



ΔΗΜΟΚΡΙΤΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΡΑΚΗΣ
ΣΧΟΛΗ ΚΛΑΣΙΚΩΝ ΚΑΙ ΑΝΘΡΩΠΙΣΤΙΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ
ΤΜΗΜΑ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΦΙΛΟΛΟΓΙΑΣ
σε συνεργασία με το
ΕΘΝΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΕΡΕΥΝΑΣ ΦΥΣΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ
«ΔΗΜΟΚΡΙΤΟΣ»
ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΗΛΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΩΝ

ΔΙΙΔΡΥΜΑΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ:
ΕΞΕΙΔΙΚΕΥΣΗ ΣΤΙΣ Τ.Π.Ε. ΚΑΙ ΕΙΔΙΚΗ ΑΓΩΓΗ – ΨΥΧΟΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗ ΤΗΣ ΕΝΤΑΞΗΣ

ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΗ ΔΙΑΤΡΙΒΗ

**ΦΥΣΙΚΗ ΑΓΩΓΗ ΚΑΙ ΑΘΛΗΣΗ ΣΕ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ ΑΥΤΙΣΤΙΚΟΥ
ΦΑΣΜΑΤΟΣ**

Αικατερίνη Αρβανίτη, 498.

Μεταπτυχιακή διατριβή που υποβάλλεται στην τριμελή επιτροπή για την απόκτηση του μεταπτυχιακού τίτλου του Προγράμματος Μεταπτυχιακών Σπουδών Εξειδίκευσης του Τ.Ε.Φ. – Δ.Π.Θ. σε συνεργασία με το Ε.Κ.Ε.Φ.Ε. Δημόκριτος – Ινστιτούτο Πληροφορικής και Τηλεπικοινωνιών με τίτλο: «Εξειδίκευση στις Τ.Π.Ε. και Ειδική Αγωγή – Ψυχοπαιδαγωγική της Ένταξης»

Εγκεκριμένο από την τριμελή επιτροπή:

Επιβλέπουσα Καθηγήτρια:	[Ζαχαρούλα Ταβουλάρη, Συνεργαζόμενη Ερευνήτρια - Ι.Π.Τ. - Ε.Κ.Ε.Φ.Ε "ΔΗΜΟΚΡΙΤΟΣ"]
2 ^ο Μέλος:	[Διονύσιος Λουκέρης, Συνεργαζόμενος Ερευνητής - Ι.Π.Τ. - Ε.Κ.Ε.Φ.Ε "ΔΗΜΟΚΡΙΤΟΣ"]
3 ^ο Μέλος	[Ζωή Καραμπατζάκη, Συνεργαζόμενη Ερευνήτρια - Ι.Π.Τ. - Ε.Κ.Ε.Φ.Ε "ΔΗΜΟΚΡΙΤΟΣ"]

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Στην παρούσα βιβλιογραφική μελέτη, εξετάστηκαν οι επιδράσεις της φυσικής αγωγής και άσκησης στα άτομα με Διαταραχές Αυτιστικού Φάσματος. Τα ερευνητικά ερωτήματα που τέθηκαν ήταν ανάμεσα σε παιδιά που εντάσσονται στη ΔΑΦ και αντίστοιχα σε παιδιά χωρίς ΔΑΦ. Ειδικότερα εξετάστηκε αν υπάρχουν διαφορές στις επιδόσεις τους και αν μπορούν τα προγράμματα φυσικής αγωγής να έχουν θετικές επιδράσεις σε παιδιά που εντάσσονται στη ΔΑΦ. Αρχικά, έγινε μια εισαγωγή στη ΔΑΦ, αναλύοντας σημαντικά στοιχεία που αφορούν τη διαταραχή, ενώ στη συνέχεια παρουσιάστηκε η φυσική αγωγή και η σημασία της για τη βελτίωση της ποιότητας της ζωής των ανθρώπων. Το θεωρητικό μέρος ολοκληρώθηκε με τη συσχέτιση της φυσικής αγωγής και της ΔΑΦ, σχολιάζοντας τον θετικό αντίκτυπο που μπορεί να έχει στους τομείς που εντοπίζονται ελλείψεις. Μέσα από τη διεξαγωγή της συγκεκριμένης μελέτης, κατέστη σαφές πως η φυσική αγωγή και άσκηση μπορούν να έχουν επιδράσεις υψίστης σημασίας, ιδιαίτερα σε παιδιά κι εφήβους με ΔΑΦ, καθώς δεν στοχεύουν μόνο στη σωματική εκγύμναση και τη βελτίωση της υγείας τους, αλλά μπορούν να τους ενισχύσουν μέσα από τις δραστηριότητες και το παιχνίδι σε τομείς, όπως η επικοινωνία, η κοινωνική αλληλεπίδραση και ακόμα στην εξάλειψη αρνητικών και στερεοτυπικών συμπεριφορών, οδηγώντας έτσι σε μια ομαλή ένταξη όχι μόνο στην κοινότητα του σχολείου, αλλά και γενικότερα σε ένα κοινωνικό σύνολο.

Λέξεις-κλειδιά: φυσική αγωγή, άσκηση, διαταραχές αυτιστικού φάσματος (ΔΑΦ).

					επιδράσεις και στη φυσική κατάσταση και στη συμπεριφορά των παχύσαρκων παιδιών με ΔΑΦ.
19	Tyler, et al. (2014)	ΗΠΑ	Ποιοτική έρευνα	17 συμμετέχοντες με ΔΑΦ και 12 χωρίς	Αρνητικά: σημαντικές διαφορές παρουσιάστηκαν όσον αφορά τη μυϊκή δύναμη, και γενικότερα τη συμμετοχή στις δραστηριότητες. Θετικά: όσον αφορά την αερόβια φυσική κατάσταση, την ευελιξία και το ΔΜΣ, δεν υπήρχαν σημαντικές διαφορές μεταξύ των δύο ομάδων.

Βιβλιογραφία

Namba, H. (2023). ICT and Physical Activity. In *Advanced Virtual Assistants - A Window to the Virtual Future* [Working Title]. doi: [10.5772/intechopen.1001933](https://doi.org/10.5772/intechopen.1001933).

Hassani, F., Shahrbanian, S., Shahidi, S.H. & Sheikh, M. (2022). Playing games can improve physical performance in children with autism. *International Journal of Developmental Disabilities*. 68(2). 219-226. doi: 10.1080/20473869.2020.1752995.

Kilroy, E., Ring, P., Hossain, A., Nalbach, A., Butera, C., Harrison, L., et al. (2022). Motor performance, praxis, and social skills in autism spectrum disorder and developmental coordination disorder. *Autism Research*. 15. 1649-1664. doi: 10.1002/aur.2774.

Monteiro, C.E., Da Silva, E., Sodr , R., Costa, F., Trindade, A.S., Bunn, P., et al. (2022). The Effect of Physical Activity on Motor Skills of Children with Autism Spectrum Disorder: A Meta-Analysis. *Int. J. Environ. Res. Public Health*. 19. <https://doi.org/10.3390/ijerph192114081>.

Toscano, C.V.A., Ferreira, J.P., Quinaud, R.T., Silva, K.M.N., Carvalho, H.M. & Gaspar, J.M. (2022). Exercise improves the social and behavioral skills of children and adolescent with autism spectrum disorders. *Frontiers in Psychiatry*. 13. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.1027799>.

Alhumaid, M.M. (2021). Physical Education Teachers' Self-Efficacy toward Including Students with Autism in Saudi Arabia. *Int. J. Environ. Res. Public Health*. 18. <https://doi.org/10.3390/ijerph182413197>.

Li, R., Liang, X., Zhou, Y. & Ren, Z. (2021). A Systematic Review and Meta-Analysis of Moderate-to-Vigorous Physical Activity Levels in Children and Adolescents With and Without ASD in Inclusive Schools. *Front. Pediatr*. 9. doi: 10.3389/fped.2021.726942.

Sung, Y.S., Loh, S.C. & Lin, L.Y. (2021). Physical Activity and Motor Performance: A Comparison Between Young Children With and Without Autism Spectrum Disorder. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*. 17. 3743-3751.

Sefen, J.A.N., Al-Salmi, S., Shaikh, Z., AlMulhem, J.T., Rajab, E. & Fredericks, S. (2020). Beneficial Use and Potential Effectiveness of Physical Activity in Managing Autism Spectrum Disorder. *Frontiers in Behavioral Neuroscience*. 14. doi: 10.3389/fnbeh.2020.587560.

Selickaite, D. & Selickas, T. (2020). Physical Education Teachers' Self-Efficacy Toward Inclusion Of Children With Autism Spectrum Disorders: A Lithuanian Perspective. *Journal of Sport and Kinetic Movement*. No. 33, Vol. I. <https://www.researchgate.net/publication/338833495>.

Yu, J. & Jee, Y.S. (2020). Educational exercise program affects to physical fitness and gross motor function differently in the severity of autism spectrum disorder. *J Exerc Rehabil*. 16(5). 410-417. <https://doi.org/10.12965/jer.2040688.344>.

World Health Organization (WHO). (2019/2021). *International Classification of Diseases, Eleventh Revision (ICD-11)*. <https://icd.who.int/browse11>.

Ferreira, J.P., Ghiarone, T., Cabral Júnior, C.R., Furtado, G.E., Carvalho, H.M., Machado-Rodrigues, A.M., et al. (2019). Effects of Physical Exercise on the Stereotyped Behavior of Children with Autism Spectrum Disorders. *Medicina*. 55(10). <https://doi.org/10.3390/medicina55100685>.

Reinders, N.J., Branco, A., Wright, K., Fletcher, P.C & Bryden, P.J. (2019). Scoping Review: Physical Activity and Social Functioning in Young People With Autism Spectrum Disorder. *Frontiers in Psychology*. 10. doi: 10.3389/fpsyg.2019.00120.

Ferreira, J.P., Toscano, C.V.A., Rodrigues, A.M., Furtado, G.E., Barros, M.G., Wanderley, R.S., et al. (2018). Effects of a Physical Exercise Program (PEP-Aut) on Autistic Children's Stereotyped Behavior, Metabolic and Physical Activity Profiles, Physical Fitness, and Health-Related Quality of Life: A Study Protocol. *Frontiers in Public Health*. 6. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2018.00047>.

Najafabadi, M.G., Sheikh, M., Hemayattalab, R., Memari, A.H., Aderyani, M.R. & Hafizi, S. (2018). The effect of SPARK on social and motor skills of children with autism. *Pediatrics and Neonatology*. 59. 481-487.

Marques, A., Gómez, F., Martins, J., Catunda, R. & Sarmiento, H. (2017). Association between physical education, school-based physical activity, and academic performance: a systematic review. *Retos*. 31. 316-320.

Craig, F., Margari, F., Legrottaglie, A.R., Palumbi, R., de Giambattista, C. & Margari, L. (2016). A review of executive function deficits in autism spectrum disorder and attention-deficit/hyperactivity disorder. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*. 1191-1202. doi: 10.2147/NDT.S104620.

LaLonde, K.B., MacNeill, B.R., Wolfe-Eversole, L., Ragotzy, S.P. & Poling, A. (2014). Increasing physical activity in young adults with autism spectrum disorders. *Research in Autism Spectrum Disorders*. 8(12). 1679-1684. <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2014.09.001>.

Sorensen, C. & Zarrett, N. (2014). Benefits of Physical Activity for Adolescents with Autism Spectrum Disorders: A Comprehensive Review. *Rev J Autism Dev Disord*. 1. 344-353. doi: 10.1007/s40489-014-0027-4.

Srinivasan, S.M., Pescatello, L.S., Bhat, A.N. (2014). Current Perspectives on Physical Activity and Exercise Recommendations for Children and Adolescents With Autism Spectrum Disorders. *Physical Therapy*, 94(6), 875-889. <https://doi.org/10.2522/ptj.20130157>.

Tyler, K., MacDonald, M. & Meneer, K. (2014). Physical Activity and Physical Fitness of School-Aged Children and Youth with Autism Spectrum Disorders. *Autism Research and Treatment Volume, 2014*. <https://doi.org/10.1155/2014/312163>.

UNESCO (2014). *World-wide Survey of School Physical Education-Final Report 2013*. France: UNESCO.

American Psychiatric Association (APA). (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Washington, DC: American Psychiatric Association.

National Association of Physical Education. (2013). *Loopholes Stalling Progress in Physical Education Across the U.S.* Reston, Virginia, NASPE.

Clark, V.L., Ekelund, U., Hardman, K., Bull, F.C., Andersen, L.B., Haskell, W., et al. (2012). *A Look into Physical Education Curriculum Time Requirements around the World*. Unpublished paper.

Μουρατίδης, Ι. (2010). *Ιστορία φυσικής αγωγής και αθλητισμού του αρχαίου κόσμου*. Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις Copycity.