



1

Rozwinięcie tematu

Osoby, które mają problemy z poruszaniem się – jak możemy im pomóc?

JAK DOSTOSOWAĆ OTOCZENIE?

1. Eliminowanie barier architektonicznych

- Rampy i podjazdy zamiast schodów.
- Szerokie drzwi i korytarze umożliwiające przejazd wózkiem.
- Windy w budynkach wielopiętrowych.

2. Dostosowanie sal lekcyjnych

- Ławki i stoły dostępne dla osób na wózkach.
- Przestrzeń do swobodnego poruszania się.

3. Dostosowanie toalet i innych pomieszczeń

- Uchwyty i poręcze w toaletach.
- Odpowiednia wysokość umywalek i włączników światła.

JAK RÓWIEŚNICY MOGĄ POMÓC?

• Być przyjacielem

- Traktować tak samo jak innych kolegów i koleżanki.
- Słuchać i rozmawiać, dzielić się zainteresowaniami.

• Pomagać w codziennych czynnościach

- Noszenie plecaka, jeśli jest to trudne.
- Pomoc w przemieszczaniu się po szkole, jeśli teren jest trudny.

• Zachęcać do udziału w zabawach

- Proponować gry i zabawy, w których każdy może uczestniczyć.
- Dostosowywać zasady tak, aby były sprawiedliwe dla wszystkich.

• Unikać wyśmiewania i dokuczania

- Szacunek i akceptacja są kluczowe.
- Stanowczo reagować na niewłaściwe zachowania innych.

PRZYKŁADY AKTYWNOŚCI DOSTOSOWANYCH DLA WSZYSTKICH:

• Sporty integracyjne

- Koszykówka na wózkach, boccia, tenis stołowy.

• Zabawy ruchowe

- Gry zespołowe, w których zasady są tak zmienione, aby każdy mógł w nich uczestniczyć.

• Projekty artystyczne

- Malowanie, rysowanie, muzyka, gdzie ograniczenia ruchowe nie stanowią przeszkody.