

ΙΟΝΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
ΣΧΟΛΗ ΜΟΥΣΙΚΗΣ ΚΑΙ ΟΠΤΙΚΟΑΚΟΥΣΤΙΚΩΝ ΤΕΧΝΩΝ
ΤΜΗΜΑ ΜΟΥΣΙΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ
Κατεύθυνση Μουσικών Επιστημών,
Μουσική Παιδαγωγική και Ψυχολογία της Μουσικής

**Το τραγούδι ως μέσον προ-εκπαίδευσης μαθητών Ειδικού
Γυμνασίου στην καρδιοπνευμονική αναζωογόνηση (ΚΑΡΠΑ), στο
πλαίσιο του εκπαιδευτικού προγράμματος *Lifeforce*.**

Πατσιώλη- Καραμήτσου Ελισσάβετ M2016086

Επιβλέπουσα καθηγήτρια: Ετμεκτσόγλου Ιωάννα

Διπλωματική Εργασία υποβληθείσα στο Τμήμα Μουσικών Σπουδών του Ιονίου Πανεπιστημίου, ως μέρος των απαιτήσεων για την ολοκλήρωση του προπτυχιακού κύκλου σπουδών με Κατεύθυνση Μουσικής Παιδαγωγικής και Ψυχολογίας της Μουσικής

Κέρκυρα, Ιούνιος 2023

ΙΟΝΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
ΣΧΟΛΗ ΜΟΥΣΙΚΗΣ ΚΑΙ ΟΠΤΙΚΟΑΚΟΥΣΤΙΚΩΝ ΤΕΧΝΩΝ
ΤΜΗΜΑ ΜΟΥΣΙΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ
Κατεύθυνση Μουσικών Επιστημών,
Μουσική Παιδαγωγική και Ψυχολογία της Μουσικής

**Το τραγούδι ως μέσον προ-εκπαίδευσης μαθητών Ειδικού
Γυμνασίου στην καρδιοπνευμονική αναζωογόνηση (ΚΑΡΠΑ), στο
πλαίσιο του εκπαιδευτικού προγράμματος *Lifeforce*.**

Πατσιώλη- Καραμήτσου Ελισσάβετ M2016086

Επιτροπή Αξιολόγησης:

- 1. Ετμεκτσόγλου Ιωάννα**
- 2. Καλλιαρίδου Χριστίνα**
- 3. Ντούρου Μαρία**

Κέρκυρα, Ιούνιος 2023

Τίτλος: Το τραγούδι ως μέσον προ-εκπαίδευσης μαθητών Ειδικού Γυμνασίου, στην καρδιοπνευμονική αναζωογόνηση (ΚΑΡΠΑ), στο πλαίσιο του εκπαιδευτικού προγράμματος *Lifeforce*

© 2022 Πατσιώλη- Καραμήτσου Ελισσάβετ

ALL RIGHTS RESERVED .

Απαγορεύεται η δημοσίευση και η ολική ή μερική ή περιληπτική αναπαραγωγή ή αναδημοσίευση κατά παράφραση ή διασκευή του υλικού αυτής της έκδοσης και η με οποιοδήποτε τρόπο αναπαραγωγή (φωτοτυπία, ηλεκτρονική ή μηχανική αναπαραγωγή, καταγραφή σε ηλεκτρονικό σύστημα ή με οποιοδήποτε άλλο τρόπο), σύμφωνα με το νόμο 2121/93 και τους λοιπούς κανόνες Δικαίου περί Πνευματικής ιδιοκτησίας, χωρίς την έγγραφη άδεια του/της συγγραφέα.

Η έγκριση της διπλωματικής εργασίας από το Τμήμα Μουσικών Σπουδών του Ιονίου Πανεπιστημίου δεν υποδηλώνει απαραίτητως και αποδοχή των απόψεων του/της συγγραφέα εκ μέρους του Τμήματος (Ν.5343/32 αρ.202 παρ.2)

Το τραγούδι ως μέσον προ-εκπαίδευσης μαθητών Ειδικού Γυμνασίου στην καρδιοπνευμονική αναζωογόνηση (ΚΑΡΠΑ), στο πλαίσιο του εκπαιδευτικού προγράμματος *Lifeforce*.

Περίληψη

Το παρόν πτυχιακό project παρουσιάζει τη σημαντικότητα του τραγουδιού, τη χρήση και τον ρόλο του στην προ-εκπαίδευση μαθητών τρίτης τάξης Ειδικού Γυμνασίου στην καρδιοπνευμονική αναζωογόνηση, στο πλαίσιο του εκπαιδευτικού προγράμματος *Lifeforce*, τη χρονική περίοδο: Φεβρουάριος 2023- Απρίλιος 2023. Το πρόγραμμα *Lifeforce* υλοποιείται από επιστήμονες και από εκπαιδευόμενους εκπαιδευτικούς και αποσκοπεί στην ενημέρωση, στην προετοιμασία και στην προ-εκπαίδευση μαθητών προσχολικής ηλικίας, ώστε να αντιλαμβάνονται κάποιο σύμπτωμα καρδιακής ανακοπής σε έναν άνθρωπο και να μπορούν να παρέχουν τις πρώτες βοήθειες, τον προσαρμοσμένο αλγόριθμο της ΚΑΡΠΑ.

Η συμμετοχή και η συμβολή μου στο συγκεκριμένο πρόγραμμα ήταν η προ-εκπαίδευση μαθητών στον προσαρμοσμένο αλγόριθμο της ΚΑΡΠΑ, μέσα από 10-12 συναντήσεις/μαθήματα σε χρονικό διάστημα δύο μηνών, χρησιμοποιώντας ως βασικό μέσον τη μουσική και το τραγούδι. Πιο αναλυτικά, μέρος της προ-εκπαίδευσης ήταν, οι πέντε μαθητές της τρίτης τάξης Ειδικού γυμνασίου. Οι δυο έχουν ήπια νοητική στέρηση, οι άλλοι δύο αυτισμό και ο τελευταίος σύνδρομο Down. Μέσα από τα πέντε τραγούδια του *Lifeforce* και με τη συνοδεία του γιουκαλίλι, με ρυθμό, κινήσεις, μίμηση, αυτοσχέδια όργανα (μαράκες και τύμπανα) και body percussion εκπαιδεύτηκαν στον προσαρμοσμένο αλγόριθμο της ΚΑΡΠΑ. Τα τραγούδια του προγράμματος περιγράφουν πώς μπορούν οι μαθητές να αναγνωρίσουν βασικά συμπτώματα της καρδιακής ανακοπής στους ανθρώπους και πώς να εφαρμόσουν τον προσαρμοσμένο αλγόριθμο της ΚΑΡΠΑ και να καλέσουν τον αριθμό έκτακτης ανάγκης 112. Στο τέλος, πραγματοποιήθηκε μία παρουσίαση των τραγουδιών στο φουαγιέ του σχολείου από τους μαθητές της τρίτης τάξης, για τους μαθητές και τους καθηγητές του σχολείου. Μετά την παρουσίαση στο φουαγιέ, τα πέντε τραγούδια του προγράμματος ηχογραφήθηκαν από κινητό τηλέφωνο στην ίδια αίθουσα που πραγματοποιήθηκαν τα μαθήματα για δύο μήνες.

Λέξεις Κλειδιά: Τραγούδι, μουσική στην Ειδική Αγωγή, καρδιοπνευμονική αναζωογόνηση, πρόγραμμα *Lifeforce*

The song as a means of pre-training Special High School students in cardiopulmonary resuscitation (CPR), under the *Lifeforce* educational program

Abstract

The present project introduces the importance of the song, its usage and its role in pre-training students of the third-grade of a Special High School in cardiopulmonary resuscitation, under the educational program *Lifeforce* (erasmus+), at the time period: February 2023- April 2023. The *Lifeforce* program is implemented by scientists and trained teachers and aims at information, preparation and pre-training of preschool students, so that they can recognize the symptoms of a cardiac arrest and follow the specifically adapted algorithm of CPR. My participation and contribution to this specific program was the pre-training of students of a Special High School to the custom algorithm of CPR, in 10-12 meetings/courses in a period of two months, by using music and song as the basic means. In more details, part of the pre-training were five students of the third grade Special High School. Two of them have mild mental retardation, the other two have autism and the last one has Down syndrome. Through the five songs of *Lifeforce* and the ukelele accompaniment, through rhythm, movements mimics, improvised instruments (maracas and drums) and body percussion, students were introduced to the custom algorithm of CPR. The songs of the program describe how the students can recognize the basic symptoms of a cardiac arrest and how to practise the custom algorithm of CPR and call the emergency number 112. At the end, a presentation of the songs took place at the foyer of the school from the students of the third grade for the rest of the students and the teachers. After the presentation at the foyer, the five songs of the program were recorded by mobile phone at the same classroom where the lessons were held for two months.

Keywords: Song, music in special education, cardiopulmonary resuscitation, *Lifeforce* program

Περιεχόμενα

ΕΙΣΑΓΩΓΗ.....	1
Κεφάλαιο Πρώτο	3
Θεωρητικό υπόβαθρο.....	3
1.1 Η μουσική στην ειδική αγωγή και τα οφέλη της.....	3
1.1.1 Αυτισμός και μουσική αγωγή	4
1.1.2 Ήπια νοητική υστέρηση και μουσική αγωγή.....	4
1.1.3 Σύνδρομο Down και μουσική αγωγή	5
1.2 Η χρήση του τραγουδιού για την εκμάθηση μη μουσικών πληροφοριών και δεξιοτήτων	6
1.3 Η ικανότητα, η σπουδαιότητα και τα οφέλη του τραγουδιού	7
Κεφάλαιο Δεύτερο	9
Μεθοδολογία- παρουσίαση της εφαρμογής	9
2.1 Το εκπαιδευτικό πρόγραμμα <i>Lifeforce</i>	9
2.2 Εκπαίδευση στα βασικά βήματα του προσαρμοσμένου Αλγόριθμου της ΚΑΡΠΑ (Καρδιοπνευμονική Αναζωογόνηση)	11
2.3 Η εφαρμογή του μουσικού μέρους του προγράμματος <i>Lifeforce</i> και ο ρόλος της μουσικοπαιδαγωγού	12
Κεφάλαιο Τρίτο	18
Συμπεράσματα/Αποτελέσματα και Προοπτικές	18
Ξενόγλωσση Βιβλιογραφία.....	21
Ελληνική Βιβλιογραφία	22

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η μελέτη της παρούσας εργασίας σε μορφή Project, έγινε στο πλαίσιο της διπλωματικής εργασίας για την κατεύθυνση Μουσικής Παιδαγωγικής και ψυχολογίας της μουσικής, στον τομέα των μουσικών επιστημών, του Τμήματος Μουσικών Σπουδών του Ιονίου Πανεπιστημίου.

Ο σκοπός της εργασίας αυτής εξ αρχής, ήταν η δημιουργία τραγουδιών για την εκμάθηση και βοήθεια σε καθημερινές ανάγκες παιδιών ΑμεΑ. Έπειτα από τη συνεργασία με τον ανθρωπιστικό οργανισμό και εκπαιδευτικό πρόγραμμα *Lifeforce*, ο σκοπός μετατράπηκε σε προ-εκπαίδευση στον προσαρμοσμένο αλγόριθμο της ΚΑΡΠΑ μέσω των τραγουδιών του προγράμματος. «Η χρήση της μουσικής στο προ-εκπαιδευτικό υλικό *Lifeforce* στοχεύει στην καλλιέργεια ενός ευρέος φάσματος δεξιοτήτων, όπως κριτική σκέψη, δημιουργικότητα, συνεργασία, επικοινωνία, ευελιξία, προσαρμοστικότητα, πρωτοβουλία, που πρέπει να αναπτύξουν τα παιδιά ως μέρος της προετοιμασίας τους για μελλοντική εκπαίδευση στην ΚΑΡΠΑ» (Αδαμοπούλου & Ετμεκτσόγλου, 2021, σ. 3). Το μουσικό υλικό που αναπτύχθηκε για το πρόγραμμα αυτό περιλαμβάνει δραστηριότητες μουσικής-ήχου και ένα σύνολο πέντε τραγουδιών που δημιουργήθηκαν με στόχο να βοηθήσουν τους μαθητές να απομνημονεύσουν τα βασικά βήματα του προσαρμοσμένου αλγόριθμου «LIFEFORCE BLS», να ρυθμίσουν το άγχος, να ονομάσουν και να αναγνωρίσουν μέρη του σώματος, να καλλιεργήσουν την ενσυναίσθηση και την εσωτερίκευση του ρυθμού. Η υλοποίηση του προγράμματος αποσκοπεί στην ενημέρωση και προετοιμασία των παιδιών ώστε να αντιλαμβάνονται ένα επεισόδιο καρδιακής ανακοπής και να μπορούν να εφαρμόσουν τις πρώτες βοήθειες, τον προσαρμοσμένο αλγόριθμο της ΚΑΡΠΑ και να καλέσουν έγκαιρα για ιατρική βοήθεια χρησιμοποιώντας τον Πανευρωπαϊκό Αριθμό Έκτακτης Ανάγκης 112 (LifeForce E-learning, 2021).

Ο ρόλος μου ως μουσικοπαιδαγωγός, αφού παρακολούθησα και συμμετείχα στο θεωρητικό και βιωματικό μέρος της εκπαίδευσης του προγράμματος Erasmus+ *Lifeforce* και έλαβα την πιστοποίηση *ERC Basic Life Support (BLS) Ανανήπτης* στο σεμινάριο του Kids save lifes- Τα Παιδιά Σώζουν Ζωές, που πραγματοποιήθηκε στις Σέρρες στις 22 Νοεμβρίου του 2022, ήταν να συμμετάσχω και να συμβάλω στο πρόγραμμα *Lifeforce* ως προ-εκπαιδευτρια σε μαθητές Ειδικής Αγωγής χρησιμοποιώντας ως βασικό μέσον τη μουσική και το τραγούδι. Πιο

αναλυτικά, μέρος της προ-εκπαίδευσης ήταν, οι πέντε μαθητές της τρίτης τάξης Ειδικού γυμνασίου, εκ των οποίων οι δυο έχουν ήπια νοητική στέρηση, οι άλλοι δύο αυτισμό και ο τελευταίος σύνδρομο Down, μέσα από τα πέντε τραγούδια του *Lifeforce* και με τη συνοδεία του γιουκαλίλι, με ρυθμό, κινήσεις, μίμηση, αυτοσχέδια όργανα (μαράκες και τύμπανα) και body percussion, να εκπαιδευτούν στον προσαρμοσμένο αλγόριθμο της ΚΑΡΠΑ. Τα τραγούδια του προγράμματος περιγράφουν πώς μπορούν τα παιδιά να αναγνωρίσουν βασικά συμπτώματα της καρδιακής ανακοπής στους ανθρώπους και πώς να εφαρμόσουν τον προσαρμοσμένο αλγόριθμο της ΚΑΡΠΑ και να καλέσουν τον αριθμό έκτακτης ανάγκης 112.

Το κείμενο που ακολουθεί είναι το γραπτό παραδοτέο της πτυχιακής μου εργασίας (Project) και αποτελείται από το θεωρητικό μέρος, το πρακτικό μέρος, τα αποτελέσματα, τα συμπεράσματα και τη βιβλιογραφία. Στο θεωρητικό μέρος, περιγράφεται η σημασία και τα οφέλη του τραγουδιού, στην εκπαίδευση και συγκεκριμένα στην Ειδική Αγωγή, αλλά και ο ρόλος και η χρήση του τραγουδιού για την εκμάθηση μη μουσικών δεξιοτήτων και πληροφοριών. Στο πρακτικό μέρος, περιγράφεται το πρόγραμμα *Lifeforce*, η προ-εκπαίδευση στην καρδιοπνευμονική αναζωογόνηση, η μεθοδολογία και η εφαρμογή των τραγουδιών του προγράμματος στους μαθητές του Ειδικού Γυμνασίου. Τέλος, γίνεται η αποτίμηση και ο σχολιασμός της συνολικής μου συμμετοχής στο πρόγραμμα και στο Project με θέμα το τραγούδι στην προ-εκπαίδευση στον προσαρμοσμένο αλγόριθμο της ΚΑΡΠΑ σε μαθητές με Ειδικές Ανάγκες.

Κεφάλαιο Πρώτο

Θεωρητικό υπόβαθρο

1.1 Η μουσική στην ειδική αγωγή και τα οφέλη της

«Τα άτομα με Ειδικές Ανάγκες (ΑμΕΑ) εμφανίζουν μόνιμες ή κάποιες προσωρινές βλάβες, ανικανότητες, αναπηρίες, αδυναμίες ή συνδυασμό των παραπάνω, οι οποίες έχουν προκληθεί από φυσική, ψυχική ή κάποια νοητική ανεπάρκεια» (Dustine, & Moore, 2005). Τα παιδιά με ειδικές ανάγκες μπορεί να παρουσιάσουν μόνιμη αναπτυξιακή διαταραχή του σώματος, του πνεύματος, ή της ψυχής, η οποία είναι ικανή να εμποδίσει τη φυσιολογική τους ανάπτυξη, όπως και την κίνηση, τη μαθησιακή διαδικασία και τη συμπεριφορά (Κανακούδη, 2007).

Η μουσική παίζει πολύ σημαντικό και βοηθητικό ρόλο στην καθημερινότητα των ανθρώπων, καθώς αποτελεί τρόπο έκφρασης συναισθημάτων, επικοινωνίας, διασκέδασης, ξεκούρασης, ηρεμίας, μάθησης. Είναι ικανή να περιορίζει και να ρυθμίζει ψυχοσωματικά, κινητικά και κοινωνικά προβλήματα (Brown 1994). Η ύπαρξη της μουσικής είναι τόσο σημαντική και αναγκαία για τον άνθρωπο, όσο και για την εκπαίδευση. Η μουσική στην εκπαίδευση είναι σημαντική όχι μόνο για τη φωνητική, φωνολογική και ακουστική ικανότητα και αντίληψη, αλλά και για την έκφραση, τη μνήμη, την κίνηση, την αίσθηση του χώρου και του ήχου, την σύνδεση με το περιβάλλον και την αλληλενέργεια με τους γύρω (Καρτασίδου, 2004).

Η μουσική στην Ειδική Αγωγή χρησιμοποιείται στην εκπαίδευση, σε δράσεις ελεύθερης δημιουργικής απασχόλησης και σε μουσικές εκδηλώσεις. Η μουσική αποτελεί τρόπο έκφρασης και επικοινωνίας για τα παιδιά με αναπηρίες (Καρτασίδου, 2009). Ο προσδιορισμός του ρόλου της μουσικής στην Ειδική Αγωγή θα πρέπει να γίνει σε δύο επίπεδα, ένα που αφορά την ενίσχυση μη μουσικών ικανοτήτων (ικανότητες που σχετίζονται με τη μάθηση και την ανάπτυξη, όπως κίνηση, γραπτός και προφορικός λόγος, επικοινωνία κ.α.) και ένα που αφορά την ενίσχυση μουσικών ικανοτήτων που σχετίζονται με τη μελωδία, την αρμονία, τον ρυθμό, την εκμάθηση μουσικού οργάνου (Καρτασίδου, 2002).

1.1.1 Αυτισμός και μουσική αγωγή

«Η διαταραχή του φάσματος του αυτισμού χαρακτηρίζεται από επίμονα ελλείμματα στην ικανότητα έναρξης και διατήρησης αμοιβαίας κοινωνικής αλληλεπίδρασης και επικοινωνίας και από μια σειρά περιορισμένων, επαναλαμβανόμενων και άκαμπτων προτύπων συμπεριφοράς, ενδιαφερόντων ή δραστηριοτήτων. Εμφανίζεται κατά την αναπτυξιακή περίοδο, συνήθως στην πρώιμη παιδική ηλικία» (International Classification of diseases for Mortality and Morbidity Statistics, 2023).

Ο αυτισμός είναι μια από τις πιο κύριες διαταραχές του νου που βγαίνει από την λέξη «εαυτός». Είναι μία νευρολογική αναπτυξιακή διαταραχή που επηρεάζει την κοινωνική ζωή του ατόμου, την επικοινωνία, καθώς και την αλληλεπίδρασή του με τους άλλους ανθρώπους. Εμφανίζεται στα πρώτα τρία χρόνια της ζωής του παιδιού και εμποδίζει την ανάπτυξη του προφορικού του λόγου. Το καθιστά απόμακρο από το περιβάλλον του και ανίκανο να ακούσει, να δει και να αντιληφθεί το κάθε ερέθισμα (Αγγελοπούλου- Σακαντάμη, 2004).

Η μουσική είναι η πιο διαδεδομένη μορφή επικοινωνίας μεταξύ των λαών και χαρακτηρίζεται ως κοινή γλώσσα για όλους. Σε παιδιά με διαταραχές αυτιστικού φάσματος η μουσική είναι το μέσον με το οποίο μπορούν να εκφράσουν τα συναισθήματά τους και να επικοινωνήσουν με μεγαλύτερη ευχέρεια. Έχει θετική επίδραση και επιρροή στη διαμόρφωση διαπροσωπικών σχέσεων και στη διασφάλιση καλύτερης επικοινωνίας και συνεργασίας, καθώς τα άτομα αυτά παρουσιάζουν μεγαλύτερη ευχέρεια στο τραγούδι και όχι στην ομιλία (Βέλκου, 2004). Επίσης, μπορεί να αποτελέσει αρωγή για την καλύτερη έκφραση των συναισθημάτων των παιδιών με σκοπό την καλύτερη ποιότητα ζωής. Ο αυτοσχεδιασμός δίνει στα άτομα με αυτισμό τη δυνατότητα προσαρμογής και αλληλεπίδρασης με διάφορα περιβάλλοντα και με άλλα άτομα (Καρτατσίδου, 2009). Οι θετικές ανταποκρίσεις στη μουσική, που συχνά συναντώνται σε παιδιά με αυτισμό, μπορούν να συνεπικουρήσουν στη συμμετοχή του παιδιού σε δραστηριότητες που θα το βοηθήσουν να επιτύχει στόχους, όπως η κοινωνικοποίηση και η γλωσσική ανάπτυξη (Buday, 1995).

1.1.2 Ήπια νοητική υστέρηση και μουσική αγωγή

«Η ήπια διαταραχή της νοητικής ανάπτυξης, είναι μια κατάσταση που ξεκινά κατά τη διάρκεια της αναπτυξιακής περιόδου και χαρακτηρίζεται από σημαντικά κατώτερη του

μέσου όρου νοητική λειτουργία και προσαρμοστική συμπεριφορά. Τα άτομα που επηρεάζονται, συχνά παρουσιάζουν δυσκολίες στην απόκτηση και κατανόηση σύνθετων γλωσσικών εννοιών και ακαδημαϊκών δεξιοτήτων» (International Classification of diseases for Mortality and Morbidity Statistics, 2023).

Τα άτομα με ήπια νοητική υστέρηση μπορεί να έχουν κάποιες διαφορές μεταξύ τους, όχι μόνο ως προς το βαθμό νοητικής υστέρησης, αλλά και ως προς τις σωματικές και κινητικές ικανότητες, ως προς τις συναισθηματικές και κοινωνικές τους δεξιότητες, καθώς και ως προς την προσωπικότητα και τη συμπεριφορά τους (Σούλης, 2009).

Η καθημερινή ενασχόληση των παιδιών με νοητική υστέρηση με τη μουσική έχει ως αποτέλεσμα την ενίσχυση της φαντασίας τους και τη βελτίωση της εκφραστικότητας και επικοινωνίας τους. Το μάθημα της μουσικής αποτελείται από τη μουσική ακρόαση, το τραγούδι και την εκτέλεση μουσικών οργάνων. Αποτελεί μια αγαπημένη δραστηριότητα γι' αυτά, καθώς δείχνουν να απολαμβάνουν να μαθαίνουν λέξεις και να δημιουργούν φράσεις και προτάσεις μέσα από την επανάληψη των τραγουδιών (Γενά, 2002).

Μέσα από τη μουσική και το τραγούδι, βελτιώνονται οι φωνολογικές και γλωσσικές ικανότητες, η ακουστική και φωνητική αντίληψη. Η ενισχυτική χρήση της μουσικής καλλιεργεί και εμπλουτίζει το λεξιλόγιο σε άτομα με νοητική υστέρηση και μειωμένη λεκτική επικοινωνία. Τα περισσότερα παιδιά είναι πιο πιθανόν να εστιάζουν την προσοχή τους σε ένα ακουστικό από ένα οπτικό ερέθισμα. Η μουσική ωθεί την προσοχή σε οργανωμένες δραστηριότητες και μειώνει τη συναισθηματική φόρτιση που προέρχεται από το άγχος (Buday, 1995). Τέλος μέσα από τη μουσική και το τραγούδι ενισχύεται η μαθησιακή διαδικασία τόσο σε μουσικούς τομείς, όπως ρυθμό, κίνηση και αυτοσχεδιασμό, όσο και σε τομείς όπως ξένες γλώσσες, αριθμούς, χρώματα και μνήμη (Στασινός, 2013).

1.1.3 Σύνδρομο Down και μουσική αγωγή

«Η τρισωμία 21 είναι μια χρωμοσωμική ανωμαλία, που χαρακτηρίζεται από την παρουσία ενός τρίτου (μερικού ή ολικού) αντιγράφου του χρωμοσώματος 21. Οι κλινικές του εκδηλώσεις περιλαμβάνουν μεταβλητή πνευματική ανεπάρκεια, μυϊκή υποτονία και χαλαρότητα των αρθρώσεων, που συχνά σχετίζονται με δυσμορφισμό του προσώπου και μεταβλητές δυσμορφίες (Merriam-Webster, 2023).

Τα παιδιά με σύνδρομο Down έχουν πιο αργή ανάπτυξη από τα συνομήλικά τους. Εκτός από το ότι περνούν από τα διάφορα στάδια ανάπτυξης σε μεγαλύτερες ηλικίες σε σχέση με τα υπόλοιπα παιδιά, παραμένουν σε αυτά τα στάδια για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα. Οι διαφορές στην ανάπτυξη μεταξύ των παιδιών με σύνδρομο Down και των υπόλοιπων παιδιών γίνονται εμφανέστερες στις μεγαλύτερες ηλικίες. Σύμφωνα με τη Γενά (2002), λόγω του ότι η ιατρική φροντίδα έχει αναπτυχθεί σημαντικά, τα άτομα με σύνδρομο Down που προσέχουν την υγεία τους, έχουν κατά μέσω όρο ζωής την ηλικία των 55 ετών.

Η μουσική στα παιδιά με σύνδρομο Down και συγκεκριμένα με διαταραχές στο λόγο, στην επικοινωνία, στην ομιλία και στην έκφραση, είναι ιδιαίτερα επωφελής και αποτελεί σημαντικό μέσον που υποστηρίζει την έκφραση των συναισθημάτων με μη λεκτικό τρόπο. Επιπρόσθετα, τα παιδιά με σύνδρομο Down μπορούν να εκφράσουν τα συναισθήματά τους ευκολότερα σε μουσικές συναντήσεις ή δραστηριότητες, τα οποία είναι συχνά δύσκολο να κατανοηθούν από τους υπόλοιπους όταν χρησιμοποιούν λεκτικό τρόπο έκφρασης (Pienaar, 2012).

1.2 Η χρήση του τραγουδιού για την εκμάθηση μη μουσικών πληροφοριών και δεξιοτήτων

Μέσα από το βοηθητικό ρόλο της μουσικής, η ζωή αντιμετωπίζεται με περισσότερη σιγουριά, θέληση και αγάπη. Αναπτύσσονται χαρακτηριστικά, όπως η δημιουργικότητα και η πνευματική καλλιέργεια, ελαττώνονται άσχημα καθημερινά συναισθήματα, όπως οι εντάσεις και οι αναστολές, περιορίζονται και μειώνονται τα επεισόδια ψυχοκινητικών και αναπτυξιακών δυσλειτουργιών και η απασχόληση του ελεύθερου χρόνου γίνεται πιο δημιουργική και ευχάριστη (Λιοδάκης, 2000).

« Για τους δασκάλους του νηπιαγωγείου και του δημοτικού, η μουσική ήταν ανέκαθεν από τα πιο σημαντικά εργαλεία και μέσα διδασκαλίας. Τραγούδια και δραστηριότητες που αποτελούνται από μουσική και κίνηση είναι μερικοί από τους τρόπους και τα μέσα με τα οποία η μουσική χρησιμοποιείται για να βοηθήσει τα παιδιά να μάθουν και να επικοινωνούν στην τάξη» (Αδαμοπούλου & Ετμεκτσόγλου, 2021). Είναι η πιο διαδεδομένη μορφή επικοινωνίας μεταξύ των λαών και χαρακτηρίζεται ως κοινή γλώσσα. Οι χτύποι της καρδιάς, η αναπνοή και οι κινήσεις μας περιλαμβάνουν, ένταση, παλμό και ρυθμό. Με το γέλιο, το κλάμα, τις φωνές και το τραγούδι δημιουργούνται μελωδίες με ένταση, ρυθμό (Hiller, Greher, & Poto, 2011).

Η μουσική και το τραγούδι είναι δύο σημαντικά και βοηθητικά εργαλεία για τη διδασκαλία και τη μάθηση, τα οποία μπορούν να συμβάλουν στην πνευματική, κοινωνική και συναισθηματική ανάπτυξη και καλλιέργεια των μαθητών. Επίσης, μπορούν να χρησιμοποιηθούν και στη διαθεματικότητα, να συνδεθούν με άλλα γνωστικά αντικείμενα του εκπαιδευτικού πλαισίου, όπως είναι η γλώσσα, τα μαθηματικά, τα εικαστικά, το μάθημα του θεάτρου και της φυσικής αγωγής. Κάποιες από τις μελέτες, που έχουν πραγματοποιηθεί με σκοπό τη χρήση του τραγουδιού ως εκπαιδευτικού εργαλείου, αποτελούνται κυρίως από θεματικές για την εκμάθηση ξένων γλωσσών, την ενίσχυση γλωσσικής, συναισθηματικής και κοινωνικής μάθησης και την αντιμετώπιση διάφορων ιατρικών περιστατικών (Μυλωνά, 2020).

Τα πρώτα μουσικά όργανα που επεξεργάστηκε και χρησιμοποίησε ο άνθρωπος, ήταν τα ίδια του τα χέρια και το σώμα του, ενώ οι πρώτοι μουσικοί ήχοι που γνώρισε, ήταν οι ήχοι της φύσης, αλλά και της ίδιας του της φωνής (Μυλωνά, 2020). Ο άνθρωπος πάντοτε συνδεόταν με τη μουσική από τα πρώτα χρόνια της ζωής του. Κάτι που συνέβαινε παλιά και συμβαίνει ακόμα και σήμερα, είναι πως οι γονείς είχαν καθημερινή συνήθεια και ρουτίνα να αποκοιμίζουν τα παιδιά με νανουρίσματα, να παίζουν μαζί τους με ταχταρίσματα και να τους τραγουδούν για τα ζώα, τα γράμματα, τους αριθμούς. Από μικρή ηλικία, τα παιδιά συνηθίζουν να μουρμουρίζουν μελωδίες με σκοπό να επαναλάβουν αυτά που έχουν ακούσει ή και τραγουδούν μελωδίες που έχουν αυτοσχεδιάσει. Αυτό το αυθόρμητο αυτοσχεδιαστικό τραγούδισμα περιέχει τη ρυθμική και μελωδική απαγγελία και είναι το πρωταρχικό είδος παιδικού τραγουδιού (Moorhead & Pond, 1978).

Μέσω του τραγουδιού και της μουσικής το παιδί μαθαίνει να ανακαλύπτει και να διαχειρίζεται τη φωνή του. Μέσα από το τραγούδι το παιδί κοινωνικοποιείται και αναπτύσσει την ομιλία, το λεξιλόγιο, τη φαντασία και τη δημιουργικότητά του. Εκφράζει με μεγαλύτερη ευκολία τα συναισθήματα και τις απόψεις του, εξοικειώνεται με τη μουσική, την αίσθηση του ρυθμού και της μελωδίας και εναρμονίζεται με το περιβάλλον και με τα άλλα παιδιά (Καραδήμου, 2003).

1.3 Η ικανότητα, η σπουδαιότητα και τα οφέλη του τραγουδιού

Σύμφωνα με τον Ανδρούτσο (2012) και την Χρυσοστόμου (2001), παιδαγωγοί και μουσικοπαιδαγωγοί έδωσαν μεγάλη σημασία στην αξία και τα οφέλη του τραγουδιού για την εκπαίδευση, αλλά και για την ανάπτυξη της προσωπικότητας του παιδιού. Συγκεκριμένα,

έγινε γνωστό από την Μαρία Μοντεσσόρι (1870-1952), πως μέσω του τραγουδιού και της ακρόασης ενισχύεται η αυτομάθηση. Επίσης, οι Kodaly, Orff και Dalcroze, οδηγούμενοι ο καθένας από τη δική του οπτική μέθοδο, επικεντρώθηκαν στον αυτοσχεδιασμό και τη δημιουργία συνδυάζοντας τον ρυθμό, την κίνηση και το τραγούδι (Γεωργοπούλου, 2020).

Στα πεδία της παιδαγωγικής, αλλά και της ψυχολογίας, προκύπτει το συμπέρασμα πως είναι σημαντικό το παιδί πριν από την επαφή και την ενασχόληση με οποιοδήποτε μουσικό όργανο, να γνωρίσει τη μουσική μέσα από το ρυθμό και το τραγούδι από τη στιγμή της γέννησής του. Σύμφωνα με την Καραδήμου (2003) τα παιδιά θα πρέπει να έρχονται σε επαφή με την ακρόαση της μουσικής και το τραγούδι πριν από την διδασχή της γραφής, καθώς έτσι βελτιώνεται η έκφραση του λόγου-ομιλίας και ταυτόχρονα εξελίσσεται η νοημοσύνη.

Η επαφή με τη μουσική και το τραγούδι παίζει βοηθητικό ρόλο στην ανάπτυξη του νευρικού και αισθητηριακού συστήματος των παιδιών (Ζαφρανάς Ν., & Ζαφρανάς, Α., 2015) και στη φυσική, νοητική, γνωστική, ψυχική και κοινωνική ανάπτυξη τους (Hallam, 2010). Επίσης, παίζει σημαντικό ρόλο στη διδασκαλία της γλώσσας για τη δημιουργία επικοινωνιακών και μαθητοκεντρικών μαθημάτων απαραίτητων για την εκμάθησή της (Grammer & Laroy, 1992). Το τραγούδι αναπτύσσει την επικοινωνία, τη συνεργασία, την ομαδικότητα και καλλιεργεί τον συναισθηματικό κόσμο των παιδιών, καθώς μέσω αυτού τα παιδιά εκτονώνονται, χαλαρώνουν και διασκεδάζουν (Καραδήμου, 2003).

Το τραγούδι ενισχύει στα παιδιά την ικανότητα αυτοσχεδιασμού μέσω της επεξεργασίας των ήχων, με αποτέλεσμα την απόκτηση μεγαλύτερης αυτοπεποίθησης, δημιουργίας και φαντασίας. Ενισχύει επίσης, τη συνεργασία, την ομαδικότητα, την επικοινωνία, την αλληλεπίδραση, με αποτέλεσμα η μάθηση να γίνεται ευχάριστα σε ένα καλύτερο κλίμα στην τάξη (Δογάνη, 2012). Τέλος, μέσα από τη μουσική και το τραγούδι ενισχύεται η μάθηση, καθώς διευρύνεται το λεξιλόγιο, βελτιώνεται η προφορά, η αναγνωστική ικανότητα και η μνήμη (Σαμαράς, 2017), η οποία αποτελεί τέχνασμα για την απόκτηση της γνώσης (Krashen & Chomsky, 1992).

Κεφάλαιο Δεύτερο

Μεθοδολογία- παρουσίαση της εφαρμογής

2.1 Το εκπαιδευτικό πρόγραμμα *Lifeforce*

Το πρόγραμμα επικεντρώνεται στη δημιουργία καινοτόμου μεθοδολογίας, εκπαιδευτικού υλικού και εργαλείων ηλεκτρονικής μάθησης, για την ποιοτική προ-εκπαίδευση μαθητών ηλικίας 6-10 ετών στη Βασική Υποστήριξη Ζωής και τις πρώτες βοήθειες. Επίσης, εστιάζει στη δημιουργία εκπαιδευτικού υλικού για την προετοιμασία των εκπαιδευτών και αποσκοπεί στην ευαισθητοποίηση των ευρωπαϊκών θεσμικών οργάνων με σκοπό τη θέσπιση της διδασκαλίας Βασικής Υποστήριξης Ζωής και πρώτων βοηθειών ως υποχρεωτικού μαθήματος σε όλες τις βαθμίδες της υποχρεωτικής εκπαίδευσης στην Ευρωπαϊκή Ένωση. Ως αποτέλεσμα και αντίκτυπο, θα έχει την εκπαίδευση σημαντικού ποσοστού του γενικού πληθυσμού στην παροχή πρώτων βοηθειών, στην εκπαίδευση των εκπαιδευτικών σε καινοτόμες μεθόδους άτυπης διδασκαλίας και στην καλλιέργεια μιας κουλτούρας υγιούς τρόπου ζωής, πρόληψης και αλληλεγγύης που θα αυξήσει το προσδόκιμο ζωής στην Ευρωπαϊκή Ένωση (KIDS SAVE LIVES, 2021)

Οι δεξιότητες ομιλίας, γλώσσας και επικοινωνίας είναι θεμελιώδεις για τα ακαδημαϊκά επιτεύγματα του μαθητή, την ανάπτυξη των δεξιοτήτων γραμματισμού, καθώς και την οικοδόμηση εμπιστοσύνης και αυτοεκτίμησης. Στο πρόγραμμα *Lifeforce*, τα μικρά παιδιά ενθαρρύνονται να χρησιμοποιούν και να αναπτύσσουν περαιτέρω τις δεξιότητες επικοινωνίας, ομιλίας και γλώσσας τους προκειμένου να μπορούν να κατανοούν, να μαθαίνουν και να εφαρμόζουν τις πληροφορίες σε όλα τα βήματα του αλγορίθμου *Lifeforce* – BLS. Οι αντιληπτικές και οι γνωστικές δεξιότητες είναι οι πρωταρχικές δεξιότητες που χρησιμοποιεί ο ανθρώπινος εγκέφαλος για να διαβάσει, να απομνημονεύσει, να αντιληφθεί, να επεξεργαστεί, να σκεφτεί, να μάθει, να συλλογιστεί, να δώσει προσοχή και να κινήσει το σώμα. Η ισχύς αυτών των δεξιοτήτων μπορεί να ποικίλλει ανάλογα με την πρακτική τους, τις μεθόδους μάθησης, τους τρόπους απομνημόνευσης και το περιβάλλον τους. Οι αντιληπτικές και γνωστικές δεξιότητες αρχίζουν να αναπτύσσονται στην πρώιμη παιδική ηλικία και η παιδική ηλικία είναι το καλύτερο στάδιο για την ενίσχυση αυτών των δεξιοτήτων. Κατά την εκπαίδευση των παιδιών, είναι καλό να γνωρίζουμε τις αντιληπτικές και γνωστικές

δεξιότητες που πρέπει να διαθέτουν για να εφαρμόσουν τα βήματα του αλγόριθμου LIFEFORCE – BLS (Μποτονάκη, Κλαρούμενου & Ετμεκτσόγλου, 2021, σ. 5). Είναι επίσης σημαντικό να ληφθούν υπόψη τα χαρακτηριστικά του σωματικού και συναισθηματικού σταδίου ανάπτυξής τους. Οι ακόλουθες δεξιότητες όπως οπτική αντίληψη, ακουστική αντίληψη, μνήμη, προσοχή, προσανατολισμός, κριτική σκέψη και ταχύτητα επεξεργασίας, έχουν επιλεγεί και αναλύονται σε δομικά στοιχεία. Κάθε δομικό στοιχείο ταιριάζει με τα αντίστοιχα βήματα αλγορίθμου (LifeForce E-learning, 2021).

« Τα τραγούδια που δημιουργήθηκαν για το πρόγραμμα *Lifeforce* και χρησιμοποιήθηκαν για το πρακτικό μέρος του Project στην εργασία αυτή είναι πέντε.. Το τραγούδι «Δεξιά και αριστερά για μένα και για σένα» δημιουργήθηκε με στόχο να βοηθήσει τα παιδιά να αναγνωρίσουν εύκολα το δεξί και το αριστερό μέρος του σώματος, καθώς αναφέρονται στο δικό τους σώμα και στο σώμα ενός άλλου ατόμου που βρίσκεται απέναντί τους ή στέκεται με την πλάτη προς το μέρος τους. Είναι μία δεξιότητα που χρειάζεται όταν ένα παιδί περιγράφει την κατάσταση του ατόμου στο πάτωμα και το που βρίσκεται» (Αδαμοπούλου & Ετμεκτσόγλου, σ. 126).

Τα τέσσερα από τα πέντε τραγούδια *Lifeforce*, « Κλήση για βοήθεια και απινιδωτής» , «Ο αλγόριθμος L.I.F.E.F.O.R.C.E. BLS», «Τριάντα και δύο» και «Τρία βήματα», έχουν ως κύριο στόχο την καθιέρωση στη μακροπρόθεσμη μνήμη των μαθητών/τριών του σταθερού παλμού των 110-120 bpm (για ΚΑΡΡΙΑ) και την απομνημόνευση ενός συνόλου βημάτων (ενεργειών) που θα πρέπει να εκτελεστούν χωρίς καθυστέρηση και με τη σωστή σειρά. Σε αυτές τις περιπτώσεις, τα τραγούδια λειτουργούν ως ‘διευκολυντές’ της μνήμης αλλά ταυτόχρονα ως κίνητρα και ρυθμιστές των συναισθημάτων. Μπορούν να μετατρέψουν μια χρονοβόρα και απαιτητική μαθησιακή δραστηριότητα σε μια παιγνιώδη διασκεδαστική πράξη, ειδικά αν συνδυαστούν με κινήσεις και συνοδεία που παίζουν οι ίδιοι/ίδιες οι μαθητές/μαθήτριες. Τελευταίο αλλά όχι λιγότερο σημαντικό θεωρείται ο συναισθηματικός αντίκτυπος των τραγουδιών. Το ισχυρό ίχνος τους στη μνήμη μαζί με την καθησυχαστική μελωδική, ρυθμική και αρμονική συνέχεια και σταθερότητα, λειτουργούν ως κυματοθραύστες απέναντι στο συναισθηματικό σοκ που ακολουθεί τη θέαση ενός ατόμου που βρίσκεται σε σοβαρό κίνδυνο. Ένα τέτοιο σοκ, συνήθως παρεμβαίνει στη μνήμη και μπορεί να οδηγήσει τον μάρτυρα σε κατάσταση παγώματος και απώλειας μνήμης. Σε αυτές τις δύσκολες στιγμές, τα τραγούδια έρχονται ευκολότερα στη μνήμη και μαζί με αυτά, τα βήματα της διαδικασίας, ξεδιπλώνονται το ένα μετά το άλλο. Το υλικό με τα τραγούδια του

προγράμματος, προάγει με επιτυχία την κριτική σκέψη, τη δημιουργικότητα, τη συνεργασία, την επικοινωνία, την ευελιξία, την προσαρμοστικότητα και την ανάληψη πρωτοβουλιών (Αδαμοπούλου & Ετμεκτσόγλου, σ. 126-127).

2.2 Εκπαίδευση στον προσαρμοσμένο Αλγόριθμο της ΚΑΡΠΑ (Καρδιοπνευμονική Αναζωογόνηση)

Η Βασική Υποστήριξη Ζωής (BLS) και, όταν είναι δυνατόν, η χρήση ενός αυτόματου εξωτερικού απινιδωτή (AED) είναι το πρώτο επίπεδο φροντίδας για ένα άτομο σε καρδιακή ανακοπή. Η εκμάθηση της Βασικής Υποστήριξης Ζωής και της χρήσης ενός αυτόματου εξωτερικού απινιδωτή είναι μια διαδραστική διαδικασία που απαιτεί τόσο γνώσεις όσο και δεξιότητες. Η BLS είναι θεμελιώδης για κάθε καρδιοπνευμονική αναζωογόνηση. Ο αλγόριθμος του ERC για τη Βασική Υποστήριξη Ζωής αποτελείται από ενέργειες όπως η αναγνώριση της καρδιακής ανακοπής, η ειδοποίηση των υπηρεσιών έκτακτης ανάγκης, οι θωρακικές συμπίεσεις, οι εμφυσήσεις διάσωσης, η αυτόματη εξωτερική απινίδωση (AED) και η μέτρηση της ποιότητας της καρδιοπνευμονικής αναζωογόνησης (ΚΑΡΠΑ), (Finke, Zajackowski, Rott, Ecker & Bottiger, 2020, σ. 7).

Η Βασική Υποστήριξη της Ζωής BLS περιλαμβάνει τη βασική γνώση και τις δεξιότητες που απαιτούνται για την αντιμετώπιση απειλητικών για τη ζωή καταστάσεων. Αυτές μπορεί να είναι: μια έξω-νοσοκομειακή καρδιακή ανακοπή και πνιγμονή (σταμάτημα της αναπνοής από ξένο σώμα, που αποφράζει τη δίοδο του αέρα προς τους πνεύμονες). Αναζωογόνηση, είναι ο όρος που χρησιμοποιείται για την επείγουσα αντιμετώπιση που απαιτείται για να ξεπεραστεί η ανεπάρκεια ενός ή όλων αυτών των λειτουργιών. Μπορεί να αφορά απλά στη διατήρηση ανοιχτού αεραγωγού και το γύρισμα ενός αναίσθητου ασθενή στο πλάι ή μπορεί να σημαίνει τη χορήγηση αέρα στους πνεύμονές του (εμφυσήσεις διάσωσης) ή συμπίεση του θώρακα, ώστε το αίμα να κυκλοφορήσει μέσα στο σώμα. Με τον όρο βασική υποστήριξη ζωής εννοείται η χορήγηση θωρακικών συμπίεσεων και εμφυσήσεων σε θύμα που έχει καταρρεύσει και δεν αναπνέει, δηλαδή έχει υποστεί καρδιακή ανακοπή. Η διαδικασία της αναζωογόνησης μπορεί να χωριστεί στην Βασική Υποστήριξη Ζωής BLS και στην εξειδικευμένη υποστήριξη ζωής. Χωρίς την έγκαιρη υποστήριξη της ζωής, η πιθανότητα επιβίωσης του ασθενούς με αιφνίδια καρδιακή ανακοπή μειώνεται δραματικά. Συγκεκριμένα, για κάθε λεπτό που περνάει χωρίς απινίδωση και ΚΑΡΠΑ, η πιθανότητα επιβίωσης του ασθενούς μειώνεται κατά 10% (KIDS SAVE LIVES, 2021).

Ο *Lifeforce* αλγόριθμος BLS δημιουργήθηκε με βάση τον αλγόριθμο Ευρωπαϊκού Συμβουλίου Αναζωογόνησης ERC και Βασικής Υποστήριξης Ζωής BLS. Η πρόθεση εδώ ήταν να προσαρμοστεί ο αλγόριθμος ERC ειδικά για τα παιδιά, έτσι ώστε ακόμη και τα νεαρά μέλη της κοινωνίας μας από την ηλικία των έξι έως δέκα ετών να μπορούν να μάθουν τις σημαντικές δεξιότητες της Βασικής Υποστήριξης Ζωής (Finke, Zajackowski, Rott, Ecker & Bottiger, 2020, σ. 9).

Ο *Lifeforce* αλγόριθμος BLS, αποτελείται από επτά στάδια με δύο έως οκτώ βήματα για το κάθε στάδιο. Τα στάδια που περιλαμβάνει ο αλγόριθμος είναι τα εξής: Ασφάλεια, Έλεγχος αντίδρασης, Έλεγχος φυσιολογικής αναπνοής, Κλήση για βοήθεια, Θωρακικές συμπίεσεις, Εμφυσήσεις διάσωσης και Αναζήτηση απινιδωτή- AED. Η αλυσίδα επιβίωσης και η απόφραξη του αεραγωγού από ξένο σώμα δεν αποτελούν εδώ μέρος του αλγόριθμου για την αναζωογόνηση. Ξεκινώντας με την Αλυσίδα της Επιβίωσης, αυτό είναι ένα ξεχωριστό βήμα, το οποίο θα πρέπει να κάνει μια εισαγωγή στον αλγόριθμο και να ενημερώνει τα παιδιά ότι είναι σε θέση να σώσουν μια ζωή μαζί με άλλους, αναγνωρίζοντας μια καρδιακή ανακοπή, καλώντας βοήθεια και ξεκινώντας ΚΑΡΠΑ. Στη συνέχεια, το στάδιο της Ασφάλειας αποσκοπεί στο να διασφαλίσει ότι τα παιδιά προστατεύουν πρώτα τον εαυτό τους και τους άλλους παρόντες πριν πλησιάσουν και ελέγξουν την αντίδραση του θύματος καρδιακής ανακοπής. Το στάδιο έλεγχος φυσιολογικής αναπνοής περιλαμβάνει τις σημαντικές πτυχές της αξιολόγησης της φυσιολογικής αναπνοής: Δες, Άκου και Αισθάνσου. Επιπλέον, το στάδιο Κλήση για βοήθεια εξηγεί πως να καλέσουν το 112 και να ενεργοποιήσουν την ανοιχτή ακρόαση του τηλεφώνου, καθώς και μια ένδειξη ότι μπορεί να σταλεί κάποιος για να φέρει έναν απινιδωτή (AED). Αυτό επεκτείνεται και στο στάδιο Αναζήτησης του απινιδωτή AED. Αυτά τα στάδια ακολουθούνται από μια πιο λεπτομερή επεξήγηση των σταδίων σχετικά με τις Θωρακικές συμπίεσεις και τις Εμφυσήσεις διάσωσης (Finke, Zajackowski, Rott, Ecker & Bottiger, 2020, σ. 9).

2.3 Η εφαρμογή του μουσικού μέρους του προγράμματος *Lifeforce* και ο ρόλος της μουσικοπαιδαγωγού

Η εφαρμογή αποτελείται από δέκα μαθήματα τα οποία διήρκεσαν μία ώρα το κάθε ένα, μία φορά την εβδομάδα, σε τάξη τρίτης γυμνασίου Ειδικού Σχολείου. Σκοπός των μαθημάτων αυτών ήταν να μάθουν τα παιδιά μέσα από τα πέντε τραγούδια του εκπαιδευτικού προγράμματος *Lifeforce* να αναγνωρίζουν κάποιο περιστατικό καρδιακής ανακοπής και να

καλούν έγκαιρα για ιατρική βοήθεια. Η τάξη αποτελούνταν από πέντε μαθητές, εκ των οποίων οι δύο έχουν ήπια νοητική στέρηση, οι άλλοι δύο αυτισμό και ο πέμπτος σύνδρομο Down. Στο χώρο της τάξης αλλά και σε όλο το πλαίσιο του σχολείου δεν υπήρχαν μουσικά όργανα, παρά μόνο ένα αρμόνιο, το οποίο χρησιμοποιούσε η μουσικός του σχολείου στα μαθήματά της, η οποία με μεγάλη της χαρά παρακολούθησε όλες μας τις συναντήσεις/μαθήματα και μας συνόδευσε με το αρμόνιο στην τελική παρουσίαση.

Στην πρώτη συνάντηση με τα παιδιά, μετά τη γνωριμία και τις συζητήσεις που είχαμε για να γνωριστούμε καλύτερα και να νιώσουμε όλοι πιο άνετα, τους μοίρασα τα έντυπα συναίνεσης και τους εξήγησα τη διαδικασία. Παράλληλα, μετά από συζήτηση με τη διευθύντρια, μου γνωστοποίησε πως δε χρειάζεται να συμπληρωθούν και να υπογραφούν τα έντυπα, γιατί υπάρχει ήδη η συναίνεση των γονέων για ηχογραφήσεις και βίντεο. Στο έναν από τους πέντε μαθητές η συναίνεση ήταν αρνητική κι έτσι προέκυψε πως θα μπορούσαμε να έχουμε στη διάθεσή μας ως αρχείο μόνο το ηχητικό μέρος της τελικής παρουσιάσής μας. Εν τέλει, η παρουσίαση έγινε στο φουαγιέ του σχολείου για όσους ήθελαν να την παρακολουθήσουν κι επειδή οι μαθητές ήταν πολλοί και ο συντονισμός τους δύσκολος, αποφασίστηκε να ηχογραφήσουμε τα τραγούδια στην τάξη όπου κάναμε και τα μαθήματα, μετά την παρουσίαση.

Πριν από κάθε συνάντηση, είχα δημιουργήσει το πλάνο του κάθε μαθήματος, ώστε να ξέρω ακριβώς από την αρχή μέχρι το τέλος την πορεία του. Έτσι, ενημέρωνα και τους μαθητές από την αρχή της ώρας τι πρόκειται να κάνουμε και πόση ώρα θα χρειαστεί. Τα μαθήματα ξεκινούσαν πάντα με την τοποθέτηση των καρεκλών σε κύκλο, ώστε όλη η ομάδα να έχει την ίδια βλεμματική επαφή με όλους και να νιώθουν όλοι ίσοι. Ύστερα, συνέχιζα με το ζέσταμα, που προτείνει και το εκπαιδευτικό πρόγραμμα *Lifeforce*, ασκήσεις για τη χαλάρωση του σώματος, της φωνής, αλλά και τη δημιουργία ενός πιο ζεστού και φιλικού κλίματος στην τάξη (Lifeforce E-learning, 2020). Κάποιες ασκήσεις του ζεστάματος βοήθησαν τους μαθητές στην έκταση της φωνής για την εκτέλεση των τραγουδιών. Μετά το ζέσταμα και πριν την εκμάθηση των τραγουδιών, κάναμε μία συζήτηση και σχολιασμό χρησιμοποιώντας την εικόνα με τα επτά βήματα του αλγορίθμου βασικής υποστήριξης ζωής του προγράμματος, απαντώντας έτσι σε ερωτήματα και προβληματισμούς που είχαν δημιουργηθεί.

Πρώτο βήμα για την εκμάθηση των τραγουδιών ήταν να τραγουδάω το τραγούδι με τη συνοδεία του γιουκαλίλι και οι μαθητές να διαβάζουν σιωπηλά τους στίχους, τους οποίους

είχα γράψει με μεγάλα γράμματα για κάθε τραγούδι σε χαρτιά Α4. Στη συνέχεια, τραγουδούσα το τραγούδι με μιμητικές κινήσεις και ζητούσα από τους μαθητές να δίνουν μεγαλύτερη προσοχή στις κινήσεις μου και όχι στους στίχους. Οι μιμητικές κινήσεις βοηθούσαν τους μαθητές να επικεντρώνονται και να κατανοούν καλύτερα το νόημα των στίχων, καθώς πέρα από το άκουσμα (ακουστικό μέρος), υπήρχε και η εικόνα (οπτικό μέρος). Αντίστοιχα, είχα στην διάθεσή μου το ακουστικό και το οπτικό υλικό του προγράμματος με τα ηχογραφημένα τραγούδια ενορχηστρωμένα, αλλά και σε στυλ караόке και τις εκπαιδευτικές κάρτες που απεικόνιζαν τον κάθε στίχο των τραγουδιών (Rott & Στεφανάκης, 2020). Οι πολλές επαναλήψεις, η βλεμματική επαφή με όλους, αλλά και η εκτέλεση των τραγουδιών συλλαβιστά σε αργό και σταθερό ρυθμό με εναλλαγές στις δυναμικές και στην ταχύτητα, έπαιξε πολύ σημαντικό ρόλο στην εκμάθηση των τραγουδιών, στην κατανόηση και την απομνημόνευση των στίχων και στην προ-εκπαίδευση στον βασικό αλγόριθμο της ΚΑΡΠΑ.

Έπειτα από τις μιμητικές κινήσεις, τραγουδήσαμε συλλαβιστά τους στίχους με μελωδία και χωρίς, χρησιμοποιήσαμε το υλικό του προγράμματος, φτιάξαμε αυτοσχέδια μουσικά όργανα τάξης και κάναμε body percussion, για την καλύτερη εμπέδωση του ρυθμού των τραγουδιών. Στην αρχή χρησιμοποίησα το ακουστικό υλικό που είχα στη διάθεσή μου από το πρόγραμμα, καθώς υπάρχουν ηχογραφημένα τα τραγούδια με φωνή και ορχήστρα, αλλά και σε μορφή караόке, δηλαδή μόνο η ορχηστρική συνοδεία με μουσική και ρυθμό, χωρίς φωνή και λόγια. Το να ακούν οι μαθητές τις ηχογραφήσεις και πάνω σε αυτές να μάθουν να τραγουδούν και να χτυπάνε χέρια πόδια στο ρυθμό, ήταν πολύ σημαντικό, γιατί κάθε τραγούδι έχει Tempo,  =110-120 bpm, που αποτελεί τον μέσο ρυθμό των θωρακικών συμπίεσεων στην ΚΑΡΠΑ. Αυτό είχε ως αποτέλεσμα, αφού μάθουν να τραγουδούν τα τραγούδια και να παίζουν στο ρυθμό του χτύπου της καρδιάς, να αναγνωρίζουν και να ξέρουν ποιοι πρέπει να είναι οι φυσιολογικοί σφυγμοί, αλλά και σε τι ρυθμό γίνονται οι τριάντα συμπίεσεις και οι δύο εμφυσήσεις σε κάποιο περιστατικό καρδιακής ανακοπής.

Έτσι, μετά την εκμάθηση και εκτέλεση του ρυθμού των τραγουδιών με το σώμα, με τη βοήθεια των ηχογραφήσεων, αλλά και του μετρονόμου για τον ακριβή παλμό, εφαρμόσαμε αυτά που μάθαμε, σε αυτοσχέδια κρουστά όργανα τάξης. Φτιάξαμε λοιπόν, μαράκες από ρολό χαρτί υγείας, γεμίσαμε άλλες με ρύζι και άλλες με φασόλια για να δούμε και τη διαφορά του ήχου, καθώς με τα φασόλια ήταν πιο στατικός, ενώ με το ρύζι υπήρχε περισσότερη διάρκεια του ήχου και τις κλείσαμε με συρραπτικό. Για την αισθητική πλευρά,

τις βάψαμε με λευκό σπρέι και κολλήσαμε πάνω αυτοκόλλητα με το σήμα του προγράμματος *Lifeforce*. Το ίδιο κάναμε και με τα τύμπανα, τα οποία φτιάξαμε με πλαστικά δοχεία, αφαιρέσαμε το καπάκι και στη θέση του βάλαμε αντικολλητική μεμβράνη, την οποία κλείσαμε με λαστιχάκι. Για μπαγκέτες, είχαμε ξυλάκια από σουβλάκι, όπου τοποθετήσαμε στο μυτερό μέρος τους, μικρούς φελλούς.

Εν τέλει, η επιλογή των τυμπάνων ήταν πιο αποτελεσματική, διότι ο ήχος τους ήταν σταθερός, σε αντίθεση με τις μαράκες, οι οποίες δημιουργούσαν φασαρία και ο ήχος τους δεν ήταν ακριβής στον παλμό του ρυθμού των τραγουδιών. Βέβαια και με τα τύμπανα υπήρξαν προβλήματα, καθώς μερικοί φελλοί έφευγαν στον αέρα και οι μαθητές δυσκολεύονταν να συντονιστούν. Έτσι, πρότεινα μια εναλλακτική λύση για όποιον τη χρειαζόταν, να χτυπούν με τα ξυλάκια ή με τα χέρια στο κάτω πλαστικό μέρος του τυμπάνου. Τα όργανα έπαιξαν μεγάλο βοηθητικό ρόλο στο να εμπεδώσουν και να νιώσουν τον παλμό. Στο τέλος, στην ημέρα της παρουσίασης, γράψαμε τα ονόματα όλων μας και την ημερομηνία πάνω στα όργανα που δημιουργήσαμε και ο καθένας πήρε τα δικά του στο σπίτι, για να δείξει όλα όσα μάθαμε και κάναμε μαζί, στα αδέρφια, στην οικογένειά και στους φίλους του.

Μετά λοιπόν από την εκμάθηση των τραγουδιών, με το γιουκαλίλι, με τις μιμητικές κινήσεις, με το body percussion, δηλαδή με το παίξιμο του ρυθμού χρησιμοποιώντας το σώμα μας, και με το παίξιμο στα αυτοσχέδια κρουστά όργανα που δημιουργήσαμε στην τάξη, έμαθα στους μαθητές να παίζουν ένα από τα πέντε τραγούδια του προγράμματος στο γιουκαλίλι και συγκεκριμένα το τραγούδι «Τρία Βήματα». Επέλεξα το συγκεκριμένο τραγούδι, όπως προτείνει και το εκπαιδευτικό υλικό του προγράμματος, καθώς αν αλλάζαμε το κούρδισμα των χορδών σε ντο ελάσσονα και βάζαμε ένα καποτάστο στο δεύτερο τάστο, μπορούσε ένας από τους μαθητές να παίζει όλο το τραγούδι με μία μόνο συγχορδία. Τελικά, καποτάστο δεν βρέθηκε, οπότε δημιουργήσαμε ένα αυτοσχέδιο με λαστιχάκι που μας έμεινε από τα τύμπανα, το οποίο τοποθετήσαμε διπλό ή και τριπλό στο δεύτερο τάστο από το γιουκαλίλι. Το γιουκαλίλι πέρασε από τα χέρια όλων των μαθητών παίζοντας το τραγούδι και όλοι μαζί αποφασίσαμε ποιος θα έπαιζε στην παρουσίαση.

Τέλος, για το τελευταίο τραγούδι με τίτλο «Αλγόριθμος L.I.F.E.F.O.R.C.E. BLS», χρησιμοποίησα τις εκπαιδευτικές κάρτες του προγράμματος *Lifeforce* (Rott & Στεφανάκης, 2020), οι οποίες υποστηρίζουν την εκμάθηση δεξιοτήτων αναζωογόνησης και έπαιξαν βοηθητικό ρόλο και στην αρχή των μαθημάτων στην εκμάθηση των τραγουδιών, με τις απεικονίσεις όλων των βημάτων ενός περιστατικού καρδιακής ανακοπής και την

αντιμετώπισή του. Εκτύπωσα, λοιπόν, τις κάρτες σε μεγάλα χαρτιά A4 και οι μαθητές έμαθαν να συντονίζονται και ο καθένας με τη σειρά του, να σηκώνει την κάρτα/το χαρτί στον αντίστοιχο στίχο που τραγουδούσαμε. Αυτό χρειαζόταν παραπάνω χρόνο και επαναλήψεις για να επιτευχθεί, αλλά με τη βοήθεια και την καθοδήγησή μου τα παιδιά έδειξαν σωστά τις κάρτες, συντονίστηκαν και τραγούδησαν σωστά όλους τους στίχους.

«Οι εκπαιδευτικές κάρτες υποστηρίζουν την εκμάθηση δεξιοτήτων αναζωογόνησης, ανάλογα με τις ηλικιακές ομάδες των παιδιών. Το μαθησιακό αποτέλεσμα επιτυγχάνεται μέσω των εικονογραφήσεων, ερωτήσεων και δραστηριοτήτων, σύμφωνα με τα στάδια και τα βήματα του *Lifeforce* αλγόριθμου BLS. Οι εκπαιδευτικές κάρτες αποτελούνται από διαχωριστικές κάρτες, μεγάλες κάρτες και μικρές κάρτες, με την μπροστινή και την πίσω πλευρά σχεδιασμένες και επισημασμένες. Οι μικρές κάρτες αναπτύχθηκαν για τους μαθητές/τις μαθήτριες και οι μεγάλες κάρτες για τους/τις εκπαιδευτικούς. Όλες οι μικρές κάρτες είναι γραμμένες με γραμματοσειρά φιλική προς τη δυσλεξία, ώστε να μπορούν να διαβαστούν από όλους τους μαθητές/όλες τις μαθήτριες, συμπεριλαμβανομένων των παιδιών με μαθησιακές δυσκολίες» (Rott & Στεφανάκης, 2020, σ. 105). «Υπάρχει μία κάρτα ανά (σχεδόν κάθε) βήμα, για το αντίστοιχο στάδιο του *Lifeforce* αλγορίθμου MLS. Στο μπροστινό μέρος των μικρών καρτών υπάρχει μια εικόνα, κατάλληλη για το αντίστοιχο βήμα. Επιπλέον, στο κάτω τμήμα της μπροστινής πλευράς της κάρτας, υπάρχει η περιγραφή του βήματος» (Rott & Στεφανάκης, 2020, σ. 106).

Τη μέρα της παρουσίασης οι μαθητές είχαν πολύ άγχος, αλλά και ενθουσιασμό ταυτόχρονα. Προσπάθησα να τους ηρεμήσω και να τους εξηγήσω πως με αυτήν την παρουσίαση, αλλά και με όλα όσα έμαθαν τους δύο μήνες μέσα από τις συναντήσεις/μαθήματά μας, θα μπορούσαν να προσφέρουν κάτι πολύ σημαντικό από ‘δω και πέρα. Δεν είχε σημασία το αποτέλεσμα της παρουσίασης, το πόσο καλά θα τραγουδούσαν ή αν θα έπαιζαν σωστά στο ρυθμό, σημασία είχε πως έκαναν ό,τι καλύτερο μπορούσαν, πέρασαν όμορφα και χάρηκαν το κάθε μάθημα ξεχωριστά και το κυριότερο, κατάλαβαν και έμαθαν μέσα από τα πέντε τραγούδια του εκπαιδευτικού προγράμματος *Lifeforce*, πώς να αναγνωρίζουν ένα περιστατικό καρδιακής ανακοπής και να ζητούν αμέσως βοήθεια από τους γύρω τους ή να καλούν στον Πανευρωπαϊκό Αριθμό Έκτακτης Ανάγκης 112.

Έτσι, αντιμετωπίσαμε την παρουσίαση όχι ως παράσταση με πρωταγωνιστές και κοινό, αλλά ως μια σημαντική “ενημέρωση” από μαθητές σε μαθητές. Μετά από επικοινωνία που είχα με τη διευθύντρια του σχολείου, ενημέρωσε τους καθηγητές πως τη συγκεκριμένη μέρα

και ώρα θα γίνει η παρουσίαση στο φουαγιέ του πάνω ορόφου. Μόλις χτύπησε το κουδούνι για να μπουν οι μαθητές στις τάξεις τους, βρισκόμασταν ήδη στο φουαγιέ με τα όργανα και τις εικόνες/κάρτες και τους περιμέναμε. Όταν είδα πως είχαν μαζευτεί αρκετοί, ξεκίνησα να τους εξηγώ ποια είμαι, τι κάνω στο σχολείο τους και συγκεκριμένα στο τμήμα της τρίτης γυμνασίου και τι πρόκειται να δουν, να ακούσουν και να παρουσιάσουμε με τους υπόλοιπους μαθητές. Έκανα μία σύντομη εισαγωγή στο πρόγραμμα *Lifeforce* και στην εφαρμογή που έκανα τους δύο μήνες στους μαθητές της τρίτης τάξης και ακολούθησε κατευθείαν η παρουσίαση των τραγουδιών, γιατί δεν είχαμε πολύ χρόνο στη διάθεσή μας. Μετά την παρουσίαση των τραγουδιών, ζήτησα από τους μαθητές να μοιραστούν, αν θέλουν, κάτι με τους υπόλοιπους ή να εξηγήσουν με τον δικό τους μοναδικό τρόπο οτιδήποτε αποκόμισαν και κατάλαβαν μέσα από τα τραγούδια και είχαμε κάνει αυτούς τους δύο μήνες των συναντήσεων/μαθημάτων. Τέλος, απαντήσαμε μαζί με τους μαθητές, όποια απορία ή προβληματισμό είχε δημιουργηθεί σε όποιον παρευρέθηκε και παρακολούθησε την παρουσίαση.

Αφού ολοκληρώσαμε και με τις απορίες και τις συζητήσεις που αναπτύχθηκαν, ευχαρίστησα τους μαθητές και τους καθηγητές και τους ενημέρωσα πως το υλικό με τις κάρτες θα μείνει στο σχολείο, σε περίπτωση που θέλουν να το τοποθετήσουν σε ένα εμφανές σημείο και να το βλέπουν οι μαθητές καθημερινά. Στη συνέχεια, γυρίσαμε στην τάξη για να ηχογραφήσουμε τα τραγούδια, μία φορά όπως τα παρουσιάσαμε, με τις μιμητικές κινήσεις, τα αυτοσχέδια όργανα, το *body percussion* και τις κάρτες και μία φορά μόνο τραγουδώντας καθιστοί. Τέλος, ζήτησα από τους μαθητές να μιλήσουν ο καθένας ξεχωριστά στην ηχογράφιση και να εκφράσουν όλα όσα τους έκαναν εντύπωση και κράτησαν στο μυαλό τους από όσα κάναμε και κυρίως τι κατάλαβαν από τα τραγούδια που μάθαμε.

Κεφάλαιο Τρίτο

Συμπεράσματα/Αποτελέσματα και Προοπτικές

Το παρόν πτυχιακό Project αποτέλεσε μία μεγάλη ευκαιρία να γνωρίσω το εκπαιδευτικό πρόγραμμα *Lifeforce*, να συμμετάσχω στο θεωρητικό και βιωματικό σεμινάριο για τις πρώτες βοήθειες και τον προσαρμοσμένο αλγόριθμο της ΚΑΡΠΑ και να μελετήσω για τη σημαντικότητα και χρήση της μουσικής και του τραγουδιού στην Ειδική Αγωγή και για τη χρήση του τραγουδιού για την εκμάθηση μη μουσικών δεξιοτήτων και πληροφοριών.

Αναλυτικότερα, μέσα από το εκπαιδευτικό πρόγραμμα *Lifeforce*, αντιλήφθηκα το πόσο σημαντικό είναι να γνωρίζουμε όλοι μας τα συμπτώματα της καρδιακής ανακοπής, καθώς οι πιθανότητες να συμβεί είναι πολύ υψηλές και η άμεση βοήθεια μπορεί να σώσει ζωές. Έτσι, με την κατανόηση και αναγνώριση των συμπτωμάτων μπορούμε ανά πάσα ώρα και στιγμή να αντιληφθούμε ένα τέτοιο περιστατικό και να είμαστε σε θέση να καλέσουμε την άμεση βοήθεια και ταυτόχρονα να παρέχουμε στον ασθενή τις πρώτες βοήθειες. Επίσης, αφού κατανοήσουμε τα συμπτώματα οι ίδιοι και γνωρίζουμε πλέον τι να κάνουμε σε κάθε περίπτωση, κατάλαβα πόσο σημαντικό είναι να το μοιραζόμαστε με όλους γύρω μας, ώστε κάποια στιγμή, να αναγνωρίζουμε όλοι, από μικρά παιδιά μέχρι ηλικιωμένοι, τα συμπτώματα και να μπορούμε να βοηθήσουμε έστω με ένα τηλεφώνημα. Τέλος, μέσα από τα τραγούδια του προγράμματος τα παιδιά είναι πιο εύκολο να πληροφορηθούν για το θέμα αυτό, να μάθουν να αναγνωρίζουν τα συμπτώματα της καρδιακής ανακοπής και να καλούν την τηλεφωνική ιατρική βοήθεια (112). Μέσω της βιωματικής μάθησης του προγράμματος επικρατεί ένα ευχάριστο κλίμα, χωρίς το παιδί να αισθάνεται φόβο, άγχος και ευθύνη, αλλά αντίθετα να αισθάνεται ικανό να βοηθήσει τους ανθρώπους που θα το έχουν ανάγκη εκείνη τη στιγμή.

Σχετικά με την εφαρμογή του προγράμματος στους μαθητές και τη σχετική βιβλιογραφία που μελέτησα, είδα συνδέσεις όσον αφορά τις συμπεριφορές, τις αντιδράσεις, την επικοινωνία και τα συναισθήματα των μαθητών, αλλά και τον τρόπο εκμάθησης και απομνημόνευσης των τραγουδιών. Άγνωστες λέξεις στους μαθητές όπως ο "απινιδωτής" ή ο "αλγόριθμος", έγιναν κατανοητές καλύτερα μέσα από τα τραγούδια και τις εκπαιδευτικές κάρτες, παρά από λεκτικές επεξηγήσεις και προφορικές αναλυτικές απαντήσεις. Επίσης, ο κύκλος και η βλεμματική επαφή που είχαμε, έπαιξε πολύ σημαντικό ρόλο στις σχέσεις που

αναπτύξαμε μεταξύ μας και στην επαφή που είχαμε για τη διδασκαλία των τραγουδιών μέσω των κινήσεων και των οργάνων. Μέσα από τις μιμητικές κινήσεις και τις εκπαιδευτικές κάρτες, οι μαθητές εμπέδωσαν πολύ πιο γρήγορα και αβίαστα το περιεχόμενο των τραγουδιών. Οι επαναλήψεις και η εκτέλεση των τραγουδιών με εναλλαγές στην ένταση και στο ύψος, βοήθησαν στην απομνημόνευση των στίχων, χωρίς οι μαθητές να κουραστούν και να βαρεθούν καθόλου. Το παίξιμο του ρυθμού με το σώμα και τα όργανα, αύξησαν το ενδιαφέρον και τη συμμετοχή των μαθητών και βοήθησαν στην αντίληψη του σταθερού παλμού των 110-120 bpm για την ΚΑΡΠΑ. Στα πρώτα μαθήματα υπήρξαν μαθητές που δε μπορούσαν να τραγουδήσουν, είτε λόγω ντροπής, είτε λόγω δυσκολίας στην ομιλία κι έτσι μετά από δική μου παρότρυνση μιλούσαν ή ‘ράπαραν’ τους στίχους. Όμως, κατά τη διάρκεια της προ-εκπαίδευσης με τη βοήθεια της συνοδείας των μελωδικών οργάνων, όπως το γιουκαλίλι και το αρμόνιο και ακούγοντας τους υπόλοιπους μαθητές της ομάδας, όχι μόνο κατάφεραν να τραγουδήσουν, αλλά φώναζαν και πιο πολύ όταν τραγουδούσαν, γιατί πλέον ένιωθαν πιο σίγουροι και ασφαλείς.

Κάποιες από τις δραστηριότητες που με έκαναν να σιγουρευτώ ότι οι μαθητές έχουν μάθει και εμπεδώσει τους στίχους, ήταν πως την ώρα που τραγουδούσαμε σταματούσα σε κάποια σημεία και οι μαθητές συνέχιζαν μόνοι τους. Ακόμα, μία δραστηριότητα αξιολόγησης ήταν πως όταν τραγουδούσαν τους ζητούσα να δείξουν την αντίστοιχη κάρτα που απεικόνιζε το στίχο και το αντίστροφο. Πολύ σημαντικό ήταν πως η προ-εκπαίδευση μέσω του τραγουδιού, είχε ως αποτέλεσμα οι μαθητές να προσεγγίσουν συναισθηματικά το βίωμα και την αντιμετώπιση ενός ατόμου με καρδιακή ανακοπή, χωρίς να φοβηθούν και να αγχωθούν μην ξέροντας τι να κάνουν και βλάπτοντας τον εαυτό τους. Αντίθετα, μέσα από τα τραγούδια κατανόησαν τα βασικά βήματα του αλγορίθμου της ΚΑΡΠΑ, με πρωταρχικό βήμα την ασφάλειά τους και την ασφάλεια των γύρω τους. Αυτό έγινε αντιληπτό από την ψυχραιμία και τη σιγουριά που είχαν, αλλά και την ανάλυση που έκαναν αναφέροντας σωστά τα διαδοχικά βήματα, όταν απαντούσαν στην ερώτηση «τι έμαθες ή τι σου έκανε εντύπωση, μέσα από τα πέντε τραγούδια του *Liforce*», που έκανα και ηχογράφησα την τελευταία μέρα, τη μέρα της παρουσίασης. Επίσης, μέσα από αυτές τις απαντήσεις, γίνεται φανερό και κατανοητό πως οι μαθητές αφενός έμαθαν μέσα από τις συναντήσεις μας, τη μουσική και τα τραγούδια, πολύ σημαντικά πράγματα, αφετέρου μέσα από τον τρόπο διδασκαλίας και την εφαρμογή των μαθημάτων πέρασαν πολύ όμορφα, το ευχαριστήθηκαν και το διασκέδασαν. Το αποτέλεσμα αυτό επιτεύχθηκε μέσα από την καλή επικοινωνία και συνεργασία που είχαμε, με κατανόηση, καλή διάθεση και υπομονή, μέσα από τις δραστηριότητες και τις

δημιουργίες που κάναμε, με το ζέσταμα, τη δημιουργία των αυτοσχέδιων κρουστών οργάνων, το παιχνίδι με τις εκπαιδευτικές κάρτες και μέσα από τις συζητήσεις που αναπτύξαμε στο τέλος κάθε μαθήματος, κάνοντας μια σύνοψη και σχολιάζοντας τα όσα είχαν προηγηθεί.

Ακόμη, μέσα από το πτυχιακό μου Project, μου δόθηκε η ευκαιρία να μελετήσω έρευνες που χρησιμοποιούσαν το τραγούδι για τη διδασκαλία μη μουσικών δεξιοτήτων και πληροφοριών. Οι πηγές που μελέτησα και χρησιμοποίησα στο θεωρητικό κεφάλαιο αποτελούν αφορμή για περαιτέρω διερεύνηση της χρήσης τραγουδιού ως ικανοποιητικού εκπαιδευτικού εργαλείου στην εκμάθηση μη μουσικών πληροφοριών και δεξιοτήτων. Επίσης, δεν υπάρχουν ικανοποιητικά ερευνητικά δεδομένα όσον αφορά προγράμματα σαν το «*Kids Save Lives – Τα Παιδιά Σώζουν Ζωές*» και το «*Lifeforce*» σε παιδιά με ειδικές ανάγκες, κάτι που θα ήταν πολύ χρήσιμο και αναγκαίο. Να υπάρχει δηλαδή, σαν εκπαιδευτικό μάθημα στο ειδικό σχολείο, τα παιδιά να μαθαίνουν και να προετοιμάζονται στον προσαρμοσμένο αλγόριθμο της ΚΑΡΠΑ, με αποτέλεσμα να το μοιράζονται με την οικογένεια και τους φίλους τους. Έτσι, ίσως κάποτε να φτάσουμε σε ένα ικανοποιητικό σημείο που όλοι θα είμαστε ικανοί να σώζουμε ζωές.

Κλείνοντας, είναι σημαντικό να αναφερθεί πως τα πέντε τραγούδια του *Lifeforce* είναι μόνο ένα κομμάτι από το εκπαιδευτικό υλικό του προγράμματος και πως για να γίνει μία πλήρης εφαρμογή θα πρέπει να δοκιμαστεί και το υπόλοιπο υλικό, όπως είναι η γνωριμία με τις маскóτ του παραμυθιού/ιστορίας του *Lifeforce*, οι εκπαιδευτικές δραστηριότητες και το επιτραπέζιο παιχνίδι, οι ασκήσεις και τα παιχνίδια με τις εκπαιδευτικές κάρτες και γενικά μία σειρά εκπαίδευσης με βάση το εγχειρίδιο των μαθητών και το εγχειρίδιο των εκπαιδευτικών, πραγματοποιώντας αν χρειαστεί, προσαρμογές και τροποποιήσεις για την εφαρμογή τους στην Ειδική Αγωγή.

Ξενόγλωσση Βιβλιογραφία

- Brown, S. (1994). Autism and music therapy- is change possible and why music? *British Journal of Music Therapy*, 8(1), 15-25.
- Buday, E.M (1995). The effects of Signed and Spoken Words Teach with Music on Sign and Speech Imitation by Children with Autism. *Journal of music Therapy*, 32(3), 189-202. [https://doi.org/10.1016/0197-4556\(95\)00019-2](https://doi.org/10.1016/0197-4556(95)00019-2)
- Dustine, J.L., & Moore G.E. (2005). *Χρόνιες παθήσεις και αναπηρίες*. Εκδόσεις: Π.Χ Πασχαλίδης.
- Finke, S., Zajackowski, K., Rott, N., Ecker, H., & Bottiger, B. (2021) LIFEFORCE ΑΛΓΟΠΙΘΜΟΣ BLS. Στο Ετμεκτσόγλου, Σ., Καλύβας, Θ., Φορτούνης, Κ., Φυντανίδου, Β., Ζαγαλιώτη, Σ.Χ., Bottiger, B., Rott, N., Finke, S., Zajackowski, K., Ecker, H., Semeraro, F., Scapigliati, A., Carenzio, A., Jacono, S., Κοζάρης, Ι., Πεχτελίδης, Ι., Μποτονάκη, Α., Στεφανάκης, Α., Ετμεκτσόγλου, Ι., Αδαμοπούλου, Χ., Δουβαρά, Ε., Κλαρουμένου, Α., Προδρόμου, Μ., Γεωργίου, Μ., Πάλλη, Ν., & Στυλιανίδου, Ν., (Επιμ), *Lifeforce Εγχειρίδιο εκπαιδευτικών- Οδηγός για εκπαιδευτικούς* (σσ. 9). <https://project-lifeforce.eu/wp-content/uploads/2023/04/Teachers-handbook-GR-final.pdf>
- Finke, S., Rott, N., & Bottiger, B. (2021) Βασική Υποστήριξη Ζωής. Στο Ετμεκτσόγλου, Σ., Καλύβας, Θ., Φορτούνης, Κ., Φυντανίδου, Β., Ζαγαλιώτη, Σ.Χ., Bottiger, B., Rott, N., Finke, S., Zajackowski, K., Ecker, H., Semeraro, F., Scapigliati, A., Carenzio, A., Jacono, S., Κοζάρης, Ι., Πεχτελίδης, Ι., Μποτονάκη, Α., Στεφανάκης, Α., Ετμεκτσόγλου, Ι., Αδαμοπούλου, Χ., Δουβαρά, Ε., Κλαρουμένου, Α., Προδρόμου, Μ., Γεωργίου, Μ., Πάλλη, Ν., & Στυλιανίδου, Ν., (Επιμ), *Lifeforce Εγχειρίδιο εκπαιδευτικών- Οδηγός για εκπαιδευτικούς* (σσ. 7). <https://project-lifeforce.eu/wp-content/uploads/2023/04/Teachers-handbook-GR-final.pdf>
- Grammer, D., & Laroy, C. (1992). *Musical Openings*. Longman
- Hallam, S. (2010). The power of music: Its impact on the intellectual, social and personal development of children and young people. *International Journal of Music Education*, 28(3). <https://doi.org/10.1177/0255761410370658>
- Hiller A., Greher G., & Poto N. (2011). Positive outcomes following participation in a music intervention for adolescents and young adults on the autism spectrum. *Psychology of Music*, 23(1), 11-23.
- ICD-11 for Mortality and Morbidity Statistics (2023). Autism spectrum disorder. In icd.who.int. Retrieved Jenuary 2023. <https://icd.who.int/browse11/l-m/en#/http%3a%2f%2fid.who.int%2fcd%2fentfity%2f437815624>
- ICD-11 for Mortality and Morbidity Statistics (2023). Disorder of intellectual development, mild. Retrieved Jenuary 2023. <https://icd.who.int/browse11/l-m/en#/http%3a%2f%2fid.who.int%2fcd%2fentfity%2f437815624>
- LifeForce E-learning (2021). *Welcome to lifeforce courses*. <https://lifeforce.smooth-ecs.eu/?redirect=0>

- Merriam-Webster. (n.d.). Down syndrome. In *Merriam-Webster.com dictionary*. Retrieved June 10, 2023, from <https://www.merriam-webster.com/dictionary/Down%20syndrome>
- Moorhead, G.E., & Pond, D. (1978). Music of Young children. Pillsbury Foundation for Advancement of Music Education. Creprinted from works published in 1941, 1942, 1944, 1951 & 1977.
- Pienaar, D. (2012). Music Therapy for Children with Down Syndrome: Perceptions of Caregivers in a special School Setting. *University of Auckland . ERIC*, 13(1), 36-43. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ976663.pdf>
- Rott, N., & Στεφανάκης, Α. (2021). Εκπαιδευτικές Κάρτες. Στο Ετμεκτσόγλου, Σ., Καλύβας, Θ., Φορτούνης, Κ., Φυντανίδου, Β., Ζαγαλιώτη, Σ.Χ., Bottiger, B., Rott, N., Finke, S., Zajackowski, K., Ecker, H., Semeraro, F., Scapigliati, A., Carenzio, A., Jacono, S., Κοζάρης, Ι., Πεχτελίδης, Ι., Μποτονάκη, Α., Στεφανάκης, Α., Ετμεκτσόγλου, Ι., Αδαμοπούλου, Χ., Δουβαρά, Ε., Κλαρουμένου, Α., Προδρόμου, Μ., Γεωργίου, Μ., Πάλλη, Ν., & Στυλιανίδου, Ν., (Επιμ), *Lifeforce Εγχειρίδιο εκπαιδευτικών- Οδηγός για εκπαιδευτικούς* (σσ. 105-106). <https://project-lifeforce.eu/wp-content/uploads/2023/04/Teachers-handbook-GR-final.pdf>

Ελληνική Βιβλιογραφία

- Αγγελοπούλου- Σακαντάμη Ν. (2004). *Ειδική Αγωγή: Αναπτυξιακές διαταραχές και χρόνιες μειονεξίες*. Έκδοση: Πανεπιστήμιο Μακεδονίας.
- Βέλκου, Κ. (2004). Μουσική και Αυτισμός: Μία εναλλακτική πρόταση για τη διδασκαλία τραγουδιών σε παιδιά με αυτισμό. *Οπτικοποιημένο τραγούδι. Επιστημονικό Βήμα* 3(1), 95-103.
- Γενά, Δ. (2002). *Αυτισμός και διάχυτες αναπτυξιακές διαταραχές*. Εκδόσεις: Π.Χ Πασχαλίδης.
- Γεωργοπούλου, Α. (2020). *Ανίχνευση προσεγγίσεων του μαθήματος της μουσικής αγωγής στην πρωτοβάθμια εκπαίδευση: η περίπτωση των εκπαιδευτικών μουσικής αγωγής των νόμων της περιφέρειας δυτικής Ελλάδας*. (Διδακτορική διατριβή, Ελληνικό Ανοικτό Πανεπιστήμιο, Πάτρα).
- Ετμεκτσόγλου, Ι., & Αδαμοπούλου, Χ. (2006). *Μουσικοθεραπεία και άλλες μουσικές προσεγγίσεις για παιδιά και νέους με αναπηρίες*. Ορφεύς Νικολαΐδης.
- Ετμεκτσόγλου, Ι., & Αδαμοπούλου, Χ. (2021). Η χρήση της μουσικής στο Lifeforce. Στο Ετμεκτσόγλου, Σ., Καλύβας, Θ., Φορτούνης, Κ., Φυντανίδου, Β., Ζαγαλιώτη, Σ.Χ., Bottiger, B., Rott, N., Finke, S., Zajackowski, K., Ecker, H., Semeraro, F., Scapigliati, A., Carenzio, A., Jacono, S., Κοζάρης, Ι., Πεχτελίδης, Ι., Μποτονάκη, Α., Στεφανάκης, Α., Ετμεκτσόγλου, Ι., Αδαμοπούλου, Χ., Δουβαρά, Ε., Κλαρουμένου, Α., Προδρόμου, Μ., Γεωργίου, Μ., Πάλλη, Ν., & Στυλιανίδου, Ν., (Επιμ), *Lifeforce Εγχειρίδιο εκπαιδευτικών- Οδηγός για εκπαιδευτικούς* (σσ. 3). <https://project-lifeforce.eu/wp-content/uploads/2023/04/Teachers-handbook-GR-final.pdf>

- Ετμεκτσόγλου, Ι., & Αδαμοπούλου, Χ. (2021). LIFEFORCE Μουσική (τραγούδια, μουσικές δραστηριότητες-παιχνίδια). Στο Ετμεκτσόγλου, Σ., Καλύβας, Θ., Φορτούνης, Κ., Φυντανίδου, Β., Ζαγαλιώτη, Σ,Χ., Bottiger, B., Rott, N., Finke, S., Zajackowski, K., Ecker, H., Semeraro, F., Scapigliati, A., Carenzio, A., Jacono, S., Κοζάρης, Ι., Πεχτελίδης, Ι., Μποτονάκη, Α., Στεφανάκης, Α., Ετμεκτσόγλου, Ι., Αδαμοπούλου, Χ., Δουβαρά, Ε., Κλαρουμένου, Α., Προδρόμου, Μ., Γεωργίου, Μ., Πάλλη, Ν., & Στυλιανίδου, Ν., (Επιμ), *Lifeforce Εγχειρίδιο εκπαιδευτικών- Οδηγός για εκπαιδευτικούς* (σσ. 126-127). <https://project-lifeforce.eu/wp-content/uploads/2023/04/Teachers-handbook-GR-final.pdf>
- Ζαφρανάς, Ν., & Ζαφρανάς, Α. (2015). *Εγκέφαλος, φυσιολογία και μουσική*. Σύνδεσμος Ελληνικών Ακαδημαϊκών Βιβλιοθηκών.
- Κανακούδη- Τσακαλίδου, Φ., & Καντζός Γ. (2007). *Βασική Παιδιατρική*. University Studio Press.
- Καρτασίδου, Λ. (2004). *Μουσική εκπαίδευση στην ειδική παιδαγωγική, εκπαιδευτικές-θεραπευτικές προσεγγίσεις της μουσικής στην ευρύτερη της σημασία σε άτομα με ειδικές ανάγκες*. Εκδόσεις: ΤΥΠΩΘΗΤΩ
- Καρτασίδου, Λ. (2009). Η φύση και η δομή του μαθήματος της μουσικής για τα άτομα με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες. *Ζητήματα μουσικής παιδαγωγικής* Εκδόσεις της Ελληνικής Ένωσης για τη Μουσική Εκπαίδευση, 345-368.
- Καρτασίδου, Λ. (2002). Βασικές αρχές διδασκαλίας της μουσικής σε παιδιά και νέους με μαθησιακές δυσκολίες και ελαφρά νοητική καθυστέρηση. *Μουσική εκπαίδευση. Περιοδική Έκδοση της Ε.Ε.Μ.Ε.*, 11(1), 320-333.
- KIDS SAVE LIVES. (2021). *ΕΓΚΡΙΣΗ ΕΥΡΩΠΑΪΚΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ, ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ ΓΙΑ ΤΟ L.I.F.E.F.O.R.C.E.* <https://kidssavelives.gr/egkrisi-programmatos-life-force/>
- Καραδήμου, Π. (2003). *Η μουσικοπαιδαγωγική τον 20ο αιώνα. Οι σημαντικότερες απόψεις για την προσχολική ηλικία*. Orpheus.
- Λιοδάκης, Δ. (2000). *Εκπαιδευτικά προγράμματα για τυφλούς*. Ατραπός.
- Μποτονάκη, Α., Κλαρουμένου, Ε., & Ετμεκτσόγλου, Σ. (2021). Κατηγοριοποίηση επιλεγμένων δεξιοτήτων σε διακριτά επίπεδα δυσκολίας ειδικά προσαρμοσμένα στο αναπτυξιακό επίπεδο των παιδιών ηλικίας 6-10 ετών. Στο Ετμεκτσόγλου, Σ., Καλύβας, Θ., Φορτούνης, Κ., Φυντανίδου, Β., Ζαγαλιώτη, Σ,Χ., Bottiger, B., Rott, N., Finke, S., Zajackowski, K., Ecker, H., Semeraro, F., Scapigliati, A., Carenzio, A., Jacono, S., Κοζάρης, Ι., Πεχτελίδης, Ι., Μποτονάκη, Α., Στεφανάκης, Α., Ετμεκτσόγλου, Ι., Αδαμοπούλου, Χ., Δουβαρά, Ε., Κλαρουμένου, Α., Προδρόμου, Μ., Γεωργίου, Μ., Πάλλη, Ν., & Στυλιανίδου, Ν., (Επιμ), *Lifeforce Εγχειρίδιο εκπαιδευτικών- Οδηγός για εκπαιδευτικούς* (σσ. 5). <https://project-lifeforce.eu/wp-content/uploads/2023/04/Teachers-handbook-GR-final.pdf>
- Μυλωνά, Σ. (2020). *Διδασκαλία Ισοδύναμων Κλασμάτων μέσα από τη μουσική με τη χρήση του Lego Mindstorms εν3*. (Μεταπτυχιακή εργασία, Ελληνικό Ανοικτό Πανεπιστήμιο, Θεσσαλονίκη).

Σούλης, Σ.Γ. (2009). *Τα παιδιά με βαριά νοητική καθυστέρηση και ο κόσμος τους*. Εκδόσεις: Gutenberg.

Στασινός, Δ. (2013). *Η ειδική Εκπαίδευση 2020. Για μια συμπεριληπτική ή Ολική Εκπαίδευση στο Νέο- ψηφιακό Σχολείο*. Εκδόσεις Παπαζήση.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Α. ΠΛΑΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ

ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑ ΤΡΑΓΟΥΔΙΟΥ: «Δεξιά και αριστερά για μένα και για σένα»

« Όταν σ' αντικρίζω,
το δεξί μου χέρι, αριστερό για σένα,
τ' αριστερό μου χέρι είναι δεξί για σένα.
Πρόσωπο με πρόσωπο, χέρια σταυρωτά,
δεξί σταυρωτά και χειραψία ρυθμικά,
αριστερό σταυρωτά και χειραψία ρυθμικά.
Δεξί σταυρωτά, αριστερό σταυρωτά,
δεξί, αριστερό, δεξί, αριστερό, χέρια πάνω και-αι λέμε γεια.
Δεξί σταυρωτά, αριστερό σταυρωτά,
δεξί, αριστερό, δεξί, αριστερό, χέρια πάνω και-αι λέμε γεια.
Την πλάτη σου όταν βλέπω,
το δεξί μας χέρι είναι ίδιο,
τ' αριστερό μας χέρι, είναι ίδιο.
Φτιάχνουμε τραινάκι πάμε όλοι μαζί
πηδάμε δεξιά και τα ΤΑΠ ΤΑΠ ΤΑΠ.
Πηδάμε αριστερά και ΤΑΠ ΤΑΠ ΤΑΠ.
Βήματα μπροστά, βήματα μπροστά,
τρέξτε, τρέξτε, τρέξτε και η βόλτα σταματά.
Βήματα μπροστά, βήματα μπροστά,
τρέξτε, τρέξτε, τρέξτε και η βόλτα σταματά».

ΘΕΜΑ: Τα βασικά βήματα του προσαρμοσμένου αλγόριθμου *Lifeforce* στην

Καρδιοπνευμονική αναζωογόνηση (ΚΑΡΠΑ)-Τα μέρη του σώματος

ΤΑΞΗ: Γ' ΕΙΔΙΚΟΥ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ

ΔΙΑΡΚΕΙΑ: 45 ΛΕΠΤΑ

Ι. ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ: Σε αυτό το μάθημα οι μαθητές θα μάθουν μέσα από το τραγούδι να αναγνωρίζουν εύκολα το δεξί και το αριστερό μέρος του σώματος, καθώς αναφέρονται στο δικό τους σώμα και στο σώμα ενός άλλου ατόμου που βρίσκεται απέναντί τους ή στέκεται με την πλάτη προς το μέρος τους. Είναι μία δεξιότητα που χρειάζεται όταν ένα παιδί περιγράφει την κατάσταση του ατόμου στο πάτωμα και το που βρίσκεται.

II. ΣΤΟΧΟΙ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΜΑΘΗΤΕΣ

Γνωσιολογικοί:

- Να κατανοήσουν και να εμπεδώσουν οι μαθητές τους στίχους του τραγουδιού
- Να μάθουν να τραγουδούν τους στίχους του τραγουδιού
- Να τραγουδούν τονικά σωστά
- Να θυμηθούν μέσα από δραστηριότητες και από το ζέσταμα, τα μέρη του σώματος
- Να μάθουν να ξεχωρίζουν τη δεξιά από την αριστερή πλευρά του σώματος όταν αντικρίζουν έναν άνθρωπο και όταν κοιτούν την πλάτη του
- Να μάθουν να τραγουδούν το τραγούδι σε σταθερό tempo  =110-120 bpm

Ψυχοκινητικοί:

- Να αισθανθούν το ρυθμό και τον παλμό του τραγουδιού
- Να περπατήσουν ή να χτυπήσουν παλαμάκια στο ρυθμό του τραγουδιού
- Να κάνουν τις μιμητικές κινήσεις
- Να μάθουν να ελέγχουν την αναπνοή τους μέσα από το ζέσταμα και διάφορες ασκήσεις
- Να δραματοποιήσουν το νόημα των στίχων μεταξύ τους

Συναισθηματικοί:

- Να κοινωνικοποιηθούν μεταξύ τους και να αναπτύξουν την κριτική τους σκέψη
- Να νιώσουν ένα με την ομάδα
- Να αισθανθούν άνετα και να μοιραστούν μαζί με την ομάδα απορίες ή σκέψεις
- Να περάσουν όμορφα και μέσα από τις συζητήσεις να ευαισθητοποιηθούν για την αξία της ζωής τους και τη ζωή του διπλανού τους

III. ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΚΑΙ ΥΛΙΚΑ

- Τραγούδι
- Φωνή, γιουκαλίλι, σώμα
- Εκπαιδευτικές κάρτες
- Καραόκε
- Αυτοσχέδια μουσικά κρουστά όργανα(μαράκες, τύμπανα)

IV. ΣΥΝΤΟΜΗ ΕΠΑΝΑΞΗΛΗ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΟΥ ΥΛΙΚΟΥ

- Ανάλυση και συζήτηση στα επτά βασικά βήματα του προσαρμοσμένου αλγόριθμου της ΚΑΡΠΑ και στο εκπαιδευτικό πρόγραμμα *Lifeforce*

V. ΔΙΑΡΘΡΩΣΗ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ- ΠΟΡΕΙΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ

- Γνωριμία με τους μαθητές, τους εξηγώ ποια είμαι και για ποιο λόγο ήρθα στο σχολείο τους
- Ξεκινάω κάνοντας μία εισαγωγή στο εκπαιδευτικό πρόγραμμα *Lifeforce* και στα επτά βασικά βήματα στον προσαρμοσμένο αλγόριθμο της ΚΑΡΠΑ
- Συνεχίζω με ζέσταμα του σώματος, της φωνής και της αναπνοής
- Μπαίνω στο τραγούδι λέγοντας κάποια λόγια και μετά το τραγουδάω μία φορά με τη συνοδεία του γιουκαλίλι και οι μαθητές σιγοτραγουδούν τους στίχους μαζί μου
- Το τραγουδάω άλλη μία, χωρίς το γιουκαλίλι, κάνοντας μιμητικές κινήσεις για καλύτερη ενεργητική ακρόαση και συμμετοχή των μαθητών

- Τραγουδάμε όλοι μαζί χτυπώντας χέρια ή πόδια στο ρυθμό του τραγουδιού
- Τραγουδάμε και προσπαθούμε να κάνουμε δραματοποίηση του τραγουδιού ανά ζευγάρια
- Φτιάχνουμε αυτοσχέδια μουσικά κρουστά τύμπανα και μαράκες
- Ακούμε τη μελωδία караόке, τραγουδάμε στο tempo και παίζουμε το ρυθμό στα αυτοσχέδια κρουστά τύμπανα
- Τέλος, κάνουμε μια μικρή συζήτηση και ανακεφαλαίωση, συζητάμε για τυχόν απορίες και προβληματισμούς, για χαλάρωση και αίσθηση άνεσης της ομάδας

ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑ ΤΡΑΓΟΥΔΙΟΥ: «Τρία βήματα»

« Αν στο έδαφος μπροστά σου κάποιον δεις,

Πριν πλησιάσεις πρέπει ν' αναρωτηθείς

εάν είναι ασφαλές, εάν είναι ασφαλές.

Πριν πλησιάσεις τους κινδύνους πρώτα δες,

πριν πλησιάσεις τους κινδύνους πρώτα δες.

Αφού ελέγξεις πλησίασε κοντά.

Γονάτισε και ρώτα δυνατά:

Με ακούτε-είστε καλά;

Με ακούτε, είσαστε καλά;

Αν το θύμα δεν σου απαντά,

το πηγούνι του σήκωσε-απαλά.

Ήρθε-η ώρα για να δεις,

να ακούσεις, να-αισθανθείς

Η αναπνοή αν είναι φυσιολογική,

Η αναπνοή αν είναι φυσιολογική».

ΘΕΜΑ: Τα βασικά βήματα του προσαρμοσμένου αλγόριθμου *Lifeforce* στην

Καρδιοπνευμονική αναζωογόνηση (ΚΑΡΠΑ)-Προσοχή κινδύνων και έλεγχος αναπνοής

ΤΑΞΗ: Γ' ΕΙΔΙΚΟΥ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ

ΔΙΑΡΚΕΙΑ: 45 ΛΕΠΤΑ

I. ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ: Σε αυτό το μάθημα κύριος στόχος, μέσα από το τραγούδι, είναι η καθιέρωση στη μακροπρόθεσμη μνήμη των μαθητών του σταθερού παλμού των 110-120 bpm (για ΚΑΡΠΑ) και η απομνημόνευση ενός συνόλου βημάτων (ενεργειών) που θα πρέπει να εκτελεστούν χωρίς καθυστέρηση και με τη σωστή σειρά.

II. ΣΤΟΧΟΙ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΜΑΘΗΤΕΣ

Γνωσιολογικοί:

- Να κατανοήσουν και να εμπεδώσουν οι μαθητές τους στίχους του τραγουδιού
- Να μάθουν να τραγουδούν τους στίχους του τραγουδιού
- Να τραγουδούν τονικά σωστά
- Να μάθουν τα τρία βήματα για να ελέγχουν εάν η αναπνοή είναι φυσιολογική
- Να μάθουν να τραγουδούν στακάτο και να σταματούν στις παύσεις, όπου χρειάζεται
- Να μάθουν να τραγουδούν το τραγούδι σε σταθερό tempo  =110-120 bpm

Ψυχοκινητικοί:

- Να αισθανθούν το ρυθμό και τον παλμό του τραγουδιού
- Να περπατήσουν ή να χτυπήσουν παλαμάκια στο ρυθμό του τραγουδιού
- Να κάνουν τις μιμητικές κινήσεις
- Να παίξουν το ρυθμό στα αυτοσχέδια κρουστά τύμπανα
- Να μάθουν να παίζουν το τραγούδι στο γιουκαλίλι μόνο με μία συγχορδία

Συναισθηματικοί:

- Να κοινωνικοποιηθούν μεταξύ τους και να αναπτύξουν την κριτική τους σκέψη
- Να νιώσουν ένα με την ομάδα
- Να αισθανθούν άνετα και να μοιραστούν μαζί με την ομάδα απορίες ή σκέψεις
- Να αισθανθούν ασφάλεια και όχι φόβο και ευθύνη για το άτομο που θα βοηθήσουν

III. ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΚΑΙ ΥΛΙΚΑ

- Τραγούδι
- Φωνή, γιουκαλίλι, σώμα
- Εκπαιδευτικές κάρτες
- Καραόκε
- Αυτοσχέδια μουσικά κρουστά όργανα(μαράκες, τύμπανα)

IV. ΣΥΝΤΟΜΗ ΕΠΑΝΑΛΗΨΗ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΟΥ ΥΛΙΚΟΥ

- Ανάλυση και συζήτηση στα επτά βασικά βήματα του προσαρμοσμένου αλγόριθμου της ΚΑΡΠΑ και στο εκπαιδευτικό πρόγραμμα *Lifeforce*
- Επανάληψη πρώτου τραγουδιού

V. ΔΙΑΡΘΡΩΣΗ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ- ΠΟΡΕΙΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ

- Κάνω πάλι μία μικρή εισαγωγή στο εκπαιδευτικό πρόγραμμα *Lifeforce* και στα επτά βασικά βήματα στον προσαρμοσμένο αλγόριθμο της ΚΑΡΠΑ
- Συνεχίζω με ζέσταμα του σώματος, της φωνής και της αναπνοής
- Τραγουδάμε μία-δύο φορές το τραγούδι που μάθαμε την προηγούμενη φορά
- Μπαίνω στο καινούριο τραγούδι λέγοντας κάποια λόγια και μετά το τραγουδάω μία φορά με τη συνοδεία του γιουκαλίλι και οι μαθητές σιγοτραγουδούν τους στίχους μαζί μου
- Το τραγουδάω άλλη μία, χωρίς το γιουκαλίλι, κάνοντας μιμητικές κινήσεις για καλύτερη ενεργητική ακρόαση και συμμετοχή των μαθητών
- Τραγουδάμε όλοι μαζί χτυπώντας τα πόδια στο ρυθμό και τα χέρια στις παύσεις του τραγουδιού

- Ακούμε τη μελωδία караόке, τραγουδάμε στο tempo και παίζουμε το ρυθμό στα αυτοσχέδια κρουστά τύμπανα
- Δείχνω στους μαθητές πως παίζεται όλο το τραγούδι στο γιουκαλίλι με μία μόνο συγχορδία και ένας ένας προσπαθεί να το παίξει
- Κλείνοντας, χαλαρώνουμε κάνοντας μία μικρή συζήτηση για τους στίχους του τραγουδιού, για να δω τι κατάλαβαν και τι απομνημόνευσαν από το αυτό

ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑ ΤΡΑΓΟΥΔΙΟΥ: «Τριάντα και δύο»

« Η αναπνοή δεν είναι φυσιολογική.

Κάλεσε βοήθεια

κι αμέσως να αρχίσεις συμπίεσεις εμφυσήσεις.

Πιέζω, αφήνω τριάντα φορές,

Το πηγούνι-ανασηκώνω

τη μύτη κλείνω και φυσάω δυο φορές.

Κάνω συμπίεσεις και αερισμό,

μέχρι το ασθενοφόρο να φτάσει εδώ,

τριάντα και δυο.

ΚΑΡΠΑ ξεκινώ

πιέζω πιέζω πιέζω πιέζω ναι

Κάνω ΚΑΡΠΑ εγώ

Δεν σταματάω

Κάνω ΚΑΡΠΑ εγώ

ώρα να φυσήζω.

ΚΑΡΠΑ ξεκινώ

πιέζω πιέζω πιέζω πιέζω ναι

Κάνω ΚΑΡΠΑ εγώ

Δεν σταματάω

Κάνω ΚΑΡΠΑ εγώ

ώρα να φυσήζω».

ΘΕΜΑ: Τα βασικά βήματα του προσαρμοσμένου αλγόριθμου *Lifeforce* στην Καρδιοπνευμονική αναζωογόνηση (ΚΑΡΠΑ)-Τηλεφωνική βοήθεια και ΚΑΡΠΑ

ΤΑΞΗ: Γ' ΕΙΔΙΚΟΥ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ

ΔΙΑΡΚΕΙΑ: 45 ΛΕΠΤΑ

I. ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ: Σε αυτό το μάθημα κύριος στόχος, μέσα από το τραγούδι, είναι η καθιέρωση στη μακροπρόθεσμη μνήμη των μαθητών του σταθερού παλμού των 110-120 bpm (για ΚΑΡΠΑ) και η απομνημόνευση ενός συνόλου βημάτων (ενεργειών) που θα πρέπει να εκτελεστούν χωρίς καθυστέρηση και με τη σωστή σειρά.

Γνωσιολογικοί:

- Να κατανοήσουν και να εμπεδώσουν οι μαθητές τους στίχους του τραγουδιού
- Να μάθουν να τραγουδούν τους στίχους του τραγουδιού
- Να τραγουδούν τονικά σωστά
- Να μάθουν πως κάνουμε τις τριάντα συμπίεσεις και τις δύο εμφυσέςεις
- Να μάθουν να τραγουδούν στακάτο και να σταματούν στις παύσεις, όπου χρειάζεται

Ψυχοκινητικοί:

- Να αισθανθούν το ρυθμό και τον παλμό του τραγουδιού
- Να περπατήσουν ή να χτυπήσουν παλαμάκια στο ρυθμό του τραγουδιού
- Να κάνουν τις μιμητικές κινήσεις
- Να μάθουν να τραγουδούν το τραγούδι σε σταθερό tempo  =110-120 bpm
- Να μάθουν να παίζουν το ρυθμό στα αυτοσχέδια κρουστά τύμπανα

Συναισθηματικοί:

- Να κοινωνικοποιηθούν μεταξύ τους και να αναπτύξουν την κριτική τους σκέψη
- Να νιώσουν ένα με την ομάδα
- Να αισθανθούν άνετα και να μοιραστούν μαζί με την ομάδα απορίες ή σκέψεις
- Να αισθανθούν ασφάλεια και όχι φόβο και ευθύνη για το άτομο που θα βοηθήσουν
- Να καταλάβουν πόσο σημαντικό είναι να καλέσουμε βοήθεια μόλις αντιληφθούμε κάποιο περιστατικό και να κάνουμε αμέσως συμπίεσεις και εμφυσέςεις

III. ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΚΑΙ ΥΛΙΚΑ

- Τραγούδι
- Φωνή, γιουκαλίλι, σώμα
- Εκπαιδευτικές κάρτες
- Καραόκε
- Αυτοσχέδια μουσικά κρουστά όργανα(μαράκες, τύμπανα)

IV. ΣΥΝΤΟΜΗ ΕΠΑΝΑΛΗΨΗ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΟΥ ΥΛΙΚΟΥ

- Ανάλυση και συζήτηση στα επτά βασικά βήματα του προσαρμοσμένου αλγόριθμου της ΚΑΡΠΑ και στο εκπαιδευτικό πρόγραμμα *Lifeforce*
- Επανάληψη του πρώτου και του δεύτερου τραγουδιού

V. ΔΙΑΡΘΡΩΣΗ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ- ΠΟΡΕΙΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ

- Κάνω πάλι μία μικρή εισαγωγή στο εκπαιδευτικό πρόγραμμα *Lifeforce* και στα επτά βασικά βήματα στον προσαρμοσμένο αλγόριθμο της ΚΑΡΠΑ
- Συνεχίζω με ζέσταμα του σώματος, της φωνής και της αναπνοής

- Τραγουδάμε μία-δύο φορές τα τραγούδια που μάθαμε τις προηγούμενες φορές
- Μπαίνω στο καινούριο τραγούδι λέγοντας κάποια λόγια και μετά το τραγουδάω μία φορά με τη συνοδεία του γιουκαλίλι και οι μαθητές σιγοτραγουδούν τους στίχους μαζί μου
- Το τραγουδάω άλλη μία, χωρίς το γιουκαλίλι, κάνοντας μιμητικές κινήσεις για καλύτερη ενεργητική ακρόαση και συμμετοχή των μαθητών
- Κάνουμε δραματοποίηση των στίχων για καλύτερη εμπέδωση και απομνημόνευση της ΚΑΡΠΑ
- Τραγουδάμε όλοι μαζί χτυπώντας τα χέρια και τα πόδια εναλλάξ στο ρυθμό του τραγουδιού
- Τραγουδάμε συλλαβιστά και χτυπάμε τα χέρια σε κάθε συλλαβή για καλύτερη εμπέδωση και σωστή εκτέλεση των αξιών των νοτών του τραγουδιού
- Ακούμε τη μελωδία караоке, τραγουδάμε στο tempo και παίζουμε το ρυθμό στα αυτοσχέδια κρουστά τύμπανα
- Στο τέλος, σε ένα χαλαρό κλίμα καθιστοί, κάνουμε κάποιες ασκήσεις-δραστηριότητες απομνημόνευσης

ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑ ΤΡΑΓΟΥΔΙΟΥ: « Κλήση για βοήθεια και απινιδωτής»

« Μόλις ελέγξω την αναπνοή,
 Καλώ για βοήθεια στη στιγμή.
 Αν υπάρχει κάποιος στο πεδίο,
 Ζητάω να καλέσει ένα ένα δύο.
 Αν είμαι μόνος, γρήγορα καλώ
 Με ακρόαση-ανοιχτή στο κινητό.
 Παράλληλα αρχίζω, δε χάνω καιρό
 ΚΑΡΠΑ ξεκινώ και ήρεμα μιλώ.
 Ποιος είμαι και που βρίσκομαι λέω καθαρά
 Δεν αναπνέει, λέω, φυσιολογικά.
 Ζητάω σ' όποιον βρίσκεται δίπλα μου εκεί,
 να ψάξει και να φέρει έναν ΑΠΙΝΙΔΩΤΗ
 Ταυτόχρονα-απαντάω σε ό,τι-ερωτηθώ.
 Το τηλέφωνο δεν κλείνω πρώτος εγώ,
 Το τηλέφωνο δεν κλείνω πρώτος εγώ».

ΘΕΜΑ: Τα βασικά βήματα του προσαρμοσμένου αλγόριθμου Lifeforce στην

Καρδιοπνευμονική αναζωογόνηση (ΚΑΡΠΑ)-Απινιδωτής

ΤΑΞΗ: Γ' ΕΙΔΙΚΟΥ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ

ΔΙΑΡΚΕΙΑ: 45 ΛΕΠΤΑ

I. ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ: Σε αυτό το μάθημα κύριος στόχος, μέσα από το τραγούδι, είναι η καθιέρωση στη μακροπρόθεσμη μνήμη των μαθητών του σταθερού παλμού των 110-120 bpm (για ΚΑΡΠΑ) και η απομνημόνευση ενός συνόλου βημάτων (ενεργειών) που θα πρέπει να εκτελεστούν χωρίς καθυστέρηση και με τη σωστή σειρά.

II. ΣΤΟΧΟΙ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΜΑΘΗΤΕΣ

- Να κατανοήσουν και να εμπεδώσουν οι μαθητές τους στίχους του τραγουδιού
- Να μάθουν να τραγουδούν τους στίχους του τραγουδιού
- Να τραγουδούν τονικά σωστά
- Να μάθουν και να απομνημονεύσουν τον αριθμό 112
- Να μάθουν τι είναι και πως χρησιμοποιείται ο απινιδωτής

Ψυχοκινητικοί:

- Να αισθανθούν το ρυθμό και τον παλμό του τραγουδιού
- Να περπατήσουν ή να χτυπήσουν παλαμάκια στο ρυθμό του τραγουδιού
- Να κάνουν τις μιμητικές κινήσεις
- Να μάθουν να τραγουδούν το τραγούδι σε σταθερό tempo  =110-120 bpm
- Να μάθουν να παίζουν το ρυθμό του τραγουδιού στα αυτοσχέδια κρουστά τύμπανα

Συναισθηματικοί:

- Να κοινωνικοποιηθούν μεταξύ τους και να αναπτύξουν την κριτική τους σκέψη
- Να νιώσουν ένα με την ομάδα
- Να αισθανθούν άνετα και να μοιραστούν μαζί με την ομάδα απορίες ή σκέψεις
- Να αισθανθούν ασφάλεια και όχι φόβο και ευθύνη για το άτομο που θα βοηθήσουν

III. ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΚΑΙ ΥΛΙΚΑ

- Τραγούδι
- Φωνή, γιουκαλίλι, σώμα
- Εκπαιδευτικές κάρτες
- Καραόκε
- Αυτοσχέδια μουσικά κρουστά όργανα(μαράκες, τύμπανα)

IV. ΣΥΝΤΟΜΗ ΕΠΑΝΑΛΗΨΗ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΟΥ ΥΛΙΚΟΥ

- Ανάλυση και συζήτηση στα επτά βασικά βήματα του προσαρμοσμένου αλγόριθμου της ΚΑΡΠΑ και στο εκπαιδευτικό πρόγραμμα *Lifeforce*
- Επανάληψη του πρώτου, του δεύτερου και του τρίτου τραγουδιού

V. ΔΙΑΦΘΡΩΣΗ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ- ΠΟΡΕΙΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ

- Κάνω πάλι μία μικρή εισαγωγή στο εκπαιδευτικό πρόγραμμα *Lifeforce* και στα επτά βασικά βήματα στον προσαρμοσμένο αλγόριθμο της ΚΑΡΠΑ
- Συνεχίζω με ζέσταμα του σώματος, της φωνής και της αναπνοής
- Τραγουδάμε μία-δύο φορές τα τραγούδια που μάθαμε τις προηγούμενες φορές

- Μπαίνω στο καινούριο τραγούδι λέγοντας κάποια λόγια και μετά το τραγουδάω μία φορά με τη συνοδεία του γιουκαλίλι και οι μαθητές σιγοτραγουδούν τους στίχους μαζί μου
- Το τραγουδάω άλλη μία, χωρίς το γιουκαλίλι, κάνοντας μιμητικές κινήσεις για καλύτερη ενεργητική ακρόαση και συμμετοχή των μαθητών
- Κάνουμε δραματοποίηση των στίχων για καλύτερη εμπέδωση και απομνημόνευση της τηλεφωνικής διαδικασίας και της ταυτόχρονης χρήσης ΚΑΡΠΙΑ
- Τραγουδάμε όλοι μαζί χτυπώντας πόδι-πόδι-χέρι-χέρι στο ρυθμό του τραγουδιού
- Τραγουδάμε και χτυπάμε παλαμάκια στις παύσεις
- Δείχνω με τα χέρια μου την κατεύθυνση της μελωδίας, ψηλά στις ψηλές και χαμηλά στις χαμηλές νότες, για να κατευθύνω τους μαθητές στα ανεβοκατεβάσματά της
- Ακούμε τη μελωδία караόке, τραγουδάμε στο tempo και παίζουμε το ρυθμό στα αυτοσχέδια κρουστά τύμπανα
- Στο τέλος, σε ένα χαλαρό κλίμα καθιστοί, κάνουμε κάποιες ασκήσεις-δραστηριότητες απομνημόνευσης είτε τραγουδιστά, είτε συλλαβιστά είτε κάνοντας μόνο κινήσεις

ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑ ΤΡΑΓΟΥΔΙΟΥ: «Ο αλγόριθμος L.I.F.E.F.O.R.C.E. BLS»

« Κάποιος έχει πέσει, στο πάτωμα παιδιά.

Χρειάζεται βοήθεια; Κάτι πάει στραβά;

Ελέγχω, πλησιάζω πολύ προσεκτικά,

κοντά του γονατίζω, ρωτάω “είστε καλά”;

Αντίδραση δεν βλέπω. Δεν ακούω-φωνή.

Πρέπει να ελέγξω την αναπνοή.

Να δω, να ακούσω, να αισθανθώ.

Αν δεν είναι φυσιολογική, αμέσως καλώ.

Πολύ μεγάλη η αξία της ζωής

Ένα ένα δύο αριθμός να θυμηθείς.

Έλα μαζί μας στο LIFE FORCE,

ζωές να σώσεις αν θες να μάθεις πως!

Ζωές να σώσεις αν θες να μάθεις πως!

Μόλις απαντήσει κάποιος στη γραμμή,

τρεις πληροφορίες δίνω στη στιγμή.

Όνομα, που βρίσκομαι και τι έχει συμβεί.

Μένω στο τηλέφωνο με-ακρόαση-ανοιχτή.

Όσο περιμένω βοήθεια να 'ρθει,
Ζητάω να μου φέρουν τον απινιδωτή.
Ταυτόχρονα ΚΑΡΠΑ ξεκινώ,
τριάντα πιέζω και δυο φορές φυσώ.
Πολύ μεγάλη η αξία της ζωής
Ένα ένα δύο αριθμός να θυμηθείς.
Έλα μαζί μας στο LIFE FORCE,
ζωές να σώσεις αν θες να μάθεις πως!
Ζωές να σώσεις αν θες να μάθεις πως!»

ΘΕΜΑ: Τα βασικά βήματα του προσαρμοσμένου αλγόριθμου *Lifeforce* στην
Καρδιοπνευμονική αναζωογόνηση (ΚΑΡΠΑ)-Η αξία της ζωής

ΤΑΞΗ: Γ' ΕΙΔΙΚΟΥ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ

ΔΙΑΡΚΕΙΑ: 45 ΛΕΠΤΑ

I. ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ: Σε αυτό το μάθημα κύριος στόχος, μέσα από το τραγούδι, είναι η
καθιέρωση στη μακροπρόθεσμη μνήμη των μαθητών του σταθερού παλμού των 110-
120 bpm (για ΚΑΡΠΑ) και η απομνημόνευση ενός συνόλου βημάτων (ενεργειών) που θα
πρέπει να εκτελεστούν χωρίς καθυστέρηση και με τη σωστή σειρά.

II. ΣΤΟΧΟΙ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΜΑΘΗΤΕΣ

Γνωσιολογικοί:

- Να κατανοήσουν και να εμπεδώσουν οι μαθητές τους στίχους του τραγουδιού
- Να μάθουν να τραγουδούν τους στίχους του τραγουδιού
- Να τραγουδούν τονικά σωστά
- Να μάθουν να τραγουδούν το τραγούδι σε σταθερό tempo  =110-120 bpm
- Να μάθουν να χρησιμοποιούν και να δείχνουν συγχρονισμένα τις εκπαιδευτικές κάρτες- εικόνες με τους αντίστοιχους στίχους

Ψυχοκινητικοί:

- Να αισθανθούν το ρυθμό και τον παλμό του τραγουδιού
- Να περπατήσουν ή να χτυπήσουν παλαμάκια στο ρυθμό του τραγουδιού
- Να κάνουν τις μιμητικές κινήσεις
- Να μάθουν να χρησιμοποιούν και να δείχνουν συγχρονισμένα τις εκπαιδευτικές κάρτες- εικόνες με τους αντίστοιχους στίχους

Συναισθηματικοί:

- Να κοινωνικοποιηθούν μεταξύ τους και να αναπτύξουν την κριτική τους σκέψη
- Να νιώσουν ένα με την ομάδα
- Να αισθανθούν άνετα και να μοιραστούν μαζί με την ομάδα απορίες ή σκέψεις

- Να αισθανθούν ασφάλεια και όχι φόβο και ευθύνη για το άτομο που θα βοηθήσουν

III. ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΚΑΙ ΥΛΙΚΑ

- Τραγούδι
- Φωνή, γιουκαλίλι, σώμα
- Εκπαιδευτικές κάρτες
- Καραόκε
- Αυτοσχέδια μουσικά κρουστά όργανα(μαράκες, τύμπανα)

IV. ΣΥΝΤΟΜΗ ΕΠΑΝΑΛΗΨΗ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΟΥ ΥΛΙΚΟΥ

- Ανάλυση και συζήτηση στα επτά βασικά βήματα του προσαρμοσμένου αλγόριθμου της ΚΑΡΠΑ και στο εκπαιδευτικό πρόγραμμα *Lifeforce*
- Επανάληψη του πρώτου, του δεύτερου, του τρίτου και του τέταρτου τραγουδιού

V. ΔΙΑΡΘΡΩΣΗ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ- ΠΟΡΕΙΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ

- Κάνω πάλι μία μικρή εισαγωγή στο εκπαιδευτικό πρόγραμμα *Lifeforce* και στα επτά βασικά βήματα στον προσαρμοσμένο αλγόριθμο της ΚΑΡΠΑ
- Συνεχίζω με ζέσταμα του σώματος, της φωνής και της αναπνοής
- Τραγουδάμε μία-δύο φορές τα τραγούδια που μάθαμε τις προηγούμενες φορές
- Μπαίνω στο καινούριο τραγούδι λέγοντας κάποια λόγια και μετά το τραγουδάω μία φορά με τη συνοδεία του γιουκαλίλι και οι μαθητές σιγοτραγουδούν τους στίχους μαζί μου
- Το τραγουδάω άλλη μία, χωρίς το γιουκαλίλι, κάνοντας μιμητικές κινήσεις για καλύτερη ενεργητική ακρόαση και συμμετοχή των μαθητών
- Κάνουμε δραματοποίηση των στίχων για καλύτερη εμπέδωση και απομνημόνευση όλων των βασικών βημάτων στον προσαρμοσμένο αλγόριθμο της ΚΑΡΠΑ
- Τραγουδάμε όλοι μαζί χτυπώντας τα πόδια στο ρυθμό και τα χέρια στις παύσεις του τραγουδιού
- Δείχνω με τα χέρια μου την κατεύθυνση της μελωδίας, ψηλά στις ψηλές και χαμηλά στις χαμηλές νότες, για να κατευθύνω τους μαθητές στα ανεβοκατεβάσματά της
- Ακούμε τη μελωδία караόке, τραγουδάμε στο tempo και παίζουμε το ρυθμό στα αυτοσχέδια κρουστά τύμπανα
- Μαθαίνουμε να σηκώνουμε και να δείχνουμε κάθε κάρτα- εικόνα στον αντίστοιχο στίχο που τραγουδάμε
- Τέλος, κάνουμε πιθανά σενάρια, προφορικά, για το τι θα κάναμε εάν βρισκόμασταν μπροστά σε ένα περιστατικό καρδιακής ανακοπής, ανακεφαλαιώνοντας έτσι όσα μάθαμε και όσα τραγουδήσαμε
- Κλείνοντας κάνουμε μία συζήτηση όλη η ομάδα για να λυθούν καινούριες απορίες, προβληματισμοί και ο καθένας να εκφράσει άνετα την σκέψη του και να κάνει την κριτική του

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Β. ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ

Ημέρα πρώτη-Πέμπτη 9 Φεβρουαρίου 2023 :

Μόλις χτύπησε το κουδούνι και οι μαθητές μπήκαν στην τάξη βρισκόμενοι ήδη μέσα και τους περίμενα. Αφού μαζεύτηκαν όλοι και ήρθε και η δασκάλα της μουσικής, τους συστήθηκα και τους εξήγησα γιατί βρισκόμενοι εκεί. Κάναμε μία μικρή συζήτηση για να με μάθουν λίγο και να τους γνωρίσω κι εγώ καλύτερα. Τους εξήγησα τι θα κάναμε μαζί από το επόμενο μάθημα και για τους επόμενους δύο μήνες μία ώρα την εβδομάδα στο μάθημα της μουσικής. Ύστερα παρακολούθησα το μάθημα που κάναμε με τη δασκάλα τους. Μου έκανε εντύπωση που όλη την ώρα τραγουδούσαν τραγούδια για την 25^η Μαρτίου το ένα μετά το άλλο, γιατί ήταν περίπου καμία δεκαριά, καθιστοί με τα φυλλάδια στα χέρια τους και με το αρμόνιο που έπαιζε η μουσικός. Από τη μέση κι όλας του μαθήματος, οι μαθητές ρωτούσαν σε πόση ώρα χτυπάει το κουδούνι. Προσπαθούσα κι εγώ από το θρανίο που καθόμουν να τραγουδήσω και να μπω στο κλίμα για να μην αισθάνονται κάποια ντροπή και να μην ενοχλούνται από την παρουσία μου. Στο τέλος ανταλλάξαμε χαμόγελα και τις επιθυμίες για το επόμενο μάθημα που θα κάναμε μαζί.

Ημέρα δεύτερη- Πέμπτη 23 Φεβρουαρίου 2023:

Μπαίνοντας οι μαθητές στην τάξη, βρήκαν στο θρανίο τους τα φυλλάδια με τους στίχους των τραγουδιών, αλλά και τον πίνακα με τα επτά βασικά βήματα του προσαρμοσμένου αλγόριθμου στην ΚΑΡΙΑ. Βέβαια, μεγαλύτερη εντύπωση τους έκανε το γιουκαλίλι πάνω στο θρανίο, αλλά και ο υπολογιστής που βρισκόταν εκεί ανοιχτός. Αφού χαιρετηθήκαμε και είπαμε την καλημέρα μας, τους ζήτησα και φτιάξαμε ένα κύκλο με τις καρέκλες για να έχουμε όλοι με όλους βλεμματική επαφή. Πήρα στα χέρια μου τον πίνακα με τα επτά βήματα και δείχνοντάς τους τις εικόνες τους εξηγούσα το τι απεικόνιζαν. Έγινε μία μικρή συζήτηση ίσα ίσα για την εισαγωγή στο θέμα των τραγουδιών που θα μαθαίναμε τους δύο αυτούς μήνες. Σηκωθήκαμε λοιπόν για το ζέσταμα, λίγες ασκήσεις για το σώμα, για τη φωνή και για την αναπνοή. Με κάποιες γελάσαμε, με κάποιες δυσκολευτήκαμε, αλλά βοήθησαν πολύ στην εκτέλεση τονικά, ρυθμικά και μελωδικά, των τραγουδιών. Τους εξήγησα πως αυτό θα το κάνουμε κάθε φορά στην αρχή του μαθήματος, πριν ξεκινήσουμε να τραγουδάμε. Στη συνέχεια τους έδειξα το γιουκαλίλι και τους ρώτησα αν ήξεραν τι είναι. Τους εξήγησα λοιπόν και αφού έπαιξα λίγο για να το ακούσουν, το έδωσα στον καθένα ξεχωριστά για να δουν πως το κρατάμε και πως παίζουμε. Ξεκινώντας από το πρώτο τραγούδι, υπενθύμισα κάποια πράγματα που κάναμε στο ζέσταμα για τα μέρη του σώματος, που θα βοηθούσαν στο τραγούδι. Ζήτησα από τους μαθητές να διαβάζουν και να σιγοτραγουδούν, αν θέλουν, μέσα τους στίχους όσο το ακούνε από εμένα και το γιουκαλίλι πρώτη φορά. Μετά από αυτό, τους ζήτησα να με κοιτάνε και να το τραγουδήσουμε όλοι μαζί κάνοντας με κινήσεις όσα λέει το τραγούδι, τους εξήγησα πως λέγονται μιμητικές κινήσεις και γιατί. Ύστερα χτυπήσαμε το ρυθμό με τα χέρια μας, αλλά το καλύτερο και το πιο αποτελεσματικό ήταν η δραματοποίηση των στίχων που κάναμε ανά ζευγάρια. Σαν δραστηριότητα άρεσε πολύ στα παιδιά και βοήθησε πολύ στην απομνημόνευση και στην κατανόηση των στίχων. Στο τέλος τους υποσχέθηκα πως την επόμενη φορά θα φτιάξουμε και κάποια όργανα που θα χρησιμοποιήσουμε στα τραγούδια και η χαρά τους ήταν απερίγραπτη.

Ημέρα τρίτη- Πέμπτη 2 Μαρτίου 2023:

Μόλις με αντίκρισαν οι μαθητές, δεν είχαν ξεχάσει την υπόσχεσή μου και άρχισαν να με ρωτάνε που είναι τα όργανα. Αφού μπήκαμε στην τάξη, ενώσαμε κάποια θρανία μεταξύ τους για να έχουμε μεγαλύτερη επιφάνεια. Είχα κάνει μία μικρή προετοιμασία στο σπίτι για να μην πάρει πολύ ώρα η κατασκευή των οργάνων και δεν μείνει για τα τραγούδια. Η ώρα της κατασκευής πέρασε πολύ όμορφα συζητώντας όσα κάναμε και είπαμε την προηγούμενη φορά και απαντώντας σε διάφορες ερωτήσεις και μόλις ήταν έτοιμα τα όργανά μας ήθελαν όλοι να παίζουν. Μου έκαναν όμως τη χάρη να κάνουμε πρώτα το ζέσταμά μας και να τραγουδήσουμε το πρώτο μας τραγούδι, αλλά να μάθουμε και το δεύτερο. Αφού κάναμε επανάληψη το πρώτο τραγούδι με μιμητικές κινήσεις, ρυθμό και δραματοποίηση, περάσαμε στο δεύτερο. Κάνοντας μία πολύ μικρή εισαγωγή στο τραγούδι, το συνδύασα με τον πίνακα που είχαμε δει την προηγούμενη φορά και που σχολιάσαμε την ίδια μέρα την ώρα της κατασκευής των οργάνων. Τραγουδήσα μία φορά το τραγούδι με το γιουκαλίλι και μετά όλοι μαζί κάνοντας μιμητικές κινήσεις και χτυπώντας το ρυθμό με χέρια- πόδια αντίστοιχα. Μετά τους έδειξα πως παίζεται όλο το τραγούδι στο γιουκαλίλι με μία μόνο συγχορδία και το έδωσα σε όλους τους μαθητές ξεχωριστά για να αποφασίσουμε όλοι μαζί ποιος θα το έπαιζε την τελευταία μέρα της παρουσίας. Είδα πως υπήρχε μία δυσκολία με το πάτημα του μπαρέ στο πρώτο τάστο για το παίξιμο της συγχορδίας και έβαλα ένα λαστιγάκι, καθώς δεν διέθετα καποτάστο κι έτσι αντικατέστησε το πάτημα του δαχτύλου. Το είχα λίγο άγχος εάν κάποιος στεναχωρηθεί ή θυμώσει με κάποιον άλλον και δυσκολευτούμε να διαλέξουμε, αλλά τα παιδιά είναι πιο υπέροχα απ' ότι περιμένουμε και όλοι μαζί συμφώνησαν και έκαναν την ίδια επιλογή. Έτσι λοιπόν χρησιμοποιήσαμε και τα όργανα που φτιάξαμε και βάζοντας στον υπολογιστή να ακούγεται το καραόκε, τραγουδήσαμε και παίζαμε τα δύο τραγούδια που είχαμε μάθει στο tempo που έπρεπε. Είχα εξηγήσει ήδη στα παιδιά για το συγκεκριμένο tempo που πρέπει να έχουμε σε όλα τα τραγούδια και γιατί. Στο τέλος κάναμε μία μικρή συζήτηση και πριν φύγουν για διάλλειμα τους ζήτησα να αφήσουν τα φυλλάδια και τα όργανα πάνω στα θρανία, όπως κάθε φορά μέχρι την τελευταία μέρα που θα τα έπαιρναν σπίτι τους.

Ημέρα τέταρτη- Πέμπτη 16 Μαρτίου 2023:

Στην αρχή της ώρας έπρεπε να κάνουν πρόβα κάποιοι από τους μαθητές και με ενημέρωσαν πως αυτό θα γίνεται μέχρι και την 25^η Μαρτίου. Με όσους μου έμειναν λοιπόν, κάναμε για αρχή μια μικρή επανάληψη σε μορφή ασκήσεων-δραστηριοτήτων και ύστερα ακολούθησε το ζέσταμα και η επανάληψη των προηγούμενων δύο τραγουδιών με μιμητικές κινήσεις και όργανα. Περάσαμε στο επόμενο τραγούδι, με τη σειρά που είχαμε μάθει. Μία φορά το άκουγαν από εμένα με τη συνοδεία του γιουκαλίλι και κοιτούσαν μέσα τους στίχους προσπαθώντας να σιγοτραγουδούν μαζί μου. Στο τέλος κάθε μαθήματος έπαιζα και μία φορά το τραγούδι που θα κάναμε την επόμενη, για να τους μένει λίγο από τη μελωδία, λίγο από τους στίχους και να μην είναι εντελώς ξένο. Αφού κάναμε τις μιμητικές κινήσεις και τη δραματοποίηση για να εμπεδώσουν καλύτερα και να απομνημονεύσουν τους στίχους, ασχοληθήκαμε με το ρυθμό, καθώς τα αυτοσχέδια κρουστά τύμπανα θα ήταν η κύρια συνοδεία του τραγουδιού την ημέρα της παρουσίας. Περπατήσαμε στο ρυθμό, χτυπήσαμε παλαμάκια στο ρυθμό, χτυπήσαμε χέρια πόδια στο ρυθμό και αφού φτιάσαμε σε ένα καλό επίπεδο πιάσαμε τα όργανα. Είδα μια δυσκολία με τις

μπαγκέτες-ξυλάκια και ζήτησα όποιος θέλει να χτυπάει το τύμπανο με το χέρι του. Τα παιδιά ήταν πολύ χαρούμενα και κάνανε διάφορες ερωτήσεις για τους στίχους και το νόημα των τραγουδιών και στο τέλος κάθε μαθήματος είχαμε πού όμορφες συζητήσεις. Επίσης, οι δραστηριότητες στο τέλος του μαθήματος για τον έλεγχο κατανόησης και απομνημόνευσης των στίχων ήταν κάτι πολύ διασκεδαστικό και βοηθητικό για τους μαθητές.

Ημέρα πέμπτη- Τετάρτη 22 Μαρτίου 2023:

Όπως και την προηγούμενη φορά, με όσους μαθητές δεν έλειπαν για την πρόβα, μαζευτήκαμε στην τάξη, βάλαμε τις καρτέλες σε κυκλική διάταξη και ξεκινήσαμε με το ζέσταμα. Όσο περνούσαν οι μέρες, όλο και καλύτερα γινόντουσαν οι ασκήσεις της φωνής και την αναπνοής, με αποτέλεσμα φυσικά και την καλύτερη εκτέλεση στα τραγούδια. Ξεκινήσαμε με την επανάληψη και τραγουδήσαμε τα προηγούμενα τραγούδια, με όλα όσα μάθαμε μέχρι τώρα και προχωρήσαμε στο καινούριο τραγούδι. Αφού το τραγουδήσαμε, χτυπήσαμε παλαμάκια στο ρυθμό, παίξαμε με τα όργανα, εστιάσαμε στη δραματοποίηση και τις μιμητικές κινήσεις που θα ήταν και η συνοδεία του τραγουδιού στην παρουσίασή μας. Έκανα πρώτη εγώ τη δραματοποίηση για να ακολουθήσουν και οι υπόλοιποι χωρίς ντροπή. Για την καλύτερη κατανόηση και απομνημόνευση του τραγουδιού, λίγο πριν το τέλος του μαθήματος, κάναμε, προφορικά και όποιος ήθελε με δραματοποίηση, πιθανά σενάρια που μπορεί να παρευρεθούμε μπροστά σε περιστατικό καρδιακής ανακοπής. Αυτό βοήθησε πολύ στο να αισθανθούν άνετα οι μαθητές και να αποβάλουν τυχόν φόβους, ανασφάλειες και ευθύνες που μπορεί να ένιωθαν.

Ημέρα έκτη- Πέμπτη 23 Μαρτίου 2023:

Το σημερινό μάθημα δεν μπόρεσε να πραγματοποιηθεί, καθώς ήθελαν όλους τους μαθητές στο αμφιθέατρο λόγω της αυριανής γιορτής. Ίσα ίσα που προλάβαμε να τραγουδήσουμε μία φορά τα τραγούδια με το γιουκαλίλι.

Ημέρα έβδομη- Τετάρτη 29 Μαρτίου 2023:

Επιτέλους, ήταν όλοι οι μαθητές εκεί μετά από μέρες και κάναμε μία πολύ όμορφη συζήτηση για αρχή, για να θυμηθούμε όλοι όσα είχαμε κάνει και να διηγηθούμε σε όσους έλειπαν. Κάναμε ένα καλό ζέσταμα και περάσαμε μία φορά όλα τα τραγούδια το ένα μετά το άλλο. Προχώρησα χωρίς καθυστέρηση στο τελευταίο, που θεωρούσα και πιο δύσκολο. Το τραγούδησα όπως κάθε φορά, με το γιουκαλίλι και οι μαθητές κοιτούσαν μέσα τους στίχους. Είχαμε κάνει ήδη μία μικρή εισαγωγή στους στίχους και τους είχα εξηγήσει πως το συγκεκριμένο και τελευταίο τραγούδι αναφέρει όλα όσα μάθαμε στα προηγούμενα. Έτσι τους φάνηκε σχετικά εύκολο και έμαθαν γρήγορα τους στίχους και με τις μιμητικές κινήσεις. Χρησιμοποιήσαμε και τα όργανα, αλλά αφιερώσαμε περισσότερο χρόνο στις εκπαιδευτικές κάρτες- εικόνες που απεικόνιζαν τους στίχους του τραγουδιού. Είχα εκτυπώσει σε μεγάλα χαρτιά A4 έγχρωμες εικόνες από το εγχειρίδιο του εκπαιδευτικού του προγράμματος *Lifeforce* και είχα κολλήσει ένα ξυλάκι στην άκρη για να μπορούν να το πιάνουν και να το σηκώνουν ψηλά. Αφού παίξαμε κάποια παιχνίδια απομνημόνευσης, όπως τραγούδα το στίχο του τραγουδιού και δείξε την αντίστοιχη εικόνα και το αντίστροφο, μοίρασα στον καθένα τις εικόνες που θα σήκωνε και μπήκαμε σε ένα ημικύκλιο. Μας πήρε

λίγη ώρα αυτό, για να συγχρονιστούν και να δείξουν ο καθένας με τη σωστή σειρά την αντίστοιχη εικόνα και τους βοήθησα με το να δείχνω κάθε φορά ποιανού σειρά είναι.

Ημέρα όγδοη- Πέμπτη 30 Μαρτίου 2023:

Αφού μαζευτήκαμε όλοι στην τάξη, είχα ήδη βάλει τις καρέκλες στη θέση τους, σε κυκλική διάταξη στο χώρο και είχα ετοιμάσει τον υπολογιστή στο κέντρο ώστε να έχουν όλοι οπτική επαφή. Μετά από ερωτήσεις και απορίες, εξήγησα στους μαθητές γιατί άνοιξα τον υπολογιστή. Τους ζήτησα καθώς βλέπουμε το βίντεο, να διακρίνουν τα επτά βασικά βήματα του προσαρμοσμένου αλγόριθμου της ΚΑΡΠΑ και να τα απαριθμήσουν, για να υπάρξει έτσι ενεργητική ακρόαση και ενεργή συμμετοχή των παιδιών κατά την παρακολούθηση. Είδαμε ένα εκπαιδευτικό βίντεο στο οποίο διαδραματιζόταν ένα περιστατικό καρδιακής ανακοπής και παιδιά πρωτοβάθμιας και δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης εφαρμόσαν τις πρώτες βοήθειες και όλη τη διαδικασία, βήμα προς βήμα, για ΚΑΡΠΑ. Ήθελα έτσι, αφού ολοκληρώσαμε όλα τα τραγούδια, τη διδασκαλία και την εκπαίδευση, να νιώσουν ακόμα περισσότερη ασφάλεια και θάρρος, πως μπορούν να το κάνουν, μπορούν να βοηθήσουν και ας είναι μόνο η τηλεφωνική βοήθεια και η ενημέρωση των δικών τους ανθρώπων. Ύστερα, κάναμε το ζέσταμα και παίξαμε το αγαπημένο παιχνίδι των μαθητών, βλέπαμε εικόνες που έδειχναν όσα λένε τα τραγούδια που μάθαμε και όσα έχουμε συζητήσει μέχρι τώρα και παράλληλα τραγουδούσε ο καθένας αντίστοιχους στίχους των τραγουδιών σε κάθε εικόνα που βλέπαμε. Μετά από αυτό, άλλη μία αγαπημένη δραστηριότητα είναι καθώς τραγουδάω μέρη από τα τραγούδια, να σταματάω και να συνεχίζουν οι μαθητές μόνοι τους ή να το κάνουμε σαν ερώτηση- απάντηση. Στην ώρα που μας έμεινε ασχοληθήκαμε με το τελευταίο τραγούδι και με τη συνοδεία του. Κάναμε εξάσκηση στο συγκεκριμένο με τις προηγούμενες δραστηριότητες για κατανόηση και απομνημόνευση και με τις εκπαιδευτικές κάρτες για εμπέδωση και προετοιμασία για την παρουσίαση.

Ημέρα ένατη- Τετάρτη 5 Απριλίου 2023:

Ξεκινήσαμε γρήγορα με ένα καλό ζέσταμα σώματος και φωνής και συνεχίσαμε με το karaoke όλων των τραγουδιών για την απομνημόνευση και απόκτηση του σταθερού ρυθμού. Έπειτα, τραγουδήσαμε τα τραγούδια με τη σειρά και με την κάθε συνοδεία όπως στην παρουσίαση, με τα όργανα, με τις μιμητικές κινήσεις, με τη δραματοποίηση, με το body percussion και με τις εκπαιδευτικές κάρτες αντίστοιχα. Αφού τελειώσαμε, περάσαμε κάποια σημεία που θεώρησα πως ήθελαν λίγο να διευκρινιστούν κάποιες παύσεις, κάποιες συλλαβές, κάποιες τονικότητες και διαστήματα. Τραγουδήσαμε συλλαβιστά, χτυπήσαμε παλαμάκια στις παύσεις, κάναμε βήματα για τα διαστήματα και δείξαμε με τα χέρια μας τις τονικότητες των συλλαβών που τραγουδούσαμε. Στο τέλος, κάναμε μία συζήτηση για την αυριανή μέρα. Ζήτησα από τους μαθητές να μοιραστούν με την ομάδα πως νιώθουν, εάν αισθάνονται άγχος, τι θα ήθελαν να μοιραστούν και πως θα μπορούσαν να ενημερώσουν όσους παρευρεθούν στην παρουσίαση, τι θα τους έλεγαν και τι θα ήθελαν να τους μείνει από αυτήν την παρουσίαση. Ήταν μία πολύ όμορφη και ειλικρινής συζήτηση, οι μαθητές

μίλησαν, ο καθένας εξέφρασε τη γνώμη του και όλοι άκουγαν προσεκτικά και μιλούσαν όπου χρειαζόταν και τους δινόταν ο λόγος.

Ημέρα δέκατη- Πέμπτη 6 Απριλίου 2023:

Σε ένα κλίμα συγκίνησης αλλά και πολύ άγχους, βρεθήκαμε με τους μαθητές στην τάξη για να κάνουμε το ζέσταμα και να περάσουμε μία φορά τα τραγούδια πριν την παρουσίαση. Τα παιδιά ήταν εμφανώς αγχωμένα και μου το εξέφραζαν , αλλά τους εξήγησα πως θα είναι ακριβώς όπως τα κάναμε τόσες μέρες, απλά θα είναι και οι φίλοι και οι καθηγητές τους μπροστά και έτσι θα είναι ακόμα πιο όμορφα και σημαντικά όσα μάθαμε. Βγήκαμε στο φουαγιέ του σχολείου, να στήσουμε τις καρέκλες, τα όργανα και τις κάρτες- πανό και περιμέναμε να χτυπήσει το κουδούνι για να μαζεψτούν όσοι ήθελαν να παρακολουθήσουν. Μόλις μαζεύτηκαν όλοι, έκανα μια μικρή εισαγωγή για το ποια είμαι, γιατί βρισκόμουν εκεί, τι έκανα δύο μήνες με το συγκεκριμένο τμήμα και τους μαθητές. Επίσης, ανέφερα δύο λόγια για το εκπαιδευτικό πρόγραμμα *Lifeforce* και για την ανθρωπιστική οργάνωση *Kids Save Lives*, τι πρεσβεύουν και ποιο είναι το έργο και ο σκοπός τους. Παρ' όλη την αναστάτωση και φασαρία που υπήρξε από κάποια παιδιά, η παρουσίαση των τραγουδιών και οι μαθητές ήταν υπέροχοι. Φάνηκε να το ευχαριστήθηκαν περισσότερο απ' ότι περίμενα και βοήθησα λιγότερο απ' όσο ήμουν προετοιμασμένη και νόμιζα πως θα χρειαστεί. Μόλις τελειώσαμε, ενημέρωσα το κοινό πως θα θέλαμε να μας κάνουν οποιαδήποτε ερώτηση ή απορία και να απαντήσουμε όλη η ομάδα στο πλαίσιο συζήτησης. Μερικές από τις ερωτήσεις, αφορούσαν τη διευκρίνιση των βημάτων του προσαρμοσμένου αλγόριθμου της ΚΑΡΠΑ, τη σημασία και λειτουργία του εκπαιδευτικού προγράμματος *Lifeforce*, την εύρεση και χρήση του απινιδωτή, την κατασκευή των οργάνων. Η παρουσίαση των τραγουδιών και η εξέλιξη της συζήτησης είχε μεγάλο και σημαντικό αντίκτυπο στην ενημέρωση και ευαισθητοποίηση του κοινού. Εφόσον δεν έγινε δεκτή η βιντεοσκόπηση και ηχογράφηση της παρουσίας λόγω του ότι καθ' όλη τη διάρκεια υπήρξαν φωνές των υπόλοιπων μαθητών, όταν γυρίσαμε στην τάξη είχαμε στη διάθεσή μας μία ώρα και ζήτησα από τους μαθητές να ηχογραφήσουμε τα τραγούδια γιατί θα μου χρειαστούν για τη δική μου παρουσίαση της διπλωματικής μου εργασίας. Δέχτηκαν με πολύ χαρά και όχι μόνο έγινε άλλη μία παρουσίαση στην τάξη μεταξύ μας, αλλά δέχτηκαν να πούνε και δύο λόγια στην ηχογράφηση για όσα έμαθαν. Στο τέλος, γράψαμε σε όλα τα όργανα τα ονόματα όλης της ομάδας και την ημερομηνία της παρουσίας και του αποχαιρετισμού, με την υπόσχεση πως θα παίζουν όλα τα τραγούδια σε όλη την οικογένεια και τους φίλους τους και πως θα βρεθούμε όλοι μαζί ξανά να τραγουδήσουμε.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Γ. ΕΝΤΥΠΟ ΣΥΝΑΙΝΕΣΗΣ



ΙΟΝΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
ΤΜΗΜΑ ΜΟΥΣΙΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ
ΜΟΥΣΙΚΗ ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗ ΚΑΙ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΤΗΣ ΜΟΥΣΙΚΗΣ

Έντυπο συναίνεσης για συμμετοχή σε διπλωματική εργασία

Τίτλος Διπλωματικής Εργασίας: Το τραγούδι ως μέσον προ-εκπαίδευσης μαθητών Ειδικού Γυμνασίου, στην καρδιοπνευμονική αναζωογόνηση (ΚΑΡΠΑ), στο πλαίσιο του εκπαιδευτικού προγράμματος *Lifeforce*

Επιβλέπουσα Καθηγήτρια: Ετμεκτσόγλου Ιωάννα

Ερευνήτρια: Πατσιώλη-Καραμήτσου Ελισάβετ (email: M16pats@ionio.gr, τηλ. 6944121124)

1. Σκοπός της ερευνητικής εργασίας

Σκοπός της μελέτης είναι η διερεύνηση της μουσικής και ειδικότερα του τραγουδιού ως μέσου προ-εκπαίδευσης των μαθητών στην καρδιοπνευμονική αναζωογόνηση στο πλαίσιο του εκπαιδευτικού προγράμματος *Lifeforce*.

2. Διαδικασία

Οι συμμετέχοντες θα συμμετέχουν σε περίπου 10 με 15 μαθήματα μουσικής αγωγής, στα οποία θα διδαχθούν πέντε τραγούδια του εκπαιδευτικού προγράμματος *Lifeforce* για την καρδιοπνευμονική αναζωογόνηση. Ως αποτέλεσμα θα πραγματοποιηθεί μία παρουσίαση των τραγουδιών αυτών, η οποία θα ηχογραφηθεί και το ψηφιακό αρχείο ήχου θα βρίσκεται στην κατοχή της ερευνήτριας. Τμήματα της παρουσίασης -των τραγουδιών και κάποιων συνομιλιών πιθανόν να χρησιμοποιηθούν κατά την υποστήριξη της διπλωματικής εργασίας, καθώς και να ενταχθούν στο παραδοτέο υλικό της εργασίας. Μέσω ψευδωνυμοποίησης, θα διασφαλιστεί πως θα προστατευτούν τα ονόματα των συμμετεχόντων, η ηλικία τους ή άλλα προσωπικά στοιχεία και ευαίσθητα δεδομένα.

3. Κίνδυνοι και ενοχλήσεις

Δεν υπάρχει κανένας κίνδυνος που να συνοδεύει τη συμμετοχή των μαθητών στην εκπαιδευτική εφαρμογή. Οι συμμετέχοντες θα παρακολουθήσουν και θα συμμετέχουν σε κάποια μαθήματα μουσικής αγωγής, όπου θα διδαχθούν πέντε τραγούδια του εκπαιδευτικού προγράμματος *Lifeforce*, στο χώρο του σχολείου τους και στην ώρα του μαθήματος της μουσικής αγωγής. Θα μάθουν μέσα

από αυτά τα πέντε τραγούδια, μέσα από το ρυθμό, την κίνηση, τη μίμηση και με όργανα που θα δημιουργήσουν οι ίδιοι στο πλαίσιο του μαθήματος, να μπορούν να αντεπεξέλθουν σε ένα περιστατικό καρδιακής ανακοπής ή έστω να το αναγνωρίσουν και να καλέσουν βοήθεια.

4. Προσδοκώμενες ωφέλειες

Η συμμετοχή των μαθητών θα βοηθήσει στην περαιτέρω κατανόηση του φαινομένου υπό μελέτη, ώστε να διερευνηθεί και να εφαρμοστεί το τραγούδι σε μαθητές Ειδικού Γυμνασίου, ως μέσον και εργαλείο προ-εκπαίδευσης στην καρδιοπνευμονική αναζωογόνηση (ΚΑΡΠΑ) στο πλαίσιο του εκπαιδευτικού προγράμματος *Lifeforce*.

5. Δημοσίευση δεδομένων – αποτελεσμάτων

Η συμμετοχή των μαθητών στην παρούσα εκπαιδευτική εφαρμογή συνεπάγεται ότι εσείς ως διευθύντρια συμφωνείτε με τη μελλοντική δημοσίευση των αποτελεσμάτων της, με την προϋπόθεση ότι οι πληροφορίες θα είναι ανώνυμες και δε θα αποκαλυφθούν τα ονόματα των συμμετεχόντων. Τα δεδομένα που θα συγκεντρωθούν θα κωδικοποιηθούν με ψευδώνυμο, ώστε τα ονόματα των συμμετεχόντων να μην φαίνονται πουθενά.

6. Πληροφορίες

Μη διστάσετε να κάνετε ερωτήσεις γύρω από το σκοπό ή την διαδικασία της εργασίας. Αν έχετε οποιαδήποτε αμφιβολία ή ερώτηση ζητήστε διευκρινίσεις.

7. Ελευθερία συναίνεσης

Η συμμετοχή των μαθητών στην έρευνα είναι εθελοντική. Είστε ελεύθεροι να μην συναινέσετε ή να διακόψετε τη συμμετοχή των μαθητών σας όποτε το επιθυμείτε.

8. Συναίνεση για ηχογράφηση

Ζητείται η συναίνεσή σας για την ηχογράφηση της παρουσίασης των τραγουδιών και μέρους από τα μαθήματα.

9. Συναίνεση για μαγνητοσκόπηση

Ζητείται η συναίνεσή σας για τη μαγνητοσκόπηση της παρουσίασης των τραγουδιών.

10. Δήλωση συναίνεσης

Διάβασα το έντυπο αυτό και κατανοώ τις διαδικασίες που θα ακολουθηθούν. Με την υπογραφή μου, συναινών να συμμετάσχουν οι μαθητές του σχολείου που διευθύνω στην παρούσα διπλωματική εργασία.

Συναινών επίσης α) για την ηχογράφηση **ΝΑΙ** **ΟΧΙ** και β) για την μαγνητοσκόπηση **ΝΑΙ** **ΟΧΙ**, με τους όρους που αναφέρονται στο κείμενο. (Παρακαλώ κυκλώστε ΝΑΙ ή ΟΧΙ.)

Ημερομηνία: 4/04/2023

Ονοματεπώνυμο και υπογραφή
Διευθύντριας Σχολείου

Ονοματεπώνυμο και υπογραφή υπεύθυνης
φοιτήτριας