვევს სასპორტო აქტივობებიდან მათ გარიყვას.

საპირფარეშო - ძალზედ მწვავე პრობლემაა ფიზიკური შეზღუდულობის მქონე მოსწავლეთა ნაწილისთვის. შარდის ბუშტის პათოლოგიების მქონე ადამიანები ხშირად ვერ აკონტროლებენ მის მოქმედებას. ამ პრობლემის მქონე მოსწავლეებს ხშირად პატარა დანადგარი აქვთ მიმაგრებული მუცლის ქვედა ნაწილში (ქირურგიული ჩარევის გზით). შარდი სწორედ ამ დანადგარში გამოიყოფა და დღის განმავლობაში მისი რამდენჯერმე დაცლაა საჭირო. ეს დანადგარი საშუალებას აძლევს ბავშვს შეინარჩუნოს სიმშრალე და თავიდან აიცილოს შარდის სუნი. მასწავლებლებს მოეთხოვებათ, გაგებით მოეკიდონ მოსწავლეების ამ პრობლემებს.

ფიზიკური განვითარების შეზღუდვის მქონე მოსწავლეები ხშირად იმყოფებიან მედიკამენტოზურ მკურნალობაზე, რაც მოითხოვს განრიგის დაცვას. ხშირ შემთხვევაში, ამ კატეგორიის მოსწავლეები თავადვე აცნობიერებენ მკურნალობის მნიშვნელობას და პასუხს აგებენ მედიკამენტების მიღებაზე ისე, რომ არ საჭიროებენ დახმარებას. თუმცა, არსებობს ისეთი შემთხვევები, როდესაც ამგვარ მოსწავლეებს სკოლის მედდის დახმარება სჭირდებათ და არა მხოლოდ მედიკამენტების მიღებასთან დაკავშირებით.

ფსიქოლოგიური საჭიროებები

სხვადასხვა ფიზიკური საჭიროება, რომლებიც ახასიათებს ფიზიკური განვითარების შეზღუდვის მქონე მოსწავლეებს, ასევე ვრცელდება მათ ფსიქოლოგიურ საჭიროებებზე. ზოგი მოსწავლისთვის ფიზიკური შეზღუდულობა არ წარმოადგენს პრობლემას ფსიქოლოგიური განვითა-

რებისა და სოციალური ურთიერთობებისთვის. რიგ შემთხვევებში მათ ისეთივე პრობლემები და საჭიროებები აქვთ, როგორც სხვა ბავშვებსა და მოზარდებს. თუმცა, მოსწავლეთა გარკვეული ნაწილის მიერ პრობლემები მწვავედ აღიქმება. მკვლევარები აღნიშნავენ, რომ ფიზიკური შეზღუდულობის მქონე მოსწავლეებს ხშირად დაბალი თვითშეფასება აქვთ. გამოვლენილია სხვადასხვა ფსიქოლოგიური ხასიათის რეაქცია და დამოკიდებულება. ბავშვები წარმატებული სტრატეგიების შედეგად ახერხებენ ამ პრობლემასთან გამკლავებას. როდესაც შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე მოსწავლის ოჯახის წევრები, მეგობრები, მასწავლებლები და კლასელები გამოხატავენ მხარდაჭერას მის მიმართ, მოსწავლეც მშვიდი, მეგობრული და აქტიური ხდება.

ინკლუზიური განათლება ფიზიკური შეზღუდულობის მქონე მოსწავლეების სწავლების საუკეთესო გზა

ფიზიკური განვითარების შეზღუდვის მქონე მოსწავლეების უმეტესობისთვის სწავლის ყველაზე უკეთესი გარემო ინკლუზიური კლასია. იმისათვის, რომ საზოგადოებაში ცხოვრება ისწავლონ, ბავშვებსა და მოზარდებს ესაჭიროებათ თანატოლებთან ერთად სწავლა საჯარო სკოლებში. ინკლუზიური განათლების პრინციპები შეესაბამება მათ საგანმანათლებლო, სოციალურ და ფიზიკურ საჭიროებებს. ასწავლეთ მოსწავლეს არჩევანის გაკეთება, გადაწყვეტილების მიღება და საკუთარი თავისა და ინტერესების დაცვა და მოაწყვეთ სკოლის გარემო იმგვარად, რომ მისცეთ მათ გადაადგილების საშუალება.

ჯგუფური მუშაობა

მოსწავლეების დაჯგუფება და თანაბარი უნარებისა და შესაძლებლობის მქონე ბავშვების ერთად თავმოყრა იწვევს სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლეების სეგრეგაციას და სასწავლო პროცესიდან გარიყვას, რაც არ პასუხობს ინკლუზიური განათლების მიდგომებს და არ ქმნის თანაბარ გარემოს ყველა მოსწავლისთვის. არსებობს დაჯგუფების სხვა პრაქტიკებიც, რომლებიც რეალურად ხელს უწყობენ უფრო დადებითი გარემოს შექმნას და უზრუნველყოფენ შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე მოსწავლეების ჩართვას სასკოლო ცხოვრებაში.

ჯგუფური მუშაობა საშუალებას აძლევს როგორც უმრავლესობას, ასევე შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე მოსწავლეებს ერთად იმუშაონ სასწავლო მიზნების მისაღწევად. ჯგუფის თითოეულ წევრს, საკუთარი შესაძლებლობის მიხედვით, თავისი წვლილი შეაქვს დასახული მიზნის მიღწევაში. ამგვარი ჯგუფები ერთ-ერთი საუკეთესო გზაა სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლეების სასწავლო პროცესში ჩასართველად. ჯგუფის წევრები ერთმანეთს ეხმარებიან და ამგვარი მიდგომა წაახალისებს სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლეს და შესაძლებელია ხელი შეუწყოს თანაკლასელებთან მის დამეგობრებას. ეს სასწავლო სტრატეგია არა მხოლოდ წაადგება შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე მოსწავლეებს, არამედ გააუმჯობესებს სხვა მოსწავლეების სასწავლო შედეგებსაც.

მართებულად დაგეგმილი აქტივობებისა და სასწავლო მიზნების დასახვის შედეგად, სპეციალური საგნამანთლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლეები წარმატებით ჩაერთვებიან სპორტისა და ფიზიკური აღზრდის გაკვეთილებში.

სწავლის უნარის დაქვეითების მქონე მოსწავლეების სოციალური და ემოციური საჭიროებები

სწავლის უნარის დაქვეითების მქონე მოსწავლეებს ხშირად დახმარება სჭირდებათ ისეთ სოციალურ სფეროებში, როგორიცაა: საკლასო ოთახში მოქცევა, ურთიერთობის უნარ-ჩვევები, პიროვნული და ფსიქოლოგიური თვისებების განვითარება. სწავლის უნარის დაქვეითების მქონე მოსწავლეები ხშირად აქტიურად ერთვებიან ჩხუბში, კინკლაობაში, მათ პრობლემები აქვთ თანატოლებთან ურთიერთობისას, თითქმის არ ჰყავთ მეგობრები. არსებობს რამდენიმე ახსნა იმისა, თუ რატომ აქვთ მოსწავლეებს სოციალური პრობლემები. ზოგიერთმა მოსწავლემ არ იცის, როგორ მოიქცეს ამა თუ იმ სიტუაციაში. არ ცოდნა კი თავისთავად გამოწვეულია იმით, რომ მოსწავლე ვერ ითვისებს ურთიერთობის უნარ-ჩვევებს ვერც სკოლაში და ვერც მის გარეთ.

რა სახის ადაპტაცია არის საჭირო სწავლის უნარის სპეციფიკური დარღვევის მქონე მოსწავლეებისათვის

იმისათვის, რომ დაეხმაროს სწავლის უნარის დარღვევის მქონე მოსწავლეს, მასწავლებელს უნდა შეეძლოს მას შესაბამისი დავალებები და რეკომენდაცები მისცეს. ეს კი ნიშნავს, რომ სწავლის უნარის დაქვეითების მქონე მოსწავლე, შესაძლებელია, (მისი საგანმანათლებლო მოთხოვნების გათვალისწინებით) სპორტისა და ფიზიკური აღზრდის ინდივიდუალური სასწავლო გეგმით სარგებლობდეს.

კომუნიკაციის სხვადასხვა ხერხის გამოყენების ზოგადი წესები

მასწავლებელს სახის გამომეტყველება, ჟესტიკულაცია და სხეულის ნებისმიერი მოძრაობა ეხმარება სმენის დარღვევების მქონე მოსწავლეთათვის ინფორმაციის გადაცემაში, ამიტომ, სასურველია, მასწავლებელი ეცადოს, რომ:

- ლაპარაკის, ურთიერთობის დაწყებამდე ყოველთვის მიიპყროს მოსწავლის ყურადღება და მას პირისპირ უყუროს;
- თუ მოსწავლე არ უყურებს, მხარზე მსუბუქი შეხებით ან თავზე ხელის გადასმით მიანიშნოს, რომ მასთან ურთიერთობა სურს;
- არ შეშინდეს, თუ მოსწავლეს მისი არ ესმის და ვერც თავად იგებს მის ლაპარაკსა თუ ჟესტიკულაციას. დროთა განმავლობაში ისწავლიან ერთმანეთის გაგებას;
- ურთიერთობისას ყოველთვის მოსწავლის პირისპირ აღმოჩნდეს;
- სახის გამომეტყველება, ჟესტიკულაცია და სხეულის მოძრაობები მაქსიმალურად შეესაბამებოდეს მის მიერ მიწოდებულ ინფორმაციას;
- გაითვალისწინოს მოსწავლის მიერ სპორტის გაკვეთილის პროცესში აღმოცენებული სირთულეები.

მოსწავლის თვითშეფასება

მოსწავლის თვიშეფასება დიდად არის დამოკიდებული იმაზე, თუ რამდენად ღირებულია იგი გარშემო მყოფთათვის, რამდენად აღიარებულია მათ მიერ, რამდენად უყვართ იგი და რამდენად მიღებულია იგი სკოლასა და სახლში. ეს ყოველივე საკუთარი თავის ღირებულების შეგრძნებას აყალიბებს და შესაბამისად, უზრუნველყოფს საკუთარი თავის დადებითი ხატის ჩამოყალიბებას ბავშვებში. ყოველივე ზემოთქმული ერთნაირად მართებულია ყველა ბავშვის შემთხვევაში, მაგრამ განსაკუთრებით მწვავედ დგება ეს საკითხები მაშინ, როდესაც ბავშვი საკუთარი განვითარების ფორმით განსხვავდება უმრავლესობისგან.

ცნობილია, რომ თუ ბავშვები კარგი წარმოდგენისა არიან საკუთარ თავზე, ისინი უკეთეს შედეგებს აღწევენ სწავლაში. მასწავლებლებისა და მშობლებისთვის ძალიან მნიშვნელოვანია შეძლონ ბავშვს განუვითარონ საკუთარი თავის რწმენა, შექებით, მხარდაჭერით და წახალისებით მიმართონ ბავშვი წარმატებისკენ და შეუქმნან მას განწყობა - "მე ამას შევძლებ", "მე გამომივა". ბავშვის ამგვარი განწყობა გვეხმარება მისი აკადემიური მოსწრების გაუმჯობესების მოტივაციის გაზრდაშიც.

არსებობს ბავშვის თვითშეფასების ამაღლების რამდენიმე გზა:

- უნდა გვახსოვდეს, რომ როდესაც ვცდილობთ ბავშვს საკუთარი თავის რწმენა გავუჩინოთ, ძალიან ფრთხილად უნდა შევარჩიოთ მისი შექების, წახალისების ფორმები. სასურველია, რომ შექების ობიექტი იყოს არა ბავშვი (მაგ. რა კარგი ბიჭი ხარ), არამედ კონკრეტული სასწავლო ან ქცევითი მიზანი, რომელსაც ბავშვმა უნდა მიაღწიოს. სხვა სიტყვებით რომ ვთქვათ, თავი აარიდეთ ისეთ შექებას, როგორიცაა: "მე ვამაყობ შენით, კარგი ბიჭი ხარ ან ყოჩაღ, დღეს ბევრი იმუშავე". გაცილებით უფრო ეფექტური სტრატეგიაა, როდესაც ჩვენ ვაქებთ, საგანგებოდ აღვნიშნავთ ან წავახალისებთ ბავშვის მონდომებას ან დავალების შესრულების სტრატეგიას. მაგ. "მე შევამჩნიე, რომ შენ დღეს სახაზავი გამოიყენე სწორი ხაზის გასავლებად. ეს ძალიან ჭკვიანური გადაწყვეტილება იყო და შესაბამისად, ყველა ხაზი სწორი და ლამაზი გამოგივიდა!" ან "მე ყურადღება მივაქციე, რომ დღეს შენ არც ერთი შეცდომა არ დაგიშვია მიმატებისას!" როდესაც ჩვენ ამგვარ შექებასა და წახალისებას ვიყენებთ, ჩვენ ვაძლიერებთ როგორც ბავშვის საკუთარი თავის რწმენას, ასევე აკადემიური მიღწევების მოტივაციასაც.
- იმ მიზნით, რომ ბავშვებს უფრო მეტად მოეწონოთ საკუთარი თავი, ბავშვის ყურადღება, უმჯობესია, მხოლოდ მის დადებით და ძლიერ მხარეებზე გავამახვილოთ, რამეთუ ბავშვები დაბალი თვითშეფასებით, ძირითადად, უარყოფითზე არიან ფოკუსირებულნი: "ეს არ გამომივა", „არ ვიცი, როგორ გავაკეთო", „მეგობრები არ მყავს" და ა.შ."
- ბავშვებს სისტემატურად უნდა მივცეთ შესაძლებლობა დააფიქსირონ საკუთარი ძლიერი მხარეები და დადებითი თვისებები. მაგ. მიეცით მოსწავლეს დავალება დაგისახელოთ 10 თვისება, რომელიც მას ყველაზე მეტად მოსწონს საკუთარ თავში. ჩამოთვლისას უკარნახეთ მას და გაახსენეთ ის ფიზიკური აქტივობები, რომელიც მას კარგად გამოსდის. სამწუხაროდ, დაბალი თვითშეფასების მქონე ბავშვებს, როგორც წესი, ძალიან უჭირთ საკუთარ თავზე კარგის თქმა და თქვენ ხშირად დაგჭირდებათ კარნახი. მაგ. ნინიკო კარგად ვარჯიშობს, ბურთს კარგად ისვრის და სხვ.

- ყველაზე მძაფრად და მტკივნეულად დაბალი თვითშეფასების მქონე ბავშვები კრიტიკაზე რეაგირებენ. ამიტომ შეეცადეთ თავი აარიდოთ კრიტიკას და არ მისცეთ ბავშვს ბევრი შენიშვნა.
- მასწავლებლების როლი უმნიშვნელოვანესია იმაში, თუ როგორ აღიქვამენ ბავშვები საკუთარ თავს და რას განიცდიან ამის თაობაზე. კიდევ ერთხელ გავიმეორებთ – ერიდეთ ბავშვის გაკრიტიკებას. გახსოვდეთ, რომ თქვენმა სიტყვებმა შესაძლოა ბავშვს საკუთარი თავის რწმენა და სწავლის მოტივაცია დაუკარგოს.
- ყოველთვის ეცადეთ, რომ ბავშვმა ამა თუ იმ ვარჯიშის შესრულებისას დაშვებული შეცდომები თქვენთან ერთად გააანალიზოს და განიხილოს.

პრაქტიკუმი

ჯგუფებში მუშაობა:

გთხოვთ, გაიხსენოთ შემთხვევა თქვენი სასკოლო პრაქტიკიდან და აღწეროთ სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლე. აიღეთ მშობლის მიერ არჩეული მიზანი და შეიმუშავეთ სპორტისა და ფიზიკური განათლების გაკვეთილის გეგმა: მასწავლებლის როლი, სასპორტო დარბაზის მოწყობა, მოსწავლის შესაძლებლობები, დავალების სპეფიციკა, თანაკლასელთა ჯგუფებში მუშაობა განსხვავებული დავალებების დროს.

განვითარების დარღვევების სხვადასხვა ფორმა და სწავლების ეფექტური სტრატეგიები

გონებრივი განვითარების დაღვევის და შეფერხების სხვადასხვა ფორმის შემთხვევაში მოსწავლეებს უჭირთ სწავლა და თავისი ასაკისთვის შესაბამისი ყოველდღიური აქტივობების შესრულება. ამიტომ მათი ფიზიკური აღზრდის პროცესში ჩართვისათვის აუცილებელია, მართებული მეთოდები და სასწავლო სტრატეგიები გამოვიყენოთ, რათა მათ გაიგონ და გაიაზრონ, თუ რას მოვითხოვთ და როგორ უნდა შეასრულონ მასწავლებლის დავალება. ამ შემთხვევაში სწავლის უნარის სპეციფიკური დარღვევების მქონე მოსწავლეებისათვის, შესაძლოა, არ იყოს აუცილებელი სპორტის სპეციალური პროგრამის შემუშავება. მასწავლებელმა უნდა იზრუნოს იმაზე, რომ მოსწავლემ მართებულად გაიგოს მასწავლებლის მოთხოვნა და დავალება, ვინაიდან სწავლის უნარის დარღვევის მქონე მოსწავლეებს პრობლემა სწორედ დავალებების, დირექტივების და რჩევების აღქმაში აქვთ და არა ფიზიკურად მათ შესრულებაში.

სწავლის უნარის სპეციფიკური დარღვევა

სწავლის უნარის დაქვეითება არის ნევროლოგიური სახის შეზღუდვა, რომელიც მოქმედებს ადამიანის ტვინის შესაძლებლობაზე - აღიქვას, გაიაზროს, დაიმახსოვროს და გადასცეს ინფორმაცია. იგი შეიძლება განიმარტოს, როგორც ჩავარდნა პიროვნების ინტელექტსა და მის ასაკობრივ კატეგორიაში მიღწეულ უნარ-ჩვევებს შორის.

სწავლის უნარის დარღვევის პირველადი გამოვლენა

შემეცნებითი სიმპტომები – მოსწავლეს სირთულეები აქვს ზომის, ფორმის, ფერის და დროის აღქმაში. მისთვის დამახასიათებელია სუსტი ორგანიზაციული უნარ-ჩვევები, უჭირს აბსტრაქტული აზროვნება და პრობლემების გადაჭრა.

ფიზიკური სიმპტომები – მოსწავლისათვის დამახასიათებელია ზოგადი მოუქნელობა, სუსტი ვიზუალურ-მოტორული კოორდინაცია, ჰიპერაქტიურობა, ზედმეტი აღგზნებადობა, ყურადღების კონცენტრაციის ნაკლებობა.

ქცევითი/სოციალური სიმპტომები – ხშირად აქვს ადგილი იმპულსურ ქცევას, გაუაზრებელ მოქმედებას. ბავშვი მოუსვენარია ძილის დროს, ზედმეტად აღგზნებულია ჯგუფური თამაშის დროს; თავის გრძნობებს

არაადეკვატურად, ხშირად გადაჭარბებულად გამოხატავს, მას უჭირს თანატოლებთან კონტაქტი.

სწავლის უნარის სპეციფიკური დარღვევის მქონე მოსწავლეები და ფიზიკური აქტივობები

სწავლის უნარის დაქვეითების მქონე მოსწავლეებს ხშირად განსაკუთრებული საგანმანათლებლო საჭიროებები აქვთ. მათ არ აქვთ განვითარებული სწავლის პროცესისთვის ისეთი მნიშვნელოვანი უნარ-ჩვევები, როგორებიცაა: დავალებაზე ყურადღების გამახვილება, დამახსოვრება, დამოუკიდებელი მუშაობა, მეტყველება და განზოგადება, მოტორიკა და სასკოლო ყოფაქცევის უნარ-ჩვევები.

ყურადღების დეფიციტისა და ჰიპერაქტიურობის სინდრომი (ADHD)

ყურადღების დეფიციტისა და ჰიპერაქტიურობის სინდრომი (**Attention Deficit Hyperactivity Disorder - ADHD**) ბავშვებში გავრცელებულ ნეირობიოლოგიურ და ქცევით (ბიჰევიორულ) დარღვევას წარმოადგენს, რომელიც მოზარდობასა და ზრდასრულ ასაკშიც გადადის. ამ სინდრომის მქონე ბავშვებისთვის დამახასიათებელია უყურადღებობა, იმპულსურობა და ჰიპერაქტიურობა. უყურადღებობა, მოუსვენრობა, დაუფიქრებლად მოქმედება გარკვეულწილად ყველა ბავშვისთვის არის დამახასიათებელი. მაშინ, როდესაც ეს სიმპტომები საგრძნობლად აღემატება ასაკისათვის შესაბამის განვითარების დონეს და სერიოზულ პრობლემებს უქმნის ბავშვის სასწავლო პროცესში ჩართვას, აკადემიურ მოსწრებასა და თანატოლებთან ურთიერთობას, ჩნდება ეჭვი ყურადღების დეფიციტისა და ჰიპერაქტიურობის სინდრომზე.

ყურადღების დეფიციტისა და ჰიპერაქტიურობის სინდრომის მახასიათებლები

უყურადღებობა:

- უჭირს ერთ საკითხზე ყურადღების კონცენტრირება და მალე გადადის ერთი საქმიანობიდან მეორეზე;
- უჭირს დავალებების შესრულება;
- ხშირად არის გაფანტული და რჩება შთაბეჭდილება, რომ არ გისმენთ მაშინაც კი, როდესაც უშუალოდ მას მიმართავთ;
- ერთდროულად იწყებს რამდენიმე აქტივობას და ვერ ასრულებს მათ ბოლომდე;
- თავს არიდებს და არ მოსწონს დავალებები, სადაც ფსიქიკური ძალისხმევაა საჭირო;

- ყოველდღიურ ცხოვრებაში ძალიან გულმავიწყია;
- გარეშე სტიმულებით ადვილად ეშლება ხელი.

ჰიპერაქტიურობა:

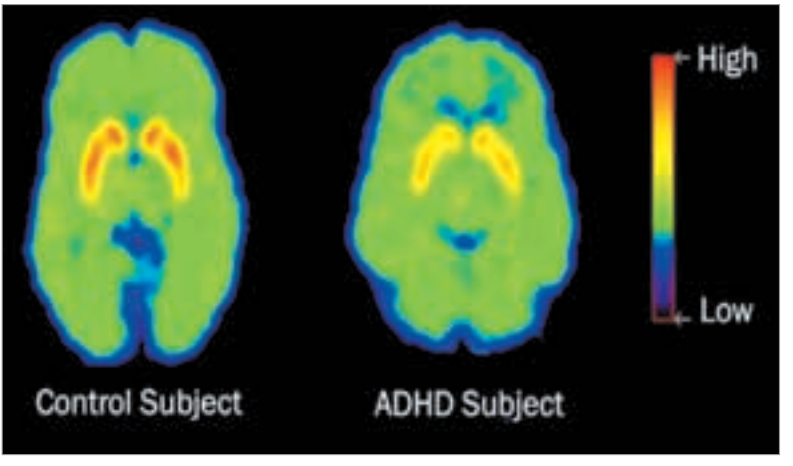
- ხშირად ცქმუტავს და ვერ ისვენებს;
- მუდმივად მოძრაობაშია, ტოვებს თავის ადგილს და გადაადგილდება;
- გამუდმებით წრიალებს;
- სისტემატურად ესაუბრება გარშემო მყოფთ.

იმპულსურობა:

- არ ფიქრობს, სანამ რამეს ჩაიდენს;
- ხშირად ყვირის უადგილოდ და იძლევა არაადეკვატურ პასუხებს;
- უცებ წამოხტება და გარეთ გარბის;
- ვერ იცავს რიგითობას, ამიტომ უჭირს წესების დაცვა.

ყურადღების დეფიციტისა და ჰიპერაქტიურობის სინდრომის მქონე მოსწავლე:

- გონებაგაფანტულია, უჭირს დეტალებისათვის ყურადღების მიქცევა, ინსტრუქციის გაგება, შესრულება და დიალოგის წარმართვა;
- ადვილად ივიწყებს ყოველდღიური რუტინის (საქმიანობის) დეტალებს.
- მოუსვენარია და ბევრს საუბრობს, უჭირს დიდი ხნით წყნარად ჯდომა, წრიალებს, ხშირად აწყვეტინებს საუბარს სხვას ან იწყებს საუბარს შეუფერებელ დროს;
- არ შეუძლია რიგითობის დაცვა და ინსტრუქციების მოსმენა;
- სხვებზე ხშირად ხვდება უსიამოვნო სიტუაციებში;
- უმცროსი ასაკის ბავშვებისთვის დამახასიათებელია გამუდმებული სირბილი, ხტუნვა.



გამოკვლევამ აჩვენა, რომ ხშირ შემთხვევაში ADHD-ის დროს თავის ტვინის შუბლის წილებს მიეწოდება ნაკლები ჟანგბადი, ვიდრე ეს ნორმის შემთხვევაშია.

ყურადღების დეფიციტისა და ჰიპერაქტიურობის სინდრომის მქონე ბავშვები და სპორტის გაკვეთილები

ყურადღების დეფიციტისა და ჰიპერაქტიურობის სინდრომის მქონე ბავშვები სკოლაში მრავალ პრობლემას ქმნიან, ისინი გამუდმებით საუბრობენ და ხმაურობენ, არ ემორჩილებიან მასწავლებლის ინსტრუქციებს, არ შეუძლიათ რიგითობის დაცვა. იმისთვის, რომ სპორტის გაკვეთილზე შეიქმნას ყურადღების დეფიციტისა და ჰიპერაქტიურობის სინდრომის მქონე ბავშვისადმი კეთილგანწყობილი გარემო, მასწავლებელმა აუცილებლად უნდა გაითვალისწინოს შემდეგი საკითხები:

1. ***ყურადღების დეფიციტისა და ჰიპერაქტიურობის სინდრომის სიმპტომები:*** აღნიშნული სინდრომი წარმოადგენს დარღვევას, რომელიც მოსწავლეს ხელს უშლის ყურადღების ფოკუსირებაში. ის ვერ ახერხებს დიდხანს ერთ ადგილზე გაჩერებას, ცქმუტავს. ამ სინდრომის მქონე მოსწავლისათვის დამახასიათებელია ხანმოკლე მეხსიერება, მას არ შეუძლია მიღებული გრძელი ინსტრუქციების დამახსოვრება.

2. ***მოდიფიკაციები:*** ყურადღების დეფიციტისა და ჰიპერაქტიურობის სინდრომის მქონე ბავშვები სპეციალურად არ ცდილობენ არეულობა შეიტანონ გაკვეთილზე, მათ უბრალოდ არ შეუძლიათ უმოძრაოდ ყოფნა, მათი ტვინი ვერ ახდენს ინფორმაციის იმგვარად აღქმას, როგორც ამას სხვა მოსწავლეები ახერხებენ. ჩვეულებრივ, საკლასო ოთახში გამოყენებული მეთოდები არაეფექტურია ყურადღების დეფიციტისა და ჰიპერაქტიურობის სინდრომის მქონე ბავშვებთან.

3. ***თავისუფალი გადაადგილების გარემო:*** ეცადეთ, რომ მისი გადაადგილება გაკვეთილის ორგანულ ნაწილად გადააქციოთ. დატვირთეთ ფიზიკური სავარჯიშოებით, სრულად ჩართეთ სპორტულ აქტივობებში.

მათ თავისუფლად შეუძლიათ სპორტის ნებისმიერი სახეობის ათვისება და ნებისმიერ სასპორტო აქტივობაში მონაწილეობის მიღება.

აქტიურად ჩართეთ ნებისმიერ სასპორტო აქტივობაში, მაგრამ ერთ ჯერზე მიეცით მხოლოდ ერთი ინსტრუქცია და საჭიროების შემთხვევაში, გაუმეორეთ.

რჩევები:

- დავალებებში გამოიყენეთ მოკლე, ლაკონიური ფრაზები;
- ყურადღების დეფიციტისა და ჰიპერაქტიურობის სინდრომის მქონე მოსწავლეების შემთხვევაში დადებითად შეაფასეთ დაგვიანებით და ნაწილობრივ შესრულებული დავალებაც კი.

ყურადღების დეფიციტისა და ჰიპერაქტიურობის სინდრომის მქონე ბავშვებთან წარმატებული მუშაობა გულისხმობს, რომ მასწავლებელმა:

- უნდა შეაფასოს ინდივიდუალური საჭიროებები. მაგ. როგორ, როდის და რატომ არის ბავშვი უყურადღებო, იმპულსური ან ჰიპერაქტიური;
- უნდა განიხილოს აკადემიურ ინსტრუქციებთან, ქცევის მართვასა და საკლასო გარემოს მორგებასთან დაკავშირებული სწავლების ყველა ის სტრატეგია, რომელიც ყველაზე მეტად შეესაბამება ბავშვის საჭიროებებს;
- უნდა ჩართოს აღნიშნული სტრატეგიები მოსწავლის ინდივიდუალურ სასწავლო გეგმაში და შემუშავებული პროგრამის ინტეგრირება მოახდინოს ყველა სხვა მოსწავლესთან გამოყენებულ სპორტულ აქტივობებში.

აკადემიური ინსტრუქციები: მეთოდები, რომელთაც მასწავლებელი იყენებს გაკვეთილის წარმართვისათვის.

ქცევის მართვა: ხერხები, რომელთა გამოყენებითაც მასწავლებელი მართავს ყურადღების დეფიციტისა და ჰიპერაქტიურობის სინდრომის მქონე ბავშვის ქცევას.

სპორტული დარბაზის მორგება: რა უნდა გაკეთდეს, რომ ყურადღების დეფიციტისა და ჰიპერაქტიურობის სინდრომის მქონე ბავშვებს სწავლა გაუადვილდეთ.

სასწავლო სტრატეგიები

წინასწარ დაგეგმეთ გაკვეთილი – გაკვეთილის დაწყებისას მოკლედ ჩამოაყალიბეთ ის სპორტული და ფიზიკური აქტივობები, რომელთა განხორციელებასაც გეგმავთ გაკვეთილზე;

დასახეთ გაკვეთილის მოლოდინები – დეტალურად აუხსენით მოსწავლეებს, რას გააკეთებენ ისინი გაკვეთილზე (სავარჯიშოები, თამაშები, ასპარეზობები, შეჯიბრის არსი და სხვ.);

ჩამოაყალიბეთ ქცევის წესები – აუხსენით მოსწავლეებს, როგორ ქცევას ელით მათგან. მაგ. გუნდური ასპარეზობის ან თამაშის დროს;

განსაზღვრეთ საჭირო სასპორტო ინვენტარი – გააცანით მოსწავლეებს, თუ რა სასპორტო ინვენტარი დაჭირდებათ მათ გაკვეთილის მსვლელობაში. მაგ. აუხსენით, თუ რა დანიშნულება აქვს ამ ინვენტარს და როგორ უნდა გამოიყენონ ის;

მიაწოდეთ დამატებითი ინსტუქციები – აუხსენით მოსწავლეებს, როგორ უნდა შეასრულონ ესა თუ ის ფიზიკური სავარჯიშო ან თამაში;

გაამარტივეთ ინსტრუქციები – რაც უფრო მარტივი იქნება ყურადღების დეფიციტისა და ჰიპერაქტიურობის სინდრომის მქონე ბავშვებისათვის მიწოდებული ინსტრუქცია, მით უფრო დროულად და ხარისხიანად შეასრულებენ ისინი ნებისმიერ სპორტულ აქტივობასა და დავალებას;

იყავით პროგნოზირებადი – სტრუქტურა და თანმიმდევრულობა განსაკუთრებით მნიშვნელოვანია ყურადღების დეფიციტისა და ჰიპერაქტიურობის სინდრომის მქონე ბავშვისათვის. მათი უმეტესობა ვერ ეგუება ცვლილებებს, მათთვის საუკეთესოა მინიმალური წესებისა და არჩევანის არსებობა. სინდრომის მქონე ბავშვს მკაფიოდ უნდა ესმოდეს, რას მოელიან მისგან.

გამოყავით მთავარი საკითხები – იმისათვის, რომ ყურადღების დეფიციტისა და ჰიპერაქტიურობის სინდრომის მქონე ბავშვს მივცეთ დავალებაზე ფოკუსირების საშუალება, თქვენს ინსტრუქციებში გამოყავით მთავარი საკითხები. მაგ. რა ტიპის მოძრავ თამაშებს ან რა სავარჯიშოებსა თუ სპორტულ ასპარეზობას უნდა დაეთმოს დრო სპორტის კონკრეტულ გაკვეთილზე.

გამოიყენეთ ჯგუფური სასწავლო სტრატეგიები – მიეცით მოსწავლეებს გუნდურ თამაშებში მონაწილეობის მიღების საშუალება. გამოიყენეთ ისეთი სტრატეგია, როგორიცაა გუნდში აზრთა გაზიარება.

აქტიურად გამოიყენეთ პოზიტიური ქცევის წახალისების სტრატეგია – მკაფიოდ განსაზღვრეთ, რას ნიშნავს პოზიტიური ქცევა კონკრეტული მოსწავლის შემთხვევაში. ყოველთვის, უმნიშვნელო წარმატების შემთხვევაშიც კი, შეაქეთ მოსწავლე, უთხარით, თუ რა გააკეთა მან კარგად და რატომ დაიმსახურა მისმა ქცევამ მოწონება.

გონებრივი განვითარების დარღვევები

გონებრივი ჩამორჩენილობა ფსიქიკური განვითარების დარღვევის ფორმაა. აღნიშნული მდგომარეობა ვლინდება ადრეულ ასაკში და მთელი ცხოვრების მანძილზე ახდენს გავლენას ბავშვის ფსიქიკური განვითარებისა და ჩვევების ჩამოყალიბებაზე.

რა ახასიათებს გონებრივი განვითარების დარღვევას:

- აზროვნების სპეციფიკურობა. ცოდნის განზოგადება, სხვა სიტუაციაში გადატანა და აბსტრაგირება გართულებულია;
- სწავლის ნელი ტემპი: ესაჭიროებათ მრავალჯერადი გამეორება და დიდი დრო სჭირდება ინფორმაციის განმტკიცებას;

- ყურადღების კონცენტრაციის დარღვევა: გართულებულია როგორც გარკვეულ აქტივობაში ჩართვა, ასევე მიმდინარე აქტივობიდან ახალ აქტივობაზე გადართვა;
- მოტორული პრობლემები:
- უჭირს ხელით ნატიფი მოძრაობების შესრულება, თანმიმდევრული, რამდენიმე საფეხურისაგან შემდგარი მოტორული აქტივობის შესრულება, დაგეგმვა და კონტროლი.

გონებრივი განვითარების დარღვევის მქონე ბავშვებისთვის ძალიან მნიშვნელოვანია სხვების მათ მიმართ დამოკიდებულება. ისინი ძალიან მწვავედ რეაგირებენ, თუ ვერ გრძნობენ სითბოს, სიყვარულს და კეთილგანწყობას.

დაუნის სინდრომი

დაუნის სინდრომი ფიზიკური და გონებრივი განვითარების დარღვევის ფორმაა, რომელიც შერწყმულია დამახასიათებელ გარეგნობასთან.

როგორც წესი, დაუნის სინდრომის მქონე ბავშვები სხვადასხვა ხარისხის ინტელექტუალური განვითარების დარღვევით ხასიათდებიან.

დაუნის სინდრომის მქონე ბავშვების კიდევ ერთი დამახასიათებელი თვისებაა ყურადღების კონცენტრაციის პრობლემა. ყურადღების კონცენტრაციის დეფიციტი - უყურადღებობა, გაფანტულობა.

- ასევე დაუნის სინდრომის მქონე ბავშვებს, ახასიათებთ იოლად გადართვა ანუ ნებისმიერ უმნიშვნელო მოვლენასა თუ გამღიზიანებელს შეუძლია ისინი მოწყვიტოს საქმიანობას და მთლიანად გადართოს სხვა უმნიშვნელო აქტივობაზე.
- დაუნის სინდრომის მქონე ბავშვების ერთ-ერთ უმნიშვნელოვანეს პრობლემას მეტყველების განვითარება წარმოადგენს. ძალიან ხშირად დაუნის სინდრომს თან სდევს სხვადასხვა ხარისხის სმენის დარღვევები და აქედან გამომდინარე, მეტყველების განვითარების და არტიკულაციის პრობლემები.
- დაუნის სინდრომის მქონე ბავშვები საკმაოდ ჯიუტები არიან, ამიტომ პერიოდულად ქცევითი დარღვევები ახასიათებთ. ასევე ძალიან ხშირია დაუნის სინდრომის მქონე ბავშვებში დაბალი თვითშეფასების არსებობა, რაც მათი ფიზიკური მონაცემებით არის გამოწვეული და მნიშვნელოვნად უშლის ხელს ბავშვების ნორმალურ ფუნქციონირებას და სწავლის მოტივაციას.

რჩევა მასწავლებელს:

- გამოიყენეთ რაც შეიძლება მეტი კონკრეტული მაგალითი, ესაუბრეთ ბავშვს მისთვის გასაგებ ენაზე. თუ აუცილებლობა მოითხოვს, შეანელეთ თქვენი მეტყველების ტემპი.
- ყურადღების კონცენტრაციის გაზრდის მიზნით, გაკვეთილის განმავლობაში, მოსწავლეს ხშირად გაუმეორეთ ინსტრუქციები. მასალის დანაწევრება და ხშირი ინსტრუქციები გაუადვილებს მას დავალებაზე ყურადღების კონცენტრაციას და მასალის ათვისებას.

- ქცევის მართვის სტრატეგიები დაუნის სინდრომის ბავშვებისთვის იგივეა, რაც ყველა დანარჩენი ბავშვისთვის. მთავარია, რომ სასურველ ქცევას აუცილებლად მოჰყვეს დადებითი განმტკიცება (შექება, წახალისება, დასაჩუქრება) და ეს განმამტკიცებელი აუცილებლად მნიშვნელოვანი და ღირებული იყოს ბავშვისთვის.

აუტიზმი

აუტიზმი ტვინის განვითარების ნეირობიოლოგიური დარღვევის შედეგია, აუტიზმის მქონე ბავშვს დარღვევები აქვს სოციალური უნარების, კომუნიკაციის, მეტყველების, ქცევის განვითარებაში. აუტიზმის ყველაზე მარტივი მახასიათებელია ადამიანებთან ურთიერთობის დანაკლისი და კონტაქტისაგან თავის არიდება. აუტისტური ბავშვები ვერ იტანენ ცვლილებებს და გაურბიან ურთიერთობებს, გაუცხოებულები არიან საზოგადოებისაგან და საკუთარი თავისგანაც ზოგჯერ ისინი თავს მესამე პირში მოიხსენიებენ. არის შემთხვევები, როცა აუტისტი ბავშვები გამართულად პასუხობენ რთულ, მათი ასაკისათვის შეუსაბამო კითხვებს, მაგრამ არ შეუძლიათ აღიქვან და უპასუხონ მარტივ ან ელემენტარულ შეკითხვას. აუტიზმის მქონე მოსაწვლეებს უჭირთ ყურადღების მოკრება და კონცენტრირება იმ საკითხებზე, რაც უმრავლესობისათვის საინტერესოა. მეორეს მხრივ, შესაძლებელია მათი ყურადღება შევაჩეროთ მათთვის საინტერესო საკითხებზე.

აუტიმზმის მქონე მოსწავლეებს არ შეუძლიათ სიტუაციის კონტექსტის გაგება, ისინი მოწოდებულ ინფორმაციას ნაწილ-ნაწილ ამუშავებენ.

აუტიზმის მქონე მოსწავლეების აგრესიული ქცევა განპირობებულია იმით, რომ მშობელი, მოსაუბრე, მასწავლებელი, მეგობარი ვერ აკმაყოფილებს მათ მოთხოვნილებებს. მათ კი, თავის მხრივ, შეფერხებული აქვთ სხვისი ემოციის გაგების და გაზიარების უნარი.

აუტიზმის მქონე ბავშვებს ყველაზე მეტად სოციალური ურთიერთობა უჭირთ, შესაბამისად, ბავშვის ყველა შესაძლებლობა უნდა იქნას გამოყენებული, რათა მას ურთიერთობა ვასწავლოთ და ჩავრთოთ სასკოლო

სპორტულ აქტობებში. მაგ. აუტიზმის მქონე ბავშვებთან მუშაობისას ეფექტური სტრატეგიაა იმიტაცია. სხვა მოსწავლეების სპორტული სავარჯიშოებისა და თამაშების იმიტირება მათ დაეხმარება სოციალურ ინტერაქციასა და თამაშებში (გაკვეთილში) ჩართვის პროცესში. დაგეგმეთ დღიური სამოქმედო გეგმა და ნათლად აუხსენით მოსწავლეს დავალება/სავარჯიშო. მხოლოდ ამ კონკრეტული დირექტივების შესრულების შემთხვევაში შეძლებს მოსწავლე სპორტულ აქტივობებში მონაწილეობის მიღებას.

გაფრთხილება!
მუდმივად ყურადღებით იყავით მოსწავლის შფოთვის სიმპტომების ან სტრესის ნებისმიერი გამოვლენის მიმართ.

სტრესის ნიშანი შეიძლება იყოს:

- ყურების ხელით დაგმანვა;
- ყურებზე ხელის მიფარება;
- განმეორებითი მოძრაობები, მაგ. ქანაობა;
- საკუთარი სხეულის სხვადასხვა ნაწილის განმეორებითი შეხება.

ამ დროს მოსწავლეს უნდა მისცეთ დამშვიდების საშუალება. საჭიროა მისთვის სპეციალური ადგილის გამოყოფა, სადაც მას შეუძლია განმარტოვდეს და ითამაშოს.

თავი 3

ბავშვთა ცერებრალური დამბლა

ცერებრალური დამბლა - ეს არის ტერმინი, რომელიც იხმარება იმ სინდრომების ჯგუფის აღსაწერად, რომელსაც ახასიათებს სხეულის მოძრაობისა და კუნთების ტონუსის დაქვეითება. ეს დარღვევა გამოწვეულია თავის ტვინში ერთი ან რამდენიმე უბნის დაზიანებით. ბავშვის თავის ტვინი ზიანდება ან მუცლადყოფნის ან ჩვილობის დროს. ეს ასევე შეიძლება მოხდეს მშობიარობის დროს ან მშობიარობიდან მოკლე ხანში.

ცერებრალური დამბლის მქონე ადამიანს ტვინის დაზიანება აქვს, რასაც თან ახლავს კუნთების ტონუსის და მოძრაობის კოორდინაციის დარღვევა. ამის შედეგად ადამიანს არ შეუძლია ნორმალურად ამუშაოს კუნთები. ცერებრალური დამბლა არ "იკურნება" ამ სიტყვის პირდაპირი გაგებით, თუმცა, თერაპია, განათლება და თანამედროვე ტექნოლოგიები საგრძნობლად ეხმარება ცერებრალური დამბლის მქონე ადამიანებს ცხოვრებასა და მოღვაწეობაში.

უნდა გვახსოვდეს, რომ ცერებრალური დამბლა არ არც პროგრესირებადია და არც ინფექციური დაავადება ან ვირუსია.ის არ არის გადამდები.

არსებობს ცერებრალური დამბლის სხვადასხვა ფორმა და შესაბამისად, არსებობს დაავადების იოლი და მძიმე გამოვლინებები.

იმის გათვალისწინებით, თუ თავის ტვინის რა უბნებია დაზიანებული, ყველა ან რამდენიმე ქვემოთ ჩამოთვლილი მოვლენა შეიძლება თან ახლდეს მოტორული ფუნქციის მოშლას:

- კუნთების დაჭიმულობა (დაძაბულობა) და სპაზმი;
- უნებლიე მოძრაობები;
- მოძრაობისა და სიარულის გამართულობის დარღვევა;
- არასწორი შეგრძნება და აღქმა;
- მეტყველების, მხედველობისა და სმენის დაქვეითება;
- კრუნჩხვა.

ცერებრალური დამბლის მქონე ბავშვებს დარღვეული აქვთ მოტორული ფუნქციები: ჯდომა, დგომა, სიარული, ხელების მოძრაობა და არტიკულაცია. მათ ხშირად უჭირთ ზურგზე წოლა.

ცერებრალურ დამბლას ხშირ შემთხვევაში თან ახლავს მეტყველების პრობლემები, რაც, თავის მხრივ, განპირობებულია სახის და ტუჩებისა და ენის კუნთის ტონუსის დარღვევით. დამატებით, მათ სმენის პრობლემებიც აქვთ. ამ მიზეზების გამო ცერებრალური დამბლის მქონე ბავშვებს უჭირთ სიტყვების წარმოთქმა და საუბარი. ისინი ნელა და წყვეტილად ლაპარაკობენ.

ცერებრალური დამბლის მქონე ბავშვებს ხშირად აქვთ კრუნჩხვები და გულყრები. ისინი მალე იღლებიან, უჭირთ დიდხანს თამაში ან ნებისმიერი სხვა საქმიანობა. ყველა ბავშვს, ვისაც ცერებრალური დამბლა აქვს, დაზიანებული აქვს თავის ტვინის ის უბანი, რომელიც კუნთის ტონუსს აკონ-

ტროლებს. ამის შედეგად მათ შეიძლება კუნთის ტონუსი ამაღლებული ან დაქვეითებული, ან ამ ორი ტონუსის კომბინაცია ჰქონდეთ. ის, თუ სხეულის რა ნაწილები არ ფუნქციონირებს გამართულად, დამოკიდებულია იმაზე, თუ თავის ტვინის რა უბნებია დაზიანებული.

გამოყოფენ ცერებრალური დამბლის სამ ძირითად სახეობას:

- სპასტიკური (კუნთები დაჭიმულია, ტონუსი მაღალია);
- ათეტოიდური (უნებლიე და უკონტროლო მოძრაობები);
- ატაქტიური (დაკარგულია ბალანსის შეგრძნება და აღქმის სიმძაფრე).

სტატისტიკა

რადგან ცერებრალური დამბლა აფერხებს ბავშვის განვითარებას, ის ბავშვის განვითარების დარღვევად ითვლება. 1000 ბავშვიდან დაახლოებით 3 ბავშვს ცერებრალური დამბლა აქვს. ამერიკელმა მეცნიერებმა გამოიკვლიეს და დაასკვნეს, რომ ყოველწლიურად ამერიკაში 5000 ჩვილსა და 1200-1500 სკოლამდელი ასაკის ბავშვს უსვამენ ცერებრალური დამბლის დიაგნოზს.

ცერებრალური დამბლა "ახალი დაავადება" არ არის, მაგრამ მხოლოდ ბოლო ათწლეულებია, რაც ამ პრობლემის შესახებ ინფორმაციამ იმატა. დღეს მედიცინა დიდი ინტერესით ეკიდება ცერებრალური დამბლის მქონე ადამიანებს, რადგან გამოჩნდა მათი დახმარების ეფექტური საშუალებები. არსებობს სათანადო სამედიცინო და პედაგოგიური ცოდნა და შემუშავებულია სათანადო მეთოდები იმისათვის, რომ ცერებრალური დამბლის მქონე ადამიანების საზოგადოებაში ინტეგრაციის პროცესი გაადვილდეს.

ცერებრალური დამბლის გამომწვევი მიზეზები

რა იწვევს ცერებრალურ დამბლას?

პასუხი ერთია: ცერებრალურ დამბლას თავის ტვინის დაზიანება იწვევს.

რა არის თავის ტვინის დაზიანების მიზეზი?

ამ კითხვას რამდენიმე პასუხი აქვს, რადგანაც ბავშვის თავის ტვინი შეიძლება რამდენიმე და სხვადასხვა მიზეზის გამო დაზიანდეს. ექიმმა კარგად უნდა შეისწავლოს ბავშვის ავადმყოფობის ისტორია და სხვადასხვა სახის სამედიცინო შემოწმება უნდა ჩაატაროს იმისათვის, რომ დაადგინოს თავის ტვინის დაზიანების მიზეზი. ცერებრალური დამბლა ყველა შემთხვევაში გამოწვეულია თავის ტვინის დაზიანებით. ამ დაზიანებას ადგილი აქვს ან მშობიარობის დროს, ან დაბადებიდან მცირე დროის მონაკვეთში. უმეტეს შემთხვევაში, არავინ იცის დაბეჯითებით, თუ რამ გა-

ნაპირობა თავის ტვინის დაზიანება, ან რა შეიძლება გაკეთებულიყო ამ ტრავმის თავიდან ასაცილებლად.

არის ორი უმთავრესი მიზეზი:

1. ტვინის უუნარობა განვითარდეს ნორმალურად;
2. თავის ტვინის ნევროლოგიური დაზიანება.

განვითარების შეფერხება:

არის შემთხვევები, როცა ემბრიონის ტვინში შეიძლება ვერ ჩამოყალიბდეს უჯრედების საჭირო რაოდენობა, თავის ტვინის უჯრედებს შორის შეიძლება ვერ დამყარდეს სათანადო კავშირები ან უჯრედები ვერ გადაადგილდნენ ტვინის იმ უბნებისაკენ, სადაც წესით უნდა განთავსდენენ. ამ პრობლემების გამომწვევი მიზეზები უცნობია. ამის მიზეზი შეიძლება იყოს როგორც გენეტიკური დარღვევები, ასევე ის, რომ თავის ტვინს სისხლი არასათანადოდ მიეწოდება.

მშობიარობის ან ახლადშობილობის დროს ჩამოყალიბებული ცერებრალური დამბლის მიზეზად შეიძლება ჩაითვალოს:

- ჟანგბადის უკმარისობა მშობიარობის ან ახლადშობილობის პერიოდში;
- ტვინში სისხლჩაქცევა;
- სხვადასხვა მიზეზით გამოწვეული თავის ტრავმა;
- ისეთი ინფექციური დაავადებები, როგორიცაა ენცეფალიტი ან მენინგიტი.

ზემოთ ჩამოთვლილი მიზეზები დაახლოებით 10-15%-ით განაპირობებს ბავშვის ტვინის დაზიანებას და ცერებრალური დამბლის ჩამოყალიბებას.

რჩევა მასწავლებელს:

- ყურადღებით მოექეცით ფიზიკური შეზღუდვის მქონე მოსწავლეს, ხშირად ჰკითხეთ, რა სჭირდება, რადგან ის შეიძლება თქვენს დახმარებას საჭიროებდეს გადაადგილების ან საქმიანობის დროს;
- ისე დაგეგმეთ თამაშები და ექსკურსიები, რომ ფიზიკური შეზღუდვის მქონე მოსწავლემაც მიიღოს მონაწილეობა;
- საუბრის დროს შეეცადეთ, რომ ეტლიანი მოსწავლის დონეზე, მის პირისპირ დაჯდეთ და ასე მიმართოთ მას;
- ყურადღება გაამახვილეთ სხეულის კუნთების განვითარებაზე, დაეხმარეთ ბავშვს მოძრაობაში, გადაადგილებაში და ბალანსის უნარის განვითარებაში. ასწავლეთ, თუ როგორ გამოიყენოს ინვალიდის ეტლი ან დაიცვას წონასწორობა.

მეტყველების თერაპია

ცერებრალური დამბლის მქონე ბავშვებს უმეტეს შემთხვევაში აქვთ მეტყველების პრობლემები. მეტყველების თერაპია - ეს არის პროცესი, სადაც ყველა საფეხურს თავისი კონკრეტული მიზანი აქვს და თითოეულ ეტაპს თავისი ამოცანა და მეთოდი გააჩნია. მეტყველების თერაპევტის მხრიდან საკორექციო ხასიათის ჩარევას წინ უძღვის იმის შესწავლა, თუ რამ გამოიწვია მეტყველების ნაკლის ჩამოყალიბება. ცერებრალური დამბლის მქონე ბავშვებთან დარღვევის ეტიოლოგიური ფაქტორის გათვალისწინებით იგეგმება სტრატეგია. მეტყველების კორექციის ფორმებია: სწავლება, ადაპტაცია, რეაბილიტაცია და კორექცია. სწორად დაგეგმილი სტრატეგია, რომელიც ბავშვის ინდივიდუალურ შესაძლებლობებსა და მეტყველების ნაკლის სტრუქტურას ითვალისწინებს, საგრძნობლად ეხმარება ცერებრალური დამბლის მქონე მოსწავლეებს სწავლის პროცესში ჩაერთონ.

რჩევა მასწავლებელს:

- მეტყველების დარღვევის მქონე მოსწავლეს უნდა მივცეთ აზრის გამოთქმის შესაძლებლობა და არ შევაწყვეტინოთ საუბარი;
- მეტყველების პრობლემის მქონე მოსწავლეს უნდა დავუსვათ ნათლად ჩამოყალიბებული და ლაკონური კითხვები, რაც მისგან მოკლე პასუხს მოითხოვს;
- მეტყველების დარღვევის მქონე მოსწავლის საუბარი თუ ვერ გაიგეთ, თავიდან დაუსვით კითხვა, რათა ადეკვატურად უპასუხოთ მას.

სკოლის შენობის ადაპტაცია

ცერებრალური დამბლის მქონე მოსწავლეს, რომელიც ეტლით სარგებლობს, სჭირდება სკოლაში დამოუკიდებლად გადაადგილებისათვის აუცილებელი პირობა ანუ შეღწევადი გარემო. ფიზიკური შეზღუდვის მქონე მოსწავლეების სკოლის შენობაში შესვლის და თავისუფალი გადაადგილების უზრუნველყოფა გულისხმობს შემდეგს:

- სკოლას აუცილებლად უნდა ჰქონდეს როგორც შიდა, ასევე გარე პანდუსები, რათა ეტლიანი მოსწავლე უპრობლემოდ შემოვიდეს და გადაადგილდეს სკოლის შენობაში;
- სკოლას სასურველია, ჰქონდეს ლიფტი;
- სანიტარულ კვანძში გათვალისწინებული უნდა იყოს სპეციალური საპირფარეშო;
- დერეფნებსა და საკლასო ოთახებში დონეების სხვაობისას უნდა მოეწყოს მცირე დახრა;
- საკლასო ოთახების კარი დამზადებული უნდა იყოს ეტლის სიგანის გათვალისწინებით.

სასურველია, სკოლის ერთ-ერთი შემადგენელი ნაწილი იყოს რესურს-ოთახი, სადაც ცერებრალური დამბლის მქონე მოსწავლეები დაისვენებენ, მოამზადებენ გაკვეთილებს, სადაც მათ ჩაუტარდებათ დამატებითი გაკვეთილები. ცერებრალური დამბლის მქონე მოსწავლეები მალე იფიტებიან, იღლებიან და დასვენებას საჭიროებენ. სასურველია რესურს-ოთახის აღჭურვა ფიზიკური შეზღუდვის მქონე მოსწავლეებისათვის შესაბამისი ავეჯით, სასწავლო ვიზუალური მასალით, წიგნებით და კომპიუტერით.

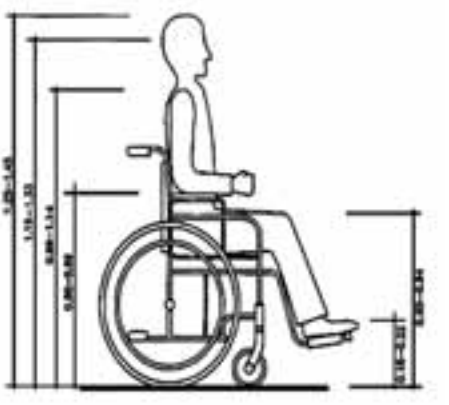
სენსორულ-ინტეგრაციული თერაპია

სენსორულ-ინტეგრაციული თერაპია ეხმარება ბავშვებს, რათა მათ ფუნქციონირების ოპტიმალურ დონეს მიაღწიონ. თერაპიის ეს სახეობა ცერებრალური დამბლის მქონე ბავშვებს სენსორული ინფორმაციის გაგებასა და გადამუშავებაში ეხმარება და ხელს უწყობს წონასწორობისა და მდგრადი მოძრაობის განვითარებას. ეს მეთოდი ასევე ეხმარება ბავშვებს დაიმახსოვრონ მოძრაობების თანმიმდევრობა.

სპეციალური აღჭურვილობა

ცერებრალური დამბლის მქონე მოსწავლეებს სპეციალური აღჭურვილობა საგრძნობლად უადვილებს ყოველდღიურ ცხოვრებას.

ეტლი



საინვალიდო ეტლი.

ეტლი გამოიყენება იმ შემთხვევაში, როცა ბავშვს დამოუკიდებლად გადაადგილება არ შეუძლია. ხშირ შემთხვევაში ცერებრალური დამბლის მქონე ადამიანებს შეუძლიათ ხელების საშუალებით მართონ ეტლი. არსებობს მო-

ტორიზებული ეტლებიც. ასეთ ეტლს აქვს ძრავა და მართვის სახელური, ამიტომ ამ ეტლის მართვა ბავშვს დამოუკიდებლად შეუძლია.

ლითონისაგან დამზადებული დასაყრდნობი კონსტრუქცია (ვოკერი)

ვოკერი

ცერებრალური დამბლის მქონე ბავშვებს ზოგ შემთხვევაში შეუძლიათ სიარული, მაგრამ უჭირთ წონასწორობის შენარჩუნება, ამიტომ ხშირად ეცემიან. ლითონისაგან დამზადებული დასაყრდნობი კონსტრუქცია მათ გადაადგილებაში ეხმარება. ამ აღჭურვილობის მეშვეობით ისინი დადიან და აღარ საჭიროებენ ეტლით სარგებლობას.

საკომუნიკაციო საშუალებები

პლაკატი

საკომუნიკაციო საშუალებები სჭირდებათ იმ ბავშვებს, რომლებსაც უჭირთ გაგება, აღქმა და საუბარი.

საკომუნიკაციო საშუალება შეიძლება იყოს წიგნი, პლაკატი ან ნახატი, სადაც დახატულია ის საგნები, რომლებიც შეიძლება ბავშვს დასჭირდეს ან უნდოდეს. ასევე, ეს შეიძლება იყოს კომპიუტერი ან ანბანის დაფა, რის საშუალებითაც მასწავლებელს სიტყვებისა და წინადადების შედგენა შეუძლია.

ცერებრალური დამბლის მქონე ბავშვები ნორმალურ პირობებში ცხოვრობენ, იზრდებიან და დადიან სკოლაში, თუ მათ მძიმე ფორმის გონებრივი ან ფიზიკური დარღვევები არ აქვთ. ცერებრალური დამბლის მძიმე ფორმების შემთხვევაში ბავშვებს სჭირდებათ სპეციფიური დახმარება და ინდივიდუალური პედაგოგიკური მიდგომები.

ცერებრალური დამბლის მქონე მოსწავლეები სკოლაში ინდივიდუალური სასწავლო გეგმის მიხედვით სწავლობენ. ეს გეგმა ეფუძნება ეროვნულ სასწავლო გეგმას. ინდივიდუალური სასწავლო გეგმა ის დოკუმენტია, სადაც მოსწავლის შეზღუდული შესაძლებლობის გათვალისწინებით არის დასახული სასწავლო მიზნები. ცერებრალური დამბლის დიაგნოზის გათვალისწინებით, მოსწავლის შესაძლებლობებს და უნარებს შეაფასებენ სხვადასხვა სპეციალისტები და სამედიცინო სფეროს მუშაკები (მულტიდისციპლინური შეფასება). შეფასების შემდეგ, სპეციალისტების რეკომენდაციებზე დაყრდნობით, სკოლა ადგენს ცერებრალური დამბლის მქონე მოსწავლისათვის ინდივიდუალურ სასწავლო გეგმას. ინდივიდუალური სასწავლო გეგმის მიხედვით ხორციელდება ცერებრალური დამბლის მქონე მოსწავლის განათლება. დოკუმენტი აღწერს საგანმანათლებლო მიზნებს მოსწავლეებისთვის და მათი განხორციელებისათვის საჭირო აქტივობებს და რესურსებს.

ამ შემთხვევაში სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლე (ჩვენს შემთხვევაში ცერებრალური დამბლის მქონე მოსწავლე) სკოლაში იღებს აკადემიურ განათლებას და იძენს სოციალურ უნარებს. სკოლის მიზანია, მოსწავლეს მისცეს ზოგადი განათლება და სოციალური ურთიერთობების დამყარების უნარი.

რეკომენდაციები მასწავლებელს

ცერებრალური დამბლის მქონე მოსწავლეებს განსაკუთრებით უყვართ თამაში. მათთვის თამაში არის შესაძლებლობა შეიცნონ სამყარო; მეორე მხრივ, თამაშის მეშვეობით და თამაშის დროს ისინი ადვილად იძენენ ცოდნას, სწავლობენ ურთიერთობებს, ისვენებენ და გამოხატავენ თავიანთ გრძნობებს. ცერებრალური დამბლის მქონე ბავშვებს, ისევე როგორც ყველა სხვა ბავშვს, უნდა, რომ იმხიარულოს და ითამაშოს.

რჩევა მასწავლებელს:

- თუ ცერებრალური დამბლის მქონე ბავშვისათვის სკოლაში სპეციალური აღჭურვილობა არ არის, მოახდინეთ სასწავლო გარემოს ადაპტაცია ისე, რომ შეძლებისდაგვარად დაეხმაროთ მოსწავლეს;
- ცერებრალური დამბლის მქონე მოსწავლე აქტიურად უნდა ჩართოთ საკ-ლასო ცხოვრებაში;
- დააკვირდით, რა აქტივობა და თემები მოსწონს მოსწავლეს;
- დაეხმარეთ მოსწავლეს შეიძინოს მეგობრები.

რა ფიზიკურ ასპექტებს მივაქციოთ ყურადღება:

- დაათვალიერეთ საკლასო ოთახი და განსაზღვრეთ, თუ როგორ შეძლებს მოსწავლე ეტლით ან ყავარჯნით გადაადგილებას;
- წინასწარ მოამზადეთ ყველა დამხმარე საშუალება;
- რვეული, კალამი და სხვა სასწავლო საშუალებები წინასწარ მოამზადეთ და დააბინავეთ;
- მიუჩინეთ ცერებრალური დამბლის მქონე მოსწავლეს ტერიტორია, სადაც იგი უფრო თავისუფლად შეძლებს მოძრაობას და გადაადგილებას;
- უჩვენეთ გამართული მოაჯირი ან პანდუსი;
- საკლასო ღონისძიებების დაგეგმვისას, გაითვალისწინეთ ის დამატებითი დრო, რომელიც ცერებრალური დამბლის მქონე მოსწავლეს დასჭირდება გადაადგილებისათვის;
- ისწავლეთ, კრუნჩხვების შემთხვევაში პირველადი დახმარება როგორ აღმოუჩინოთ მოსწავლეს;
- შეეცადეთ სასპორტო ოთახის კედელზე დაამაგროთ მოაჯირები, რაც ცე-რებრალური დამბლის მქონე ბავშვისთვის დამატებითი დახმარება იქნება;
- გახსოვდეთ, რომ ცერებრალური დამბლის მქონე ბავშვს შესაძლოა გაცი-ლებით მეტი დრო დასჭირდეს სასპორტო დარბაზში შესასვლელად და გაკ-ვეთილისათვის მოსამზადებლად.
- აუცილებლად გაარკვიეთ ბავშვის მშობლებთან, ხომ არ აქვს ბავშვს სმე-ნის დარღვევა ან გულყრები. ეს ინფორმაცია დაგეხმარებათ სწორად შეარჩიოთ ბავშვისთვის ოპტიმალური სწავლების სტრატეგია და ასევე წინასწარ გეცოდინებათ, თუ როგორ უნდა მოიქცეთ იმ შემთხვევაში, თუ ბავშვს გულყრა დაემართა.

რა აკადემიურ ასპექტებს მივაქციოთ ყურადღება:

- ამოცანების ამოსახსნელად და სხვა დავალებების შესასრულებლად გამო-ყოფილი დრო ცერებრალური დამბლის მქონე მოსწავლის შესაძლებლობე-ბის გათვალისწინებით უნდა იყოს გათვლილი;
- უმჯობესია, ცერებრალური დამბლის მქონე მოსწავლე იჯდეს წინა მერხზე;

- მიზანშეწონილია ცერებრალური დამბლის მქონე მოსწავლის ჩართვა პატარა სამუშაო ჯგუფებში, რათა მოხდეს მისი აქტიურობის წახალისება და საკომუნიკაციო უნარ-ჩვევების გავარჯიშება;
- გაკვეთილის მსვლელობის დროს მკვეთრად გამოყავით საკვანძო სიტყვები და ფრაზები, რაც ცერებრალური დამბლის მქონე მოსწავლეს ინფორმაციის გააზრებაში დაეხმარება;
- ბავშვის შესაძლებლობებიდან გამომდინარე, თანდათანობით გაზარდეთ მოსწავლის დატვირთვა;
- წინასწარ აცნობეთ მოსწავლეს, თუ რა არის დაგეგმილი დღეს;
- წინასწარ დაგეგმეთ მოვლენათა თანმიმდევრობა;
- თვალებით დაამყარეთ მოსწავლესთან კონტაქტი;
- მოსმენისას გამოხატეთ თქვენი ყურადღება;
- წაახალისეთ და დააჯილდოვეთ მოსწავლე.

რჩევა მასწავლებელს:

- ასწავლეთ მოსწავლეს არჩევანის გაკეთება, გადაწყვეტილების მიღება და საკუთარი აზრის გამოთქმა;
- შეეცადეთ, შეცვალოთ საზოგადოების დამოკიდებულება და იმუშავეთ მშობლებთან;
- მხარი დაუჭირეთ ცერებრალური დამბლის მქონე ბავშვის მშობლებს, რათა გაუადვილოთ ამ ბავშვების საჭიროებების დაკმაყოფილება.

ცერებრალური დამბლის მქონე ბავშვის სწავლების სტრატეგიები

ცერებრალური დამბლის მქონე ბავშვის სწავლება დიდ მოთმინებას, ცოდნასა და გამოცდილებას მოითხოვს. ვინაიდან ცერებრალური დამბლის ფორმები და სიმძიმის ხარისხი ძალიან განსხვავდება ერთმანეთისაგან, რთულია ერთიანი საგანმანათლებლო პროგრამის შექმნა ცერებრული დამბლის მქონე ბავშვებისათვის. როგორც წესი, მათი სწავლება ინდივიდუალურ მიდგომასა და სასწავლო გეგმას გულისხმობს სხვადასხვა სახის რეაბილიტაციის პროგრამებთან ერთად.

სწავლება ყოველთვის მიმართული უნდა იყოს ბავშვის აქტუალური შესაძლებლობების განვითარებასა და პოზიტიურ ცვლილებაზე და არა ცერებრალური დამბლით გამოწვეული დარღვევების შესუსტებაზე.

მაგ. მასწავლებელმა, უმჯობესია წაახალისოს ცერებრული დამბლის მქონე მოსწავლის მონაწილეობა ჯგუფურ აქტივობაში, რომელიც ორივე ხელის გამოყენებას მოითხოვს, ვიდრე სულ დაზიანებული ხელის გავარჯიშებაზე იყოს ფოკუსირებული. ფსიქოლოგიური რეაბილიტაცია ეხმარება ბავშვებს თვითშეფასების ამაღლებასა და ემოციური სტაბილურობის მოპოვებაში.

როგორც ყველა დანარჩენი ბავშვი, ცერებრალური დამბლის მქონე ბავშვებიც განსხვავდებიან ერთმანეთისაგან გონებრივი შესაძლებლობებით. ზო-

გიერთი მათგანი არანაირ დაბრკოლებას არ განიცდის სწავლის პროცესში და თანატოლებთან ურთიერთობაში, ზოგი კი სხვადასხვა ხარისხის გონებრივი განვითარების შეფერხებითა და სწავლის სირთულეებით ხასიათდება. ბუნებრივია, რომ ყველა ბავშვს პატარაობიდანვე უნდა ექმნებოდეს ყველა პირობა იმისათვის, რომ საკუთარი შესაძლებლობების მაქსიმუმს მიაღწიონ.

დასკვნა:

- სკოლამ უნდა უზრუნველყოს ცერებრალური დამბლის მქონე მოსწავლეების სოციალური ინტეგრაცია;
- სკოლამ ხელი უნდა შეუწყოს ცერებრალური დამბლის მქონე მოსწავლეების განათლებასა და სასპორტო აქტივობებში ჩართვას;
- სკოლამ უნდა შექმნას ცერებრალური დამბლის მქონე მოსწავლეების მიმართ პოზიტიური დამოკიდებულება;
- სკოლამ უნდა წაახალისოს მოსწავლის მიერ მოსწავლის დახმარება და ერთობლივი სწავლა;
- სკოლამ მაქსიმალურად უნდა გამოავლინოს ცერებრალური დამბლის მქონე ბავშვების შესაძლებლობები;
- სკოლამ ხელი უნდა შეუწყოს ცერებრალური დამბლის მქონე მოსწავლეებს, რათა მათ დაიცვან საკუთარი აზრი, უფლებები და პიროვნული ღირსება.

ადაპტური ფიზიკური აღზრდა და ცერებრალური დამბლა

ფიზიკური ვარჯიშები და მოძრავი თამაშები ავითარებს აღქმისა და საკუთარი მოძრაობის ანალიზის უნარს, ქმნის მოძრაობით ნიმუშს, რომელიც ხელს უწყობს დინამიკის, სივრცის და დროის ერთიანობის აღქმას და აყალიბებს მოტორულ მეხსიერებას. ყოველივე ეს ეხმარება მოძრაობითი შესაძლებლობების გაფართოებას, მათ ათავისუფლებს საყოფაცხოვრებო და სოციალური დამოკიდებულებებისაგან. ხელს უწყობს შრომისუნარიანობის ამაღლებას და პიროვნების თვითრეალიზაციის შესაძლებლობებს.

ადაპტური ფიზიკური აღზრდა, როგორც ფიზიკური აღზრდის მიმართულება, უნდა მივიჩნიოთ კულტურულ მოვლენად, როგორც საზოგადოების ჰუმანიზაციის, სოციალიზაციის და შემოქმედების განვითარების შედეგი და თანამედროვე ცივილიზაციის პროდუქტი.

ადაპტური ფიზიკური აღზრდა განკუთვნილია იმ ადამიანებისათვის, რომლებსაც ტრავმების ან თანდაყოლილი დეფექტების შემდეგ აღენიშნებათ ორგანიზმის ფუნქციებისა და ორგანოების მყარად გამოხატული დარღვევები. შეზღუდული შესაძლებლობების მქონე პირების ფიზიკური აღზრდა მიმართულია ორგანიზმის სისტემების და ფუნქციების ფიზიოლოგიური რეაქციების სტიმულირებასა და აუცილებელი, მაკორეგირებელი მოძრაობების ცოდნის, ჩვევების, ძირითადი ფიზიკური თვისებების განვითარებასა და ფორმირებაზე, რამაც უნდა უზრუნველყოს ორგანიზმის სასიცოცხლო მნიშვნელობის ფუნქციების ნორმალიზაცია, გარემო პირობებთან ადამიანის ადაპტაცია და მთლიანობაში პიროვნული თვისებების განვითარება და სრულყოფა. ადაპტური ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის მიზანია შეზღუდული ფიზიკური შესაძლებლობების ადამიანებს ჩამოუყალიბოს ფიზიკური სხეულის მოვლის კულტურა, განუვითაროს ტექნოლოგიური, ინტელექტუალური და სხვა ფასეულობების ათვისების უნარიანობა. ეს კი მაღალი სპორტული შედეგების მიღწევის საფუძველს იძლევა.

ფიზიკური აქტივობა შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე ადამიანებისათვის წარმოადგენს ფიზიკური რეაბილიტაციის და სოციალური ინტეგრაციის ერთ-ერთ ძირითად საშუალებას, რომელიც ხორციელდება პედაგოგიური მეთოდებით. მისი მიზანია ორგანიზმის ნარჩენი რესურსების გამოყენების საფუძველზე, ყოფა-ცხოვრებისათვის საჭირო უნარ-ჩვევების გამომუშავება და დამოუკიდებლობის მაქსიმალური დონის მიღწევა. თუ მედიცინის ამოცანაა ავადმყოფის მკურნალობა, ადაპტური ფიზიკური აქტივობის ამოცანაა, შეამციროს უნარშეზღუდულობის ხარისხი, რომელიც თვით დაავადებისგან არის წარმოშობილი. უნარშეზღუდულ ადამიანს შეიძლება ჰქონდეს უნარ-შესაძლებლობების მთელი სპექტრი, რომელიც რეალურად არასოდეს გამოუვლენია, ადაპტური ფიზიკური აქტივობა ადამიანს ეხმარება შეიძინოს, აღადგინოს და განავითაროს ის მოძრაობითი უნარ-ჩვევები, რომლებიც უმნიშვნელოვანესია მისი დამოუკიდებელი ფუნქციონირებისათვის, ჯანმრთელობისა და ცხოვრების ხარისხის გაუმჯობესებისათვის; საშუალებას აძლევს ისწავლოს და გამოიყენოს საკუთარი ფიზიკური, ემოციონალური, კოგნიტური, ფუნქციონალური და სოციალური პოტენციალი.

ადაპტური ფიზიკური აქტივობის ძირითადი სახეები:

1. **ადაპტური ფიზიკური აღზრდა.**
   ადაპტური ფიზიკური აღზრდის ძირითადი მიზანია ჩამოუყალიბდეთ მომეცადინეებს საკუთარი ძალებისადმი შეგნებული დამოკიდებულება და მტკიცე რწმენა, მზადყოფნა გაბედული და გადამწყვეტი მოქმედებისათ-

ვის, სრულფასოვანი ფუნქციონირებისათვის; გამოიმუშაონ ფიზიკური დატვირთვის გადალახვის უნარი, ფიზიკური ვარჯიშების სისტემატური მოთხოვნილების და ცხოვრების ჯანსაღი წესის დანერგვის სურვილი.

2. **ადაპტური სპორტი.**
ადაპტური სპორტი ჯანმრთელთა სპორტისაგან განსხვავდება საშეჯიბრო წესებით და შედეგების უფრო გამოკვეთილი სოციალური მნიშვნელობით. ადაპტური სპორტი აერთიანებს სარეაბილიტაციო სპორტს და საინვალიდო სპორტს.

3. **ადაპტური მოძრაობითი რეკრიაცია.**
ადაპტური მოძრაობითი რეკრიაცია კარგი საშუალებაა დაღლილობის პროფილაქტიკის, გართობის, თავისუფალი დროის საინტერესოდ გატარებისათვის, საერთო გაჯანსაღებისა და სიცოცხლისუნარიანობის ამაღლებისათვის. მეცადინეობის ფორმების, მეთოდებისა და საშუალებების სრული თავისუფალი შერჩევა იძლევა ფსიქოლოგიური კომფორტის შეგრძნებას და ამაღლებს მოსწავლის ა ინტერესს, რაც ჯამში კარგ შედეგებს გვაძლევს.

4. **ადაპტური ფიზიკური რეაბილიტაცია.**
ადაპტური ფიზიკური რეაბილიტაციის მიზანია ტრავმების, სხვადასხვა დაავადების, ფიზიკური და ფსიქიკური გადატვირთვის შედეგად გამოწვეული დროებით დაკარგული ან დარღვეული ფუნქციის აღდგენა.

ცერებრალური დამბლის სახეები:

სპასტიური დიპლეგია

პრობლემები:

- მსუბუქი ჰიპერტონუსობა ადვილი აქტიურობით;
- კონტაქტურობის განვითარების ტენდენცია (პრევენცია);
- გასწორების და წონასწორობის რეაქციები არსებობენ ნაწილობრივ;
- მისი მოძრაობები მცირეა და მიიღება შუა პოზიდან;
- სპასტიკურობა შეიძლება გაზარდოს:
  1. რამე მაღალი სახის სტიმულაციამ;
  2. ასოცირებულმა რეაქციებმა;
  3. ემოციებმა.

რეკომენდაციები:

- სპასტიკური პატერნების დათრგუნვა და მათი კომპენსატორული შეჩერება და ნორმალური მოძრაობების წახალისება;
- გასწორების და წონასწორობის რეაქციების განვითარება;
- მოძრაობის თანმიმდევრობაზე მუშაობა სხეულის სიმძიმესთან ერთად;
- ასოცირებული რეაქციების შეფერხება;

- როტაცია წყვეტს ანომალური მოძრაობის პატერნებს;
- ტანის აქტივაცია კიდურების მობილიზაციის გაზრდისთვის;
- მთელი სხეული მომზადება მოძრაობისთვის.

სპასტიკური ჰემიპლეგია

პრობლემები:
- ასიმეტრიული მოძრაობები და პოზა;
- სხეულის იმიჯი, გაგება და აღქმა;
- შეგრძნება (პროპრიოცეპტულია);
- სმენა, კვება და მეტყველება;
- ქცევა, ემოცია;
- ეპილეფსია;
- დაზიანებული კიდურების ზრდაში ჩამორჩენა;
- კონტრაქტურა დეფორმაცია.

რეკომენდაციები:
- სპასტიკური მოძრაობის პატერნების განსაზღვრა;
- გასწორების და წონასწორობის რეაქციების შემსუბუქება ჰემი-გვერდზე;
- დაზიანებული მხარის მაქსიმალურად გამოყენება;
- ასოცირებული რეაქციების შეფერხება, თავიდან აცილება.

სპასტიური კვადრიპლეგია

პრობლემები:
- ძალიან ძლიერი ჰიპერტონუსი;
- კონტრაქტურები და დეფორმაციების ტენდენცია;
- გასწორების და წონასწორობის რეაქციების სრული არარსებობა;
- სუნთქვის, კვების, მხედველობის, მეტყველების პრობლემები.

რეკომენდაციები:
- ტონუსის ნორმალიზაცია შეძლებისდაგვარად;
- კონტაქტურების და დეფორმაციების პრევენცია (თავიდან აცილება).

ათეტოიდური ფორმა

პრობლემები:
- უნებლიე მოძრაობები;
- ტონუსური სპაზმი;

- წინასწარ თქმული პატერნები დამოკიდებულია ხშირად თავის პოზიციის ცვალებადობაზე;
- ასიმეტრიის გაბატონება და თანაშეკუმშვის არქონა;
- კონტრაქტურები და დეფორმაციები;
- გასწორებისა და წონასწორობის რეაქციები დამოკიდებულია სპასტიკურობის ხარისხზე;
- არ არის დაცვითი რეაქციები დაცემისას (არ შეუძლია ხელებზე დაყრდნობა დავარდნის მომენტში).

რეკომენდაციები:

- არ გამოვიწვიოთ სპაზმები;
- მუშაობა წონასწორობისას და გასწორების რეაქციებზე;
- ფუნქციონალური კარგად მომუშავე კონტროლირებადი მოძრაობების მეშვეობით თავიდან აიცილებთ კონტრაქტურებს და დეფორმაციებს;
- მეტად ნორმალური პოსტურალური ტონუსის აგება.
- მაქსიმალურად სიმეტრიული პოზის მიცემა.

ატაქსია

პრობლემები:

- კუნთების დაბალი ტონუსი (ჰიპოტონია);
- მტკიცე პოზის დაჭერის უუნარობა;
- პროქსიმალური სტაბილურობის არქონა დისტალური მოძრაობებით;
- მხედველობა ნისტაგმური;
- თავისუფალი მოძრაობების ინტენსიური ტრემორი;
- დისმეტრია;
- გრავიტაციის წინააღმდეგ მოძრაობა შენელებულია;
- არაკოორდინირებული მოძრაობები;
- გადაადგილებისას ისინი უფრო გადაადგილდებიან მენჯით, იმიტომ რომ ყრდნობის მოცულობა დიდია.

რეკომენდაციები:

- პოსტერალური ტონუსის გაზრდა;
- გასწორების და წონასწორობის რეაქციების გააქტიურება და ნორმალიზება;
- ისინი არსებობენ, მაგრამ ცუდად კოორდინირებული, ხარისხში გადაჭარბებული – სხეულის დანაწილებით;
- კოორდინაცია;
- შერჩევითი მოძრაობების სიძნელეები;
- არ გამოვიწვიოთ ინტენსიური ტრემორი.

თავი 4

ადაპტური სპორტი და მოძრავი თამაშები

ადაპტური ფიზიკური აღზრდა თანამედროვე განათლების სისტემაში ახალი სამეცნიერო მიმართულებაა. იგი შეისწავლის იმ სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლეების ფიზიკური აღზრდის ასპექტებს, რომლებსაც სასიცოცხლო ფუნქციების დარღვევები და შეზღუდული ფიზიკური შესაძლებლობები აქვთ.

ადაპტური ფიზიკური აღზრდის მიზანია მოსწავლის მოძრაობითი აქტივობის ფორმირება და განვითარება. ადაპტური ფიზიკური აღზრდა ფიზიკური განვითარების შეფერხების მქონე ადამიანებისათვის წარმოადგენს ერთ-ერთ მნიშვნელოვან საშუალებას მათ საზოგადოებრივ ინტეგრაციასა და სოციალიზაციაში.

http://www.specialolympics.org/

http://www.paralympic.org/

ფიზიკური აქტივობა და ადაპტური ფიზიკური აღზრდა

ფიზიკური აქტივობა არის პროცესი, რომელშიც ბავშვი ჩართულია თავისი დროის უმეტესი ნაწილის განმავლობაში და გამოიხატება სწავლის, დასვენების, ვარჯიშის, თამაშისა და ყოველდღიური ცხოვრებისეული საქმიანობის სახით.

როდესაც ბავშვი მოძრაობს, მისი გონება და სხეული მთლიანად ჩართულია ამ პროცესში. ფიზიკური აქტივობა შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე მოსწავლეებისათვის წარმოადგენს ფიზიკური რეაბილიტაციის და სოციალური ინტეგრაციის ერთ-ერთ ძირითად საშუალებას, რომელიც ხორციელდება პედაგოგიური მეთოდებით. მისი მიზანია ნარჩენი რესურსების გამოყენებით, ყოფა-ცხოვრებისათვის საჭირო უნარ-ჩვევების გამომუშავება და დამოუკიდებლობის მაქსიმალური დონის მიღწევა. ადაპტური ფიზიკური აქტივობის ამოცანაა შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე მოსწავლეს ჰქონდეს საშუალება, მაქსიმალურად გამოავლინოს თავისი შესაძლებლობები. ფიზიკური აქტივობა მოსწავლეს ეხმარება შეიძინოს, აღადგინოს და განავითაროს ის მოძრაობითი უნარ-ჩვევები, რომლებიც უმნიშვნელოვანესია როგორც დამოუკიდებელი ფუნქციონირებისათვის, ასევე ჯანმრთელობისა და ცხოვრების ხარისხის გაუმჯობესებისათვის.

ადაპტური ფიზიკური აღზრდა ხელს უწყობს ფიზიკური განვითარების შეფერხების მქონე მოსწავლეების მიერ სპეციალური ცოდნის ათვისებას, ცხოვრებისათვის აუცილებელი მოძრაობითი უნარ-ჩვევების ჩამოყალიბებას და ფიზიკური შემძლეობის განვითარებას. სპორტის გაკვეთილებში მოსწავლეების ჩართვის მიზანია მოსწავლეს ჩამოუყალიბდეს საკუთარი ძალებისადმი შეგნებული დამოკიდებულება და რწმენა, ფიზიკური დატვირთვის გადალახვის უნარი და ცხოვრების ჯანსაღი წესის დანერგვის სურვილი. ადაპტური სპორტი არის ადაპტური ფიზიკური აღზრდის ერთ-ერთი საშუალება.

ადაპტური სპორტის ძირითადი ამოცანაა შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე მოსწავლეებს ჩამოუყალიბოს სპორტული კულტურა, ხოლო ადაპტიური მოძრაობითი რეკრიაცია კარგი საშუალებაა დაღლილობის პროფილაქტიკის, გართობის, თავისუფალი დროის საინტერესოდ გამოყენებისათვის, საერთო გაჯანსაღებისა და სიცოცხლისუნარიანობის ამაღლებისათვის. მეცადინეობის ფორმების, მეთოდების და საშუალებების თავისუფალი შერჩევა იძლევა ფსიქოლოგიურ კომფორტს და ამაღლებს მოსწავლის სურვილს და ინტერესს.

ადაპტური მოძრაობითი რეკრიაციის საშუალებებია:

- სუფთა ჰაერზე სეირნობა;
- საშუალო ტემპით სიარული;
- სპორტული თამაშები (დოზირებული);
- მოკლე მანძილზე ლაშქრობები;
- ცხენებით ლაშქრობები;
- თევზაობა და სხვ.

მოძრაობითი მოქმედების სწავლების თეორული საკითხები

მოძრაობით მოქმედებებს ასწავლიან სხვადასხვა კონკრეტული ამოცანების გადაწყვეტის გზით. ეს ამოცანებია:

1. მოძრაობის საწყისი ბაზის შექმნა, რომელიც საფუძვლად დაედება შემდგომი უფრო რთული მოძრაობების სწავლებას, ანუ სწავლება იწყება უმარტივესი მოძრაობების მართვით, რითაც შეიქმნება საწყისი ბაზა და წარიმართება მოძრაობითი მოქმედების უფრო რთული ფორმების ჩართვით;
2. ისეთი მოძრაობითი მოქმედებების სწავლება, რომლებიც შეასრულებს "გამოყენებითი" მოძრაობების ფუნქციას (დანიშნულებას), ან ისეთი ვარჯიშების სწავლება, რომლებიც იქნება ორგანიზმის ამა თუ იმ სისტემაზე ან ამა თუ იმ ორგანოს ფუნქცონირებაზე ორიენტირებული. ორგანიზმის ნარჩენი ფუნქციების დახმარებით ძირითადი მოძრაობითი ჩვევების ჩამოყალიბება და მოსწავლის შესაძლებლობის დონის სრულყოფა.

სპეციალური საგანმანათლლო საჭიროების მქონე მოსწავლეებთან მუშაობის პროცესში გამოიყენება შემდეგი მიდგომები:

1. მოტივაცია - მოსწავლის დაინტერესება და წახალისება;
2. მიზანსწრაფვა - შედეგის მიღწევის სურვილი;
3. მოქმედების საორიენტაციო საფუძვლები - მიზნებისა და ამოცანების გააზრება;

4. სენსორული ანალიზი – მხედველობითი ანალიზი, კინესთეტიკური ანალიზი, მოძრაობითი გამოცდილება, იდეომოტორული წარმოდგენა, კინესთეტიკური შეგრძნება მოქმედების შესრულების დაწყების დროს და სხვა სენსორული სისტემების ზემოქმედება.

გონებრივი განვითარების დარღვევის დროს მოძრაობითი უნარის განვითარება დამოკიდებულია გონებრივი ფუნქციის პრობლემებზე. მოსწავლეებს ექმნებათ სირთულეები როგორც დავალებების გაგებისას, ასევე მოქმედების აგების გააზრებისას. მოძრაობის სწავლების პროცესში, ფუნქციონალური დარღვევების შედეგად უფრო გამოიხატება კუნთების მაღალი დაძაბულობა. განსაკუთრებით გამოიხატება ზედმეტი, უადგილო მოძრაობები, შეზღუდულობა მოძრაობაში, ბრძანების საპასუხოდ შენელებული მოძრაობები, იძულებით გაჩერება მოძრაობის მომენტში. მასწავლებელი მზად უნდა იყოს ასეთი სპეციფიკური მოძრაობების დროს და საჭიროების შემთხვევაში, აღმოუჩინოს დახმარება თავის აღსაზრდელს. ასწავლოს მოსწავლეს მოძრაობის სწორი შესრულება, გაითვალისწინოს და დაგეგმოს მათი სრულყოფის გზები და მეთოდები შემდგომ სასწავლო პროცესში.

ადაპტური ფიზიკური აღზრდის პროცესში, ყოველ კონკრეტულ შემთხვევაში, პედაგოგი ინდივიდუალურად საზღვრავს ამოცანის გადაჭრის გზებს:

1. რაციონალური, ოპერატიული საწყისი მდგომარეობა, სხეულის წონასწორობა და მდგომარეობა სივრცეში;
2. ფიზიკური მოქმედების ხანგრძლოვობა (დამოკიდებულია მოსწავლის შესაძლებლობებზე);
3. მოძრაობის ტრაექტორია (მოძრაობის ფორმები, მიმართულება, ამპლიტუდა);
4. დროის ერთეული და მოქმედების შესრულების განმეორების სიხშირე (დამოკიდებულია მოსწავლის სწრაფ-ძალისმიერი მოქმედებების შესრულებაზე);
5. ფიზიკური მოქმედების პროცესში სხვადასხვა კუნთთა ჯგუფის თანმიმდევრული დატვირთვა;
6. სამოძრაო აპარატზე მოძრაობის სისტემატური შენაცვლება (მისაწვდომი ვარჯიშების გამოყენებით);
7. თანმიმდევრობითი შეწყობილი და შეთანხმებული მოძრაობის დროის ერთეულში;
8. დაძაბვის და მოდუნების ფაზების ხანგრძლივობის რაციონალური შეთანხმება.

სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლეების ფიზიკური აღზრდის პროცესში განსაკუთრებული ყურადღება ენიჭება მოძრაობის უნარის განვითარებას, რომელიც ხორციელდება შემდეგი მეთოდით:

- ერთი ვარჯიშიდან მეორე ვარჯიშზე გადასვლით;
- კუნთების ერთი ჯგუფიდან კუნთების მეორე ჯგუფზე გადასვლით;
- ერთი მოძრაობით ხარისხიდან მეორე მოძრაობით ხარისხზე გადასვლით.

მოძრავი თამაშების პირობითი ნიშნები:

1. - რიგითი მოთამაშე
2. - მასწავლებელი
3. - კალათი
4. - კუბიკი
5. - მსაჯი, წამყვანი მოთამაშე
6. - ნიშნულები
7. - სახტუნაო
8. - ტანვარჯიშული სკამი
9. - ბურთი
10. - დრაგი
11. - ალამი
12. - სკამი

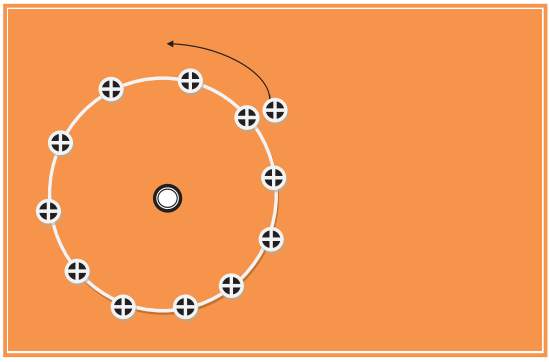
მოძრავი თამაშები, რომლებიც ავითარებს მოტორულ უნარებს

1

ჩოქოლა ბურთი

თამაშის ამოცანა: მუხლის კუნთის განვითარება.

თამაშის მსვლელობა: მოთამაშეები ირჩევენ მორბენალს, რომელიც დგება წრის ცენტრში, თვითონ დაიჩოქებენ ერთმანეთისგან 2 – 3 ნაბიჯის მოშორებით და უგდებენ ბურთს გვერდით დაჩოქილ ამხანაგს ისე, რომ ბურთი ძირს არ დავარდეს. მორბენალი დადის წრეში, რომ ძირს დავარდნილი ბურთი ხელთ იგდოს და თუ ბურთი ხელში ჩაიგდო, მაშინ ის იკავებს მის ადგილს, ვისაც ბურთი ხელიდან გაუვარდა. ეს უკანასკნელი კი მიდის მორბენლად. გამარჯვებულია ის მოთამაშე, რომელსაც ბურთი ხელიდან არცერთხელ არ გაუვარდება.

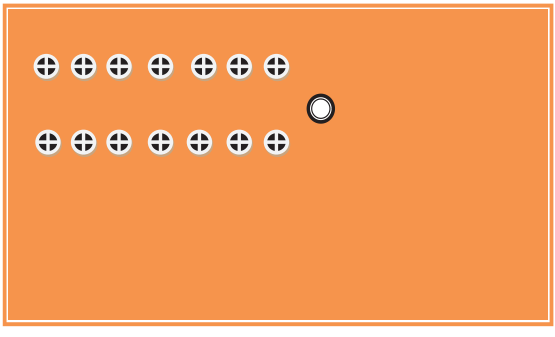


2

გადაეცი, ადექი

თამაშის ამოცანა: ზურგის და მხრების კუნთების განვითარება.

თამაშის მსვლელობა: მოთამაშები დგებიან ორ რიგად, ერთმანეთისგან ორი ნაბიჯის დაშორებით. თითოეულ რიგში ბავშვები დგებიან ერთმანეთისგან გაშლილი ხელის მანძილზე. რიგების წინ გაივლება ხაზი. აღმზრდელი დგება ორივე რიგის წინ და დებს პირველ ადგილზე მდგომი ბავშვის წინ ბურთს. აღმზრდელის ნიშანზე "დასხედით" – ყველანი სხდებიან ფეხმორთხმით. ახალ ნიშანზე - „გადაეცით"- ბავშვი, რომლის წინაც ბურთი დევს, გადასცემს ბურთს მის უკან მჯდომ ბავშვებს. თვითონ დგება პირით ბავშვებისაკენ. მიღებულ ბურთს მოთამაშე, თავის მხრივ, გადასცემს შემდეგ ბავშვს, თვითონაც პირით ბავშვებისაკენ დგება და ასე შემდეგ. გამარჯვებულია ის რიგი, რომელსაც არც ერთხელ არ დაუვარდება ბურთი ძირს. თამაში მეორდება 3 – 4 – ჯერ.



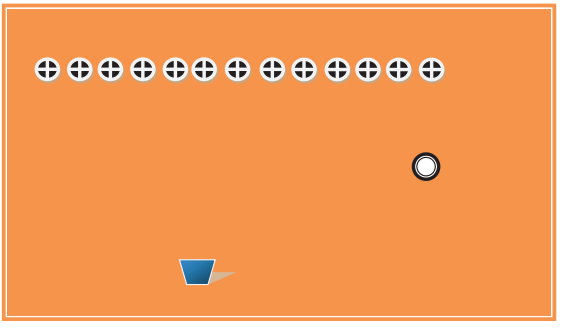
3

გამოცვალე ბურთი

თამაშის ამოცანა: მხრის კუნთების გასამაგრებელი ვარჯიში.

თამაშის მსვლელობა: ოთახის ერთ მხარეს მწკრივად ეწყობიან ბავშვები. ოთახის მოპირდაპირე მხარეს 4 - 6 მ-ის დაშორებით დგას კალათი, რომელ-

შიაც ორი ბურთია. მწკრივში, პირველ რიგში მდგომ ბავშვებს ეძლევათ თითო ბურთი. აღმზრდელის ნიშანზე - "დაიწყეთ" - ბავშვები მარჯვენა ხელით გადასცემენ ბურთებს მათ უკან მდგომ ბავშვებს, რომლებიც იგივე წესით გადასცემენ მათ უკან მდგომ ბავშვებს და ასე ბოლომდე. ჩავარდება თუ არა ბურთი კალათში, ბოლოში მდგომი ბავშვები კალათიდან იღებენ ბურთს, მირბიან და მწკრივში იკავებენ პირველ ადგილს. თამაში გრძელდება იქამდე, ვიდრე ყველა მოთამაშეს არ შეხვდება ბურთის გამოცვლა. თამაშის ბოლოს აღმზრდელი, ბავშვებთან ერთად, აღნიშნავს, რომელი მწკრივი უკეთ იცავდა თამაშის წესს.

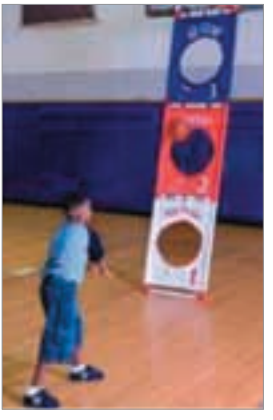


4

მოახვედრე მიზანში

თამაშის ამოცანა: ხელის კუნთების გაუმჯობესება, თითებზე სხვადასხვა შეგრძნების მიღება და აღქმა.

თამაშის მსვლელობა: სხვადასხვა სიმაღლე, მანძილი, სხვადასხვა საგნის ფორმები.



5

პარკი წრეში

თამაშის ამოცანა: ვარჯიში სროლაში. ხელის კუნთების გამაგრება.

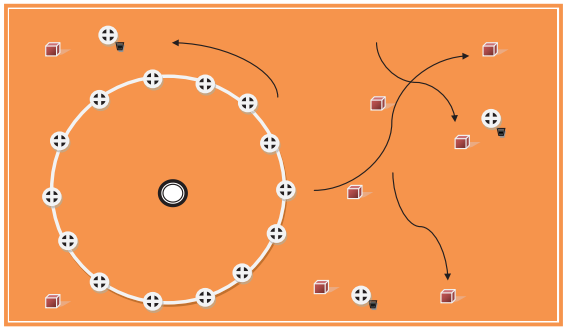
თამაშის მსვლელობა: ბავშვები ქვიშის პარკებით დგანან წრეში. მიწაზე ან იატაკზე შემოხაზულია წრე (1,5 - 2 მ-ის დიამეტრით). ამ წრიდან 2 - 3 ნაბიჯის დაშორებით დგანან ბავშვები. აღმზრდელის ნიშანზე - "ისროლეთ" - ბავშვები ისვრიან ქვიშის პარკებს, ცდილობენ მოახვედრონ პარკი წრეში. "აიღეთ პარკები", – ამბობს აღმზრდელი, ბავშვები იღებენ პარკებს და დგებიან თავთავიანთ ადგილებზე. აღმზრდელი აღნიშნავს, ვინ ვერ მოახვედრა პარკი წრეში. თამაში მეორდება. მეორე გასროლის დროს პარკს ისვრიან მარცხენა ხელით.

6

ვინ შეაგროვებს უფრო მეტ საგანს?

თამაშის ამოცანა: ზურგის კუნთების განვითარება, ვარჯიში სიმარდეში.

თამაშის მსვლელობა: ბავშვები სხედან წრიულად, აღმზრდელი ფანტავს იატაკზე წვრილ საგნებს (კუბები, საშენი მასალა, გირჩები და სხვ.), შემდეგ გამოიძახებს წრიდან სამ ბავშვს, აძლევს თითოეულს თითო კალათს და ნიშანზე - "დაიწყეთ" - ბავშვები წელში იხრებიან, იწყებენ საგნების აკრეფას იატაკიდან და კალათში ჩაყრას. ყოველი საგნის აღების შემდეგ ბავშვები სწორდებიან წელში. გამარჯვებულია ის ბავშვი, რომელიც მეტ საგანს მოაგროვებს. პირველი მოთამაშეები ირჩევენ ჯგუფიდან ახლებს.

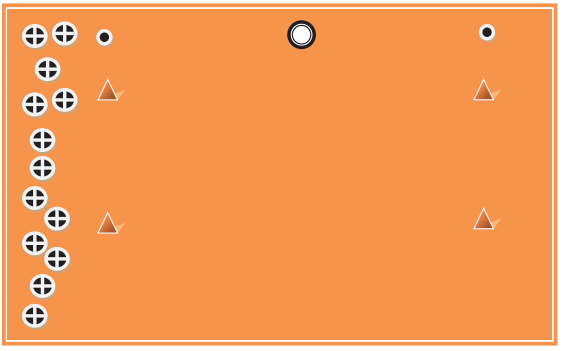


7

ასკინკილა

თამაშის ამოცანა: ფეხის კუნთების განვითარება.

თამაშის მსვლელობა: წინასწარ მონიშნავენ, სად უნდა დაიწყოს და სად დასრულდეს თამაში. მანძილი დაახლოებით თხუთმეტი-ოცი ნაბიჯი უნდა იყოს. მოთამაშეები მოხრიან მარცხენა ფეხს და როცა აღმზრდელი დაიძახებს - "გაიქეცით!" - ცალ ფეხზე ხტომით მიდიან დანიშნულ ადგილზე. გამარჯვებულია ის, ვინც პირველი მივა ნიშანთან და თან გზაზე ფეხს არ შეინაცვლებს.

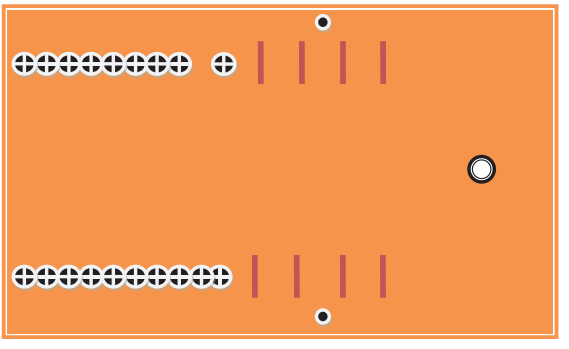


8

გაძვერი სალტეში

თამაშის ამოცანა: ზურგის, წელის კუნთების განვითარება.

თამაშის მსვლელობა: ბავშვები გაიყოფიან ორ თანაბარ ჯგუფად და ეწყობიან რიგებად ერთიმეორისაგან სამი–ოთხი ნაბიჯის დაშორებით. რიგების წინ ორ ნაბიჯზე გაავლებენ ხაზს, რომლის იქითაც ბავშვები არ უნდა გადავიდნენ. ხაზიდან სამი-ოთხი ნაბიჯის დაშორებით თითოეული რიგის პირდაპირ დაამაგრებენ სამ-სამ სალტეს ერთმანეთისაგან ორი-სამი ნაბიჯის დაშორებით. აღმზრდელის ნიშანზე წინ მდგომი მოთამაშეები სალტეებისაკენ გამოიქცევიან, პირველ სალტეში გაძვრებიან. შემდეგ - მეორეში, ბოლოს - მესამეში, რომელსაც თავზე ჩამოიცვამენ, აჩვენებენ ბავშვებს, მერე მოიხსნიან, დებენ თავის ადგილზე, თვითონ კი გაიქცევიან რიგებისაკენ და დადგებიან ბოლოში. ვინც პირველი მივა, მას აღმზრდელი მკერდზე ნიშანს მიაბნევს. შემდეგ გაიქცევა შემდეგი წყვილი და ა.შ. გაიმარჯვებს ის ჯგუფი, რომელიც მეტ სამკერდე ნიშანს დაიმსახურებს.



9

იატაკის კალათბურთი

თამაშის ამოცანა: ზურგის და მუცლის კუნთების განვითარება.

თამაშის მსვლელობა: ყველა ბავშვი იატაკზე ზის და ისვრის ბურთს შემდეგი თანმიმდევრობით - ჯერ მსუბუქს და შემდეგ მძიმე ბურთს.

10

პარაშუტი

თამაშის ამოცანა: ხელის და ფეხის კუნთების განვითარება.

თამაშის მსვლელობა: გუნდი დაიყოფა ორ ჯგუფად და ერთმანეთში დაიწყება შეჯიბრი: **1.** აწევენ პარაშუტს მაღლა და გაიქცევიან ყველანი ერთმანეთისკენ და პირიქით, ვისაც გაეშვება ხელი პარაშუტზე, ის წაგებულია. **2.** პარაშუტზე დაყრიან ბევრ ბურთს და ბავშვებმა უნდა გადმოყარონ ბურთები დანიშნულ დროში.

11

მხიარული გოლფი

თამაშის ამოცანა:

- მოსწავლეებმა ისწავლონ და შეასრულონ მარტივი საერთო-განმავითარებელი ფიზიკური ვარჯიშები, მეტი ხალისით ივარჯიშონ;
- სისწრაფის, კოორდინაციის, მოხერხებულობისა და სხვა ფიზიკური თვისებების განვითარება.

თამაშის მსვლელობა:

- მასწავლებელი მოაწყობს მოსწავლეებს. ჯერ მწყობრი ნაბიჯით შემოუვლის დარბაზს გარშემო, შემდეგ მოთელვითი ვარჯიშებით მოამზადებს მოსწავლეებს თამაშისათვის. მასწავლებელი აუხსნის მოსწავლეებს თამაშის წესებს და შინაარსს. მოთამაშეები გაიყოფიან ორ-სამ გუნდად და განლაგდებიან კოლონებად თითო-თითოდ ერთმანეთისგან 3-4 ნაბიჯის დაშორებით. მოთამაშეები შეეცდებიან, ჯოხებით გააგორონ ბურთები ისე, რომ გზაში არ დაკარგონ, მიიტანონ (მიაგორონ) და ჩააგდონ კალათში. შემდეგ სწრაფად გამოიქცევიან უკან და ჯოხს მეორე მოთამაშეს გადასცემენ. შემდეგ მეორე მოთამაშე გაიქცევა, გააგორებს ბურთს და გააგრძელებს თამაშს და ა.შ. სანამ ყველა მოთამაშე არ მიიღებს მონაწილეობას. როდესაც ჯოხი ისევ პირველ მოთამაშეს დაუბრუნდება, თამაში მთავრდება. დაითვლიან კალათში ბურთების რაოდენობას და გამოავლენენ გამარჯვებულს;
- შემდეგ შეიცვლება ბურთის ზომა და წონა, გართულდება დისტანცია (მაგ. მოსწავლეები ირბენენ ზიგზაგისებურად) და თამაში განახლდება. ამ თამაშში შესაძლებელია ესტაფეტის ელემენტების ჩართვაც, რათა თამაში უფრო გართულდეს.

12

ფერადი ქვები

თამაშის ამოცანა: სხეულის მოძრაობის მოქნილობის და კორდინაციის განვითარება.

თამაშის მსვლელობა: ბავშვებმა ისე უნდა გაიარონ, რომ არ გადავარდნენ.

13

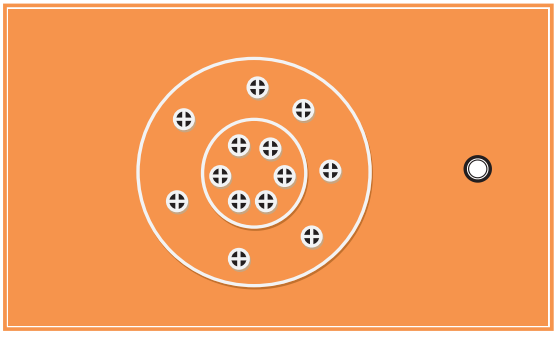
წრიული ლაფტა

თამაშის ამოცანა: სიზუსტის, სისწრაფის და მოხერხებულობის განვითარება.

თამაშის მსვლელობა: მასწავლებელი აუხსნის მოსწავლეებს თამაშის წესებს და შინაარსს. მოთამაშეები ორ გუნდად გაიყოფიან. ერთი გუნდის მოთამაშეები დგებიან წრიულად, ხაზის გასწვრივ, მეორე გუნდი დგება წრის შიგნით. შეიძლება გუნდები განლაგდნენ მართკუთხა ნახაზით. მაშინ გუნდები ერთმანეთის პირისპირ დგებიან ხაზის შიგნით და გარეთ. იმ გუნდის ერთ-ერთ წევრს, რომელიც ხაზის გარეთ დგას, ხელში

ბურთი უჭირავს. ნიშნის მიცემისთანავე იწყება თამაში. ერთი გუნდის მოთამაშეები ცდილობენ, ბურთი მეორე გუნდის მოთამაშეებს მოახვედრონ. ყოველ მოთამაშეს შეუძლია ბურთის ტყორცნა ან შეუძლია გადასცეს იგი თანაგუნდელს სატყორცნელად.

ხაზის შიგნით (ან წრეში) მყოფი მოთამაშეები ცდილობენ, ბურთი აიცილონ ან დაიჭირონ. ამისათვის ისინი დარბიან წრეში, დახტიან ყველა ხერხით, იცილებენ ბურთს ან ხტებიან მაღლა, რათა დაიჭირონ ბურთი (მათ შეუძლიათ ხელით დაიჭირონ ბურთი). ის, ვინც ვერ დაიჭერს ბურთს და მოხვდება, ანუ "დაიჭრება", ტოვებს მოედანს. თამაში მთავრდება, როცა წრეში აღარავინ რჩება. შემდეგ მოთამაშეები როლებს ცვლიან და თამაში განახლდება.



14

ბოულინგი

თამაშის ამოცანა: მოსწავლეებმა მარტივი თამაშით შეძლონ გამძლეობის, კოორდინაციისა და მოხერხებულობის განვითარება.

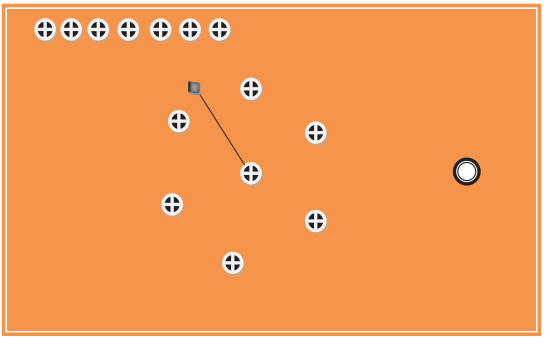
თამაშის მსვლელობა: მასწავლებელი აუხსნის მოსწავლეებს თამაშის წესებს და შინაარსს. მოთამაშეები გაიყოფიან ორ-სამ გუნდად. გუნდები განლაგდებიან კოლონებად თითო-თითოდ, ერთმანეთისგან 3-4 ნაბიჯის დაშორებით. გუნდების წინ გაიხაზება სასტარტო ხაზი. ყოველი გუნდის წინ 15-18 მეტრის მოშორებით ალაგებენ კეგლებს ან ფერად ალმებს გარკვეული ფორმით (წრიულად ან სამკუთხედის ფორმით) და დებენ გარკვეული ფერის ბურთს. ყოველ გუნდს საკუთარი ფერის ბურთი აქვს. მსაჯის ან მასწავლებლის ნიშანზე პირველი მოთამაშეები მირბიან ბურთამდე, აიღებენ მას, მობრუნდებიან გუნდთან, გააგორებენ ბურთს მიზანში ისე, რომ დაშალონ კეგლები ან ალმები. შემდეგ კოლონის ბოლოს დადგებიან. ახლა მეორე მოთამაშე გაიქცევა, მოიტანს ბურთს და ა.შ. სანამ ყველა მოთამაშე არ მიიღებს მონაწილეობას. როდესაც ბურთი ისევ პირველ მოთამაშეს დაუბრუნდება, თამაში მთავრდება. შემდეგ შეიცვლება ბურთის ზომა და წონა და თამაში განახლდება. ამ თამაშში შესაძლებელია ესტაფეტის ელემენტების ჩართვაც, რათა თამაში უფრო გართულდეს (მაგალითად, სირბილი ბურთის ტარებით).

15

ბაყაყები

თამაშის ამოცანა: სისწრაფის, გამძლეობის, კოორდინაციის, მოხერხებულობისა და ყურადღების განვითარება.

თამაშის მსვლელობა: მასწავლებელი აუხსნის მოსწავლეებს თამაშის წესებს და მოაწყობს მოედანს სათამაშოდ. თამაშისათვის საჭიროა სახტუნაო. კლასი იყოფა 6-კაციან გუნდებად. ერთი დგება წრის ცენტრში - ე.წ. "მეთევზე". იღებს ხელში სახტუნაოს ერთი ბოლოთი, ჩაცუცქდება და იწყებს სახტუნაოს ტრიალს თავის გარშემო, ამავე დროს სახტუნაოს ბოლო ხელიდან ხელში გადააქვს. სახტუნაოს მეორე ბოლო იატაკზე დაცურავს და ხაზავს წრეს, რომლის ბოლოსაც განლაგებულია დანარჩენი 5 მოთამაშე - "ბაყაყები". როდესაც სახტუნაო ორჯერ შემოუვლის წრეს, დანარჩენი მოთამაშეები 1-2 ნაბიჯით წინ გამოდიან, ყურადღებით უყურებენ სახტუნაოს მოძრაობას და მის მოახლოებისთანავე ახტებიან სახტუნაოს ბოლოს. ხტომები მანმადე გრძელდება, სანამ სახტუნაო არ "დაჭრის" (მოედება ფეხზე) რომელიმე მოთამაშეს. "დაჭრილი" მოთამაშე გადის თამაშიდან. თამაში გრძელდება მანამ, სანამ ბოლო მოთამაშეც არ "დაიჭრება" და არ დატოვებს თამაშს. ასეთ შემთხვევაში წამყვანი მოთამაშე გამოცხადდება გამარჯვებულად. მასვე შეიძლება დაევალოს ახალი წამყვანის ამორჩევა.



16

გამხმარი ფოთლები

თამაშის ამოცანა: ავითარებს ფიზიკურ თვისებებს (ძალას, მოქნილობას, სისხარტეს, გამძლეობას). ვითარდება აგრეთვე სისწრაფე და მოძრაობის კოორდინაცია.

თამაშის მსვლელობა: მასწავლებელი აუხსნის მოსწავლეებს თამაშის წესებს, შინაარსს და მოაწყობს მოედანს სათამაშოდ. თამაშისათვის საჭიროა ორი ფერადი თეფში. სათამაშოდ კლასი იყოფა 6–კაციან გუნდებად. ეს ექვსეული დგება წრეში ერთმანეთისაგან 6-8 ნაბიჯის დაშორებით, თეფშები აქვთ პირველ და მეოთხე ნომერ მოთამაშეებს.

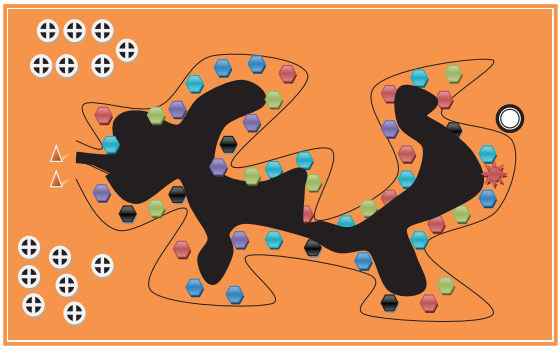
ორივე თეფშს ისვრიან ერთდროულად მარცხნივ წრეზე. ყოველი მოთამაშე ცდილობს, დაიჭიროს თეფში და ზუსტად გადასცეს მარცხნივ მდგომ მოთამაშეს. თამაშის მსვლელობაში ერთი თეფში უნდა დაეწიოს მეორეს. ის მოთამაშე, ვინც ვერ მოასწრებს გათავისუფლდეს პირველი თეფშისაგან და მასთან მეორე თეფშიც მიფრინდება, ეთიშება თამაშს. თამაშიდან გადის ის მოთამაშეც, რომელსაც თეფში გაუვარდება ხელიდან ან ვერ მოასწრებს დაჭერას. თამაში მთავრდება, როდესაც ექვსი მოთამაშიდან წრეში ორი დარჩება. თუმცა, აქაც შეიძლება თამაში გაგრძელდეს, გადასცემენ რა ერთდროულად ერთმანეთს თეფშებს: ერთი - ქვემოდან, მეორე - ზემოდან, სანამ ერთ-ერთს თეფში არ დაუვარდება. მსაჯმა შეიძლება თამაშიდან გაიყვანოს ის მოთამაშეც, ვინც არაზუსტად გადასცემს თეფშს: ძალიან მაღლა ან ძალიან შორს.

17

ჭაობი

თამაშის ამოცანა: ვარჯიში ხტომაში.

თამაშის მსვლელობა: მოედანზე ერთმანეთისაგან შვიდი-ათი ნაბიჯის დაშორებით ბავშვები გაავლებენ ორ ხაზს; ამ ორ ხაზს შუა, ერთმანეთისაგან ოცდახუთი–ოცდაათი სმ-ის დაშორებით კეთდება წრეები - ბორცვები, დანარჩენი ადგილი „ჭაობია" და გავლებული ორი ხაზი „ჭაობის" ნაპირს აღნიშნავს. აღმზრდელის ძახილზე: "გადადით"! – ბავშვები რიგრიგობით ხტებიან ბორცვიდან ბორცვზე. ვინც ჭაობში ჩავარდება, დროებით გადის თამაშიდან - მიდის ნაპირზე „ფეხების გასამშრალებლად". გამარჯვებულია ის მოთამაშე, ვინც უვნებლად გადავა „ნაპირზე".



18

გავიზარდოთ უფრო მეტად

თამაშის ამოცანა: მოქნილობა, სისხარტე, სწრაფი რეაქციების განვითარება და შერეული მოძრაობების შესრულების უნარის გამომუშავება.

თამაშის მსვლელობა: მასწავლებელი მოაწყობს კლასს, დარბაზის გარშემო შეასრულებს გადაწყობებსა და სხვა საერთო-განმავითარებელ ვარ-

ჯიშებს. შემდეგ აჩვენებს და ასწავლის ტანვარჯიშის ვარჯიშებს. ეს ვარჯიშები შეიძლება ჩატარდეს რამდენიმე მეცადინეობად:
მეცადინეობა - "გავიზარდოთ მეტად" (ვარჯიში გაწელვაზე):
ს. მ. ფეხშლით დგომი.
- ცერებზე აწევა, გავიჭიმოთ, ზემკლავი, მკერდის არეში გავიზნიქოთ.
ს.მ. დაბრუნება.
- ფეხები მხრების სიგანეზე, წინზნექი, თითის წვერები შევახოთ ტერფებს. 2 წმ. დავაყოვნოთ.
- ს.მ. დაბრუნება.
- ხტომები ორ ფეხზე, ხტომები სიმაღლის მომატებით.
- სიარული (ყველა ვარჯიში სრულდება 4 თვლაზე).

მითითებები: ვარჯიში სრულდება ნელ ტემპში, მეორდება 6-8-ჯერ, 1-2 თვლაზე ღრმა შესუნთქვა, 3-4 თვლაზე ამოსუნთქვა.
აქ შეგვიძლია მივცეთ თამაში "მივწვდეთ ღრუბელს" - მოსწავლე აიწევა ფეხის ცერებზე, რაც შეიძლება მაღლა აწევს ხელებს, გაიჭიმება, შემობრუნდება, შემოჰკრავს ტაშს და შეეცდება, გამართული წელით გააკეთოს ბუქნი. თამაშში გამარჯვებულია ის, ვინც წონასწორობას შეინარჩუნებს.

19

გუშაგები და მზვერავები

თამაშის ამოცანა: სიზუსტისა და მოხერხებულობის განვითარება.

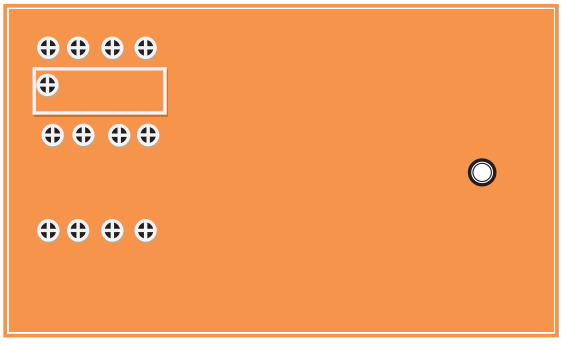
თამაშის მსვლელობა:

- მასწავლებელი მოაწყობს მოსწავლეებს. ჯერ მწყობრი ნაბიჯით, შემდეგ ძუნძულით შემოუვლის დარბაზს გარშემო, შემდეგ მოთელვითი ვარჯიშებით მოამზადებს მოსწავლეებს ძირითად ნაწილში სათამაშოდ;
- მასწავლებელი აუხსნის მოსწავლეებს თამაშის წესებსა და შინაარსს;
- მოთამაშეები გაიყოფიან ორ გუნდად - "გუშაგებად" და "მზვერავებად". გუნდები განლაგდება ერთმანეთის პირისპირ დარბაზის მოპირდაპირე მხარეებზე დაახლოებით 10-12 მ-ზე ერთმანეთისაგან;
- მწკრივების წინ სამ ნაბიჯზე გავხაზოთ სწორი ხაზი ან დავნიშნოთ ფერადი ალმებით. მოედნის შუაში, წრეში, დავალაგოთ ბურთები. ყველა მოთამაშეს თავისი რიგითი ნომერი აქვს მინიჭებული.
  თამაშის კაპიტანი ხმამაღლა ასახელებს მოთამაშის ნომერს და ამ ნომრის მოთამაშეები ორივე მხრიდან მირბიან ბურთთან. "მზვერავების" გუნდის მოთამაშის მიზანია, აიღოს ბურთი და თავის მხარეს გადაიტანოს. "გუშაგის" მიზანია, ხელი შეუშალოს.
  ბურთთან მისული მზვერავი გუშაგის ყურადღების გასაფანტად სხვადასხვა ვარჯიშს ასრულებს: ხელებით მოძრაობებს, ადგილზე ხტომებს შემობრუნებით, წახტომებს, ბუქნებს და ა.შ. "გუშაგი" ვალდებულია, გაიმეოროს ყველა მოძრაობა და ყურადღებით იყოს, რათა მოასწროს "მზვერავის" დაჭერა, როცა ის ბურთს აიღებს.

თუ "მზვერავი" მოასწრებს ბურთის აღებას და ხაზის იქით გატანას, "გუშაგი" წააგებს. იგი მიდის მოწინააღმდეგის მინდორზე და დგება იმ მოთამაშის უკან, რომელიც ვერ დაიჭირა. თუ "მზვერავი" აიღებს ბურთს და ამ დროს "გუშაგი" მას დაიჭერს, ტყვე მზვერავი ხდება.

თამაში იქამდე გრძელდება, სანამ ყველა ნომერი (ბავშვი) არ მიიღებს მონაწილეობას თამაშში. შემდეგ დაითვლება ორივე მხარეს დაჭერილი "ტყვეები", დააბრუნებენ თავიანთ გუნდებში, მოთამაშეების როლები გაიცვლება და თამაში განახლდება;

- გაკვეთილის ბოლოს (7-5 წთ. დამთავრებამდე) მოსწავლეები მოეწყობიან, შეასრულებენ სუნთქვით ვარჯიშებს, შეფასდება მოსწავლეთა აქტიურობა, წახალისდებიან როგორც მოგებული, ისე დამარცხებული გუნდები და შეფასდება მთლიანად გაკვეთილი.



20

სწორი ტანადობა და ტანვარჯიშის ვარჯიშები

თამაშის ამოცანა: ვასწავლოთ სწორად დგომა და განვავითაროთ სწორი ტანადობა.

თამაშის მსვლელობა:

- მასწავლებლის დავალებით მოსწავლეები აკვირდებიან საკუთარ დგომს, ტანადობას;
- წყვილებში აკვირდებიან ერთმანეთს და ინიშნავენ (სპეციალურ ფერადნახატებიან ალბომში) ტანადობის ტიპს;
- მასწავლებელი უყვება მათ, რა ზიანი მოაქვს ჯანმრთელობისათვის არასწორად დგომისა და ჯდომის ჩვევას, აჩვენებს პლაკატებზე, როგორ უნდა იჯდეს მოსწავლე მერხთან ან სკამზე სწორად;
- მასწავლებელი უყვება მოსწავლეებს რა არის ტანვარჯიში, მისი დაბადებისა და განვითარების ისტორიას. მაგ. სიტყვა "ტანვარჯიში" ბერძნული წარმოშობისაა. ანტიკურ საბერძნეთში ყოველი ახალგაზრდა საკუთარი სხეულის სრულყოფისათვის ვალდებული იყო, ევარჯიშა სპეციალური ფიზიკური ვარჯიშებით. ბიჭუნები ვარჯიშისას შიშვლები იყვნენ. ხოლო სიტყვა "შიშველი" ბერძნულად "გიმნოსს" ნიშნავს. აქედან წაიმოიშვა ტერმინი გიმნასტიკა ანუ ტანვარჯიში. სპორტის ეს სახეობა ყველაზე მეტად

უწყობს ხელს სხეულის კუნთოვანი სისტემის განვითარებას, აყალიბებს ლამაზ სხეულს, ხოლო მოძრაობებს სისხარტესა და მოქნილობას მატებს;

- ტანვარჯიში მოიცავს: სპორტული და მხატვრული ტანვარჯიშის სახეებს, აკრობატიკას, რიტმულ ტანვარჯიშს და აერობიკას. ეს სახეობები ხელს უწყობს მოვარჯიშეს, მოძრაობა რიტმული, ლამაზი და მოქნილი ჰქონდეს, ტანდგომა კი – სწორი;
- მასწავლებელი მოვარჯიშეებს აძლევს დავალებას, მაგ. ამ გაკვეთილზე ჩვენ შევისწავლით ვარჯიშებს სატანვარჯიშო სკამზე და აკრობატულ (წინკოტრიალი, უკუკოტრიალი, ვარჯიში "ხიდი" და სხვ.) ვარჯიშებს, რაც დაგვეხმარება ზურგის კუნთების განვითარება - გამაგრებაში, აგრეთვე კოორდინაციისა და წონასწორობის განვითარებაში;
- მასწავლებელი აჩვენებს ვარჯიშის შესრულების ტექნიკას და ასწავლის მოსწავლეებს ვარჯიშებს;
- მოსწავლეები იმეორებენ მასწავლებლის მიერ ნაჩვენებ ვარჯიშებს. მასწავლებელი ეხმარება მათ სწორად შეასრულონ მოცემული ვარჯიშები;
- კლასი იყოფა წყვილებად და მეწყვილეები ცდილობენ დამოუკიდებლად შეასრულონ მოცემული დავალება. როცა ერთი ვარჯიშობს, მეორე ეხმარება ან დაზღვევაზე დგება, რომ მეორე მოვარჯიშემ არაფერი დაიშავოს. ამ პროცესს მასწავლებელი აკვირდება და ჩამორჩენილებს ახალისებს, ეხმარება;
- ახალი მასალის უკეთ ასათვისებლად მასწავლებელი ატარებს თამაშებს ახალი ილეთების გამოყენებით, მაგალითად:

"ხიდზე გადასვლა" - სატანვარჯიშო სკამზე გადასვლა განმკლავით, მცირე გადარბენები.

"ვინ უფრო მალე მოვა სახლში" - მოსწავლეები ნაწილდებიან "სახლებში" – ლეიბებთან, რომლებიც იატაკზეა განლაგებული, პირველ ნიშანზე გარბიან სხვადასხვა კუთხეში, ხოლო მეორე ნიშანზე იკავებენ თავიანთ ლეიბებს და ასრულებენ წინკოტრიალებს;

- დასასრულს მასწავლებელი კიდევ ერთხელ შეამოწმებს, თუ როგორ ისწავლეს ბავშვებმა ახალი ვარჯიშები და სწორად ასრულებენ თუ არა, შეაჯამებს გაკვეთილს, მისცემს საშინაო დავალებას (სწორი ტანადობის განსავითარებელ ვარჯიშთა სანიმუშო კომპლექსს ან დაავალებს ასეთი კომპლექსის შედგენას), შეაფასებს მოსწავლეების აქტიურობას და წაახალისებს მათ.

21

ვარჯიში ლენტებით

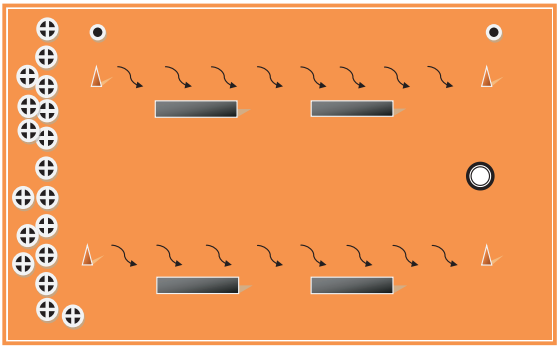
თამაშის ამოცანა: კორდინაციის განვითარება.

თამაშის მსვლელობა:

მასწავლებელი მოაწყობს მოსწავლეებს, მოთელვითი ვარჯიშებით მოამზადებს ვარჯიშისათვის.

- მოსწავლეები ასრულებენ ვარჯიშებს ლენტებით ვერტიკალური (აღმავალი, დაღმავალი), ჰორიზონტალური, კლაკნილი, სპირალური და რვიანისმაგვარი მოძრაობებით;

- მარტივი მოძრაობების შესწავლის შემდეგ მოსწავლეები გადადიან ლენტით ვარჯიშის სწავლაზე ხტომებში, სიარულში და ზნექებში;
- ახალი მასალის უკეთ ასათვისებლად მასწავლებელი ატარებს თამაშს ახალი ილეთების გამოყენებით. მაგალითად: "მხიარული პეპელა" – მოსწავლეები თავისუფალი სიარულით, ლენტებით დადიან სატანვარჯიშო სკამზე, იცავენ წონასწორობას, ლენტებს ისე ამოძრავებენ, როგორც პეპელა ფრთებს.



22

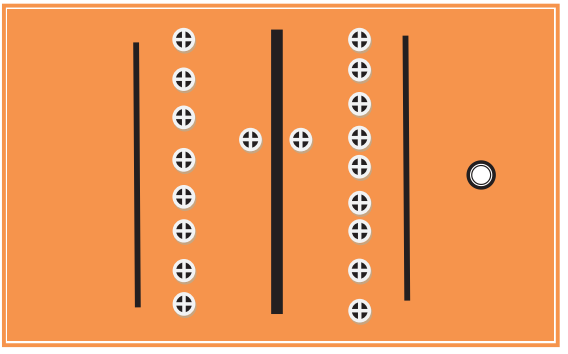
ნაჭრის თოჯინები

თამაშის ამოცანა: ძალის, მოქნილობის, სისხარტის, გამძლეობის, აზროვნების, მოხერხებულობის განვითარება.

თამაშის მსვლელობა:

- მასწავლებელი მოაწყობს მოსწავლეებს. ჯერ მწყობრი ნაბიჯით შემოუვლის დარბაზს გარშემო, შემდეგ მოთელვითი ვარჯიშებით მოამზადებს მოსწავლეებს ძირითად ნაწილში თამაშისათვის;
- მასწავლებელი აუხსნის მოსწავლეებს თამაშის წესებს და შინაარსს და მოაწყობს მოედანს სათამაშოდ;
- მოედანზე გაავლებენ შუა ხაზს, მისგან 3 მეტრის მოშორებით მარჯვნივ და მარცხნივ კიდევ დაამატებენ ორ ხაზს. მოთამაშეები ორ გუნდად გაიყოფიან. გუნდები განლაგდებიან ხაზის უკან მწკრივში ერთმანეთის პირისპირ. გუნდები რომ ერთნაირი შესაძლებლობების იყოს, ბიჭები ბიჭების პირისპირ განლაგდებიან, გოგონები კი – გოგონების პირისპირ. მოთამაშეებს დაურიგდებათ რიგითი ნომრები. მსაჯის ან მასწავლებლის ნიშანზე ერთი მოთამაშე წინ გამოვა და აჩვენებს ერთ ან ორ მოძრაობას, მაგ. განმკლავი და წინზნექი. შემდეგ მეორე გამოვა და ორ სხვა ვარჯიშს აჩვენებს, შემდეგ მესამე შეასრულებს განსხვავებულ ვარჯიშებს და ა.შ., სანამ ყველა არ შეასრულებს ვარჯიშებს. როდესაც ბოლო მოთამაშე შეასრულებს თავის ვარჯიშს, თამაშს ისევ პირველი ნომერი გააგრძელებს და ა.შ. თუ უკვე ნაჩვენებ ვარჯიშს გაიმეორებს, მოთამაშე ერთ საჯარიმო ქულას იღებს, მეორე შეცდომაზე გამოეთიშება თამაშს. საბოლოოდ ფინალში ორი მოთამაშე რჩება.

- გაკვეთილის ბოლოს (7-5 წთ დამთავრებამდე) მოსწავლეები მოეწყობიან, შეასრულებენ სუნთქვით ვარჯიშებს, შეფასდება მოსწავლეთა აქტიურობა, გაკეთდება თამაშის ანალიზი და შეფასდება გაკვეთილი.



23

მოჩხუბარი მამლები

თამაშის ამოცანა: ორთაბრძოლის ელემენტები.

თამაშის მსვლელობა:

- მასწავლებელი მოაწყობს მოსწავლეებს. ჯერ მწყობრი ნაბიჯით, შემდეგ ძუნძულით შემოუვლის დარბაზს გარშემო, შემდეგ მოთელვითი ვარჯიშებით მოამზადებს მოსწავლეებს თამაშისათვის.
- მასწავლებელი აუხსნის მოსწავლეებს თამაშის წესებს და შინაარსს. მოთამაშეები გაიყოფიან ორ გუნდად – "მამლებად". გუნდები ერთმანეთის პირისპირ განლაგდებიან. "მამლების" გუნდები მაისურების ფერებით განსხვავდებიან ერთმანეთისაგან.
- დარბაზში ან ეზოში შემოვხაზოთ დაახლოებით 2 – მეტრიანი წრე ან დავნიშნოთ ფერადი ალმებით. წრეში ერთმანეთს ორი "მამალი" ეკინკლავება. ისინი ასკინკილა (ერთ ფეხზე) დახტიან, ხელები ზურგს უკან უჭირავთ და ცდილობენ, მკერდით ან მხრებით მიჯახებით გააგდონ მოწინააღმდეგე წრიდან. ის, ვინც თამაშის დროს შემოხაზული წრიდან გავა ან ორივე ფეხზე დადგება, თამაშიდან გადის და მის ადგილს ახალი "მოჩხუბარი მამალი" იკავებს. მოგებულია ის, ვინც წრეში ყველაზე მეტხანს რჩება. თამაშში ყველა მოთამაშე აქტიურად არის ჩართული და იღებს ფიზიკურ დატვირთვას.
- გაკვეთილის ბოლოს (7-5 წთ. დამთავრებამდე) მოსწავლეები მოეწყობიან, შეასრულებენ სუნთქვით ვარჯიშებს, შეფასდება მოსწავლეთა აქტიურობა, წახალისდებიან როგორც მოგებული, ისე დამარცხებული გუნდები და შეფასდება მთლიანად გაკვეთილი.

24

ტანვარჯიშის ვარჯიშები

თამაშის ამოცანა: მოქნილობა.

თამაშის მსვლელობა:

- მასწავლებლის დავალებით მოსწავლეები აკვირდებიან მასწავლებლის მიერ ნაჩვენებ ვარჯიშებს და წყვილებში ასრულებენ ამ ვარჯიშებს;
- მასწავლებელი უყვება მოსწავლეებს ტანვარჯიშის შესახებ, ტანვარჯიშის სახეების (სპორტული და მხატვრული ტანვარჯიშის სახეების, აკრობატიკის, რიტმული ტანვარჯიშის აერობიკის და ა.შ.) შესახებ. უხსნის მათ, რომ ტანვარჯიში ხელს უწყობს ადამიანს მოძრაობა რიტმული ჰქონდეს, სიარულის მანერა – ლამაზი და მოქნილი, ტანდეგობა. კი – სწორი. აგრეთვე ესაუბრება, თუ რა თვისებაა მოქნილობა და მოხერხებულობა, რატომ უნდა განვავითაროთ იგი ადრეულ ასაკში;
- მასწავლებელი აჩვენებს ვარჯიშის შესრულების ტექნიკას და ასწავლის მოსწავლეებს აკრობატულ ვარჯიშებს: წინკოტრიალს და ბეჭზე დგომს (პოზა "სანთელი");
- მოსწავლეები იმეორებენ მასწავლებლის მიერ ნაჩვენებ ვარჯიშებს. მასწავლებელი ეხმარებათ მათ, სწორად შეასრულონ მოცემული ვარჯიშები, კლასი იყოფა წყვილებად და მეწყვილეები ცდილობენ დამოუკიდებლად შეასრულონ მოცემული დავალება. როცა ერთი ვარჯიშობს, მეორე ეხმარება ან დაზღვევაზე დგება, რომ მოვარჯიშემ არაფერი დაიშავოს. ამ პროცესს მასწავლებელი აკვირდება და ჩამორჩენილებს ახალისებს, ეხმარება;
- ახალი მასალის უკეთ შეასასწავლად მასწავლებელი ატარებს თამაშს ახალი ილეთების გამოყენებით. მაგალითად: "ავანთოთ სანთელი" - მოსწავლე მასწავლებლის ნიშანზე აკეთებს წინკოტრიალს. წვება ზურგზე, მოხრის ფეხებს მუხლებში, ნელა სწევს მაღლა მოხრილ ფეხებს, ხელების დახმარებით ტანის ქვედა ნაწილს იატაკიდან მაღლა სწევს და ფეხებს ასწორებს. დასაწყისში ეს ვარჯიში სრულდება წყვილებში და მეწყვილე ეხმარება ვარჯიშის შესრულებაში. ვარჯიში უნდა შესრულდეს ნელა. ეს ვარჯიში ავითარებს ზურგის კუნთებს;
- დასასრულს მასწავლებელი კიდევ ერთხელ შეამოწმებს, როგორ ისწავლეს ახალი ვარჯიშები და სწორად ასრულებენ თუ არა, შეაჯამებს გაკვეთილს, შეაფასებს მოსწავლეების აქტიურობას და წაახალისებს მათ.

25

ვარჯიშები წახტომებით "განზე და ერთად"

წახტომები სრულდება სწრაფ ტემპში, ფეხის ცერებზე რბილად; მეორდება 12-20 ჯერ, სუნთქვა არ კავდება, იგი თანაბარია; სრულდება ადგილზე სიარული - მხნედ და ხალისიანად, მკლავების ენერგიული მოძრაობით. 30-40 წამის ხანგრძლივობით. გაკვეთილის ბოლოს სამწყობრო და სუნთქვითი ვარჯიშები, გაკვეთილის ანალიზი და შეფასება.

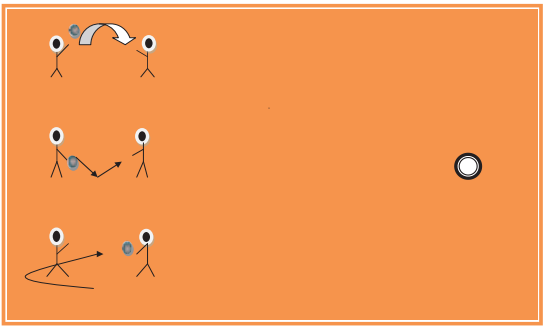
26

კალათბურთი

თამაშის ამოცანა: ბურთის ტარება, გადაცემა.

თამაშის მსვლელობა:

- მოსწავლეები აკვირდებიან მასწავლებლის მიერ ნაჩვენებ ვარჯიშებს და წყვილებში ან ინდივიდუალურად ასრულებენ ამ ვარჯიშებს;
- მასწავლებელი უყვება მათ კალათბურთის ისტორიას. ეუბნება, რომ ეს თამაში 100 წლის წინ აშშ-ში შეიქმნა. მაშინ ბურთს ისროდნენ არა თანამედროვე რგოლში, არამედ ჩვეულებრივ, მოწნულ კალათში. აქედან მოდის მისი სახელიც ბასკეტბოლი (ბასკეტ" - კალათა, "ბოლ" - ბურთი). კალათბურთი იმით არის სასარგებლო თამაში, რომ ამ დროს კაჟდება ჯანმრთელობა, უმჯობესდება გულის, სასუნთქი სისტემის, ფილტვების მუშაობა, ვითარდება გამძლეობა, სისწრაფე, მოქნილობა და სხვ.
- ახალი მასალის უკეთ ასათვისებლად მასწავლებელი ატარებს თამაშს ახალი ილეთების გამოყენებით. მაგალითად:
  "ფერადი ბურთი" - კლასი იყოფა გუნდებად და ყველა გუნდს ურიგდება განსხვავებული ბურთები (თითოეულ ბურთს საკუთარი ფერის ბურთი აქვს). მიცემულ ნიშანზე მირბიან ბურთის ხელით აკენწვლით და ისვრიან ბურთებს იატაკზე დადგმული კალათებისაკენ. მეორე ნიშანზე გარბიან, მოაქვთ საკუთარი ბურთი და გადასცემენ მეწყვილეს. ასე იმეორებენ რამდენჯერმე, ცვლიან ბურთის სროლის ტექნიკას და ბურთების ზომას;
- დასასრულს მასწავლებელი კიდევ ერთხელ შეამოწმებს, როგორ ისწავლეს ახალი ვარჯიშები და სწორად ასრულებენ თუ არა, შეაჯამებს გაკვეთილს, შეაფასებს მოსწავლეების აქტიურობას და წაახალისებს მათ.



27

მოძრავი თამაში ჯოხებით და ხტომებით

თამაშის ამოცანა: ხტომების განვითარება.

თამაშის მსვლელობა:

- მასწავლებელი მოაწყობს მოსწავლეებს. ჯერ მწყობრი ნაბიჯით შემოუვლის დარბაზს გარშემო, შემდეგ მოთელვითი ვარჯიშებით მოამზადებს მოსწავლეებს ძირითად ნაწილში სათამაშოთ;

- მასწავლებელი აუხსნის მოსწავლეებს თამაშის წესებსა და შინაარსს. მოთამაშეები გაიყოფიან ორ-სამ გუნდად. გუნდები განლაგდებიან კოლონებად თითო-თითოდ, ერთმანეთისგან 3-4 ნაბიჯის დაშორებით. გუნდების წინ გაიხაზება სასტარტო ხაზი. გუნდების პირველ ნომრებს აძლევენ სატანვარჯიშო ჯოხებს. ყოველი გუნდის წინ 15-18 მეტრის მოშორებით დგამენ სპეციალურ სადგამს ან აწყობენ ტენილ ბურთებს;
- მსაჯის ან მასწავლებლის ნიშანზე ჯოხიანი მოთამაშეები მირბიან ბურთამდე, შემოურბენენ მას, მობრუნდებიან გუნდთან, ჯოხის მეორე ბოლოს გადასცემენ მეორე ნომრებს. ჯოხის ბოლოებზე მოკიდებული ხელით ორი მოთამაშე დანარჩენი მოთამაშეების ფეხქვეშ გაატარებს სატანვარჯიშო ჯოხს კოლონის ბოლომდე, წესების მიხედვით, კოლონაში მდგარი ყველა მოთამაშე უნდა გადაახტეს ჯოხს ორივე ფეხით ახტომით. შემდეგ პირველი ნომერი მოთამაშე დარჩება კოლონის ბოლოში, ხოლო მეორე გარბის ბურთისკენ (ან დგამისკენ), შემოურბენს მას და ისევ მორბის კოლონასთან, ახლა მესამე ნომერი მოჰკიდებს ჯოხის მეორე ბოლოს ხელს და გაატარებს თანაგუნდელების ფეხქვეშ და ა.შ.
- თამაში მთავრდება, როცა ყველა მოთამაშე შემოურბენს ბურთს (ან დგამს), ჯოხი ისევ პირველი მოთამაშის ხელში აღმოჩნდება, იგი მაღლა ასწევს ჯოხს და მსაჯს თამაშის დამთავრებას ანიშნებს;
- გაკვეთილის ბოლოს (7-5 წთ. დამთავრებამდე) მოსწავლეები მოეწყობიან, შეასრულებენ სუნთქვით ვარჯიშებს, შეფასდება მოსწავლეთა აქტიურობა, წახალისდებიან, როგორც მოგებული, ისე დამარცხებული გუნდები, გაკეთდება თამაშის ანალიზი და შეფასდება გაკვეთილი.

28

რიტმული და სივრცეში ორიენტირების ვარჯიშები

თამაშის ამოცანა: სივრცეში ორიენტირება.

თამაშის მსვლელობა:

- მასწავლებელი დაყოფს კლასს ჯგუფებად და ასწავლის რიტმულ ვარჯიშებს: სიარული მწყობრში მუსიკის თანხლებით და სიმღერით, სირბილი იმავე მუსიკალური რიტმით, ოთხი კიდურით სიარული, წახტომები. სასურველია ვასწავლოთ ეროვნული ცეკვების მარტივი მოძრაობები (გასმები, ბუქნები, წახტომები) ამავე ცეკვების შესაბამისი მუსიკის თანხლებით (განდაგანა, ხორუმი და სხვ.);
- სივრცეში ორიენტირების ვარჯიშების შემთხვევაში მასწავლებელი ცდილობს მიაღწიოს მოსწავლეთა ორგანიზებულობას, განსაზღვრული ჩვევების გამომუშავებას. მასწავლებელი აკვირდება და ჩამორჩენილებს წაახალისებს, ეხმარება. ახალი მასალის უკეთ დასასწავლად მასწავლებელი ატარებს თამაშს შესწავლილი ვარჯიშების გამოყენებით. მაგალითად: “ორთქლმავალი” - გადაადგილება დარბაზში, შემოუვლის, კლაკნილად, სპირალურად, უკუსვლით, დიაგონალზე ან სიარული შეუსვენებლად ჩვე-

ულებრივი ტემპით, სამწყობრო ვარჯიშით, აჩქარებული ტემპით, ფეხის ცერებზე, წინაღობაზე გადაბიჯებით;

- დასასრულს, მასწავლებელი კიდევ ერთხელ შეამოწმებს, თუ როგორ ისწავლეს ახალი ვარჯიშები და სწორად ასრულებენ თუ არა, შეაჯამებს გაკვეთილს, შეაფასებს მოსწავლეების აქტიურობას და წაახალისებს მათ.

29

მოქნილობისა და პლასტიკურობის განვითარება

თამაშის ამოცანა: მოძრაობის კორდინაცია, სმენის განვითარება.

თამაშის მსვლელობა:

- მასწავლებელმა მოსწავლეებს ნათლად და გარკვევით უნდა მიაწოდოს შესასრულებელი ამოცანები; გამოკვეთოს ახალი მოძრაობების კავშირი ძველ (ადრე ნასწავლ) მოძრაობასთან, გასაგებად ახსნას ახალი მოძრაობა შესაბამისი მუსიკის თანხლებით;
- მასწავლებელი დაყოფს კლასს ჯგუფებად და ასწავლის რიტმულ ვარჯიშებს: სიარული მწყობრში მუსიკის თანხლებით და სიმღერით, სირბილი იმავე მუსიკალური რიტმით;
- მასწავლებელი განსაზღვრავს მოძრაობის ხასიათს, მაგ. "კურდღელი" - წახტომები, რბილი და ფრთხილი ნაბიჯები, "ცხენი" - სიარული წახტომებით და სხვა. მოსწავლემ უნდა გაიმეოროს არა მარტო მოძრაობა, არამედ მოძრაობის დასახელებაც. მასწავლებელი აკვირდება და ჩამორჩენილებს ახალისებს, ეხმარება;
- დასასრულს, მასწავლებელი კიდვ ერთხელ შეამოწმებს, თუ როგორ ისწავლეს ახალი ვარჯიშები და სწორად ასრულებენ თუ არა, შეაჯამებს გაკვეთილს, შეაფასებს მოსწავლეების აქტიურობას და წაახალისებს მათ.

30

ვარჯიშები სატანვარჯიშო რგოლით (ჰოლაჰუპით)

თამაშის ამოცანა: ვითარდება ნატიფი მოტორიკა.

თამაშის მსვლელობა:

მასწავლებელი უხსნის და აჩვენებს მოსწავლეებს ვარჯიშებს ჰოლაჰუპით.

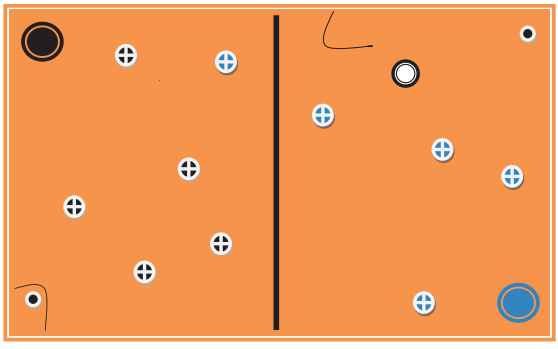
1. ფეხის წვერებზე ავიწიოთ და გავიჭიმოთ, რგოლი გვიჭირავს ზურგს უკან, გავიზნიქოთ. ხელები გავწიოთ, რაც შეიძლება უკან. დავბრუნდეთ საწყის მდგომარეობაში;
2. წინზნექი რგოლით, გავიზნიქოთ;
3. ბუქნები, გამართული ხელებით რგოლით ზემკლავი;
4. გავძვრეთ რგოლში გაშლილი მხრებით;
5. გამართული ხელებით დავიკავოთ რგოლი და დავიხაროთ რიგრიგობით მარჯვნივ და მარცხნივ.

ვარჯიშები სრულდება ოთხ თვლაზე და თითო ვარჯიში არანაკლებ 5-ჯერ. კომპლექსის შესწავლა რომ უფრო სახალისო იყოს, ბავშვებს ვათამაშოთ

თამაში “გოლიათი და ნამცეცა”. მოსწავლე იწევა ფეხის წვერზე, მაღლა წევს გამართულ ჰოლაჰუპიან ხელებს და მწყობრი ნაბიჯით დადის დარბაზში – გოლიათია; შემდეგ ჩაცუცქდება, მოიკუნტება, ჰოლაჰუპი მუხლების სიმაღლეზე უკავია და ასე ჩაცუცქული გადაადგილდება დარბაზში – ნამცეცაა. ეს მდგომარეობები სრულდება სუნთქვასთან შეთანხმებულად: გასწორდება - შესუნთქვა, ბუქნი – ამოსუნთქვა (გამოსცემს ბგერებს შ-შ-შ-შ ან ი-ი-ი-ი).

რგოლით ქნევითი მოძრაობები ხორციელდება ერთი ან ორი ხელით სხვადასხვა სიბრტყითა და მიმართულებით. დგომში ქნევითი მოძრაობის ათვისების შემდეგ გადადიან რგოლით მოძრაობით სწავლაზე სიარულში, წახტომებით და მოხრილ მდგომარეობაში.

გაკვეთილის ბოლოს (7-5 წთ. დამთავრებამდე) მოსწავლეები მოეწყობიან, შეასრულებენ სუნთქვით ვარჯიშებს, შეფასდება მოსწავლეთა აქტიურობა, წახალისდებიან როგორც მოგებული, ისე დამარცხებული გუნდები, გაკეთდება თამაშის ანალიზი და შეფასდება გაკვეთილი.



31

გაზაფხულის შესახვედრად

თამაშის ამოცანა: სისწრაფის, კორდინაციის და მოხერხებულობის განვითარება.

თამაშის მსვლელობა:

- მასწავლებელი მოაწყობს მოსწავლეებს, ჯერ მწყობრი ნაბიჯით შემოუვლის დარბაზს გარშემო, შემდეგ მოთელვითი ვარჯიშებით მოამზადებს მოსწავლეებს თამაშისათვის.
- მასწავლებელი აუხსნის მოსწავლეებს თამაშის წესებს და შინაარსს.
- კლასი მოამზადებს მოედანს სათამაშოდ: ყოველ 5 მეტრში დგამენ ფერად კუბიკებს, მათგან მოშორებით - კალათებს, რომლებშიც ჩოგბურთის 3-3 ბურთია. აქედან 10 მეტრის მოშორებით 1,3 მეტრის სიმაღლეზე თოკით ჩამოვკიდოთ 3 ფერადი ბუშტი, შემდეგ 3-4 მეტრის მოშორებით დავდოთ ბოლო ფერადი კუბიკი. ასეთი დისტანცია კეთდება ყოველი გუნდისათვის.

მოთამაშეები გაიყოფიან ორ-სამ გუნდად. გუნდები განლაგდებიან კოლონებად თითო-თითოდ, ერთმანეთისგან 2-3 ნაბიჯის დაშორებით. გუნდის პირველი მოთამაშე მასწავლებლის ნიშანზე გარბის კუბიკების ბილიკზე, მირბის კალათთან, იღებს ბურთს, ესვრის /ვის? რას?/ და თუ მოახვედრა, ერთ ქულას მიიღებს. უკან დასაბრუნებლად ბოლო კუბიკს შემოურბენს და მორბის გუნდთან. მერე მეორე გარბის და ა.შ. გამარჯვებულია გუნდი, რომელსაც მეტი ქულა ექნება.

გაკვეთილის ბოლოს (7-5 წთ. დამთავრებამდე) მოსწავლეები მოეწყობიან, შეასრულებენ სუნთქვით ვარჯიშებს, შეფასდება მოსწავლეთა აქტიურობა, წახალისდებიან როგორც მოგებული, ისე დამარცხებული გუნდები, გაკეთდება თამაშის ანალიზი და შეფასდება გაკვეთილი.

32

ყოყოჩა მამლები

- მასწავლებელი მოაწყობს მოსწავლეებს. ჯერ მწყობრი ნაბიჯით, შემდეგ ძუნძულით შემოუვლის დარბაზს გარშემო, შემდეგ მოთელვითი, საერთოგანმავითარებელი ვარჯიშებით მოამზადებს მოსწავლეებს თამაშისათვის.
- მასწავლებელი აუხსნის მოსწავლეებს თამაშის წესებს და კლასი გაიყოფა 5- კაციან გუნდებად - "მამლებად". გუნდები განსხვავდებიან ერთმანეთისაგან მაისურების ფერებით ან სამკერდე ნიშნებით.

  დარბაზში ან ეზოში დავხაზოთ 15 მეტრის სიგრძისა და 8 მეტრის სიგანის მონაკვეთი და დავნიშნოთ სტარტის და ფინიშის ხაზები. მასწავლებლის ან მსაჯის ნიშანზე გუნდების თითოეული წევრი ასკინკილა (ერთ ფეხზე) მირბის სტარტიდან ფინიშის ხაზამდე. ის, ვინც ბოლოს მივა ფინიშთან, თამაშიდან გადის. დარჩენილი ოთხი მოთამაშე სტარტის ხაზთან ბრუნდება. ამ დროს მეორე ხუთეული გარბის. ის ოთხეული, რომელიც სტარტთან ბრუნდება, ისევ ერთვება თამაშში. ბოლოს დარჩენილი ისევ ეთიშება თამაშს და ა. შ. ამგვარად, გუნდებში ვლინდება ფინალისტები. ამ თამაშის უპირატესობა ის არის, რომ ყველა მოთამაშე აქტიურად არის ჩართული და მთელი გაკვეთილის განმავლობაში ინტენსიურ ფიზიკურ დატვირთვას იღებს.

  გაკვეთილის ბოლოს (7-5 წთ. დამთავრებამდე) მოსწავლეები მოეწყობიან, შეასრულებენ სუნთქვით ვარჯიშებს, შეფასდება მოსწავლეთა აქტიურობა, წახალისდებიან, როგორც მოგებული, ისე დამარცხებული გუნდები, გაკეთდება თამაშის ანალიზი და შეფასდება მთლიანად გაკვეთილი.

33

ხაზიდან გადაყვანა

- მასწავლებელი მოაწყობს მოსწავლეებს. ჯერ მწყობრი ნაბიჯით შემოუვლის დარბაზს გარშემო, შემდეგ მოთელვითი ვარჯიშებით მოამზადებს მოსწავლეებს ძირითად ნაწილში თამაშისათვის;

- მასწავლებელი აუხსნის მოსწავლეებს თამაშის წესებს და შინაარსს და მოაწყობს მოედანს სათამაშოდ. მოედანზე გაავლებენ შუა ხაზს, მისგან 3 მეტრის მოშორებით მარჯვნივ და მარცხნივ კიდევ ორ ხაზს გაავლებენ. მოთამაშეები გაიყოფიან ორ გუნდად და ხაზის უკან ერთმანეთის პირისპირ მწკრივად განლაგდებიან. გუნდები რომ ერთნაირი შესაძლებლობების იყოს, ბიჭები ბიჭების პირისპირ განლაგდებიან, გოგონები კი გოგონების პირისპირ. მსაჯის ან მასწავლებლის ნიშანზე ორივე გუნდის მოთამაშეები შუა ხაზთან ერთმანეთს უახლოვდებიან, ერთმანეთს ხელს ჩაჰკიდებენ. მეორე ნიშანზე ყოველი მათგანი ცდილობს, თავის მხარეს გადაიყვანოს მოწინააღმდეგე. ის, ვინც ამას შეძლებს, გუნდს 1 ქულას მოუტანს. თითო თამაში 1 წუთს გრძელდება. იგებს მეტი ქულების მქონე გუნდი. შემდეგ გადმოყვანილებს გაათავისუფლებენ და თამაში განახლდება;
- გაკვეთილის ბოლოს (7-5 წთ. დამთავრებამდე) მოსწავლეები მოეწყობიან, შეასრულებენ სუნთქვით ვარჯიშებს, შეფასდება მოსწავლეთა აქტიურობა, გაკეთდება თამაშის ანალიზი და შეფასდება მთლიანად გაკვეთილი.

34

მზის გარშემო

მასწავლებელი მოამზადებს კლასს თამაშისათვის; აუხსნის თამაშის წესებს; დაყოფს კლასს 6–კაციან გუნდებად. მოამზადებს (დახაზავს) დარბაზს სათამაშოდ. დარბაზში შემოვხაზოთ წრე (ან ცენტრში დავდგათ პინგ-პონგის მაგიდა). წრის შიგნით (ან მაგიდაზე) დავალაგოთ ფერადი კუბები ან ბურთები, რომელთა რაოდენობა მოთამაშეების რაოდენობაზე ერთით ნაკლები იქნება. ერთი გუნდის მოთამაშეები წრეზე განლაგდებიან და მასწავლებლის ან მსაჯის ნიშანზე "წინ!" იწყებენ წრის (მაგიდის) გარშემო სირბილს. ნიშანზე "ზურგისაკენ!" ცვლიან მიმართულებას. 20-30 წამის შემდეგ მასწავლებლის ნიშანზე "აიღეთ!" ყოველი მოთამაშე ცდილობს, აიღოს სათამაშო. რადგან სათამაშო ნაკლებია მოთამაშეზე, ერთ-ერთი მათგანი, რომელსაც იგი არ შეხვდება, დატოვებს მოედანს. თამაში გაგრძელდება და ყოველთვის ერთი მოთამაშე ზედმეტი დარჩება, როდესაც წრეში ორი მოთამაშე დარჩება, წრიდან ბოლო სათამაშოს აიღებენ და დადებენ კანფეტს ან რაიმე პრიზს, რომელიც მოგებულს შეხვდება. ასე თამაშობს ყველა გუნდი. ფინალში კი გამარჯვებულის გუნდი ითამაშებს.

35

შეშის მჭრელი

– ს.მ. ფეხშლით დგომი, ზემკლავი, ნებები შეერთებული;
შესრულება: 1-2 წინზნექი, ქვემკლავი (ცულის დაქნევა);
3-4 ს.მ. დაბრუნება (ცულის აწევა თავს ზემოთ);
– ს.მ. ფეხშლით დგომი, მცირე ზომის ბურთით ხელში ზემკლავი;

შესრულება: 1-2 ავიწიოთ ფეხის ცერებზე; მარცხენა ფეხი უკან, ზემკლავი ბურთით, გავიზნიქოთ წელში;
3-4 ს.მ. დაბრუნება, შევცვალოთ ფეხი;
– ს.მ. ფესხშლით დგომი, ზემკლავი მცირე ზომის ბურთით;
შესრულება: 1-2 წინზნექი, ქვეწინმკლავი ბურთით, 3-4 ბურთი გადავიტანოთ ფეხებშუა, რვიანისებურად, ხელიდან ხელში;
ადგილზე სიარული.
ვარჯიში სრულდება საშუალო ტემპში,მეორდება 6-8 ჯერ, 1-2 თვლაზე ამოსუნთქვა, 3-4 თვლაზე შესუნთქვა.
გაკვეთილის ბოლოს სამწყობრო და სუნთქვითი ვარჯიშები, გაკვეთილის ანალიზი და შეფასება.

36

მოძრავი თამაში - ესტაფეტა

- მასწავლებელი მოაწყობს მოსწავლეებს. ჯერ მწყობრი ნაბიჯით შემოუვლის დარბაზს გარშემო, შემდეგ მოთელვითი ვარჯიშებით მოამზადებს მოსწავლეებს თამაშისათვის;
- მასწავლებელი აუხსნის მოსწავლეებს თამაშის წესებს და კლასთან ერთად მოაწყობს მოედანს სათამაშოდ. ყოველ 8 მეტრში დგამენ სატანვარჯიშო დვირს ან დებენ დიდი ზომის კუბს, მათგან მოშორებით, 5 მეტრში, სატანვარჯიშო სკამებს. ფერადი კუბებით კეთდება კუბიკები, რომელთა ბოლოებში იდგმება კალათები. კალათებამდე 3 მეტრით წინ კი ვალაგებთ კალათბურთის ბურთებს. კალათიდან 3-4 მეტრის მოშორებით დავდებთ ბოლო ფერად კუბს. ასეთი დისტანცია კეთდება ყოველი გუნდისათვის.
- მოთამაშეები გაიყოფიან ორ-სამ გუნდად და განლაგდებიან კოლონებად თითო-თითოდ, ერთმანეთისგან 2-3 ნაბიჯის დაშორებით. გუნდის პირველი მოთამაშე გარბის, გადაძვრება "ღობეზე", მირბის კუბიკების ბილიკზე, ადის სკამზე და გაშლილი ხელებით გაირბენს მას, მიირბენს ბურთთან, იღებს და ისვრის კალათში. თუ ჩააგდო, ერთ ქულას მიიღებს. უკან დასაბრუნებლად ბოლო კუბს შემოურბენს და მორბის გუნდთან. მერე მეორე გარბის და ა.შ. გამარჯვებულია გუნდი, რომელსაც მეტი ქულა ექნება.
- გაკვეთილის ბოლოს (7-5 წთ. დამთავრებამდე) მოსწავლეები მოეწყობიან, შეასრულებენ სუნთქვით ვარჯიშებს, შეფასდება მოსწავლეთა აქტიურობა, წახალისდებიან როგორც მოგებული, ისე დამარცხებული გუნდები, გაკეთდება თამაშის ანალიზი და შეფასდება გაკვეთილი.

37

სარკე

- მასწავლებელი მოაწყობს მოსწავლეებს. ჯერ მწყობრი ნაბიჯით შემოუვლის დარბაზს გარშემო, შემდეგ მოთელვითი ვარჯიშებით მოამზადებს მოსწავლეებს თამაშისათვის;
- მასწავლებელი აუხსნის მოსწავლეებს თამაშის წესებსა და შინაარსს და მოაწყობს მოედანს სათამაშოდ;
- დარბაზის ცენტრში დებენ ბურთს. ერთ-ერთი მოთამაშე დგება ბურთიდან 2-3 ნაბიჯის მოშორებით. მის უკან (2 ნაბიჯის მოშორებით) დგამენ სკამს ან კალათს. ბურთიდან იმავე მანძილზე, ოღონდ მოპირდაპირე მხარეს, დგება მეორე გუნდის მოთამაშე. მის ზურგს უკანაც დგამენ სკამს. მასწავლებლის ნიშანზე იწყება შეჯიბრი ყურადღებაზე. პირველი მოთამაშე ბურთის გარშემო დადის და სხვადასხვა მარტივ მოძრაობებს აკეთებს, მაგალითად: ზემკლავებს, ბუქნებს, წინზნექებს და ა.შ. მეორე მოთამაშე, როგორც სარკის ანარეკლი, იმეორებს ამ მოძრაობებს და თან ყურადღებით ადევნებს თვალს მოწინააღმდეგეს, რათა მან არ მოასწროს და ბურთი სკამზე არ დადოს. თუ მოთამაშე მოასწრებს და ბურთს დადებს სკამზე, ორთაბრძოლა მოგებულია და ერთ ქულას მიიღებს. თუ მეორე მოთამაშე მოასწრებს და მოწინააღმდეგეს ბურთით ხელში დაიჭერს, მიიღებს ქულას;
- გაკვეთილის ბოლოს (7-5 წთ. დამთავრებამდე) მოსწავლეები მოეწყობიან, შეასრულებენ სუნთქვით ვარჯიშებს, შეფასდება მოსწავლეთა აქტიურობა, გაკეთდება თამაშის ანალიზი და შეფასდება გაკვეთილი.

38

გავფანტოთ ღრუბლები

საწყისი მდგომარეობა: მოკრივის დგომი;
შესრულება: თითო თვლაზე მონაცვლეობით მარჯვენა და მარცხენა ხელით სრულდება "დარტყმები";
– ს.მ. ფეხშლა, ფეხები მხრების სიგანეზე, დოინჯი;
– წელის ტრიალი;
– გვერდზე ზნექები ხელების მონაცვლეობით, ზემკლავი;
– ხტომები ცალ ფეხზე მონაცვლეობით;
– დავწვეთ იატაკზე, პატარა ბურთი გვიჭირავს ფეხებით, 1-2 წამოვჯდეთ და ხელით შევეხოთ ბურთს, 3-4 ისევ დავუბრუნდეთ საწყის მდგომარეობას;
– სიარული დარბაზის გარშემო.
ვარჯიშები სრულდება ნელ ტემპში, თითოეული ხელით "დარტყმა" სრულდება 6-12 ჯერ. სუნთქვა არ შკავდება.
ამ გაკვეთილზე შესაძლებელია ჩატარდეს თამაში "გავფანტოთ ღრუბლები". დარბაზში სხვადასხვა სიმაღლეზე და ადგილას იკიდება ფერადი ბუშტები, ბურთები ან ალმები. დარბაზში იხაზება ბილიკები და ცდილო-

ბენ ერთი დარტყმით ჩამოაგდონ ბუშტი (ბურთები, ალმები) - "გაფანტონ ღრუბლები".

გაკვეთილის ბოლოს საჭიროა მოსწავლეების მოწყობა, სუნთქვითი და დამამშვიდებელი ვარჯიშები, გაკვეთილის ანალიზი და შეფასება. ამ ვარჯიშების შესრულებისას სასურველია მხიარული მუსიკალური ფონი.

39

კურდღლები და მელიები

- მასწავლებელი მოაწყობს მოსწავლეებს. ჯერ მწყობრი ნაბიჯით შემოუვლის დარბაზს გარშემო, შემდეგ მოთელვითი ვარჯიშებით მოამზადებს მოსწავლეებს ძირითად ნაწილში თამაშისათვის;
- მასწავლებელი აუხსნის მოსწავლეებს თამაშის წესებს და შინაარსს. მოთამაშეებისგან გამოიყოფა ორი მოთამაშე, რომლებიც მოედნის გარეთ არიან – "მელიები". დანარჩენები მოედანზე გაიფანტებიან "კურდღლებად". მასწავლებლის ნიშანზე "მელიები" ხელჩაკიდებულები შემორბიან მოედანზე და ცდილობენ დაიჭირონ "კურდღლები". დაეწევიან თუ არა "კურდღელს", მის გარშემო შეკრავენ ხელებით წრეს ისე, რომ დაჭერილი შიგნით მოექცეს და გაჰყავთ მოედნის გარეთ. შემდეგ მელიები ისევ ცდილობენ ახალი მოთამაშის დაჭერას. როდესაც დაჭერილი მოთამაშეები ორნი დარჩებიან, "მელიების" მეორე წყვილს შექმნიან. ისინი მოედანზე შემოდიან და "კურდღლებს" იჭერენ. მას შემდეგ, რაც კიდევ ორი იქნება დაჭერილი, "მელიების" მესამე წყვილი შეიქმნება და ა.შ. თამაში დამთავრდება მაშინ, როდესაც ყველა, ორი მოთამაშის გარდა, დაჭერილი იქნება. როგორც ყველაზე მოხერხებულებსა და სწრაფებს, ახლა მათ დანიშნავენ წამყვან "მელიებად" და თამაში განახლდება;
- გაკვეთილის ბოლოს (7-5 წთ. დამთავრებამდე) მოსწავლეები მოეწყობიან, შეასრულებენ სუნთქვით ვარჯიშებს, დაისვენებენ, შეფასდება მოსწავლეთა აქტიურობა და მთლიანად გაკვეთილი.

40

მწყემსი

- მასწავლებელი მოაწყობს მოსწავლეებს. ჯერ მწყობრი ნაბიჯით შემოუვლის დარბაზს გარშემო, შემდეგ მოთელვითი ვარჯიშებით მოამზადებს მოსწავლეებს თამაშისათვის;
- მასწავლებელი აუხსნის მოსწავლეებს თამაშის წესებს და შინაარსს;
- კლასი მოაწყობს მოედანს სათამაშოდ: ყოველ 5 მეტრში დავდოთ ფერადი კუბები, მათგან მოშორებით კი - კალათები, აქედან 10 მეტრის მოშორებით თოკით 1,3 მეტრის სიმაღლეზე ჩამოვკიდოთ 3 ფერადი ბუშტი, შემდეგ 3-4 მეტრის მოშორებით დავდოთ ბოლო ფერადი კუბი. ასეთი ბილიკები კეთდება ყოველი გუნდისათვის;
- მოთამაშეები გაიყოფიან ორ-სამ გუნდად და განლაგდებიან კოლონებად თითო-თითოდ, ერთმანეთისგან 2-3 ნაბიჯის დაშორებით. გუნდის პირვე-

ლი მოთამაშე მასწავლებლის ნიშანზე გარბის კუბების ბილიკზე ზიგზაგისებურად. მან ყველა კუბს უნდა შემოუაროს, მირბის კალათთან, შემოურბენს მას, ბუშტების ქვეშ ჩაცუცქულმა ან მოხრილმა უნდა გაიაროს. თუ ბუშტი შეირხევა, 1 საჯარიმო ქულაა. შემოურბენს ბოლო კუბს და მორბის გუნდთან, მეორე მოთამაშეს ჩაჰკიდებს ხელს და ერთად გარბიან და ა.შ. ყველა მოთამაშე ერთად გადის დისტანციას, გამარჯვებულია გუნდი, რომელსაც მეტი ქულა ექნება ან არ დაშლის ბილიკს;

- გაკვეთილის ბოლოს (7-5 წთ. დამთავრებამდე) მოსწავლეები მოეწყობიან, შეასრულებენ სუნთქვით ვარჯიშებს, შეფასდება მოსწავლეთა აქტიურობა, წახალისდებიან როგორც მოგებული, ისე დამარცხებული გუნდები, გაკეთდება თამაშის ანალიზი და შეფასდება მთლიანად გაკვეთილი.

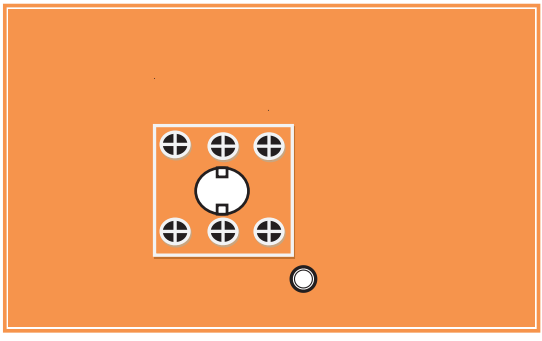
41

წრიული ამანათრბენი

თამაშის ამოცანა: სისწრაფე, კორდინაცია.

თამაშის მსვლელობა:

- მასწავლებელი მოაწყობს მოსწავლეებს. ჯერ მწყობრი ნაბიჯით შემოუვლის დარბაზს გარშემო, შემდეგ მოთელვითი ვარჯიშებით მოამზადებს მოსწავლეებს თამაშისათვის;
- მასწავლებელი აუხსნის მოსწავლეებს თამაშის წესებს და შინაარსს;
- კლასი მოამზადებს მოედანს სათამაშოდ;
- კლასი გაყოფილია ორად. თითოეული გუნდი დგას სკამისგან 2-3 ნაბიჯის დაშორებით. მასწავლებლლის ნიშანზე ორივე გუნდის თითო მოსწავლე ამანათით ხელში დაჯდება სკამზე. მეორე ნიშანზე ამანათით ხელში გარბის წრეზე მარჯვენა მხრიდან, შემოურბენს მოედანს, მეორე მოთამაშე გადასცემს ამანათს და ისევ თავის სკამზე ჯდება. ვინც პირველი დაჯდება, მის გუნდს ერთი ქულა ეწერება. თამაშში არ შეიძლება წრის გადაკვეთა. შეიძლება თამაშის გართულებაც, მაგ. შემოირბინონ ორი წრე, ჯერ მარჯვენა, შემდეგ მარცხენა მხრიდან ზედიზედ, სკამზე ხელის დარტყმით.



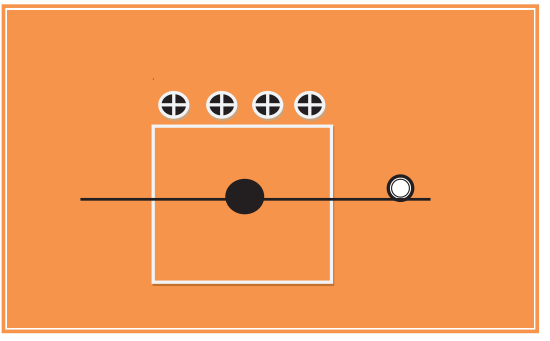
42

ჩვენ მხიარული ბავშვები ვართ

თამაშის ამოცანა: სისწრაფე, კორდინაცია.

თამაშის მსვლელობა:

- მასწავლებელი მოაწყობს მოსწავლეებს. ჯერ მწყობრი ნაბიჯით შემოუვლის დარბაზს გარშემო, შემდეგ მოთელვითი ვარჯიშებით მოამზადებს მოსწავლეებს თამაშისათვის;
- მასწავლებელი აუხსნის მოსწავლეებს თამაშის წესებს და შინაარსს;
- დარბაზში გავავლოთ ხაზი. კლასი განლაგებულია პირით ხაზზე, ანუ პირველ სახლში. მასწავლებლის ნიშანზე ერთხმად ამბობენ ლექსს: "მხიარული ბავშვები ვართ, გვიყვარს ხტუნვა – თამაში, სცადეთ ჩვენი დაჭერა", რის შემდეგაც გადარბიან მეორე სახლში. წამყვანი მოთამაშე, რომელიც მოედნის შუაში დგას, ცდილობს, ამ დროს, რაც შეიძლება მეტი მოთამაშე დაიჭიროს. თამაში მთავრდება, როცა ყველა მოთამაშეს დაიჭერენ. შემდეგ დაჭერილი მოთამაშეებისგან ისევ შეირჩევა წამყვანი მოთამაშე და თამაში განახლდება.



43

რვიანი

- მასწავლებელი მოაწყობს მოსწავლეებს. ჯერ მწყობრი ნაბიჯით შემოუვლის დარბაზს გარშემო, შემდეგ მოთელვითი ვარჯიშებით მოამზადებს მოსწავლეებს ძირითად ნაწილში თამაშისათვის;
- მასწავლებელი აუხსნის მოსწავლეებს თამაშის წესებს და შინაარსს და მოაწყობს მოედანს სათამაშოდ;
- მოედანზე დახაზავენ რამდენიმე დიდ რვიანს (3-4 მეტრის დიამეტრის წრეებს). ამ რვიანებზე 1,5 – 2 მეტრის დაშორებით დაალაგებენ ფერად ალმებს ან ბურთებს. თამაშის მიზანია, მოთამაშეებმა გაირბინონ მოცემული დისტანცია წყლიანი ჭიქით ხელში ისე, რომ არც წყალი დაღვარონ და არც ალამი წააქციონ. თითო გუნდიდან თითო მოთამაშე გარბის ჭიქით ხელში, გაივლის დისტანციას, დაბრუნდება გუნდთან და გადასცემს ჭიქას მეორე მოთამაშეს და ა.შ. რომელი გუნდიც პირველი დაამ-

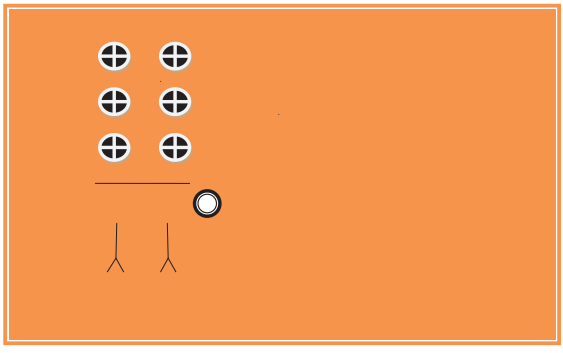
თავრებს დისტანციას ნაკლები საჯარიმო ქულებით, გამარჯვებულიც ის არის;

- გაკვეთილის ბოლოს (7-5 წთ. დამთავრებამდე) მოსწავლეები მოეწყობიან, შეასრულებენ სუნთქვით ვარჯიშებს, შეფასდება მოსწავლეთა აქტიურობა, გაკეთდება თამაშის ანალიზი წახალისდება წაგებული გუნდი გაკვეთილი შეჯამდება.

44

ბურთის გადაცემა თავს ზემოთ

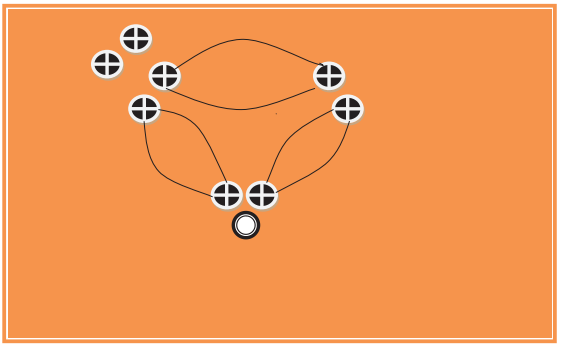
კლასი გაყოფილია ორად და მოწყობილია კოლონებად. პირველ მოთამაშეებს ხელში უჭირავთ ბურთები. მასწავლებლის ნიშანზე იწყებენ ბურთის გადაცემას თავს ზემოთ ბოლო მოთამაშისაკენ. როდესაც ბოლო მოთამაშე მიიღებს ბურთს, გარბის, შემოურბენს დგარებს, მიირბენს კოლონასთან, დადგება კოლონის თავში და ისევ გადასცემს ბურთს თავს ზევით მოთამაშეს და ა.შ. გამარჯვებულია ის გუნდი, რომელიც პირველი დაამთავრებს თამაშს. თამაშის წესებით, ბურთის თავს ზემოთ გადაწოდება ხდება ორი ხელით, მოთამაშის გამოტოვება არ შეიძლება, ბურთის გადაგდება არ შეიძლება.



45

უბინაო კურდღელი

კლასი იყოფა სამეულებად. ორი მოთამაშე წამყვანია: ერთი “მგელია”, მეორე – “კურდღელი”. მასწავლებლის ნიშანზე კურდღელი გარბის, მგელი მისდევს. თავდაცვის მიზნით კურდღელი შერბის “სახლში”, სახლიდან გამორბის სხვა “კურდღელი” და გარბის სხვა ბინაში. მგელი ახლა მას მისდევს. დაჭერის შემთხვევაში როლები იცვლება. თამაშის წესების მიხედვით, ერთსა და იმავე ბინაში შესვლა არ შეიძლება, კურდღლის შეცვლის შემთხვევაში კი სამეული იცვლება. მოედნიდან გასული კურდღელი დაჭერილად ითვლება.



46

ტანვარჯიშის ვარჯიშები სახტუნაოთი

- მასწავლებელი დაყოფს კლასს ჯგუფებად და ასწავლის სახტუნაოთი ვარჯიშების მარტივ კომპლექსს:
  1. ოთხად დაკეცილი სახტუნაოთი ზემკლავი და გაზმორება;
  2. მოკეცილი სახტუნაოთი დავიხაროთ მარჯვნივ და მარცხნივ, ხელები მაღლა;
  3. მონაცვლეობით ავიწიოთ ფეხის წვერებზე და დავეშვათ ქუსლებზე, სახტუნაო გავატაროთ ტერფის ქვემოთ უკან და წინ;
  4. ორივე ფეხით სახტუნაოთი ხტუნაობა (ყველა ვარჯიში სრულდება ოთხ თვლაზე);
  5. ადგილზე სიარული.

  გაკვეთილის მსვლელობისას მასწავლებელი აკვრდება, როგორ ასრულებენ ვარჯიშებს მოსწავლეები და ეხმარება ჩამორჩენილებს.
- ახალი მასალის უკეთ ასათვისებლად მასწავლებელი ატარებს თამაშს ახალი ილეთების გამოყენებით. მაგალითად:

  "ტირიფი ქარში" – ხელები თავს ზემოთ ოთხად მოკეცილი სახტუნაოთი. მასწავლებლის ნიშანზე "ქარი ქრის" - მოსწავლეები იხრებიან მარჯვნივ და მარცხნივ ან ასრულებენ წრიულ მოძრაობებს, "ქარი ჩადგა" - მოსწავლეები გაიზმორებიან, აიწევიან ფეხის წვერებზე, შემდეგ დაუშვებენ ხელებს და მიიტანენ ტერფებთან.

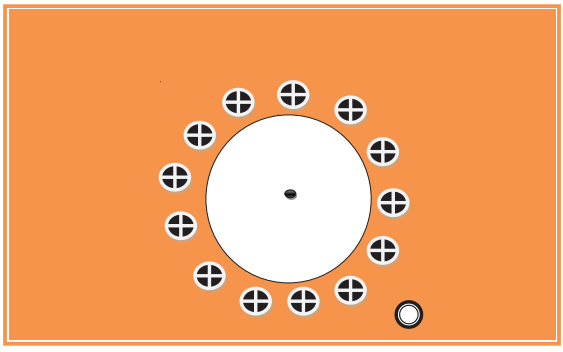
  დასასრულს, მასწავლებელი მოაწყობს მოსწავლეებს, მწყობრი სიარულით შემოუვლის დარბაზს, დაასვენებს მათ, შეაჯამებს გაკვეთილს, შეაფასებს მოსწავლეების აქტიურობას და წაახალისებს.

47

ცხვირი, ჭერი, იატაკი

კლასი განლაგებულია წრეზე. ერთი მოთამაშე - წამყვანი დგას წრის შუაში. მოთამაშეები დახრილები არიან და ხელებით მუხლებს ეხებიან. ნიშანზე წამყვანი ხელით ანიშნებს მოთამაშეებს და იძახის: "ცხვირი", "ჭერი", "იატაკი"

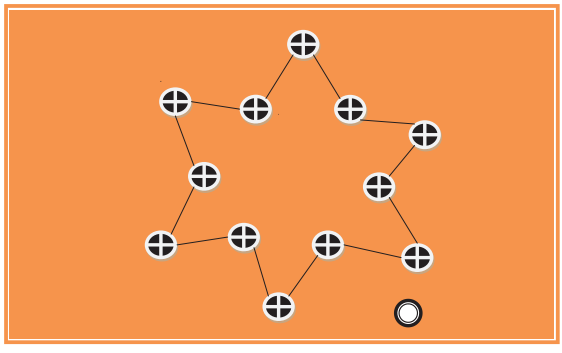
და ა.შ. მოთამაშეები ყურადღებით არიან და იმეორებენ ძახილით. თამაშიდან გადის ის მოთამაშე, რომელსაც შეეშლება ან რომელიც შეყოვნდება. გამარჯვებულია ის მოთამაშე, რომელიც ბოლოს დარჩება.



48

ხაფანგი

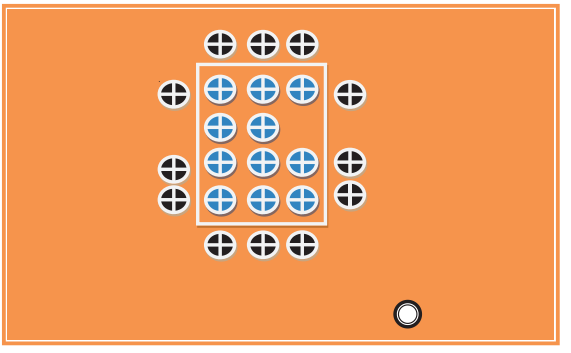
კლასი გაყოფილია ორად: "თაგვებად" და "ხაფანგად". "ხაფანგი" დგას მოედნის ცენტრში, წრეზე, ჩაკიდებული ხელებით მაღლა. "თაგვები " დგანან ხაფანგის გარშემო. თამაშში "თაგვები" იწყებენ მოძრაობას: შერბიან წრეში და გამორბიან იქიდან. მასწავლებლის სასტვენზე მოულოდნელად "ხაფანგი" ჩამოუშვებს ხელებს და ჩაჯდება. წრეში დარჩენილი "თაგვები" დაჭერილებად ითვლებიან და უერთდებიან "ხაფანგის" რიგებს. თამაში მთავრდება, როდესაც ყველა თაგვი დაჭერილია. შემდეგ როლები გაიცვლება და თამაში განახლდება. "თაგვები" განუწყვეტლივ უნდა მოძრაობდნენ. უხეში თამაში არ დაიშვება. არ შეიძლება სასტვენამდე ხელების ჩამოშვება.



49

მონადირეები და იხვები

კლასი იყოფა ორ გუნდად. ერთი გუნდი “მონადირეები”, მეორე - “იხვები”. მასწავლებლის ნიშანზე “იხვები” დარბიან მოედანზე. მონადირე ცდილობს ბურთით დაჭრას “იხვი”. ჩაჭრა ხდება ბურთის პირდაპირი მოხვედრით. თამაში დამთავრდება, როდესაც ყველა „იხვი” ჩაიჭრება, შემდეგ როლები გაიცვლება და თამაში განახლდება. როდესაც კლასში ბევრი ბავშვია, შეიძლება ორი ბურთით თამაში.



50

ვარჯიშები დიდი ბურთით

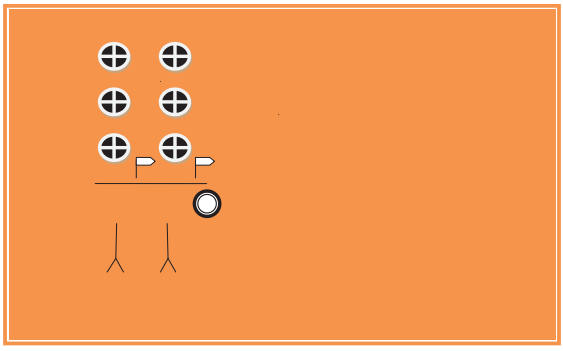
მასწავლებელი უხსნის და აჩვენებს მოსწავლეებს ვარჯიშებს ბურთით.
– საწყისი მდგომარეობა: ბურთი გვიჭირავს ორი ხელით, 1-2 თვლაზე გამართული ხელებით ბურთს ავწევთ მაღლა და გავიჭიმებით, 3-4 გამართული ხელებით ბურთს დავუშვებთ დაბლა;
– წელის გარშემო შემოვლებით, გადავიტანოთ ხელიდან ხელში;
– გვერდზე ზნექები ბურთის ერთი ხელიდან მეორეში გადატანით;
– ავაგდოთ და დავიჭიროთ ბურთი ორი ხელით;
– დავწვეთ იატაკზე, ბურთი გვიჭირავს ფეხებით, 1-2 – წამოვსხდეთ და ხელით შევეხოთ ბურთს, 3-4 - ისევ დავუბრუნდეთ საწყის მდგომარეობას;
– ბუქნები ბურთის დაჭერით.

51

ხაზობრივი ამანათრბენი

- მასწავლებელი მოაწყობს მოსწავლეებს. ჯერ მწყობრი ნაბიჯით შემოუვლის დარბაზს გარშემო, შემდეგ მოთელვითი ვარჯიშებით მოამზადებს მოსწავლეებს თამაშისათვის;
- მასწავლებელი აუხსნის მოსწავლეებს თამაშის წესებს და შინაარსს;
- კლასი მოამზადებს მოედანს სათამაშოდ;
- კლასი გაყოფილია ორ კოლონად. კოლონების წინ გახაზულია სტარ-

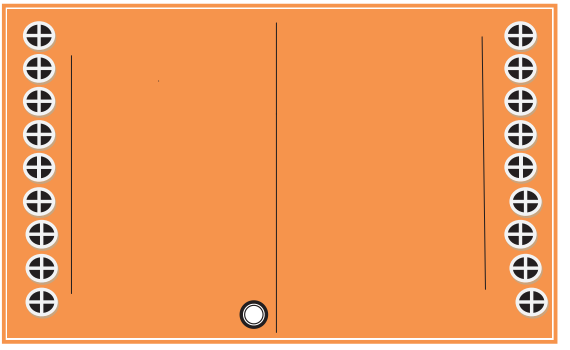
ტის ხაზი. სტარტიდან 10-15 მეტრზე დგას ორი დგარი. მასწავლებლის ნიშანზე ორივე გუნდის თითო მოსწავლე ამანათით ხელში გარბის, შემოურბენს დგარს და კოლონას და მეორე ნომერ თანაგუნდელს გადასცემს ამანათს. ახლა მეორე მოთამაშე გარბის და ა.შ. ვინც პირველი დაამთავრებს, გამარჯვებულიც ის არის. თამაშში ამანათის გადაცემა შეიძლება, კოლონის შემორბენისას, მარცხნიდან მარჯვენა მხარეს, მარჯვენა ხელში. ამანათის გადაგდება არ შეიძლება. არ შეიძლება მოთამაშის გამოტოვებაც.



52

ვისი სული გსურს

- მასწავლებელი მოაწყობს მოსწავლეებს. ჯერ მწყობრი ნაბიჯით შემოუვლის დარბაზს გარშემო, შემდეგ მოთელვითი ვარჯიშებით მოამზადებს მოსწავლეებს ძირითად ნაწილში თამაშისათვის;
- მასწავლებელი აუხსნის მოსწავლეებს თამაშის წესებს და შინაარსს და მოაწყობს მოედანს სათამაშოდ;
- მოედანზე გაავლებენ შუა ხაზს, მისგან 8 მეტრის მოშორებით მარჯვნივ და მარცხნივ კიდევ ორ ხაზს გაავლებენ, მოთამაშეები გაიყოფიან ორ გუნდად. გუნდები განლაგდებიან ხაზის უკან მწკრივში ერთმანეთის პირისპირ, გუნდები რომ ერთნაირი შესაძლებლობების იყოს, ბიჭები ბიჭების პირისპირ განლაგდებიან, გოგონები კი გოგონების პირისპირ. მსაჯის ან მასწავლებლის ნიშანზე ორივე გუნდის მოთამაშეები თავის ხაზთან განლაგდებიან, ერთმანეთს ხელს ჩაჰკიდებენ, მეორე ნიშანზე ერთი გუნდი დაიძახებს: “ვისი სული გსურს?” მეორე გუნდი დაიძახებს ერთ-ერთი მოთამაშის სახელს, მაგ. “გიორგის”. ეს მოთამაშე გარბის მოწინააღმდეგე გუნდისაკენ და ცდილობს, ხელებით შეკრული ჯაჭვი გაარღვიოს. თუ გაარღვევს, ერთ მოთამაშეს წამოიყვანს. თუ ვერ გაწყვეტს “ჯაჭვს”, “ტყვედ” დარჩება და ა.შ.
- გაკვეთილის ბოლოს (7-5 წთ. დამთავრებამდე) მოსწავლეები მოეწყობიან, შეასრულებენ სუნთქვით ვარჯიშებს, შეფასდება მოსწავლეთა აქტიურობა და გაკეთდება თამაშის ანალიზი.



53

გავიღვიძოთ მხნედ

- მასწავლებელი აჩვენებს ვარჯიშებს 4 თვლაზე;
  1. დგომი - ფეხები მხრების სიგანეზე, ხელები ჩამოშვებული. 1-2- ფეხის წვერებზე აწევა, ზემკლავი, შესუნთქვა, 3-4 - ხელების დაშვება, საწყის მდგომარეობაში დაბრუნება, ამოსუნთქვა.
  2. 1-2 - ფეხის წვერებზე აწევა, ზემკლავი, 3-4 – წინმკლავი, ორივე ფეხით ბუქნი.

მოსწავლეები აკვირდებიან მასწავლებლის მიერ ნაჩვენებ ვარჯიშებს და წყვილებში ასრულებენ.

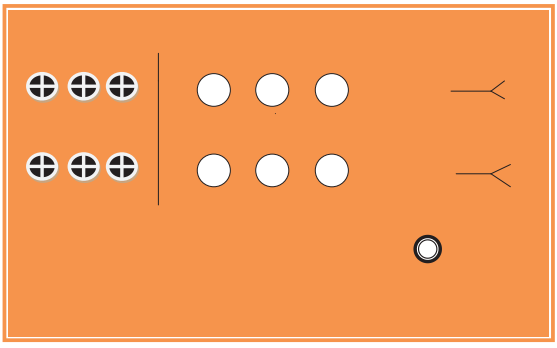
- ამ მარტივი კომპლექსის უკეთ ათვისებისათვის მასწავლებელი მოვარჯიშეებს ათამაშებს თამაშს “სპილო დიდია და სპილო პატარაა”.
- მასწავლებლის ძახილზე “სპილო დიდია”, მოსწავლეები იწევიან ფეხის წვერებზე და ხელებს მაქსიმალურად მაღლა სწევენ. ძახილზე “სპილო პატარაა”, ჩაცუცქდებიან, თავი მუხლებთან მიაქვთ და აკეთებენ წინმკლავს.

54

კარტოფილის დათესვა

თამაშის ამოცანა: სისწრაფის, მოხერხებულობის და ყურადღების განვითარება.

თამაშის მსვლელობა: კლასი გაყოფილია ორ გუნდად და მოწყობილია კოლონებად. მოედანზე დახაზულია რამოდენიმე (5-10) მცირე ზომის წრე. გუნდების პირველ მოთამაშეებს ხელში „კარტოფილიანი“ ტომრები უჭირავთ. მასწავლებლის სასტვენზე გარბიან და დახაზულ წრეებში აწყობენ „კარტოფილებს“ (ბურთები, კუბები), დგარებს რომ შემოუვლიან, უკან ბრუნდებიან. ახლა მეორე მოთამაშე გარბის და ტომარაში უკან ალაგებს კარტოფილებს, შემოურბენს დგარს და კარტოფილიან ტომარას გადასცემს მესამე მოთამაშეს.

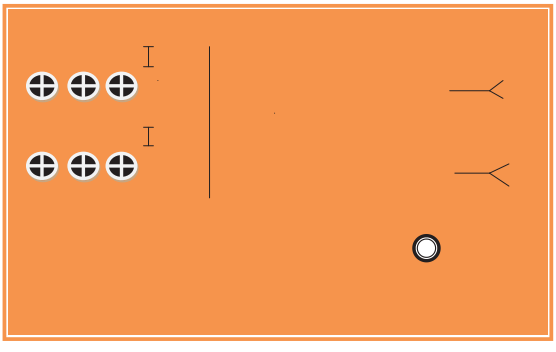


55

გასწიე თოკი

თამაშის ამოცანა: სისწრაფის, მოხერხებულობის და მოქნილობის გამომუშავება.

თამაშის მსვლელობა: კლასი გაყოფილია ორ გუნდად. გუნდების თითოთითო მოთამაშე სკამზე ზის. სკამების ქვეშ დევს თოკი, რომლის ბოლოებიც სკამების ქვეშ არის. მასწავლებლის ნიშანზე მოსწავლე დგება სკამიდან და გარბის წრეზე მარცხენა მხრიდან, ერთი წრის შემოვლის შემდეგ სწრაფად ჯდება სკამზე და ცდლობს, თოკის ბოლო თავისკენ გასწიოს, დგება სკამიდან, მიდის მოთამაშესთან, ხელს ადებს და ამის შემდეგ ეს მოთამაშე ჯდება სკამზე და გრძელდება თამაში.

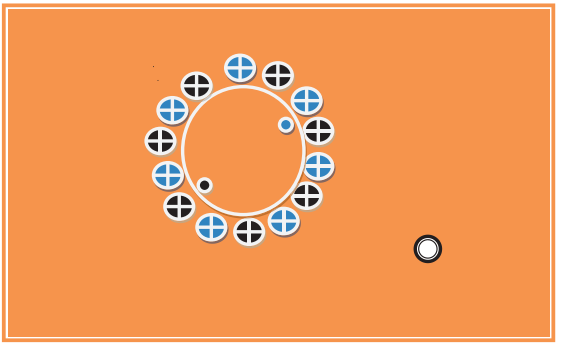


56

ბურთებით შეჯიბრი

კლასი გაყოფილია ორ გუნდად. ხელჩაკიდებული მოთამაშეები წრიულად დგანან. ერთი გუნდი პირველი ნომრებია, მეორე - მეორე ნომრები, თითეული გუნდი ირჩევს კაპიტანს, კაპიტნები დგანან წრის დიამეტრზე, მასწავლებლის ნიშანზე კაპიტანი იძახის თანაგუნდელის სახელს და

უგდებს ბურთს, მოთამაშემ უნდა დაიჭიროს ბურთი და დაუბრუნოს კაპიტანს. გამარჯვებულია ის გუნდი, ვინც სწრაფად დაუბრუნებს ბურთს კაპიტანს.



შემთხვევების განხილვა

1

შემთხვევა აღწერს სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მე-8 კლასელი მოსწავლის სპორტულ აქტივობაში ჩართვის პროცესს. შემთხვევაში განხილულია ის რესურსები და ბარიერები, რომელსაც სკოლა წააწყდა მოსწავლის სპორტის გაკვეთილში ჩართვის პროცესში, ბარიერების გადაჭრის გზები, ამ პროცესში მშობლის, სპორტის პედაგოგების მიერ შეტანილი წვლილი. შემთხვევაში განხილულია მოსწავლის მოტორული აკადემიური და შემეცნებითი უნარების შეფასების შედეგები, სპორტის პედაგოგების მიერ მოსწავლისათვის შედგენილი ინდივიდუალური სასწავლო გეგმა სპორტის საგანში, რომელში შემავალი თითოეული სასწავლო მიზანი ეროვნულ სასწავლო გეგმაზე დაყრდნობით არის გაწერილი. განხილულია ის შედეგები, რომელსაც მოსწავლემ მიაღწია მას შემდეგ, რაც მან სპორტის გაკვეთილში ჩართულობა ინდივიდუალური სასწავლო გეგმით განაგრძო.

მოსწავლის სამედიცინო დიაგნოზი

სანდროს აქვს ბავშვთა ცერებრალური დამბლა, სპასტიური დიპლეგია.

საკითხის დასმა

სანდრო სწავლობს ქ. თბილისის ერთ-ერთი საჯარო სკოლის მე-8 კლასში. ორი წლის წინ გადატანილი ოპერაციის შედეგად სანდროს შეუძლია დამოუკიდებლად გადაადგილება. მიუხედავად იმისა, რომ სკოლას აქვს სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე ბავშვებთან მუშაობის გამოცდილება, ჰყავს სპეციალური განათლების პედაგოგი და ფსიქოლოგი, სანდროს დედა უარს აცხადებდა მოსწალე სპორტის გაკვეთილებს დასწრებოდა. დედას ეშინოდა შვილის სპორტის გაკვეთილზე მარტო დატოვება, რადგან ფიქრობდა, რომ სანდროს შეიძლებოდა სპორტის გაკვეთილზე, მოძრაობის პრობლემების გამო, დამატებითი სირთულეები შექმნოდა. ის თვლიდა, რომ რადგან სანდროს არ შეეძლო იმ სპორტულ აქტივობებში ჩართვა, რომელშიც მისი თანაკლასელები არიან ჩართულნი, სანდროს სპორტის გაკვეთილზე სი-

არულს აზრი არ ჰქონდა. დედის აზრით, სანდრო სპორტის გაკვეთილებზე თავს გარიყულად იგრძნობდა, ეს კი მისთვის დამატებითი სტრესის წყაროს წარმოადგენდა.

შეფასება, განხორციელებული აქტივობები

სიტუაციის უკეთ შესწავლის მიზნით, დაიგეგმა და განხორცილედა შემდეგი აქტივობები:

- ✓ ***შეხვედრები სანდროს დედასთან.*** თავდაპირველად დედა უარყოფით დამოკიდებულებას და შიშს გამოხატავდა ბავშვის სპორტის გაკვეთილებზე დასწრებასთან დაკავშირებით. დედასთან შეხვედრები გამართეს სპორტის პედაგოგებმაც, რომლებმაც სანდროს დედას განუმარტეს, თუ რაოდენ მნიშვნელობანი იყო მოსწავლისათვის ფიზიკური აქტივობა და ამ აქტივობებში თანაკლასელებთან ერთად მონაწილეობის მიღება. მშობელს განუმარტეს, რომ სანდრო ისწავლიდა ინდივიდუალური სასწავლო გეგმის მიხედვით.

  რამდენიმე შეხვედრის შემედეგ გადაწყდა, რომ დედა ერთი თვის განმავლობაში ატარებდა სანდროს სპორტის გაკვეთილებზე და მიღწეული შედეგის მიხედვით დაგეგმავდა შემდგომ მოქმედებას. გაკვეთილებზე სანდრო თანატოლების და პედაგოგების დახმარებით შეძლებდა სასურველი აქტივობების განხორციელებას.

- ✓ ***სპორტის გაკვეთილებზე დასწრება***. სპორტის გაკვეთილებზე დასწრებისას მოხდა იმ ბარიერების და რესურსების განსაზღვრა, რომელსაც შესაძლოა ადგილი ჰქონოდა მოსწავლის სპორტულ აქტივობებში ჩართვისას (მოსწავლეების რაოდენობა სპორტის გაკვეთილზე, სპორტული ინვენტარის ნაკლებობა). შეხვედრებზე გაირკვა, რომ სპორტის პედაგოგები მოტივირებულნი იყვნენ სანდრო სპორტის გაკვეთილებში ჩაერთოთ და მზად იყვნენ ინსტრუქციების შესასრულებლად.

- ✓ ***მოსწავლის მოტორული, აკადემიური და კოგნიტური უნარების შეფასება***. სპორტის საგანში ინდივიდუალური სასწავლო გეგმის ადეკვატურად შედგენის მიზნით, დადგა მოსწავლის მოტორული, კოგნიტური და აკადემიური უნარების შეფასების საჭიროება. ამ უნარების შეფასება საჭირო იყო იმის განსასაზღვრად, იცის თუ არა მოსწავლემ, მაგალითად, თვლა, ფერების ცნობა; რამდენ საფეხურიანი ინსტრუქციის დამახსოვრება და შესრულება შეუძლია, რა ტიპის მოტორული აქტივობების განხორციელება უჭირს და უადვილდება და ა.შ. მოტორული უნარების შეფასება საპილოტე პროექტის სპორტის ექსპერტმა და სკოლის სპორტის პედაგოგმა განახორციელეს. შემეცნებითი უნარების შეფასება მოხდა საპილოტე პროექტის ინკლუზიური განათლების ექსპერტის და სკოლის ფსიქოლოგის მიერ. მოსწავლის აკადემიური უნარები კი სხვადასხვა საგნის პედაგოგებმა შეაფასეს. შეფასების შედეგად დაიწერა დასკვნა, განისაზღვრა მოსწავლის ძლიერი და სუსტი მხარეები.

- ✓ ***შეხვედრები სანდროს სპორტის პედაგოგებთან***. შეხვედრებზე განხილულ იქნა მოსწავლის მოტორული, აკადემიური და კოგნიტური შეფასების შედეგები. პედაგოგებს დაურიგდათ სანდროს უნარების შეფასების შედეგები და ინდივიდუალური სასწავლო გეგმის ფორმები, განემარტათ ინდივიდუალური სასწავლო გეგმის შევსების ინსტრუქციები.
- ✓ ***სპორტის საგანში ინდივიდუალური სასწავლო გეგმის შედგენა***. მოსწავლის მოტორული, აკადემიური და კოგნიტური უნარების შეფასების საფუძველზე და ძლიერი და სუსტი მხარების გათვალისწინებით, მოხდა ინდივიდუალური სასწავლო გეგმის შედგენა სპორტის საგანში. გაიწერა გრძელვადიანი (წლიური) და მოკლევადიანი მიზნები სპორტის საგანში თითოეული მიმართულებისათვის (1. ჯანმრთელობა და უსაფრთხოება; 2. მოძრაობა და მოტორული უნარ-ჩვევები; 3. აქტიური მონაწილეობა). ინდივიდუალურ სასწავლო გეგმაში გრძელვადიანი მიზნები თითოეული მიმართულებისათვის აღებულია ეროვნული სასწავლო გეგმიდან, თუმცა, სასწავლო მიზნები მორგებულია მოსწავლის შესაძლებლობებს.

მშობელი აქტიურად მონაწილეობდა ინდივიდუალური სასწავლო გეგმის შედგენის და მიზნების დასახვის პროცესში, გამოთქვამდა საკუთარ პრიორიტეტებს და სურვილებს მოსწავლის სასპორტო აქტივობებში ჩართულობასთან დაკავშირებით.

შეფასების შედეგები

სფერო		ძლიერი მხარეები	სუსტი მხარეები
აკადემიური უნარები:	**წერა**	შეუძლია წერილობით საკუთარი აზრის გადმოცემა.	წერს ნელა
	კითხვა	კითხულობს და იგებს წაკითხული რთული ტექსტის შინაარსს.	
	თხრობა	შეუძლია რთული მოთხრობის შინაარსის გადმოცემა დეტალებით.	
	ანგარიში	შეუძლია ანგარიში, არითმეტიკული ოპერაციების წარმოება ასაკის შესაბამისად.	

შემეცნებითი უნარები (ყურადღება, მეხსიერება, აღქმა)	**სივრცითი მიმართებების აღქმა**: შეუძლია მარჯვენა-მარცხენა, ზემოთ-ქვემოთ, წინ-უკან მიმართულებების განსაზღვრა. საგნებთან მიმართებაში სწორად იყენებს და ხვდება -ზე, -ში, -თან თანდებულებს. **აზროვნება:** შეუძლია კატეგორიზაცია, კლასიფიკაცია - მსგავსი საგნების დაჯგუფება ერთი ან რამდენიმე კატეგორიის მიხევით, აჯგუფებს საგნებს რელევანტური ნიშნით. ფერის, ფორმის, ზომის, ფაქტურის (მასალის) ფუნქციური დანიშნულების მიხედვით. პოულობს საგანთა შორის მსგავსება – განსხვავებას. შეუძლია საგანთა ჯგუფიდან გამოყოს ერთი ზედმეტი საგანი. მოახდინოს მათი საერთო ნიშნით გაერთიანება და ზედმეტი ნივთის დასახელება. შეუძლია მიმართებების დამყარება საგნებსა და ცნებებს შორის. შეუძლია განსაზღვროს, რა საერთოა ორ სხვადასხვა საგანს შორის (ბურთი-ბორბალი, სანთელი-ნათურა). შეუძლია სიუჟეტური სურათის შინაარსის თანმიმდევრულად აღქმა და ხვდება მის შინაარსს. შეუძლია ვერბალურად მიწოდებული 5 ციფრის თანმიმდევრული გამეორება, 8 სიტყვისაგან შემდგარი წინადადების გამეორება. ვერბალური ხანმოკლე მეხსიერება ნორმაშია. **ხანგრძლივი ვერბალური მეხსიერება**: აღადგენს რთული ტექსტის შინაარსს დეტალებით.	
ემოციური სფერო	სანდრო გამოხატავდა კეთილგანწყობას და მოტივირებული იყო დავალების შესასრულებლად.	
კომუნიკაციის უნარი **ენა/ მეტყველება**	**კომუნიკაცია:** ამყარებს როგორც ვერბალურ, ისე ემოციურ კომუნიკაციას. სიტყვიერად გამოხატავს საკუთარ სურვილებსა და დამოკიდებულებას. **ზეპირი მეტყველება**: შეუძლია კითხვებზე სრული, გამართული პასუხის გაცემა. საუბრობს გამართული წინადადებებით. შეუძლია რთული მოთხრობის შინაარსის გადმოცემა დეტალებით. **მიმართული მეტყველების გაგება**: იგებს და ასრულებს რთულ, სამსაფეხურიან ინსტრუქციას.	

მსხვილი მოტორული უნარები	სანდრო გადაადგილდება დამხმარე საშუალებით, შეუძლია სიარული რაიმეზე დაყრდნობით.	ზედა კიდურების ფუნქცია უმნიშვნელოდ შეზღუდულია.
ნატიფი მოტორული უნარები	შეუძლია საგნის ხელიდან ხელში გადატანა.	
ფუნქციური უნარ-ჩვევები	შეუძლია დამოუკიდებლად საჭირო ოთახის გამოყენება.	უჭირს დახმარების გარეშე ჩაცმა-გახდა.
საგანმანათლებლო გარემო	**რესურსი**	**ბარიერი**
	სკოლას აქვს ორი სპორტული დარბაზი, ერთი განთავსებულია მესამე სართულზე, მეორე - ნულ სართულზე. სკოლაში დამონტაჟებულია ლიფტი, რომელიც ადის მესამე სართულზე. სკოლას აქვს სპორტული მოედანი, რომელიც რემონტდება. მოედანს აქვს მისადგომი ეტლით მოსარგებლე მოსწავლეებისათვის.	სპორტის პედაგოგების აღნიშვნით, ფიზიკური შეზღუდვის მქონე მოსწავლეები არ არიან ჩართულნი სპორტის გაკვეთილებში. სკოლაში დამონტაჟებული ლიფტი არ ჩადის ნულ სართულზე განთავსებულ სპორტულ დარბაზში. აქედან გამომდინარე, ფიზიკური შეზღუდვის მქონე მოსწავლეები ნულ სართულზე განთავსებულ სპორტულ დარბაზს ვერ იყენებენ. სკოლას არ აქვს სპორტული ინვენტარი. პედაგოგების აღნიშვნით, სკოლას აქვს კალათბურთის მხოლოდ ოთხი ბურთი. სპორტის გაკვეთილებს ძირითადად არ აქვს სტრუქტურა, რადგან გაკვეთილი ერთდროულად უტარდება სხვადასხვა ასაკობრივ ჯგუფს (IV, V და VIII კლასები), რის გამოც პედაგოგების აღნიშვნით, რთულია მოსწავლეების სპორტულ აქტივობაში ჩართვა.

ინდივიდუალური სასწავლო გეგმა

გრძელვადიანი მიზანი/ები:

მიმართულება: ჯანმრთელობა და უსაფრთხოება
1.მოსწავლეს შეუძლია გააცნობიეროს უსაფრთხოების დაცვის აუცილებლობა და დაეუფლოს რთული სიტუაციიდან გამოსვლის საშუალებებს.
მიმართულება: მოძრაობა და მოტორული უნარ-ჩვევები
2.მოსწავლეს შეუძლია წარმოაჩინოს სპორტული აქტივობების აუცილებელი მოძრაობითი უნარ-ჩვევები.
მიმართულება: აქტიური მონაწილეობა
3.მოსწავლეს შეუძლია მონაწილეობა მიიღოს სპორტულ აქტივობებში, რომლებიც აუმჯობესებს მის ჯანმრთელობას.

მოკლევადიანი მიზანი/ები:

		თარიღი
1	1. მოსწავლე ადეკვატურად რეაგირებს სკოლაში, ქუჩაში და სხვა ადგილებში უეცრად წარმოქმნილ საფრთხესა და კრიტიკულ სიტუაციებზე და მიმართავს შესაბამის სამსახურებს; 2. უარს ამბობს მისთვის არასასურველ შემოთავაზებებზე, ასაბუთებს და იცავს საკუთარ პოზიციას.	30 ნოემბერი 25 დეკემბერი
2	1. შეჯიბრისა და ვარჯიშის წინ ასრულებს მოსამზადებელ ვარჯიშებს; 2. მოსწავლე დაუფლებულია სპორტის სახეობის (კალათბურთი) ელემენტებს.	30 ნოემბერი 25 დეკემბერი
3	1. რეგულარულად ასრულებს ფიზიკურ ვარჯიშებს ინდივიდუალური მიზნებიდან გამომდინარე (ზედა და ქვედა კიდურების განვითარება); 2. მონაწილეობს პროგრამით გათვალისწინებულ სპორტის სახეობებში.	30 ნოემბერი 25 დეკემბერი

ინდივიდუალური სასწავლო გეგმა

გრძელვადიანი მიზანი:

მიმართულება: ჯანმრთელობა და უსაფრთხოება
1. მოსწავლეს შეუძლია გააცნობიეროს უსაფრთხოების დაცვის აუცილებლობა და დაეუფლოს რთული სიტუაციიდან გამოსვლის საშუალებებს.

მოკლევადიანი მიზანი/ები:

1	მოსწავლე ადეკვატურად რეაგირებს სკოლაში, ქუჩაში და სხვა ადგილებში უეცრად წარმოქმნილ საფრთხესა და კრიტიკულ სიტუაციებზე და მიმართავს შესაბამის სამსახურებს.

	მიზნის შესაბამისი აქტივობები	მასალა	საგ სრულდება აქტივობა (კლასი, რესურს-ოთახი)	მასალის მომზადებაზე პასუხისმგებელი პირი (მშობელი, პედაგოგი, სკოლის ფსიქოლოგი და სხვ.)	აქტივობის განხორციელებაზე პასუხისმგებელი პირი
1	კითხვა-პასუხი უსაფრთხოების წესებსა და მათი დაცვის მნიშვნელობაზე.	წიგნი	საკლასო ოთახი	სპორტის პედაგოგი	სპორტის პედაგოგი
2	საგანგებოს სიტუაციების მართვის სამსახურის მნიშვნელობა და მათი ტელეფონის ნომრების გაცნობა.	წიგნი	საკლასო ოთახი	სპორტის პედაგოგი	სპორტის პედაგოგი

ინდივიდუალური სასწავლო გეგმა

გრძელვადიანი მიზანი:

მიმართულება: მოძრაობა და მოტორული უნარ-ჩვევები
1.მოსწავლეს შეუძლია წარმოაჩინოს სპორტული აქტივობების აუცილებელი მოძრაობითი უნარ–ჩვევები.

მოკლევადიანი მიზანი/ები:

1	შეჯიბრისა და ვარჯიშის წინ ასრულებს მოსამზადებელ ვარჯიშებს.

	მიზნის შესაბამისი აქტივობები	მასალა	სად სრულდება აქტივობა (კლასი, რესურსოთახი)	მასალის მომზადებაზე პასუხისმგებელი პირი (მმობელი, პედაგოგი, სკოლის ფსიქოლოგი და სხვ.)	აქტივობის განხორციელებაზე პასუხისმგებელი პირი
1	ზედა კიდურების ვარჯიშები.	ბურთები	სპორტული დარბაზი	სპორტის პედაგოგი	სპორტის პედაგოგი
2	თითების, მტევნის, კისრის და წელის ვარჯიშები.		სპორტული დარბაზი	სპორტის პედაგოგი	სპორტის პედაგოგი
3	ბურთის დაჭერა-გადაცემა ორი ხელით მკერდიდან ადგილზე დგომში.	ბურთები	სპორტული დარბაზი	სპორტის პედაგოგი	სპორტის პედაგოგი
4	მოთელვითი ვარჯიშები.		სპორტული დარბაზი	სპორტის პედაგოგი	სპორტის პედაგოგი

ინდივიდუალური სასწავლო გეგმა

გრძელვადიანი მიზანი:

მიმართულება: აქტიური მონაწილეობა
1.მოსწავლეს შეუძლია მონაწილეობა მიიღოს სპორტულ აქტივობებში, რომლებიც აუმჯობესებს მის ჯანმრთელობას.

მოკლევადიანი მიზანი/ები:

1	რეგულარულად ასრულებს ფიზიკურ ვარჯიშებს, ინდივიდუალური მიზნებიდან გამომდინარე (ზედა და ქვედა კიდურების განვითარება).

	მიზნის შესაბამისი აქტივობები	მასალა	სად სრულდება აქტივობა (კლასი, რესურსოთახი)	მასალის მომზადებაზე პასუხისმგებელი პირი (მმობელი, პედაგოგი, სკოლის ფსიქოლოგი და სხვ.)	აქტივობის განხორციელებაზე პასუხისმგებელი პირი
1	ფეხით ბურთის მიგორება წინაღობასთან.	ბურთი	სპორტული დარბაზი	სპორტის პედაგოგი	სპორტის პედაგოგი
2	კალათბურთის ბურთის მიღება და სროლა.	კალათბურთის ბურთი	სპორტული დარბაზი	სპორტის პედაგოგი	სპორტის პედაგოგი
3	ზედა და ქვედა კიდურების მოძრაობის ამპლიტუდის გაზრდა: მოძრაობები სხვადასხვა ზომის რგოლის, ბურთის და კუბის გამოყენებით.	სხვადასხვა ზომის რგოლი, ბურთი და კუბი	სპორტული დარბაზი	სპორტის პედაგოგი	სპორტის პედაგოგი

მასწავლებლებს გაეწიათ რეკომენდაციები მოსწავლის სპორტული აქტივობების დაგეგმვასთან და განხორციელებასთან დაკავშირებით:

- ჩართონ მოსწავლე სპორტულ აქტივობებში იმ უნარების გამოყენებით, რომლითაც ის შეძლებს გარკვეული მოტორული მოქმედების შესრულებას;
- სპორტული აქტივობის შესასრულებლად მოსწავლეს, საჭიროების შემთხვევაში, მეტი დრო მისცენ. დრო შეამცირონ მას შემდეგ, რაც სანდრო წარმატებით შეასრულებს დავალებულ აქტივობას მიწოდებულ დროის მონაკვეთში.
- განსაზღვრონ აქტივობების ის რაოდენობა, რომლის შესრულებასაც მოსწავლე წარმატებით შეძლებს სპორტის გაკვეთილზე მიწოდებული დროის მონაკვეთის განმავლობაში;
- მოსწავლის მოტივაციის გაზრდის მიზნით, მოახდინონ წარმატებით განხორციელებული აქტივობების წახალისება;
- დახმარების მიზნით, ჩართონ სხვა მოსწავლეები სანდროს მიერ განხორციელებულ სპორტულ აქტივობებში, (საჭიროების შემთხვევაში).

შედეგები:

- სანდროს სპორტულ აქტივობებში ჩართულობასთან დაკავშირებული დადებითი შედეგებიდან გამომდინარე, დედა უარს აღარ აცხადებს სანდროს სპორტის გაკვეთილზე დასწრებასთან დაკავშირებით. პერიოდულად დედა ახორციელებს სკოლაში ვიზიტებს სპორტის გაკვეთილებზე დასწრების მიზნით და თავად უკეთებს მონიტორინგს სანდროს სპორტულ აქტივობებს.

- სანდრო აქტიურად არის ჩართული თანაკლასელებთან ერთად სპორტულ აქტივობებში, ის სიამოვნებით ასრულებს მიწოდებულ ინსტრუქციებს. სანდროს შესაძლებლობების გათვალისწინებით, შედგენილია გრძელვადიანი, მოკლევადიანი მიზნები და ამ მიზნების შესაბამისი აქტივობები. სპორტის გაკვეთილზე სანდრო სწორედ ამ წინასწარ დაგეგმილი მიზნების შესაბამისად არის ჩართული.

2

შემთხვევა აღწერს სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მე-6 კლასელი მოსწავლის სპორტულ აქტივობაში ჩართვის პროცესს. შემთხვევაში განხილულია ის რესურსები და ბარიერები, რომელსაც სკოლა წააწყდა მოსწავლის სპორტის გაკვეთილზე ჩართვის პროცესში, ბარიერების გადაჭრის გზები, ამ პროცესში სპორტის პედაგოგის მიერ შეტანილი წვლილი. შემთხვევაში განხილულია მოსწავლის მოტორული, აკადემიური და შემეცნებითი უნარების შეფასების შედეგები, სპორტის პედაგოგების მიერ მოსწავლისთვის შედგენილი ინდივიდუალური სასწავლო გეგმა სპორტის საგანში, რომელში შემავალი თითოეული სასწავლო მიზანი ეროვნულ სასწავლო გეგმაზე დაყრდნობით არის გაწერილი, განხილულია ის შედეგები, რომელსაც მოსწავლემ მიაღწია მას შემდეგ, რაც მან სპორტის გაკვეთილში ჩართულობა ინდივიდუალური სასწავლო გეგმით განაგრძო.

მოსწავლის სამედიცინო დიაგნოზი

ნინოს აქვს მიოპათია.

საკითხის დასმა

ნინო სწავლობს ქ. თბილისის ერთ-ერთი საჯარო სკოლის მე-6 კლასში. ნინო გადაადგილება ეტლით. მიუხედავად იმისა, რომ სკოლას აქვს სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე ბავშვებთან მუშაობის გამოცდილება, ჰყავს სპეციალური განათლების პედაგოგი და ფსიქოლოგი, ნინოს სპორტის პედაგოგს არ ჰქონდა სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე ბავშვებთან მუშაობის გამოცდილება. მას არ ჰქონდა ინფორმაცია, თუ როგორ შეიძლებოდა სპორტის გაკვეთილებში ფიზიკური შეზღუდვის მქონე მოსწავლის სრულფასოვანი ჩართვა. იმის გამო, რომ ნინო ვერ ასრულებდა ყველა იმ აქტივობას, რომელსაც მისი თანაკლასელები ახორციელებდნენ სპორტის გაკვეთილზე, ის, ხშირ შემთხვევაში, აცდენდა სპორტის გაკვეთილებს, სპორტის გაკვეთილისთვის გამოყოფილ დროს ნინო რესურს-ოთახში ატარებდა. იმ შემთხვევაში კი, თუ ნინო ესწრებოდა სპორტის გაკვეთილს, ის ძირითადად იმყოფებოდა პასიურ მდგომარეობაში. მასწავლებლის განცხადებით, მას არ ჰქონდა ინფორმაცია იმის შესახებ, თუ რა დოზით იყო ნინოსთვის დაშვებული ფიზიკური დატვირთვა მისი დიაგნოზიდან გამომდინარე (ნინოსთვის აკრძალული იყო ძლიერი ფიზიკური დატვირთვა), პედაგოგი თავის დაზღვევის და სიფრთხილის მიზნით, ვერ რთავდა მოსწავლეს სპორტულ აქტივობებში.

შეფასება, განხორციელებული აქტივობები

სიტუაციის უკეთ შესწავლის მიზნით, ინკლუზიური განათლების ექსპერტის და სპორტის ექსპერტის მიერ დაიგეგმა და განხორციელდა შემდეგი აქტივობები:

- ✓ ***სპორტის გაკვეთილებზე დასწრება.*** სპორტის გაკვეთილებზე დასწრებისას მოხდა იმ ბარიერების და რესურსების განსაზღვრა, რომელსაც შესაძლოა ადგილი ჰქონოდა მოსწავლის სპორტულ აქტივობებში ჩართვისას (მოსწავლეების რაოდენობა სპორტის გაკვეთილზე, სპორტული ინვენტარის ნაკლებობა). სპორტის პედაგოგი აქტიურად იყო ჩართული ყველა აქტივობაში და მოტივირებული იყო მიწოდებული რეკომენდაციების შესასრულებლად.

- ✓ ***მოსწავლის მოტორული, აკადემიური და კოგნიტური უნარების შეფასება.*** სპორტის საგანში ინდივიდუალური სასწავლო გეგმის ადექვატურად შედგენის მიზნით, დადგა მოსწავლის მოტორული, კოგნიტური და აკადემიური უნარების შეფასების საჭიროება. ამ უნარების შეფასება საჭირო იყო იმის განსასაზღვრად, იცის თუ არა მოსწავლემ, მაგალითად, თვლა, ფერების ცნობა; რამდენ საფეხურიანი ინსტრუქციის დამახსოვრება და შესრულება შეუძლია, რა ტიპის მოტორული აქტივობების განხორციელება უჭირს და უადვილდება და ა.შ. მოტორული უნარების შეფასება საქართველოს საპილოტე პროექტის სპორტის ექსპერტმა და სკოლის სპორტის პედაგოგმა განახორციელეს. შემეცნებითი უნარების შეფასება მოხდა საპილოტე პროექტის ინკლუზიური განათლების ექსპერტის და სკოლის ფსიქოლოგის მიერ. მოსწავლის აკადემიური უნარები კი სხვადასხვა საგნის პედაგოგებმა შეაფასეს. შეფასების შედეგად დაიწერა დასკვნა, განისაზღვრა მოსწავლის ძლიერი და სუსტი მხარეები.

- ✓ ***ჩატარდა ტრენინგი და სემინარი ნინოს სპორტის პედაგოგებთან.*** სემინარზე ნინოს პედაგოგს მიეწოდა ინფორმაცია ინკლუზიური სემინარზე ნინოს პედაგოგს მიაწოდეს ინფორმაცია ინკლუზიური განათლების პრინციპების და ამოცანების შესახებ, განუმარტეს სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლის ცნების მნიშვნელობა და მასთან მუშაობის ზოგადი პრინციპები და რეკომენდაციები, გააცნეს ინდივიდუალური სასწავლო გეგმით მუშაობის პრინციპები.

- ✓ ***შეხვედრები ნინოს სპორტის პედაგოგებთან.*** შეხვედრებზე განიხილეს მოსწავლის მოტორული, აკადემიური და კოგნიტური შეფასების შედეგები. პედაგოგს გადაეცა ნინოს აკადემიური და შემეცნებითი უნარების შეფასების შედეგები და ინდივიდუალური სასწავლო გეგმის ფორმები, განემარტა ინდივიდუალური სასწავლო გეგმის შევსების ინსტრუქციები. პედაგოგს განემარტა, რომ ინდივიდუალური სასწავლო გეგმის შემთხვევაში, მოსწავლე შეგვიძლია ჩართული გვყავდეს სპორტის გაკვეთილზე იმ რაოდენობით, დროითა და იმ აქტივობებით, რის საშუალებასაც მოსწავლის შესაძლებლობები გვაძლევს. შეხვედრებზე სპორტის ექსპერტმა სპორტის პედაგოგს მიაწოდა ინფორმაცია ნინოს დიაგნოზისათვის დამახასიათებელი ძირითადი თავისებურებების შესახებ, გადაეცა დიაგნოზთან დაკავშირებული საკითხავი ლიტერატურა,

რომლის გაცნობის შემდეგ პედაგოგს მიეცა რეკომენდაციები თუ როგორ უნდა ჩაერთოს მოსწავლე სპორტის გაკვეთილზე.

1. განისაზღვრა სპორტის გაკვეთილზე ნინოს აქტივობებში ჩართვის დრო დიაგნოზიდან გამომდინარე. ნინოსთვის აკრძალულია ძლიერი ფიზიკური დატვირთვა, ამიტომ გადაწყდა, რომ ნინო სპორტულ აქტივობებში თავდაპირველად ჩართული იქნებოდა რამდენიმე (10-15) წუთის განმავლობაში.
2. განისაზღვრა სპორტის გაკვეთილზე შესასრულებელი ფიზიკური აქტივობების რაოდენობა. ინდივიდუალური სასწავლო გეგმა იძლევა საშუალებას, მოსწავლე ჩართული იყოს საგაკვეთილო პროცესში იმ რაოდენობით, რისი შესაძლებლობაც აქვს.
3. მოხდა გრძელვადიანი მიზნების დასახვა და აქედან გამომდინარე, განისაზღვრა ის აქტივობები, რომელსაც ნინო შეასრულებს სპორტის გაკვეთილზე. ნინოს შეუძლია ზედა კიდურების გამოყენებით მოტორული აქტივობების შესრულება. ინდივიდუალური მიზნების და აქტივობების გაწერა ნინოს სწორედ ამ ძლიერ მხარეზე დაყრდნობით განხორციელდა.

✓ *სპორტის საგანში ინდივიდუალური სასწავლო გეგმის შედგენა.* მოსწავლის მოტორული, აკადემიური და კოგნიტური უნარების შეფასების საფუძველზე და ძლიერი და სუსტი მხარეების გათვალისწინებით, მოხდა ინდივიდუალური სასწავლო გეგმის შედგენა სპორტის საგანში. გაიწერა გრძელვადიანი (წლიური) და მოკლევადიანი მიზნები სპორტის საგანში თითოეული მიმართულებისათვის (1. ჯანმრთელობა და უსაფრთხოება, 2. მოძრაობა და მოტორული უნარ–ჩვევები, 3. აქტიური მონაწილეობა). ინდივიდუალურ სასწავლო გეგმაში გრძელვადიანი მიზნები თითოეული მიმართულებისათვის აღებულია ეროვნული სასწავლო გეგმიდან, თუმცა, სასწავლო მიზნები მორგებულია მოსწავლის შესაძლებლობებს.

მშობელი აქტიურად მონაწილეობდა ინდივიდუალური სასწავლო გეგმის შედგენის და მიზნების დასახვის პროცესში, გამოთქვამდა საკუთარ პრიორიტეტებს და სურვილებს მოსწავლის სასპორტო აქტივობებში ჩართულობასთან დაკავშირებით.

შეფასების შედეგები

სფერო		ძლიერი მხარეები	სუსტი მხარეები
აკადემიური უნარები:	წერა	შეუძლია კარნახით რთული (4-5 სიტყვისგან შემდგარი) წინადადებების წერა. შეუძლია წერილობით საკუთარი აზრის გადმოცემა.	
	კითხვა	კითხულობს რთულ ტექსტს და იგებს წაკითხულის შინაარსს.	

აკადემიური უნარები:	**თხრობა**	საუბრობს გამართული წინადადებებით. შეუძლია რთული მოთხრობის შინაარსის გადმოცემა დეტალებით. შეუძლია კითხვებზე სრული, გამართული პასუხის გაცემა.	
	ანგარიში	შეუძლია თვლა, ცნობს ციფრებს, ანგარიშობს ასაკის შესაბამისად.	
შემეცნებითი უნარები (ყურადღება, მეხსიერება, აღქმა)		**სივრცითი მიმართებების აღქმა**: შეუძლია მარჯვენა-მარცხენა, ზემოთ-ქვემოთ, წინუკან მიმართულებების განსაზღვრა. საგნებთან მიმართებაში სწორად იყენებს და ხვდება -ზე, -ში, -თან თანდებულებს. **აზროვნება:** შეუძლია კატეგორიზაცია, კლასიფიკაცია - მსგავსი საგნების დაჯგუფება ერთი ან რამდენიმე კატეგორიის მიხევით, აჯგუფებს საგნებს რელევანტური ნიშნით. ფერის, ფორმის, ზომის, ფაქტურის (მასალის) ფუნქციური დანიშნულების მიხედვით. პოულობს საგანთა შორის მსგავსება – განსხვავებას. შეუძლია საგანთა ჯგუფიდან გამოყოს ერთი ზედმეტი საგანი. მოახდინოს მათი საერთო ნიშნით გაერთიანება და ზედმეტი ნივთის დასახელება. შეუძლია მიმართებების დამყარება საგნებსა და ცნებებს შორის. შეუძლია განსაზღვროს, რა საერთოა ორ სხვადასხვა საგანს შორის (ბურთი-ბორბალი, სანთელი-ნათურა). შეუძლია სიუჟეტური სურათის შინაარსის თანმიმდევრულად აღქმა და ხვდება მის შინაარსს. **ხანმოკლე ვერბალური მეხსიერება:** შეუძლია ვერბალურად მინოდებული 4 ციფრისგან შემდგარი რიგის თანმიმდევრული გამეორება, 8 სიტყვისაგან შემდგარი წინადადების გამეორება. ვერბალური ხანმოკლე მეხსიერება ნორმაშია. **ხანგრძლივი ვერბალური მეხსიერება:** აღადგენს რთული ტექსტის შინაარსს დეტალებით. ხანგრძლივი ვერბალური მეხსიერება ნინოს ძლიერი მხარეა.	**ყურადღება**: ვიზუალური ყურადღების გამოსაკვლევ დავალებაში ნინო დროში ვერ ჩაეტია, ყურადღების სელექციურობა (შერჩევითად წარმართვა) მისი სუსტი მხარეა.
ემოციური სფერო		დადებითად არის განწყობილი და გამოხატავს მოტივაციას შესასრულებელი სამუშაოს მიმართ.	

კომუნიკაციის უნარი **ენა/მეტყველება**	**კომუნიკაცია:** ამყარებს კომუნიკაციას, როგორც ვერბალურს, ასევე არავერბალურს. სიტყვიერად გამოხატავს საკუთარ სურვილებსა და ინტერესებს. **ზეპირი მეტყველება:** საუბრობს გამართული წინადადებებით. შეუძლია რთული მოთხრობის შინაარსის გადმოცემა დეტალებით. შეუძლია კითხვებზე სრული, გამართული პასუხის გაცემა. **მიმართული მეტყველების გაგება:** იგებს და ასრულებს რთულ, სამსაფეხურიან ინსტრუქციას.	
მსხვილი მოტორული უნარები		ნინო გადაადგილდება ეტლით, ბავშვი არის პასიური და აღენიშნება აქტიური მოძრაობების ნაკლებობა. მაჯის სახსარი პრონირებულია მეტად მარცხენა მხარე, ასევე გაძნელებულია მოძრაობა მხრის სახსარში.
ნატიფი მოტორული უნარები	შეუძლია თითების გაშლა დახმარების გარეშე. შეუძლია კალმის გამოყენება.	
ფუნქციური უნარ-ჩვევები	იცმევს და იხდის დახმარებით.	არ შეუძლია დამოუკიდებლად საპირფარეშოს გამოყენება.

საგანმა-ნათლებლო გარემო	რესურსი	ბარიერი
	სკოლას აქვს სპორტის ორი დარბაზი, ერთი განთავსებულია მესამე სართულზე, მეორე ნულ სართულზე. სკოლაში დამონტაჟებულია ლიფტი, რომელიც ადის მესამე სართულზე. სკოლას აქვს სპორტული მოედანი, რომლიც რემონტდება. მოედანს აქვს მისადგომი ეტლით მოსარგებლე მოსწავლეებისათვის.	სპორტის პედაგოგების აღნიშვნით, ფიზიკური შეზღუდვის მქონე მოსწავლეები არ არიან ჩართულნი სპორტის გაკვეთილებში. სკოლაში დამონტაჟებული ლიფტი არ ჩადის ნულ სართულზე განთავსებულ სპორტულ დარბაზში. აქედან გამომდინარე ფიზიკური შეზღუდვის მქონე მოსწავლეები ნულ სართულზე განთავსებულ სპორტულ დარბაზს ვერ იყენებენ. სკოლას არ აქვს სპორტული ინვენტარი. პედაგოგების აღნიშვნით, სკოლას აქვს მხოლოდ ოთხი კალათბურთის ბურთი. სპორტის გაკვეთილებს ძირითადად არ აქვს სტრუქტურა, რადგან გაკვეთილი ერთდროულად უტარდება სხვადასხვა ასაკობრივ ჯგუფს (IV, V და VIII კლასები), რის გამოც პედაგოგების აღნიშვნით, რთულია მოსწავლეების სპორტულ აქტივობაში ჩართვა.

ინდივიდუალური სასწავლო გეგმა

გრძელვადიანი მიზანი/ები:

მიმართულება: ჯანმრთელობა და უსაფრთხოება

1.მოსწავლეს განვითარებული აქვს საკუთარი და სხვების უსაფრთხოების დაცვისა და კრიტიკული სიტუაციებიდან თავის დაღწევის უნარი.

მიმართულება: მოძრაობა და მოტორული უნარ-ჩვევები

2. მოსწავლეს შეუძლია ფიზიკური აქტივობისას ზოგიერთი მოძრაობითი უნარ-ჩვევის წარმოჩენა (ზედა და ქვედა კიდურებით მანიპულირება).

მიმართულება: აქტიური მონაწილეობა

მოსწავლეს აქვს უნარი, გამოავლინოს ისეთი მნიშვნელოვანი უნარ-ჩვევები, როგორიცაა: მიზნის დასახვა, გადაწყვეტილების მიღება, პრობლემის გადაჭრა და ადამიანებთან ურთიერთობა.

	მოკლევადიანი მიზანი/ები	თარიღი
1	1. მოსწავლე აღწერს უსაფრთხოების წესებს, რომლებიც უნდა დაიცვას მზეზე გარუჯვის, ზღვაში ან მდინარეში ბანაობის დროს; 2. მოსწავლე აღწერს, როგორ უნდა აღმოუჩინოს სხვებს პირველადი დახმარება მსუბუქი ტრავმის დროს; 3. აღწერს, რა რეაქცია უნდა ჰქონდეს სკოლაში, ქუჩაში თუ სხვა ადგილებში უეცრად წარმოქმნილ საფრთხესა და კრიტიკულ სიტუაციებზე.	30 ნოემბერი 25 დეკემბერი 15 თებერვალი
2	1. აქტიური თამაშის წინ ასრულებს მოსამზადებელ ვარჯიშებს; 2. ასრულებს რიტმულ მოძრაობას სხვადასხვა სასპორტო ინვენტარის გამოყენებით (ბურთი, რგოლი და სხვადასხვა); 3. იყენებს გუნდური თამაშებისათვის (კალათბურთი) საჭირო ძირითად ტექნიკურ ელემენტებს.	30 ნოემბერი 25 დეკემბერი 15 თებერვალი
3	1. მონაწილეობს ფიზიკურ აქტივობებში თანატოლებთან ერთად; 2. გუნდური თამაშისას იცავს დისციპლინას; 3. მოქმედებს თანაგუნდელებთან შეთანხმებულად სპორტული მიზნის მისაღწევად.	30 ნოემბერი 25 დეკემბერი 15 თებერვალი

ინდივიდუალური სასწავლო გეგმა

გრძელვადიანი მიზანი:

1.მოსწავლეს განვითარებული აქვს საკუთარი და სხვების უსაფრთხოების დაცვისა და კრიტიკული სიტუაციებიდან თავის დაღწევის უნარი.

მოკლევადიანი მიზანი:

1.მოსწავლე აღწერს უსაფრთხოების წესებს, რომლებიც უნდა დაიცვას მზეზე გარუჯვის, ზღვაში ან მდინარეში ბანაობის დროს.

	მიზნის შესაბამისი აქტივობები	მასალა	საც სრულდება აქტივობა (კლასი, რესურს-ოთახი)	მასალის მომზადებაზე პასუხისმგებელი პირი (მშობელი, პედაგოგი, სკოლის ფსიქოლოგი და სხვ.)	აქტივობის განხორციელებაზე პასუხისმგებელი პირი
1	კითხვა-პასუხი მზისგან სხეულის დაცვის, ბანაობის დროს.		საკლასო ოთახი	სპორტის პედაგოგი	სპორტის პედაგოგი
2	ვიდეო-რგოლების ჩვენება უსაფრთხოების წესების შესახებ.	კომპიუტერი	საკლასო ოთახი	სპორტის პედაგოგი	სპორტის პედაგოგი
3	მოსწავლე მოიძიებს ინფორმაციას და პრეზენტაციის სახით გადმოსცემს ცოდნას უსაფრთხოების წესების დაცვის შესახებ.	კომპიუტერი	საკლასო ოთახი	სპორტის პედაგოგი	სპორტის პედაგოგი

ინდივიდუალური სასწავლო გეგმა

გრძელვადიანი მიზანი:

მიმართულება: მოძრაობა და მოტორული უნარ-ჩვევები
2. მოსწავლეს შეუძლია ფიზიკური აქტივობისას ზოგიერთი მოძრაობითი უნარ-ჩვევის წარმოჩენა (ზედა და ქვედა კიდურებით მანიპულირება).

მოკლევადიანი მიზანი:

აქტიური თამაშის წინ ასრულებს მოსამზადებელ ვარჯიშებს.

	მიზნის შესაბამისი აქტივობები	მასალა	სად სრულდება აქტივობა (კლასი, რესურს ოთახი)	მასალის მომზადებაზე პასუხისმგებელი პირი (მშობელი, პედაგოგი, სკოლის ფსიქოლოგი და სხვ.)	აქტივობის განხორციელებაზე პასუხისმგებელი პირი
1	მწკივში დგომის დროს მოსწავლე საპირისპირო მხარეს მდგომ თანაკლასელს ხელების დიაგონალური მოძრაობით გადასცემს ბურთს, რგოლს.	ბურთები, რგოლები	სპორტის დარბაზი	სპორტის პედაგოგი	სპორტის პედაგოგი
2	მწკივში დგომის დროს მოსწავლე საპირისპირო მხარეს მდგომ თანაკლასელს ხელების პირდაპირი მიმართულებით გადასცემს ბურთს, რგოლს.	ბურთები, რგოლები	სპორტის დარბაზი	სპორტის პედაგოგი	სპორტის პედაგოგი
3	მოსწავლე ასრულებს განმკლავს, წინმკლავს, ზემკლავს.		სპორტის დარბაზი	სპორტის პედაგოგი	სპორტის პედაგოგი

ინდივიდუალური სასწავლო გეგმა

გრძელვადიანი მიზანი:

მიმართულება: აქტიური მონაწილეობა
მოსწავლეს აქვს უნარი გამოავლინოს ისეთი მნიშვნელოვანი უნარ-ჩვევები, როგორიცაა: მიზნის დასახვა, გადაწყვეტილების მიღება, პრობლემის გადაჭრა და ადამიანებთან ურთიერთობა.

მოკლევადიანი მიზანი:

1.მონაწილეობს ფიზიკურ აქტივობებში თანატოლებთან ერთად.

	მიზნის შესაბამისი აქტივობები	მასალა	საიდ სრულდება აქტივობა (კლასი, რესურს ოთახი)	მასალის მომზადებაზე პასუხისმგებელი პირი (მშობელი, პედაგოგი, სკოლის ფსიქოლოგი და სხვ.)	აქტივობის განხორციელებაზე პასუხისმგებელი პირი
1	მოსწავლე ასრულებს მასწავლებლის მიერ დასახულ მოძრავ თამაშს, რომელშიც გამოყენებული იქნება შემდეგი ელემენტები: ბურთის გადაწოდება პირდაპირ, დიაგონალურად, ბურთის სროლა სხვადასხვა მანძილზე და სხვადასხვა სიძლიერით.	ბურთები	სპორტის დარბაზი	სპორტის პედაგოგი	სპორტის პედაგოგი
2	მოსწავლე თანატოლებთან ერთად მონაწილეობს "გადაბმული მატარებლის" თამაშებში: ბურთის აღება სხვადასხვა სიმაღლიდან	ბურთები	სპორტის დარბაზი	სპორტის პედაგოგი	სპორტის პედაგოგი
3	მოსწავლე მონაწილეობს თამაშში: მოსწავლე ზურგით დგომისას გადააწვდის უკან მდგომ თანაკლასელს ბურთს სხვადასხვა სიმაღლიდან.	ბურთები	სპორტის დარბაზი	სპორტის პედაგოგი	სპორტის პედაგოგი

შედეგები:

- ნინო აქტიურად არის ჩართული თანაკლასელებთან ერთად სპორტულ აქტივობებში, ის სიამოვნებით ასრულებს მიწოდებულ ინსტრუქციებს. ნინოს შესაძლებლობების გათვალისწინებით შედგენილია გრძელვადიანი, მოკლევადიანი მიზნები და ამ მიზნების შესაბამისი აქტივობები. სპორტის გაკვეთილზე ნინო სწორედ ამ წინასწარ დაგეგმილი მიზნების შესაბამისად არის ჩართული.
- ნინოს წარმატებების გამო პედაგოგს გაეზარდა სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლეებთან მუშაობის მოტივაცია/ სპორტის მასწავლებელი მაქსიმალურად ცდილობს მოიფიქროს ახალი აქტივობები ნინოს სპორტის გაკვეთილზე მეტი ჩართულობის მისაღწევად, რადგან პედაგოგის აღნიშვნით, მან საკუთარი თვალით დაინახა ის შედეგები, რაც მოსწავლის მიმართ ინდივიდუალურმა მიდგომამ გამოიღო.

- გაზრდილია სპორტის პედაგოგის ცოდნა და სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლესთან მუშაობის გამოცდილება. პედაგოგს ახლა დამოუკიდებლად შეუძლია შეადგინოს ინდივიდუალური მიზნები და დაგეგმოს მიზნის შესაბამისი აქტივობები მოსწავლის ძლიერი და სუსტი მმხარეების გათვალისწინებით.

3

შემთხვევა აღწერს სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მე-4 კლასელი მოსწავლის სპორტულ აქტივობაში ჩართვის პროცესს. შემთხვევაში განხილულია ის რესურსები და ბარიერები, რომელსაც სკოლა წაანყდა მოსწავლის სპორტის გაკვეთილზე ჩართვის პროცესში, ბარიერების გადაჭრის გ ზები, ამ პროცესში სპორტის პედაგოგის მიერ შეტანილი წვლილი. შემთხვევაში განხილულია მოსწავლის მოტორული, აკადემიური და შემეცნებითი უნარების შეფასების შედეგები, სპორტის პედაგოგების მიერ მოსწავლისათვის შედგენილი ინდივიდუალური სასწავლო გეგმა სპორტის საგანში, რომელში შემავალი თითოეული სასწავლო მიზანი ეროვნულ სასწავლო გეგმაზე დაყრდნობით არის გაწერილი, განხილულია ის შედეგები, რომელსაც მოსწავლემ მიაღწია მას შემდეგ, რაც მან სპორტის გაკვეთილში ჩართულობა ინდივიდუალური სასწავლო გეგმით განაგრძო.

მოსწავლის სამედიცინო დიაგნოზი

ბექას აქვს ბავშვთა ცერებრალური დამბლა, ჰემიპლეგია.

საკითხის დასმა

ბექა სწავლობს ქ. თბილისის ერთ-ერთი საჯარო სკოლის მე-4 კლასში. ბექა გადაადგილდება დამოუკიდებლად, თუმცა ნაკლებად იყენებს როგორც მარცხენა ხელს, ასევე მარცხენა ფეხს. სკოლას არ აქვს სპორტული დარბაზი და ამის გამო სპორტის გაკვეთილებს ჰქონდა არასტრუქტურირებული ხასიათი: გაკვეთილები ხშირად ცდებოდა, ჩატარების შემთხვევაში კი, გაკვეთილები ძირითადად თეორიულ ხასიათს ატარებდა.

შეფასება, განხორციელებული აქტივობები

სიტუაციის უკეთ შესწავლის მიზნით, ინკლუზიური განათლების ექსპერტის და სპორტის ექსპერტის მიერ დაიგეგმა და განხორცილედა შემდეგი აქტივობები:

✓ ***სპორტის პედაგოგებთან და დირექციასთან შეხვედრა***. შეხვედრისას განიხილეს სკოლის ბარიერები და რესურსები, შეხვედრაზე გადაწყდა, რომ სპორტის გაკვეთილები ჩატარდებოდა სკოლაში არსებულ დიდი ზომის ერთ-ერთ საკლასო ოთახში.

- ✓ ***მოსწავლის მოტორული, აკადემიური და კოგნიტური უნარების შეფასება***. სპორტის საგანში ინდივიდუალური სასწავლო გეგმის ადეკვატურად შედგენის მიზნით, დადგა მოსწავლის მოტორული, კოგნიტური და აკადემიური უნარების შეფასების საჭიროება. ამ უნარების შეფასება საჭირო იყო იმის განსასაზღვრად, იცის თუ არა მოსწავლემ, მაგალითად, თვლა, ფერების ცნობა; რამდენ საფეხურიანი ინსტრუქციის დამახსოვრება და შესრულება შეუძლია, რა ტიპის მოტორული აქტივობების განხორციელება უჭირს და უადვილდება და ა.შ. მოტორული უნარების შეფასება საპლოტე პროექტის სპორტის ექსპერტმა და სკოლის სპორტის პედაგოგმა განახორციელეს. შემეცნებითი უნარების შეფასება მოხდა საპილოტე პროექტის ინკლუზიური განათლების ექსპერტის და სკოლის ფსიქოლოგის მიერ. მოსწავლის აკადემიური უნარები კი სხვადასხვა საგნის პედაგოგებმა შეაფასეს. შეფასების შედეგად დაიწერა დასკვნა, განისაზღვრა მოსწავლის ძლიერი და სუსტი მხარეები.
- ✓ ***შეხვედრები ბექას სპორტის პედაგოგთან***. შეხვედრებზე განიხილეს მოსწავლის მოტორული, აკადემიური და კოგნიტური შეფასების შედეგები. პედაგოგს გადაეცა ბექას აკადემიური და შემეცნებითი უნარების შეფასების შედეგები და ინდივიდუალური სასწავლო გეგმის ფორმები, განემარტა ინდივიდუალური სასწავლო გეგმის შევსების ინსტრუქციები. პედაგოგს მიეცა რეკომენდაციები სპორტის გაკვეთილზე მოსწავლის ჩართვასთან დაკავშირებით:

1. ჩართოს მოსწავლე სპორტულ აქტივობებში იმ უნარების გამოყენებით, რომლითაც ის შეძლებს გარკვეული მოტორული მოქმედების შესრულებას;
2. სპორტული აქტივობის შესასრულებლად მოსწავლეს საჭიროების შემთხვევაში მისცეს მეტი დრო;
3. განსაზღვროს აქტივობების ის რაოდენობა, რომლის შესრულებასაც მოსწავლე წარმატებით შეძლებს სპორტის გაკვეთილზე მიწოდებული დროის განმავლობაში;
4. მოსწავლის მოტივაციის გაზრდის მიზნით, წაახალისოს მოსწავლის მიერ წარმატებით განხორციელებული აქტივობები.

- ✓ *სპორტის საგანში ინდივიდუალური სასწავლო გეგმის შედგენა.* მოსწავლის მოტორული, აკადემიური და კოგნიტური უნარების შეფასების საფუძველზე და ძლიერი და სუსტი მხარეების გათვალისწინებით, მოხდა ინდივიდუალური სასწავლო გეგმის შედგენა სპორტის საგანში. გაიწერა გრძელვადიანი (წლიური) და მოკლევადიანი მიზნები სპორტის საგანში თითოეული მიმართულებისათვის (1. ჯანმრთელობა და უსაფრთხოება, 2. მოძრაობა და მოტორული უნარ-ჩვევები, 3. აქტიური მონაწილეობა). ინდივიდუალურ სასწავლო გეგმაში გრძელვადიანი მიზნები თითოეული მიმართულებისათვის აღებულია ეროვნული სასწავლო გეგმიდან და ამასთანავე სასწავლო მიზნები მორგებულია მოსწავლის შესაძლებლობებს.

შეფასების შედეგები

სფერო		ძლიერი მხარეები	სუსტი მხარეები
აკადემიური უნარები:	წერა		არ შეუძლია წერა
	კითხვა	ცნობს რამოდენიმე ასოს და კითხულობს 3-4 ასოსგან შემდგარ მარტივ სიტყვებს.	ვერ კითხულობს 4-5 ასოსგან შემდგარ სიტყვას.
	თხრობა	მეტყველებს 2-3 სიტყვისგან შემდგარი წინადადებებით. წაკითხულ მარტივ მოთხრობას გადმოსცემს დამხმარე კითხვების საშუალებით.	
	ანგარიში	უშეცდომოდ ითვლის 10-მდე, შეუძლია საგნების გადათვლა 10-მდე. ცნობს ციფრებს 10-ის ფარგლებში.	ზოგიერთ შემთხვევაში 5-ის ზემოთ ციფრების ცნობაში უშვებს შეცდომებს.
შემეცნებითი უნარები (ყურადღება, მეხსიერება, აღქმა)		**სივრცითი მიმართებების აღქმა:** შეუძლია ზემოთ-ქვემოთ, წინ-უკან მიმართებების განსაზღვრა. **აზროვნება:** შეუძლია განსაზღვროს, თამაშისას რომელი მონაწილეა თავისიანი და რომელი სხვისიანი. **ოპერატიული მეხსიერება**: შეუძლია ვერბალურად მიწოდებული 3 ციფრის თანმიმდევრული გამეორება, 4 სიტყვისგან შემდგარი წინადადების გამეორება.	**სივრცითი მიმართებების აღქმა:** ერევა მარჯვენა-მარცხენა მხარეების განსაზღვრა (არასწორად მიუთითებს საკუთარ მარჯვენა ან მარცხენა ხელს, ფეხს). საგნებთან მიმართებებში არასწორად იყენებს -ზე, -ში, -თან თანდებულებს. **ყურადღება:** უჭირს ყურადღების კონცენტრაცია ერთ დავალებაზე 5 წუთზე მეტხანს, ადვილად ბეზრდება აქტივობა. დავალების შესრულებისას ოდნავ შენელებულია, ადვილად გადაერთვება ერთი აქტივობიდან მეორეზე. **აზროვნება:** უჭირს კატეგორიზაცია (ცხოველების, ფრინველების კატეგორიებში შემავალი ობიექტების განსაზღვრა). **ოპერატიული მეხსიერება**: უჭირს 5 და მეტი სიტყვისგან შემდგარი წინადადების გამეორება. ხანმოკლე ვერბალური მეხსიერება ბექას სუსტი მხარეა. **ხანგრძლივი ვერბალური მეხსიერება**: უჭირს წაკითხული მარტივი მოთხრობის შინაარსის გადმოცემა დამხმარე კითხვების საშუალებითაც.
ემოციური სფერო		უნარის განმტკიცებაზე პოზიტიურად რეაგირებდა და აგრძელებდა მუშაობას.	დავალებების შესრულებისას გამოხატავდა უარყოფით დამოკიდებულებას, არ სურდა დავალების შესრულება.

კომუნიკაციის უნარი **ენა/ მეტყველება**	**კომუნიკაცია:** ამყარებს კომუნიკაციას, როგორც ვერბალურს, ისე ემოციურს. **ზეპირი მეტყველება**: მეტყველებს 2-3 სიტყვისგან შემდგარი წინადადებებით. წაკითხულ მარტივ მოთხრობას გადმოსცემს დამხმარე კითხვების საშუალებით. შეუძლია კითხვაზე პასუხის გაცემა, სიტყვიერად გამოხატავს საკუთარ ინტერესს და სურვილებს. **მიმართული მეტყველების გაგება**: იგებს და ასრულებს მარტივ, ერთსაფეხურიან ინსტრუქციებს (მაგ. მომაწოდე ბურთი).	არ შეუძლია წაკითხული მარტივი მოთხრობის შინაარსის გადმოცემა დამხმარე კითხვების გარეშე.
მსხვილი მოტორული უნარები	ბექა გადადგილდება დამოუკიდებლად.	მარცხენა მხარეს ნაკლებად იყენებს როგორც ხელს, ასევე ფეხს. ზედა კიდურები: მარცხენა ხელის მაჯის სახსარში არის მოხრითი დინამიური კონტრაქტურა, იდაყვის სახსარში არის დინამიური გაშლითი კონტრაქტურა, მხრის სახსარში მოძრაობა შეზღუდულია, ხელის მაღლა აწევას მიჰყვება ბეჭის ძვალი, მხრის და ბეჭის ძვლის დისოციაციის არქონის გამო. არის სენსორული და აღქმის პრობლემები. ქვედა კიდურები: მარცხენა ფეხი - სიარულის დროს აკეთებს გარეთა როტაციას და ნაკლებად ხრის მუხლის სახსარში, უფრო მეტად ცელვით მოძრაობებს აკეთებს.
ნატიფი მოტორული უნარები		გაძნელებულია თითების გაშლა. არ შეუძლია საწერი კალმის გამოყენება.
ფუნქციური უნარ-ჩვევები	დამოუკიდებლად შეუძლია საპირფარეშოს გამოყენება და ტანსაცმლის ჩაცმა/გახდა დახმარების გარეშე.	

ინდივიდუალური სასწავლო გეგმა

გრძელვადიანი მიზანი/ები:

მიმართულება: ჯანმრთელობა და უსაფრთხოება
1.მოსწავლეს შეუძლია პირადი ჰიგიენისა და უსაფრთხოების წესების დაცვა.
მიმართულება: მოძრაობა და მოტორული უნარ-ჩვევები
2. მოსწავლეს შეუძლია ფიზიკურ აქტივობაში მონაწილეობისათვის აუცილებელი უნარ-ჩვევების წარმოჩენა.
მიმართულება: აქტიური მონაწილეობა
3.მოსწავლეს შეუძლია მონაწილეობა მიიღოს ძირითად ფიზიკურ აქტივობებში, რომლებიც აუმჯობესებს მის ჯანმრთელობას.

მოკლევადიანი მიზანი/ები:

		თარიღი
1	1. მოსწავლემ იცის ჯანმრთელობისა და უსაფრთხოების დაცვის წესები; 2. მოსწავლე იცავს პირადი ჰიგიენის ელემენტარულ წესებს; 3. მოსწავლე ჩამოთვლის ჯანმრთელობისათვის მავნე საკვებს;	30 ნოემბერი 25 დეკემბერი 15 თებერვალი
2	1. მოსწავლე იყენებს გუნდური თამაშების ძირითად ელემენტებს (ფრენბურთი); 2. რიტმული ვარჯიშის დროს უთავსებს სხვადასხვა სახის და სისწრაფის მოძრაობებს; 3. სირბილის დროს სხვადასხვა მანძილიდან მიზანში ტყორცნის ბურთს და გადასცემს სხვა მოთამაშეს.	30 ნოემბერი 25 დეკემბერი 15 თებერვალი
3	1. მოსწავლე მონაწილეობს პროგრამით გათვალისწინებულ ფიზიკურ აქტივობებში (ზედა და ქვედა კიდურების მოძრაობის ამპლიტუდის გაზრდა).	30 ნოემბერი

ინდივიდუალური სასწავლო გეგმა

გრძელვადიანი მიზანი:

მიმართულება: ჯანმრთელობა და უსაფრთხოება
1.მოსწავლეს შეუძლია პირადი ჰიგიენისა და უსაფრთხოების წესების დაცვა.

მოკლევადიანი მიზანი:

1.მოსწავლემ იცის ჯანმრთელობისა და უსაფრთხოების დაცვის წესები.

	მიზნის შესაბამისი აქტივობები	მასალა	სად სრულდება აქტივობა (კლასი, რესურს-ოთახი)	მასალის მომზადებაზე პასუხისმგებელი პირი (მშობელი, პედაგოგი, სკოლის ფსიქოლოგი და სხვ.)	აქტივობის განხორციელებაზე პასუხისმგებელი პირი
1	მოსწავლე კითხვა-პასუხით აღწერს კბილებისა და სხეულის მოვლის პროცედურებს.	წიგნი	საკლასო ოთახი	სპორტის პედაგოგი	სპორტის პედაგოგი
2	მოსწავლე ჩამოთვლის პონტენციურ საფრთხეებს: სახლის და სკოლის გარემოში.	წიგნი	საკლასო ოთახი	სპორტის პედაგოგი	სპორტის პედაგოგი
3	აღწერს გზას სკოლიდან სახლამდე.	წიგნი			
4	ჩამოთვლის ჯანმრთელობისათვის მავნე საკვებს.	წიგნი	საკლასო ოთახი	სპორტის პედაგოგი	სპორტის პედაგოგი

ინდივიდუალური სასწავლო გეგმა

გრძელვადიანი მიზანი:

მიმართულება: მოძრაობა და მოტორული უნარ-ჩვევები
2. მოსწავლეს შეუძლია ფიზიკურ აქტივობაში მონაწილეობისათვის აუცილებელი უნარ-ჩვევების წარმოჩენა.

მოკლევადიანი მიზანი:

1.მოსწავლე იყენებს გუნდური თამაშების ძირითად ელემენტებს (ფრენბურთი).

	მიზნის შესაბამისი აქტივობები	მასალა	სად სრულდება აქტივობა (კლასი, რესურს-ოთახი)	მასალის მომზადებაზე პასუხისმგებელი პირი (მშობელი, პედაგოგი, სკოლის ფსიქოლოგი და სხვ.)	აქტივობის განხორციელებაზე პასუხისმგებელი პირი
1	მოსწავლე ახორციელებს შემდეგ აქტივობებს: ბურთის მიღება-გადაცემა.	ბურთი	საკლასო ოთახი	სპორტის პედაგოგი	სპორტის პედაგოგი
2	მოსწავლე ახორციელებს შემდეგ აქტივობებს: ბურთის გვერდიდან აღება (ორივე ხელით სროლა)	ბურთი	საკლასო ოთახი	სპორტის პედაგოგი	სპორტის პედაგოგი

ინდივიდუალური სასწავლო გეგმა

გრძელვადიანი მიზანი:

მიმართულება: აქტიური მონაწილეობა
3. მოსწავლეს შეუძლია მონაწილეობა მიიღოს ძირითად ფიზიკურ აქტივობებში, რომლებიც აუმჯობესებს მის ჯანმრთელობას.

მოკლევადიანი მიზანი:

1. მოსწავლე მონაწილეობს პროგრამით გათვალისწინებულ ფიზიკურ აქტივობებში (ზედა და ქვედა კიდურების მოძრაობის ამპლიტუდის გაზრდა).

	მიზნის შესაბამისი აქტივობები	მასალა	სად სრულდება აქტივობა (კლასი, რესურს-ოთახი)	მასალის მომზადებაზე პასუხისმგებელი პირი (მშობელი, პედაგოგი, სკოლის ფსიქოლოგი და სხვ.)	აქტივობის განხორციელებაზე პასუხისმგებელი პირი
1	თითების ვარჯიშები.	სენსორული ბურთები, კუბები	საკლასო ოთახი	სპორტის პედაგოგი	სპორტის პედაგოგი
2	ორივე ხელით მტევნის მოძრაობის ვარჯიშები.	სენსორული ბურთები, კუბები	საკლასო ოთახი	სპორტის პედაგოგი	სპორტის პედაგოგი
3	მხრის კუნთების ვარჯიშები.	ბურთები	საკლასო ოთახი	სპორტის პედაგოგი	სპორტის პედაგოგი

შედეგები:

- ბექა აქტიურად არის ჩართული თანაკლასელებთან ერთად სპორტულ აქტივობებში, გაკვეთილები წარმატებით მიმდიანრეობს საკლასო ოთახში. ბექა სიამოვნებით ასრულებს მიწოდებულ ინსტრუქციებს. ბექას შესაძლებლობების გათვალისწინებით, შედგენილია გრძელვადიანი, მოკლევადიანი მიზნები და ამ მიზნების შესაბამისი აქტივობები. სპორტის გაკვეთილზე ბექა სწორედ ამ წინასწარ დაგეგმილი მიზნების შესაბამისად არის ჩართული.

მცირე ტერმინოლოგიური ლექსიკონი

ადაპტაცია - ადაპტირებული საგანმანათლებლო პროგრამა რეგულარული სასწავლო პროგრამის სასწავლო შედეგებს ინარჩუნებს და ისეა მიწოდებული, რომ მოსწავლეს შეუძლია პროგრამაში ჩართვა. ადაპტაცია სწავლებისა და შეფასების სტრატეგიას წარმოადგენს, რომელიც მოსწავლეთა განსაკუთრებული საჭიროებების საპასუხოდ არის შემუშავებული და შესაძლებელია მოიცავდეს ალტერნატიულ ფორმატს.

ბავშვზე ორიენტირებული პედაგოგიკა - ეს არის განათლების მიდგომა, რომელიც ფოკუსირდება უპირატესად მოსწავლის მოთხოვნებსა და საჭიროებებზე. ამ მიდგომას დიდი მნიშვნელობა აქვს სასწავლო გეგმის შექმნის და ჩამოყალიბების პროცესში.

გონებრივი ჩამორჩენილობა - ფსიქიკური განვითარების დარღვევის ფორმაა. აღნიშნული მდგომარეობა აღმოცენდება ადრეულ ასაკში და მთელი ცხოვრების მანძილზე ახდენს გავლენას ადამიანის ფსიქიკურ განვითარებასა და ჩვევების ჩამოყალიბებაზე. ამერიკის გონებრივი ჩამორჩენილობის ასოციაციის (AAMAR) განმარტებით, გონებრივი ჩამორჩენილობა არის მნიშვნელოვანი გადახრა ზოგადი ინტელექტუალური ფუნქციონირების დონიდან, რომელიც ადაპტაციური ქცევის დეფიციტს უკავშირდება და ვლინდება ადამიანის განვითარების პერიოდში. ის ხასიათდება ინტელექტუალური უნარების დაქვეითებით და ადაპტაციური უნარების (კომუნიკაცია, თვითმომსახურება, სოციალური ჩვევები, სწავლა, მუშაობა, დასვენება, საოჯახო საქმიანობა) ორ ან მეტ სფეროში დარღვევით. ***მსუბუქი:*** საშუალოზე მნიშვნელოვნად დაბალი ინტელექტი, თუმცა, შეუძლია გარემოს სოციალურ მოთხოვნებთან გამკლავება. ***საშუალო:*** საშუალოზე მნიშვნელოვნად დაბალი ინტელექტი, ესაჭიროება პერიოდული დახმარება. ***ძლიერი:*** საშუალოზე მნიშვნელოვნად დაბალი ინტელექტი, ესაჭიროება მუდმივი დახმარება, შეუძლია ელემენტარული ჩვევების შესწავლა. ***მძიმე:*** ძალიან დაბალი ინტელექტი, ესაჭიროება მოვლა და მუდმივი ზედამხედველობა. არსებობს უფრო მძიმე ფორმაც, როდესაც სიმძიმის დადგენა შეუძლებელია.

დაკავშირებული მომსახურებები – გულისხმობს სატრანსპორტო, ასევე განვითარების, კორექციულ და სხვა დამხმარე ისეთ მომსახურებებს, რომლებიც განსაკუთრებული საჭიროებების მქონე ბავშვისთვის არის საჭირო ინკლუზიური განათლების დროს. ის მოიცავს: ენისა და მეტყველების თერაპიას და აუდიოლოგიურ მომსახურებას; ჟესტური ენით თარგმნას და დაქტილის

გამოყენებას; ფსიქოლოგიურ მომსახურებებს; ფიზიკურ და ოკუპაციურ თერაპიას; გართობას, თერაპიული აქტივობების ჩათვლით; საკონსულტაციო მომსახურებებს, რეაბილიტაციისა და ფსიქოლოგიური კონსულტაციების ჩათვლით; ორიენტაციისა და გადაადგილების მომსახურებას; სამედიცინო მომსახურებას დიაგნოსტიკისა და შეფასების მიზნით; სკოლის ჯანდაცვის მომსახურებებს; სკოლებში სოციალური მუშაკის სამსახურებს; მშობელთა კონსულტაციასა და ტრენინგს. მომსახურებების ეს ჩამონათვალი ამომწურავი არ არის და შეიძლება ასევე სხვა განვითარებას, კორექციას ან ისეთ დამხმარე სერვისებს მოიცავდეს, როგორიცაა: სამსახიობო და კულტურული პროგრამები, ხელოვნების, მუსიკისა და ცეკვის თერაპია, თუ ისინი შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე ბავშვის დასახმარებლად და ინკლუზიური განათლების მხარდაჭერისთვის არის განკუთვნილი.

დისკრიმინაცია - (ლათ. Discriminatio, განსხვავება) ნიშნავს ადამიანების უთანასწორო, არასამართლიან მოპყრობას სხვა ადამიანების ან, განსაკუთრებით, რაიმე ნიშნით განსხვავებული ადამიანების ჯგუფის მიმართ, კერძოდ დისკრიმინაცია შეიძლება იყოს რასობრივი, ეთნიკური, რელიგიური და ა. შ.

ინდივიდუალური სასწავლო გეგმა - არის სასწავლო გეგმა განსაკუთრებული საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე კონკრეტული მოსწავლისათვის და ეფუძნება ეროვნულ სასწავლო გეგმას.

ინდივიდუალური სასწავლო გეგმა ითვალისწინებს განსაკუთრებული საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლის განსხვავებულ და სპეციფიკურ საგანმანათლებლო მოთხოვნებს. ინდივიდუალური სასწავლო გეგმის შემუშავებისას მასწავლებელი ძირითადად ეყრდნობა ეროვნულ სასწავლო გეგმას, მაგრამ თუ მოსწავლის შესაძლებლობები არ იძლევა ეროვნული სასწავლო გეგმით გათვალისწინებული შედეგების მიღწევის საშუალებას, მასწავლებელი, სხვა სპეციალისტებთან ერთად, განსაზღვრავს სპეციფიკურ შედეგებს და ამ შედეგების მიღწევის განსაკუთრებულ გზას.

ინკლუზიური განათლება - ინკლუზიური განათლება გულისხმობს სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მოსწავლეების ჩართვას სასწავლო პროცესში სხვა მოსწავლეებთან ერთად. სასკოლო სასწავლო გეგმაში გათვალისწინებული უნდა იყოს, ვინ არის პასუხისმგებელი ამ საკითხების კოორდინირებაზე. (ეს პიროვნება შეიძლება იყოს დირექციის წევრი, მომსახურე პერსონალი, მასწავლებელი ან მშობელი. ამ პიროვნებასთან უნდა იყოს დანიშნული შეხვედრების დრო, როდესაც სპეციალური საჭიროებების მქონე მოსწავლეების მშობლები შეძლებენ მასთან საუბარს შესაძლო პრობლემებზე და მათი გადაჭრის გზებზე).

თუ სკოლას ჰყავს განსაკუთრებული საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლე, აუცილებლად უნდა განსაზღვროს, რას აკეთებს იმისათვის, რომ ამ მოსწავლის განათლებისთვის ადეკვატური პირობები შეიქმნას. (მაგ. მას შეიძლება ჰქონდეს განსაკუთრებული საგაკვეთილო განრიგი ან სპეციალური სივრცე, სადაც შეძლებს დასვენებას და სხვ.).

ინკლუზიური განათლების მულტიდისციპლინური გუნდი – წარმოადგენს სპეციალისტთა გუნდს, რომლის შემადგენლობაში შედიან: ფსიქოლოგი, ოკუპაციური თერაპევტი, მეტყველების თერაპევტი, სპეციალური პედაგოგი და ზოგადი განათლების პედაგოგი. მულტიდისციპლინური გუნდის შემადგენლობა შეიძლება იცვლებოდეს საჭიროებების შესაბამისად. გუნდის შემადგენლობაში შეიძლება მოწვეულ მოიწვიონ ნევროლოგი, ფსიქიატრი, სურდოპედაგოგი და/ან ნებისმიერი სხვა სპეციალისტი. სკოლას სასკოლო შტატში შესაძლებელია ჰყავდეს მუდმივმოქმედი მულტიდისციპლინური გუნდი. ასევე შესაძლებელია **მობილური მულტიდისციპლინური გუნდების** არსებობა განათლების სისტემის მართვის ორგანოებთან (სამინისტრო, რესურს-ცენტრი).

ინკლუზიური განათლების მულტიდისციპლინური გუნდის ფუნქციები:

ა) სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე ბავშვების იდენტიფიკაცია და შეფასება. მათი ინდივიდუალური საჭიროებების და შესაძლებლობების განსაზღვრა;

ბ) შეფასების საფუძველზე სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე ბავშვის საგანმანათლებლო ინტერესის დადგენა და მშობლისათვის რეკომენდაციის გაწევა საგანმანათლებლო დაწესებულების არჩევისთვის;

გ) კონსულტაციების გაწევა სკოლებისთვის: ინდივიდუალური სასწავლო გეგმების შემუშავებისა და მათი სასწავლო პრაქტიკაში ეფექტიანი დანერგვისთვის;

დ) სკოლების პრაქტიკული და მეთოდოლოგიური დახმარება ინკლუზიური განათლების დანერგვისა და განვითარების პროექტების განხორციელებაში. სკოლაში ინკლუზიური განათლების საკითხებზე მომუშავე ჯგუფის ფორმირება;

ე) სკოლებში სასწავლო პროცესში ჩართული სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე ბავშვების აკადემიური და სოციალური მიღწევების მონიტორინგი და შეფასება. ინკლუზიური განათლების ხელისშემშლელი ფაქტორების გამოვლენა. პრობლემების გადაჭრის ხერხებისა და რეკომენდაციების შემუშავება, სადაც განსაზღვრული იქნება სამომავლო საქმიანობის ეფექტურად განხორციელებისათვის აუცილებელი ქმედებები;

ვ) სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროებების მქონე ბავშვების მოძიება რესურს-ცენტრების, რაიონული პოლიკლინიკებისა და სოც. უზრუნველყოფის განყოფილებების საშუალებით. არსებული მონაცემთა ბაზების შევსება.

ინტეგრირებული კლასი – სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე ბავშვებით დაკომპლექტებული კლასი, რომელიც სწავლობს სპეციალური კორექციული პროგრამით და მდებარეობს ზოგადსაგანმანათლებლო სკოლის სივრცეში (შენობაში). ინტეგრირებული კლასის მოსწავლეები ჩართულები არიან ყველა სასკოლო აქტივობაში (ექსკურსია, ზეიმი, გამოფენები და სხვ.), გარდა სასწავლო პროცესისა.

ინტეგრაცია - ინკლუზიის მიღწევის ერთ-ერთ მთავარ სტრატეგიას წარმოადგენს. ინტეგრაციით განსაკუთრებული საჭიროებების მქონე მოსწავლეები თავიანთ თანატოლებთან ერთად, რომლებსაც განსაკუთრებული საჭიროებები არა აქვთ, ჩართულები არიან საგანმანათლებლო დაწესებულებებში. ასეთი მოსწავლეები ინდივიდუალური საჭიროებების მიხედვით დადგენილი პირობებით არიან უზრუნველყოფილნი, რაც მათ წარმატებულობას განაპირობებს. ინტეგრაცია არის "მოსწავლის სწავლისათვის ყველაზე მეტი შესაძლებლობის მიმწოდებელ საუკეთესო გარემოში მოთავსების" პრინციპი.

მაქსიმალურად ხელშემწყობი და ნაკლებად შემზღუდველი სასწავლო გარემო – გულისხმობს, რომ სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე ბავშვების აბსოლუტური უმრავლესობა განათლებას იღებს თანატოლებთან ერთად, რომელთაც არ გააჩნიათ სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროებები და რომ სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე ბავშვების სპეციალურ კლასებსა და სპეციალიზირებულ სკოლებში გადანაწილება ხდება მხოლოდ იმ შემთხვევაში, როდესაც ბავშვის საგანმანათლებლო საჭიროებები იმდენად მრავალფეროვანი და მძიმეა, რომ მათი დაკმაყოფილება შეუძლებელია ზოგადსაგანმანათლებლო სივრცეში.

მოდიფიცირებული საგანმანათლებლო პროგრამა (სასწავლო გეგმა) - ეროვნული სასწავლო გეგმის შემადგენელი ნაწილი, განსხვავებული სასწავლო გეგმა სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროებების მქონე მოსწავლეთათვის. მოიცავს იმ სასწავლო შედეგებს, რომელიც რეგულარული სასწავლო გეგმისგან ძირეულად განსხვავდება და სპეციფიკურად არის შერჩეული მოსწავლის განსაკუთრებული საჭიროებების მიხედვით.

მოსწავლეზე ორიენტირებული სწავლება - მოსწავლეზე ორიენტირებული სწავლება არის განათლების მიდგომა, რომელიც ფოკუსირდება მოსწავლეების საჭიროებებზე, შესაძლებლობებზე, ინტერესებზე და სწავლის სტილზე. ეს განსხვავდება მასწავლებელზე ფოკუსირებული მიდგომისაგან, სადაც მასწავლებელს აქვს ლიდერის აქტიური როლი, ხოლო მოსწავლეს პასიური მიმღების როლი. მოსწავლეზე ორიენტირებული სწავლის დროს, მოსწავლე არის აქტიური თავისი სწავლის პროცესში, ხოლო მასწავლებელი - გეზის, მიმართულების მიმცემი.

ძველი საგანმანათლებლო პროგრამები და სტანდარტები გათვლილი იყო, მეტწილად, ე. წ. „საშუალო მოსწავლეზე", რაც ნიშნავდა, რომ საშუალო აკადემიური მოსწრების მოსწავლეს უნდა შეძლებოდა სტანდარტის მოთხოვნების შესრულება. ასეთი მიდგომა გულისხმობდა, რომ მოსწავლეების ნაწილი ვერ შეასრულებდა სტანდარტს და, შესაბამისად, საგანმანათლებლო სივრცის გარეთ ხვდებოდა. ძველი საგანმანათლებლო პროგრამები ასევე პრაქტიკულად განათლების გარეშე ტოვებდა შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე ახალგაზრდა მოქალაქეებს და გზას უკეტავდა მათ შემდგომი განვითარებისთვის.

ეროვნული სასწავლო გეგმა ორიენტირებულია უკლებლივ ყველა მოსწავლეზე. სტანდარტში მოცემული ყველა შედეგი მიღწევადია თითოეული

მოსწავლისთვის. თუმცა, ყველა მოსწავლე, საკუთარი შესაძლებლობებიდან გამომდინარე, სხვადასხვაგვარი ხარისხით აღწევს ამ შედეგებს.

მოსწავლეზე ორიენტირებული სწავლების საწინააღმდეგო პრინციპებია, მაგალითად, მასალაზე, თემაზე, პრობლემაზე ორიენტირებული სწავლება, სადაც უფრო მნიშვნელოვანია არა ის, თუ ***როგორ*** სწავლობს მოსწავლე და რა მიღწევები აქვს, არამედ ის, თუ ***რას*** სწავლობს.

ნაწილობრივი ინკლუზია – გულისხმობს სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლის განსაკუთრებულ საგაკვეთილო განრიგს, რომლის თანახმად სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლე ესწრება მხოლოდ მისი ინდივიდუალური სასწავლო გეგმით გათვალისწინებულ გაკვეთილებს.

პარაოლიმპიური თამაშები - ფიზიკური პრობლემების მქონე ადამიანების სპორტული შეჯიბრება. ამ ასპარეზობაში მონაწილეობას იღებენ შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე ათლეტები (ამპუტაცია, ცერებრალური დამბლა, გადაადგილების შეზღუდვა), ასევე, მხედველობის დაქვეითების მქონე სპორტსმენები. პარაოლიმპიური თამაშები ტარდება ყოველ ოთხ წელიწადში ერთხელ, ქრონოლოგიურად მიჰყვება ძირითად ოლიმპიურ თამაშებს. პარაოლიმპიური თამაშების ორგანიზატორია პარაოლიმპიური საერთაშორისო კომიტეტი.

პანდუსი - (ფრანგ. pente dous - დამრეცი ფერდობი) სწორკუთხა ფორმის ან მრუდწრიული ფორმის დახრილი ბაქანი, რომელსაც იყენებენ კიბის ნაცვლად იმისათვის, რომ ფიზიკური შეზღუდვის მქონე პირს, რომელიც გადაადგილდება ეტლით, არ გაუჭირდეს მოძრაობა.

რესურს-ოთახი – არის ზოგადსაგანმანათლებლო სკოლის სივრცეში არსებული ოთახი, რომელიც აღჭურვილია მოსწავლეების სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროებების დაკმაყოფილების ყველა აუცილებელი მატერიალურ-ტექნიკური საშუალებით: ადაპტირებული ავეჯი, მრავალფეროვანი თვალსაჩინო სასწავლო მასალა, აუდიო-ვიდეო აპარატურა, კომპიუტერი, პრინტერი, ქსეროქსი. რესურს-ოთახს ემსახურება სკოლის ფსიქოლოგი, სპეციალური პედაგოგი, მეტყველების თერაპევტი და ყველა ის მასწავლებელი, რომელიც სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე ბავშვების ინკლუზიური განათლების პროცესში მონაწილეობს. რესურს-ოთახი სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლეთა საგაკვეთილო განრიგის შემადგენელი ნაწილია, სადაც მათ შესაძლებლობა ეძლევათ, საჭიროებისამებრ, დაისვენონ, ინდივიდუალურად და/ან ჯგუფურად იმეცადინონ. სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლის რესურს-ოთახში ყოფნის ინტენსივობას მისი ინდივიდუალური სასწავლო გეგმა განსაზღვრავს.

სასწავლო მიზანი - სასწავლო მიზანი არის მოსწავლის/სტუდენტის მიერ სწავლით შესაძენი წინასწარ განსაზღვრული შედეგი და ახალი გამოცდილება. იგი მოიცავს მოსწავლეთა უმრავლესობის მიერ ასათვისებელი ინფორმაციის,

უნარ-ჩვევებისა და ღირებულებების ერთობლიობას (შესაბამისად, შინაარსი, მოცულობა, სირთულე, განვითარების დონე და ტენდენცია).

სასწავლო მიზნებს განსაზღვრავს მასწავლებელი ან საგანმანათლებლო დაწესებულება, სასწავლო პროცესის ნებისმიერი მონაკვეთისთვის (გაკვეთილი, სასწავლო კვირა, ტრიმესტრი, სასწავლო წელი, სწავლის საფეხური და სხვ.). სასწავლო მიზნების განსაზღვრა ეფუძნება მოსწავლეთა ***მისწრაფებების, საჭიროებებისა*** და ***შესაძლებლობების*** ანალიზის შედეგებს. გათვალისწინებულია მოსწავლის ფიზიკური თუ ფსიქიკური მონაცემები, ასევე ასაკის შესაფრისი შესაძლებლობები და ასაკის შესაფერისი ინტერესები.

სასწავლო მიზნები, ზოგადად, განსაზღვრავს სასწავლო გეგმებს. საქართველოში საჯარო სკოლების სასწავლო მიზნები ეფუძნება ეროვნული სასწავლო გეგმის მოთხოვნებს, ხოლო მასწავლებლის მიერ დასახული სასწავლო გეგმები – სკოლის სასწავლო გეგმის მოთხოვნებს. ეროვნული სასწავლო გეგმა კი საქართველოს ზოგადი განათლების ეროვნული მიზნებით განისაზღვრება.

სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლე - მოსწავლე, რომელსაც განსხვავებული და სპეციფიკური სასწავლო მოთხოვნები გააჩნია და განსხვავებულ სასწავლო სტრატეგიისა და ინდივიდუალური სასწავლო გეგმის შემუშავებას საჭიროებს სკოლის მხრიდან. განსაკუთრებული საგანმანათლებლო მოთხოვნებისა და საჭიროებების მქონე მოსწავლედ ითვლება:

1. შეზღუდული შესაძლებლობებისა და შეფერხებული განვითარების მქონე მოსწავლეები;
2. სწავლის უნარის დაქვეითებისა და სოციალური ჩამორჩენის მქონე მოსწავლეები;
3. ყველა ის მოსწავლე, ვინც სკოლიდან და სასწავლო პროცესიდან გარიყულია.

სრული ინკლუზია - გულისხმობს სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლის საგაკვეთილო განრიგს, რომლის თანახმადაც იგი ესწრება ყველა გაკვეთილს.

სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე ბავშვი (მოსწავლე) – ყველა ბავშვი, რომელიც ხასიათდება:

1. ფიზიკური და გონებრივი განვითარების დარღვევით;
2. მხედველობისა და სმენის დარღვევით;
3. მეტყველების, ქცევისა და ემოციური განვითარების დარღვევით;
4. რომელთაც აქვთ გრძელვადიანი მკურნალობის/ჰოსპიტალიზაციის საჭიროება;
5. რომლებიც წარმოადგენენ ეროვნულ უმცირესობებს;
6. რომლებიც არიან სოციალურად დაუცველნი;
7. რომელთაც სწავლასთან დაკავშირებული სირთულეების გამო საგანმანათლებლო პროცესიდან გარიყვა ემუქრებათ.

სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროებების მქონე ბავშვის იდენტიფიკაცია და შეფასება – სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე ბავშვის იდენტიფიკაცია გულისხმობს ბავშვის ფსიქიკური განვითარების

დარღვევისა და სწავლის სირთულეების აღმოჩენასა და დადგენას, ხოლო შეფასება გულისხმობს ამ დარღვევების ბუნების, ხარისხისა და მიზეზების განსაზღვრას.

სპეციალური პედაგოგი – არის უმაღლესი განათლების მქონე პედაგოგი, რომელიც ზედმიწევნით კარგად იცნობს სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე ბავშვთა აღზრდის, განვითარების, განათლებისა და საზოგადოებაში მათი ინტეგრაციის საკითხებს. სპეციალურ პედაგოგს შეუძლია ფსიქო-პედაგოგიური სწავლების ტექნიკების პრაქტიკაში გამოყენება, სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლეების პედაგოგიური შეფასება და ინდივიდუალური სასწავლო გეგმის შედგენა. აგრეთვე სპეციალური პედაგოგის ფუნქციაა დახმარება აღმოუჩინოს და ასისტირება გაუწიოს ზოგადსაგანმანათლებლო სკოლის პედაგოგებს სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე ბავშვების ინკლუზიური განათლების პროცესში.

სპეციალური ოლიმპიადა - არაკომერციული საერთაშორისო ორგანიზაცია, რომელიც ორგანიზებას უკეთებს და ატარებს სპეციალურ სპორტულ ოლიმპიადას გონებრივი განვითარების დარვევისა და ინტელექტუალური პრობლემების მქონე ადამიანებისათვის. ოლიმპიადა ტარდება ყოველ ორ წელიწადში ერთხელ და მოიცავს ზამთრისა და ზაფხულის ოლიმპიური სპორტის 30 სახეობას.

შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე მოსწავლეები (შშმ) - „შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე მოსწავლე'' არის ბავშვი, რომლის მდგომარეობა შეზღუდული შესაძლებლობის კატეგორიის დიაგნოსტიკური კრიტერიუმების მიხედვითაა განსაზღვრული. შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე ბავშვს აღენიშნება განვითარების დარღვევის ერთი ან რამდენიმე სახე. ასეთ მოსწავლეს განსაკუთრებული საგანმანათლებლო მოთხოვნები და მოთხოვნილებები აქვს. სიტყვა "ინვალიდი" 1995 წლიდან, საქართველოს პარლამენტის დადგენილებით, ამოღებულია ხმარებიდან და ჩანაცვლებულია ტერმინით „შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე პირი".

შეფასება - ინფორმაციის შეგროვების სისტემატური პროცესი, მოსწავლისათვის შესაბამისი საგანმანათლებლო გადაწყვეტილებების მიღების მიზნით. ეს არის ურთიერთთანამშრომლობაზე აგებული და პროგრესული პროცესი, რომელიც მოსწავლეთა ძლიერი მხარეებისა და საჭიროებების, ასევე მათთვის მიზნების დასადგენად არის შედგენილი. შეფასების შედეგია შერჩეული საგანმანათლებლო სტრატეგიების იდენტიფიკაცია და განხორციელება.

ფსიქოლოგის საქმიანობა – გულისხმობს: ფსიქოლოგიური და პედაგოგიური ტესტების ჩატარებას; ტესტების (შეფასების) შედეგების ინტერპრეტაციას; ბავშვის ქცევასა და სწავლასთან დაკავშირებული ყველა ინფორმაციის მოპოვებას, ინტეგრირებასა და ინტერპრეტაციას; კონსულტაციებს გუნდის დანარჩენ წევრებთან იმისთვის, რომ სასწავლო პროცესის დაგეგმვა განხორციელდეს ტესტირების, მშობელთა ინტერვიუირების და

ქცევის შეფასების შედეგად მოპოვებული ინფორმაციის საფუძველზე და მაქსიმალურად იყოს გათვალისწინებული ბავშვის ყველა საგანმანათლებლო საჭიროება; ფსიქოლოგიური კონსულტირების დაგეგმვასა და წარმართვას სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე ბავშვებთან და მათ მშობლებთან; მასწავლებლებთან ერთად ქცევის გაუმჯობესების სტრატეგიების დაგეგმვას.

ცერებრალური დამბლა - იმ სინდრომთა ჯგუფია, რომლებიც აღმოცენდება ბავშვის თავის ტვინის პერინატალური (მშობიარობის პერიოდში) და პოსტნატალური (დაბადებიდან პირველ თვეებში) დაზიანების შედეგად. იგი ვლინდება ბავშვის მოტორული განვითარების - კუნთთა ტონუსისა და მოძრაობის კოორდინაციის დარღვევით.

ლიტერატურა

1. ეროვნული სასწავლო გეგმა, 2011-2016.
2. Allan, J. 2001. *Actively Seeking Inclusion: Pupils with Special Needs in Mainstream Schools*. London: Falmer Press.
3. Ануфриев А.Ф. Костромина С.Н., 1997. Как преодолеть трудности в обучении детей Издательство “Ось-89”.
4. CSIE. 2003. *Index for Inclusion: developing learning and participation in schools*. Centre for Studies on Inclusive Education 2003 [cited 2003]. Available from
5. სალამანკას დეკლარაცია The Salamanka Statement and Framework For Action On Special Educational Needs Education.
6. ბავშვთა უფლებების კონვენცია - Declaration of the Rights of the Child.
7. პაჭკორია თ. - „ინკლუზიური განათლება - ცნებები და ტერმინები”, 2011 წ.
8. ინკლუზიური განათლება - „ვისწავლოთ ერთად”, 2008წ.
9. პაჭკორია თ. ბაგრატიონი მ. ლაღიძე ა. - „ინკლუზიური განათლება - გზამკვლევი მასწავლებლებისათვის”, 2009 წ.
10. ”ინვალიდთა კინეზოკორექციის თავისებურებანი“, თბილისი, 2008 წ.
11. მიქიაშვილი თ. აფციაური ლ. გულბანი ნ. - „მოძრავი თამაშობანი, როგორც მოზარდ ინვალიდთა ფიზიკური რეაბილიტაციის ერთ-ერთი საშუალება. საქართველოს სახელწიფო ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის აკადემია, ISSN1512-1259. სამეცნიერო შრომათა კრებული ტ. XX. თბილისის უნივერსიტეტის გამომცემლობა, თბილისი 2002, გვ. 95-96.
12. მიქიაშვილი თ. - „სპეციალური ოლიმპიადა და ადაპტური ფიზიკური აღზრდა“, თბილისი, „ცაიტნოტი“, 2005 წ.
13. აფციაური ლ. - ზოგადსაგანმანათლებლო სკოლის ფიზიკური აღზრდის დამხმარე სახელმძღვანელო. „ფიზკულტურა I”, თბილისი, 2007-2008 წ.წ.
14. აფციაური ლ. ტუღუში მ. - ზოგადსაგანმანათლებლო სკოლის ფიზიკური აღზრდის დამხმარე სახელმძღვანელო. „ფიზკულტურა II”, თბილისი, 2007-2008 წ.წ.
15. აფციაური ლ. ტუღუში მ. - ზოგადსაგანმანათლებლო სკოლის ფიზიკური აღზრდის დამხმარე სახელმძღვანელო. „ფიზკულტურა III” თბილისი 2007-2008 წ.
16. ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის თეორისა და მეთოდიკის საფუძვლები. - საქართველოს ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის აკადემია. თბილისი უნივერსიტეტის გამომცემლობა. თბილისი 2002 წ.