



Μαθητές με φυσικές ή σωματικές αναπηρίας

Παράλυση



Παράλυση



Οδηγίες για την τάξη (έμφαση στις μεθόδους διδασκαλίας)

1. **Ενημερώστε τους μαθητές για την παρουσία ενός συμμαθητή με παράλυση** (π.χ. μέσω εργασιών, συζήτησης, συμμετοχής γονέων, αφήγησης, συμμετοχής του ίδιου του μαθητή και ανάλογα με την ηλικία της τάξης), προσέχοντας να μην στιγματίζει τον μαθητή ή να κάνει αισθάνεται άβολα.
2. **Παρέχετε δραστηριότητες που προωθούν την αποδοχή, την κριτική σκέψη, την ενεργό συμμετοχή** όλων των μαθητών και την υποστήριξη, προκειμένου να αποφευχθεί η περιθωριοποίηση. [Αναφορά: <http://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/13603116.2012.717638>]
3. **Βεβαιωθείτε ότι κάθε μαθητής έχει ένα ρόλο στις δραστηριότητες της τάξης.**
4. **Χρησιμοποιήστε διάφορες μεθόδους διδασκαλίας** για να προσφέρετε ίσες ευκαιρίες συμμετοχής σε εκείνους τους μαθητές με παράλυση.
5. **Παρέχετε ένα συγκεκριμένο σύνολο διδακτικού υλικού σε ψηφιακή μορφή**, έτσι ώστε οι μαθητές με παράλυση να μην χρειάζεται να μεταφέρουν βαριά βιβλία μέσα και έξω από το σχολείο και την τάξη.
6. **Παρέχετε αντίγραφα σημειώσεων καθηγητών ή καταγεγραμμένες διαλέξεις**, καθώς και ψηφιακές σημειώσεις για μαθητές που χρησιμοποιούν τεχνολογία.
7. **Να δείχνετε κατανόηση με θέματα όπως η καθυστέρηση, οι απουσίες**, οι συντομευμένες σχολικές ημέρες, η κόπωση, η αλλαγή στη διάθεση και η χαμένη εργασία εξαιτίας των περιόδων φυσικοθεραπείας.
8. **Παρέχετε επιλογές για υποστηρικτική διδασκαλία ή επιπλέον χρόνο** για να δημιουργήσουν και να ολοκληρώσουν εργασίες.
9. **Διαφοροποιήστε τα διαγωνίσματα και την αξιολόγηση παρέχοντας επιλογές ανάλογα με τις ατομικές ανάγκες ενός μαθητή.** Αυτά θα μπορούσαν να είναι πρόσθετα διαγωνίσματα, διαγωνίσματα πρόσωπο-με-πρόσωπο, εναλλακτική λειτουργία απόκρισης και χρήση φορητού υπολογιστή ή / και άλλης βοηθητικής τεχνολογίας.
10. **Συμπεριλάβετε όλους τους τύπους δραστηριοτήτων** για να ευνοηθεί η συμμετοχή των μαθητών με παράλυση.
11. **Λάβετε υπόψη τις φυσικές και επικοινωνιακές ανάγκες του μαθητή κατά το σχεδιασμό του ωραρίου μαθημάτων.** Οι αίθουσες διδασκαλίας πρέπει να είναι κοντά, ώστε να ελαχιστοποιείται η απόσταση που περπατάει καθ 'όλη τη διάρκεια της ημέρας ή ο χρόνος που μένει στο σχολείο ο μαθητής.

12. Εάν οι μαθητές χρησιμοποιούν αναπηρικές καρέκλες, όπου είναι δυνατόν, τοποθετήστε τον εαυτό σας στο επίπεδο των ματιών τους όταν τους μιλάτε.
13. Ο πίνακας στην τάξη ίσως χρειαστεί να μειωθεί καθ' ύψος αν ο μαθητής βρίσκεται σε αναπηρική καρέκλα.
14. Χρησιμοποιήστε χαρακτηριστικά προσβασιμότητας ή / και διαθέσιμη βοηθητική τεχνολογία για την παροχή (φυσικής) πρόσβασης.
15. Παρέχετε ευκαιρίες για τη χρήση βοηθητικής τεχνολογίας και εναλλακτικών μέσων επικοινωνίας (εάν χρησιμοποιούνται ή είναι απαραίτητα) για συμμετοχή στην τάξη.



Οδηγίες για το Σχολείο (έμφαση στις μεθόδους διδασκαλίας)

Τμηματοποίηση Τάξεων / Διαρρύθμιση

Εξασφαλίστε κατάλληλες προσαρμογές, διαρρυθμίσεις και τροποποιήσεις στις οδηγίες και άλλες δραστηριότητες, συμπεριλαμβανομένης της διαθεσιμότητας βοηθητικής τεχνολογίας.

Κοινότητα

1. Διοργανώστε συναντήσεις μεταξύ των γονέων και του προσωπικού, συμπεριλαμβανομένων άλλων επαγγελματιών που εργάζονται με τους μαθητές, όπως ο φυσιοθεραπευτής, ώστε να μάθετε όσο το δυνατόν περισσότερο για τη διάγνωση, τις παρατηρήσεις τους για το σημερινό επίπεδο ικανότητας και τις πιθανές ανάγκες του μαθητή κατά τη διάρκεια του σχολικού έτους. Σχεδιάστε ένα σχολικό πρόγραμμα για να αυξήσετε το επίπεδο ευαισθητοποίησης των εκπαιδευτικών, των άλλων μαθητών και των γονέων σχετικά με την παράλυση.
2. Βρείτε και έχετε διαθέσιμα στοιχεία επικοινωνίας τοπικών / εθνικών ενώσεων για παράλυση και πιο συγκεκριμένες ενώσεις, εάν υπάρχουν, για περαιτέρω πληροφορίες και υποστήριξη.

Προσαρμογή στο Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα

Προσαρμόστε ή διαφοροποιήστε τα μαθησιακά καθήκοντα και άλλες εξωσχολικές δραστηριότητες προκειμένου να μειωθεί η εγκατάλειψη του σχολείου, συμπεριλαμβανομένων των εργασιών στο σπίτι, των εκπαιδευτικών δραστηριοτήτων και των αθλητικών αγώνων.

[Αναφορά: <https://www.christopherreeve.org/living-with-paralysis/for-parents/education-for-children-living-with-paralysis-1>]

Πειθαρχία

Παρακολουθήστε την ασφάλεια του μαθητή κατά τη διάρκεια διδακτικών και εξωσχολικών δραστηριοτήτων, κατά τη διάρκεια μαθημάτων, διακοπών ή άλλων δραστηριοτήτων.

Εκπαιδευτικές Επισκέψεις / Εκδρομές / Κατασκηνώσεις / Σχολικές Ανταλλαγές / Εκδρομές στο Εξωτερικό

Προσαρμόστε ή διαφοροποιήστε τα μαθησιακά καθήκοντα και άλλες εξωσχολικές δραστηριότητες προκειμένου να μειωθεί η εγκατάλειψη του σχολείου, συμπεριλαμβανομένων των εργασιών στο σπίτι, των εκπαιδευτικών δραστηριοτήτων και των αθλητικών αγώνων.

[Αναφορά: <https://www.christopherreeve.org/living-with-paralysis/for-parents/education-for-children-living-with-paralysis-1>]

Εργασία για το σπίτι

Προσαρμόστε ή διαφοροποιήστε τα μαθησιακά καθήκοντα και άλλες εξωσχολικές δραστηριότητες προκειμένου να μειωθεί η εγκατάλειψη του σχολείου, συμπεριλαμβανομένων των εργασιών στο σπίτι, των εκπαιδευτικών δραστηριοτήτων και των αθλητικών αγώνων.

[Αναφορά: <https://www.christopherreeve.org/living-with-paralysis/for-parents/education-for-children-living-with-paralysis-1>]

Γονείς / Σύλλογοι Γονέων

1. **Διοργανώστε συναντήσεις μεταξύ των γονέων και του προσωπικού, συμπεριλαμβανομένων άλλων επαγγελματιών που εργάζονται με τους μαθητές**, όπως ο φυσιοθεραπευτής, ώστε να μάθετε όσο το δυνατόν περισσότερο για τη διάγνωση, τις παρατηρήσεις τους για το σημερινό επίπεδο ικανότητας και τις πιθανές ανάγκες του μαθητή κατά τη διάρκεια του σχολικού έτους. Σχεδιάστε ένα σχολικό πρόγραμμα για να αυξήσετε το επίπεδο ευαισθητοποίησης των εκπαιδευτικών, των άλλων μαθητών και των γονέων σχετικά με την παράλυση.
2. **Συμπεριλάβετε τις οικογένειες στη διαδικασία κάθε σταδίου λήψης αποφάσεων** για την εκπαίδευση του μαθητή και παρέχετε επαρκείς πληροφορίες [Αναφορά: <http://patient.info/doctor/disability-in-childhood>]
3. Διευκολύνετε την οικογενειακή υποστήριξη και εμπιστοσύνη στην ανάπτυξη ενός παιδιού με παράλυση.
4. **Για τους μαθητές με περιοδική παράλυση, είναι εξαιρετικά σημαντικό το προσωπικό του σχολείου να είναι ευέλικτο και να επιτρέπει στον μαθητή να προσαρμόζει τη συμπεριφορά του** όπως απαιτείται για την αποφυγή επεισοδίων. [Αναφορά: <http://hkpp.org/school-aged-child-periodic-paralysis>]

5. **Συνεργαστείτε με τους γονείς ως προς τη διατροφή του κάθε μαθητή.** Αυτές οι οδηγίες προορίζονται να δώσουν στο προσωπικό του σχολείου κάποια κατανόηση των γενικών αναγκών των ατόμων με περιοδική παράλυση. [Αναφορά: <http://hkpp.org/school-aged-child-periodic-paralysis>]

Ασφάλεια

1. **Βεβαιωθείτε ότι υπάρχουν προφυλάξεις έκτακτης ανάγκης και ότι το προσωπικό είναι κατάλληλα εκπαιδευμένο εάν επηρεαστεί η αναπνοή ή ο καρδιακός ρυθμός του μαθητή.**
[Αναφορά: <http://hkpp.org/school-plan-for-student-periodic-paralysis>]
2. **Παρακολουθήστε το μαθητή για σημάδια αδυναμίας, αδεξιότητας, μεταβολών χρώματος (μπορεί να κοκκινίσει ή να χάσει το χρώμα του) και / ή τρέμουλο.** Οι μαθητές με παράλυση μπορούν να ωθήσουν τον εαυτό τους πέρα από τα ασφαλή όρια για να συμβαδίσουν με τους συνομηλίκους τους.
3. **Παρέχετε χώρο για τις ακούσιες κινήσεις του μαθητή (π.χ. σε περίπτωση αθέτωσης) για την ασφάλειά του / της και των άλλων.** [Αναφορά: <http://hkpp.org/school-plan-for-student-periodic-paralysis>]
4. **Παρέχετε πρόσβαση και διευκολύνσεις για την ανάπτυξη συνεκτικών σχολικών προγραμμάτων, εκδηλώσεων και εορτασμών για όλους τους μαθητές,** παρέχοντας δυνατότητες συμμετοχής σε άτομα με παράλυση, όπως ασφαλείς συνθήκες, διαμονή σε αίθουσες και παρακολουθούμενη κυκλοφορία στους διαδρόμους.
5. Παρακολουθήστε την ασφάλεια του μαθητή κατά τη διάρκεια διδακτικών και εξωσχολικών δραστηριοτήτων, κατά τη διάρκεια μαθημάτων, διακοπών ή άλλων δραστηριοτήτων.
6. **Για τους μαθητές με περιοδική παράλυση, είναι εξαιρετικά σημαντικό το προσωπικό του σχολείου να είναι ευέλικτο και να επιτρέπει στον μαθητή να προσαρμόζει τη συμπεριφορά του όπως απαιτείται για την αποφυγή επεισοδίων.** [Αναφορά: <http://hkpp.org/school-aged-child-periodic-paralysis>]
7. **Συνεργαστείτε με τους γονείς ως προς τη διατροφή του κάθε μαθητή.** Αυτές οι οδηγίες προορίζονται να δώσουν στο προσωπικό του σχολείου κάποια κατανόηση των γενικών αναγκών των ατόμων με περιοδική παράλυση. [Αναφορά: <http://hkpp.org/school-aged-child-periodic-paralysis>].
8. **Βεβαιωθείτε ότι σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης, το σχέδιο εκκένωσης επιτρέπει στους μαθητές με παράλυση να βγουν με ασφάλεια από το κτίριο.**

Σχολικά Διαλλείματα

Παρακολουθήστε την ασφάλεια του μαθητή κατά τη διάρκεια διδακτικών και εξωσχολικών δραστηριοτήτων, κατά τη διάρκεια μαθημάτων, διακοπών ή άλλων δραστηριοτήτων.

Σχολικοί Εορτασμοί / Εκδηλώσεις / Δραστηριότητες

Παρέχετε πρόσβαση και διευκολύνσεις για την ανάπτυξη συνεκτικών σχολικών προγραμμάτων, εκδηλώσεων και εορτασμών για όλους τους μαθητές, παρέχοντας δυνατότητες συμμετοχής σε άτομα με παράλυση, όπως ασφαλείς συνθήκες, διαμονή σε αίθουσες και παρακολουθούμενη κυκλοφορία στους διαδρόμους.

Υποστήριξη Μαθητών

1. **Επιτρέψτε χρόνο για μετακίνηση για μαθητές που πρέπει να αλλάξουν δωμάτια για μαθήματα** προκειμένου να μετακινούνται με ασφάλεια και έγκαιρα στην επόμενη τάξη τους. Εάν απαιτείται, ένας συμμαθητής, φίλος ή βοηθός μπορεί να φέρει βιβλία και άλλα υλικά μεταξύ των τάξεων, μπορείτε να αναθέσετε ρόλους ή να δημιουργήσετε ομάδες στην τάξη με τη συμμετοχή του μαθητή με παράλυση.
[Αναφορά: <http://hkpp.org/school-plan-for-student-periodic-paralysis>]
2. **Διοργανώστε συναντήσεις μεταξύ των γονέων και του προσωπικού, συμπεριλαμβανομένων άλλων επαγγελματιών που εργάζονται με τους μαθητές**, όπως ο φυσιοθεραπευτής, ώστε να μάθετε όσο το δυνατόν περισσότερο για τη διάγνωση, τις παρατηρήσεις τους για το σημερινό επίπεδο ικανότητας και τις πιθανές ανάγκες του μαθητή κατά τη διάρκεια του σχολικού έτους. Σχεδιάστε ένα σχολικό πρόγραμμα για να αυξήσετε το επίπεδο ευαισθητοποίησης των εκπαιδευτικών, των άλλων μαθητών και των γονέων σχετικά με την παράλυση.
3. **Βρείτε και έχετε διαθέσιμα στοιχεία επικοινωνίας τοπικών / εθνικών ενώσεων** για παράλυση και πιο συγκεκριμένες ενώσεις, εάν υπάρχουν, για περαιτέρω πληροφορίες και υποστήριξη.
4. **Συμβουλευτείτε τον φυσιοθεραπευτή του μαθητή, τον λογοθεραπευτή και τον επαγγελματία θεραπευτή** σχετικά με τον τρόπο με τον οποίο θα ικανοποιήσετε καλύτερα τη θέση/κάθισμα του μαθητή, την τοποθέτηση στην τάξη, τις διατροφικές και επικοινωνιακές ανάγκες.

Επαγγελματική Επιμόρφωση Δασκάλων/Καθηγητών

Παρέχετε εκπαίδευση για τους εκπαιδευτικούς που έχουν μαθητές με παράλυση στις τάξεις τους.

Τεχνολογία

Εξασφαλίστε κατάλληλες προσαρμογές, διαρρυθμίσεις και τροποποιήσεις στις οδηγίες και άλλες δραστηριότητες, συμπεριλαμβανομένης της διαθεσιμότητας βοηθητικής τεχνολογίας.

Προγραμματισμός

1. **Επιτρέψτε χρόνο για μετακίνηση για μαθητές που πρέπει να αλλάξουν δωμάτια για μαθήματα** προκειμένου να μετακινούνται με ασφάλεια και έγκαιρα στην επόμενη τάξη τους. Εάν απαιτείται, ένας συμμαθητής, φίλος ή βοηθός μπορεί να φέρει βιβλία και άλλα υλικά μεταξύ των τάξεων, μπορείτε να αναθέσετε ρόλους ή να δημιουργήσετε ομάδες στην τάξη με τη συμμετοχή του μαθητή με παράλυση.

[Αναφορά: <http://hkpp.org/school-plan-for-student-periodic-paralysis>]

2. **Για τους μαθητές με περιοδική παράλυση, είναι εξαιρετικά σημαντικό το προσωπικό του σχολείου να είναι ευέλικτο** και να επιτρέπει στον μαθητή να προσαρμόζει τη συμπεριφορά του όπως απαιτείται για την αποφυγή επεισοδίων.

[Αναφορά: <http://hkpp.org/school-aged-child-periodic-paralysis>]

Υποστηρικτική βιβλιογραφία

Ορισμός: Η παράλυση ορίζεται ως πλήρης απώλεια δύναμης σε ένα επηρεασμένο άκρο ή μια μυϊκή ομάδα

[Αναφορά: <http://medical-dictionary.thefreedictionary.com/juvenile+paralysis+agitans+%28of+Hunt%29>].

Η παράλυση ορίζεται επίσης ως η απώλεια μυϊκής λειτουργίας σε ένα μέρος του σώματος. Μπορεί να εντοπιστεί ή να γενικευθεί, να είναι μερική ή πλήρης, προσωρινή ή μόνιμη.

[Αναφορά: <http://www.healthline.com>]

Περιγραφή

Η αλυσίδα των νευρικών κυττάρων που τρέχει από τον εγκέφαλο μέσω του νωτιαίου μυελού έξω στους μύες ονομάζεται κινητήριο μονοπάτι. Η κανονική λειτουργία των μυών απαιτεί άθικτες συνδέσεις καθ' όλη τη διαδρομή αυτής της όδευσης. Η ζημιά σε οποιοδήποτε σημείο μειώνει την ικανότητα του εγκεφάλου να ελέγχει τις κινήσεις των μυών. Αυτή η μειωμένη αποτελεσματικότητα προκαλεί ατονία, που ονομάζεται αλλιώς πάρεση. Η πλήρης απώλεια της επικοινωνίας δε αποτρέπει οποιαδήποτε κίνηση. Αυτή η έλλειψη ελέγχου ονομάζεται παράλυση. Ορισμένες κληρονομικές ανωμαλίες στους μύες προκαλούν περιοδική παράλυση στην οποία η ατονία κάνει εμφάνιση ανά διαστήματα και όχι συνέχεια.

Η γραμμή μεταξύ ατονίας και παράλυσης δεν είναι απόλυτη. Μια κατάσταση που προκαλεί ατονία μπορεί να προχωρήσει σε παράλυση. Από την άλλη πλευρά, η δύναμη μπορεί να αποκατασταθεί σε ένα παράλυτο άκρο. Η αναγέννηση ή η ανάπλαση των νεύρων είναι ένας τρόπος με τον οποίο η δύναμη μπορεί να επιστρέψει σε έναν παραλυμένο μυ. Η παράλυση προκαλεί σχεδόν πάντα μια αλλαγή στο μυϊκό τόνο. Ο παραλυμένος μυς μπορεί να είναι χαλαρός, αδύναμος και χωρίς αξιοσημείωτο τόνο ή μπορεί να είναι σπαστικός, σφιχτός και με ασυνήθιστα υψηλό τόνο που

αυξάνεται όταν ενεργοποιείται ο μυς. Η παράλυση μπορεί να επηρεάσει ένα μεμονωμένο μυ, αλλά συνήθως επηρεάζει ολόκληρο το σώμα.

Η κατανομή της ατονίας είναι μια σημαντική ένδειξη για τη θέση της νευρικής βλάβης που προκαλεί την παράλυση.

Οι λέξεις που περιγράφουν την κατανομή της παράλυσης χρησιμοποιούν το επίθημα "-πληγία", από την ελληνική λέξη "πληγή". Οι τύποι παράλυσης ταξινομούνται ανά περιοχή του προσβεβλημένου σώματος:

- **μονοπληγία**, που επηρεάζει μόνο ένα άκρο
- **διπληγία**, που επηρεάζει την ίδια περιοχή και στις δύο πλευρές του σώματος (τους δύο βραχίονες, για παράδειγμα, ή και τις δύο πλευρές του προσώπου)
- **ημιπληγία**, που επηρεάζει τη μία πλευρά του σώματος
- **παραπληγία**, που επηρεάζει και τα δύο πόδια και τον κορμό
- **τετραπληγία**, που επηρεάζει και τα τέσσερα άκρα και τον κορμό

Η απώλεια λειτουργίας που προκαλείται από μακροχρόνια παράλυση μπορεί να αντιμετωπιστεί μέσω ενός συνολικού προγράμματος αποκατάστασης <http://medical-dictionary.thefreedictionary.com/rehabilitation>.

Η Αποκατάσταση περιλαμβάνει:

- **Φυσικοθεραπεία**
Ο φυσικοθεραπευτής επικεντρώνεται στην κινητικότητα. Η φυσικοθεραπεία βοηθά στην ανάπτυξη στρατηγικών για την αντιστάθμιση της παράλυσης με τη χρήση των μυών που εξακολουθούν να έχουν φυσιολογική λειτουργία, τη διατήρηση και την οικοδόμηση δύναμης και ελέγχου στους επηρεασμένους μύες και τη διατήρηση της εμβέλειας κίνησης στα προσβεβλημένα άκρα
- **Εργοθεραπεία**
Ο εργοθεραπευτής επικεντρώνεται σε καθημερινές δραστηριότητες όπως φαγητό και προσωπική υγιεινή. Η εργοθεραπεία αναπτύσσει ειδικά εργαλεία και τεχνικές που επιτρέπουν την αυτο-φροντίδα και προτείνει τρόπους για την τροποποίηση του σπιτιού και του χώρου εργασίας έτσι ώστε ένας ασθενής με βλάβη να μπορεί να διάγει μια φυσιολογική ζωή.
- **Άλλες Θεραπείες**
Η φύση της βλάβης μπορεί να σημαίνει ότι ο ασθενής χρειάζεται τις υπηρεσίες του αναπνευστικού θεραπευτή, του συμβούλου επαγγελματικής αποκατάστασης, του κοινωνικού λειτουργού, του παθολόγου της ομιλίας ή λογοθεραπευτή, του διατροφολόγου, του δασκάλου ειδικής αγωγής, του ψυχοθεραπευτή που αναλαμβάνει ψυχαγωγικές και κοινωνικές δραστηριότητες ή του κλινικού ψυχολόγου.

Ιστοσελίδες και Εκθέσεις Ευρωπαϊκής Ένωσης

European Accessibility Act 2015 <http://ec.europa.eu/social/main.jsp?catId=1202>

The EU's strategic framework for European cooperation in education and training (ET 2020) - http://ec.europa.eu/education/policy/strategic-framework_en
<http://www.atia.org/at-resources/what-is-at>

<http://medical-dictionary.thefreedictionary.com/juvenile+paralysis+agitans+%28of+Hunt%29>
<http://hkpp.org/school-aged-child-periodic-paralysis>
<http://hkpp.org/school-plan-for-student-periodic-paralysis>
<http://patient.info/doctor/disability-in-childhood>
<https://www.christopherreeve.org/living-with-paralysis/for-parents/education-for-children-living-with-paralysis-1>
https://www.google.ro/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=5&ved=0ahUKEwi_jpemrabRAhUWOIAKHdjXDkcQFghNMAQ&url=https%3A%2F%2Fwww.unicef.org%2Fdisabilities%2Ffiles%2FFacsheet_A5_Web_NEW.pdf&usg=AFQjCNG6AIMybr-vlC1xABuEUUtZT42F5Q&bvm=bv.142059868,d.ZWM&cad=rjt
<http://isabellelorelai.wordpress.com/tag/asociatia-copii-suflete-sperante>
Asociatia umanitara Marta Maria, <http://www.martamaria.ro/>
Asociatia Vreau si eu sa merg, <http://www.vreausieusamerg.ro/>
Asociația Copii Suflete Speranțe' <http://isabellelorelai.wordpress.com/tag/asociatia-copii-suflete-sperante>

Αναφορές

Engin A, et al, (2006), Tick paralysis with atypical presentation: isolated, reversible involvement of the upper trunk of brachial plexus, Emergency Medical Journal, 23(7): e42.

Batshaw, M., et al, (2012), Children with disabilities, Paul H. Brookes Pub.

Bouck C. E., (2016), Assistive technology, Sage Publications