

# Ψυχοκινητική Ανάπτυξη

# Ψυχοκινητική Ανάπτυξη

Η ψυχοκινητική ανάπτυξη που αφορά την εξελικτική ιεραρχία εμφάνισης δεξιοτήτων για να φθάσει ο οργανισμός στην πληρότητα:

- Δεν είναι ίδια σε κάθε παιδί.
- Εξαρτάται από την αλληλεπίδραση τόσο της ωρίμανσης του νευρικού συστήματος όσο και την επίδραση του περιβάλλοντος.

# Παράγοντες Επίδρασης

- **Ατομικοί Παράγοντες**
  - Ο δείκτης νοημοσύνης του παιδιού.
  - Το επίπεδο κινητικών ικανοτήτων.
  - Ικανότητα κοινωνικής προσαρμογής.
  - Ψυχολογική-συναισθηματική κατάσταση.
  - Η ύπαρξη ή όχι αισθητηριακών διαταραχών, προβλημάτων στάσης σώματος και άλλων προβλημάτων υγείας.

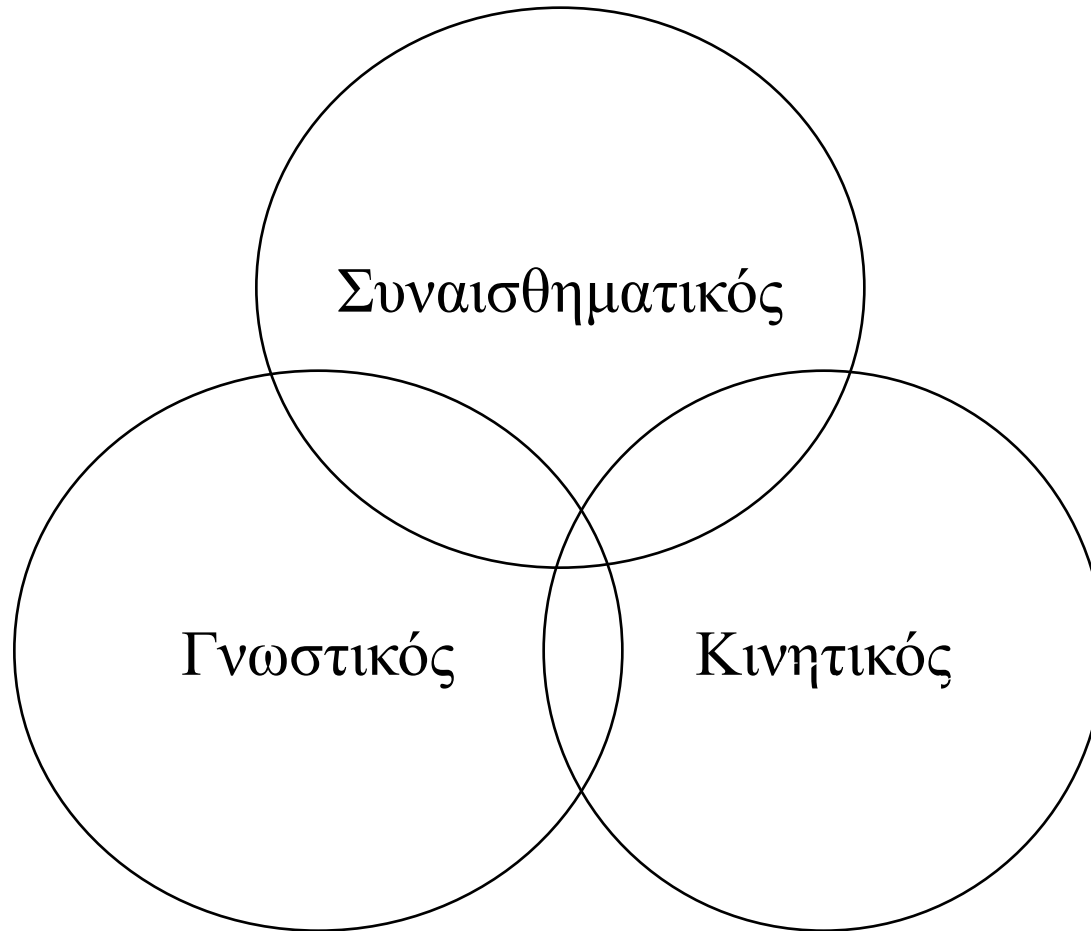
# Παράγοντες Επίδρασης

- **Περιβαλλοντικοί Παράγοντες**
  - Το κοινωνικοοικονομικό επίπεδο της οικογένειας.
  - Η επιθυμία των γονέων για συνεργασία με τους εκπαιδευτικούς.
  - Η ύπαρξη υλικοτεχνικής υποδομής και η παροχή υπηρεσιών υποστήριξης.
  - Ο βαθμός συνεργασίας των εκπαιδευτικών διαφορετικών ειδικοτήτων για τη διαμόρφωση του προγράμματος του παιδιού.

# Στάδια Της Ανθρώπινης Ανάπτυξης

Γονιμοποίηση	
Ενδομήτρια ζωή	1ο τρ.: έμβρυο. 2ο-3ο τρ.: κύημα
Νεογνική ηλικία	0-30 ημερών
Βρεφική ηλικία	1-12 μηνών
Νηπιακή ηλικία	1-3 χρόνων
Παιδική ηλικία	3-10 χρ.: κορίτσια. 3-12χρ.: αγόρια
Προεφηβική ηλικία	10-12 χρ.: κορίτσια. 12-14 χρ.: αγόρια
Εφηβική ηλικία	12-18 χρ.: κορίτσια. 14-20 χρ.: αγόρια
Ωριμη ηλικία	>18 χρ.: κορίτσια. >20 χρ.: αγόρια

# Τομείς Ανάπτυξης



# Θεωρίες Ψυχοκινητικής Ανάπτυξης

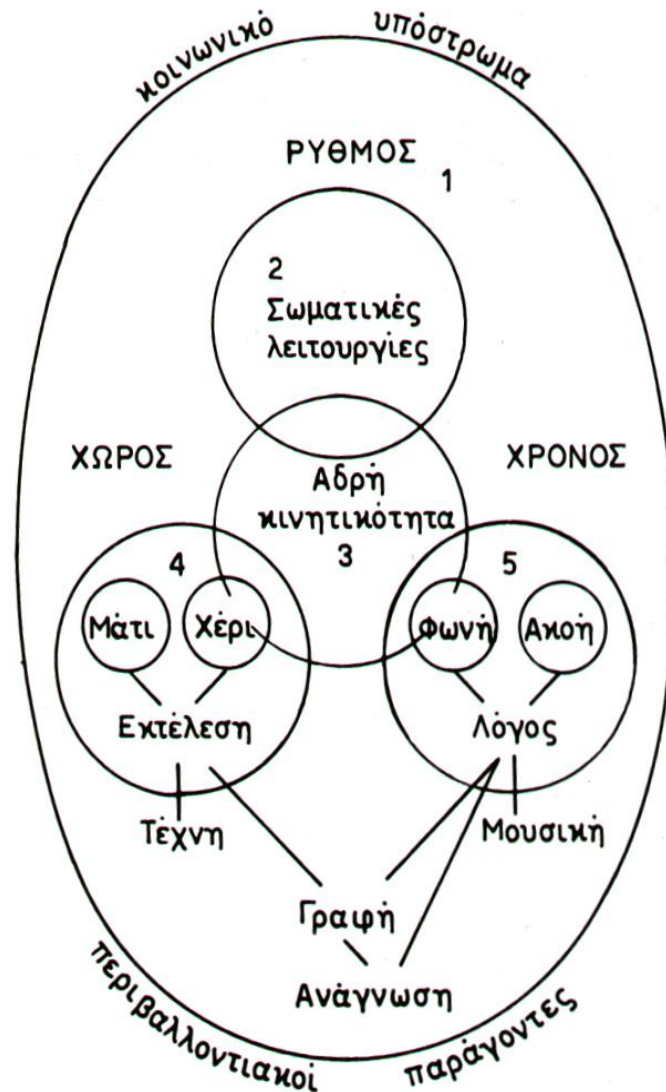
- Θεωρία του Piaget.
- Θεωρία του Gesel (ωρίμανση Κ.Ν.Σ.)
- Ψυχοαναλυτική Θεωρία.
- Ηθολογική θεωρία.

# Ψυχοκινητική ανάπτυξη

- Piaget:
  - Ωρίμανση Κ.Ν.Σ.
  - Εμπειρία
  - Κοινωνικοποίηση
  - Εξισορρόπηση & αυτορύθμιση



# Βασικές Λεωφόροι Μάθησης



# Στάδια Ψυχοκινητικής Αγωγής

- Σωματογνωσία.
- Γνωριμία του σώματος με το χώρο.
- Ισορροπία.
- Πλευρικότητα.
- Προσανατολισμός του σώματος στο χώρο.
- Γνωριμία και έλεγχος της αναπνοής.

# Κίνηση

- Κίνηση είναι η διαδικασία με την οποία μέσω της ωρίμανσης και εκπαίδευσης το άτομο αποκτά την ικανότητα χρησιμοποίησης του σώματός του.

# Κινητική Εξέλιξη

- Η κινητική εξέλιξη είναι μία διαδικασία απόκτησης κινητικών προτύπων (βάδισμα, τρέξιμο, άλματα, ρίψεις, σύλληψη μπάλας, λάκτισμα) που αρχίζει από την στιγμή της γέννησης με τις αντανακλαστικές κινήσεις και συνεχίζεται σ' όλη την διάρκεια της ζωής, με την απόκτηση πολλαπλών και σύνθετων κινητικών δεξιοτήτων.

# Προϋποθέσεις Κινητικής Εξέλιξης

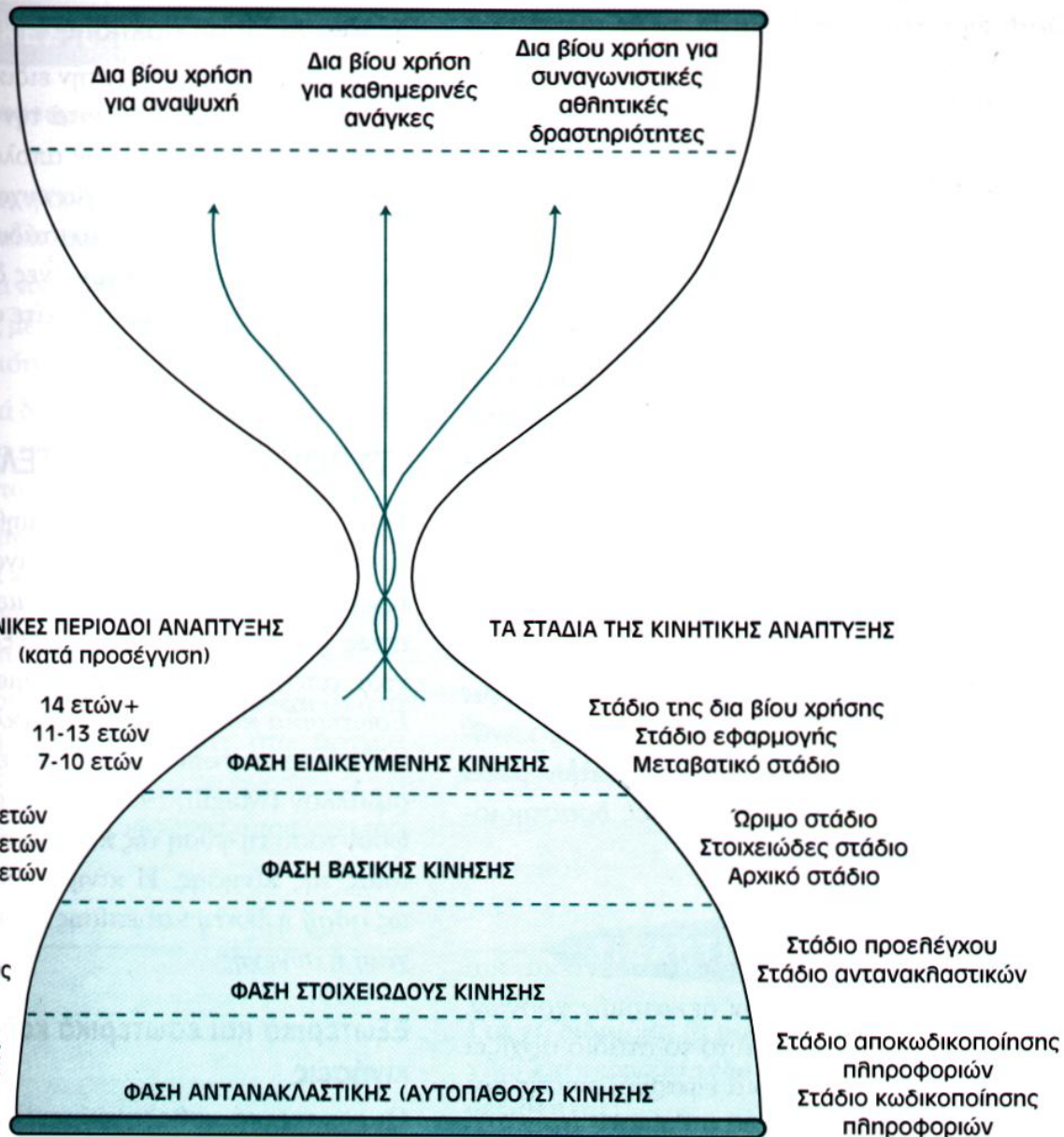
- Φυσιολογικό νευρικό σύστημα.
- Φυσιολογική νοημοσύνη.
- Όραση.
- Ακοή.
- Οπτικοκινητική αντίληψη (συνέργια ματιού-χεριού, ματιού- ποδιού).
- Αντίληψη της εικόνας του σώματος στο χώρο.

# Κανόνες Κινητικής Εξέλιξης

- Όσον αφορά την φυσική ωρίμανση, από το κεφάλι προς τα κάτω άκρα, και από το κέντρο του σώματος προς την περιφέρεια.
- Όσον αφορά την λειτουργικότητα των κινήσεων, η επίτευξη των ίδιων κινήσεων από την αριστερή αλλά και την δεξιά πλευρά του σώματος.
- Ο κινητικός έλεγχος επιτυγχάνεται σταδιακά από τον έλεγχο μεγάλων μυϊκών ομάδων (περπάτημα, τρέξιμο) στον έλεγχο εξειδικευμένων μυϊκών ομάδων (χειρισμός αντικειμένων).

# Φάσεις Κινητικής Εξέλιξης

- Αντανακλαστικές κινήσεις (0-1 χρόνων).
- Στοιχειώδεις κινήσεις (1-2 χρόνων).
- Βασικές κινήσεις (2-7 χρόνων).
- Ειδικευμένες κινήσεις (7 χρόνων και άνω).



Gallahue, 2002)

ΜΑ 3.2 Περιγραφική άποψη των φάσεων και των σταδίων της κινητικής ανάπτυξης.



# Αντανακλαστικές Κινήσεις

- Αντανακλαστικό Moro.
- Δαρβίνειο αντανακλαστικό.
- Αντανακλαστικό θηλασμού & αναζήτησης.
- Αντανακλαστικό Babinski.
- Αντανακλαστικό βάρδισης.
- Ασύμμετρο αυχενικό αντανακλαστικό.

# Στοιχειώδεις Κινήσεις (1-2 χρόνων)

- Τελική αναστολή των αντανακλαστικών κινήσεων τα οποία αντικαθίστανται από εκούσιες κινήσεις-αντιδράσεις.
- Εμφάνιση των στοιχειωδών κινήσεων σε προκαθορισμένη σειρά εμφάνισης (κάθισμα, μετακίνηση με τα 4 άκρα, κύλισμα του σώματος, όρθια στάση, βάδισμα, τρέξιμο).
- Διαφορά ως προς την χρονική τους εμφάνιση για το κάθε παιδί.
- Στην ηλικία των 2 χρόνων ανάπτυξη των ικανοτήτων που επιτρέπουν στο παιδί την έκφραση και την επικοινωνία με το περιβάλλον.

# Βασικές Κινήσεις (2-7 Χρόνων)

- Οι βασικές κινήσεις χωρίζονται σε τρία στάδια:
- **Το αρχικό στάδιο (2-3 χρόνων)** όπου το παιδί κάνει την πρώτη του προφανή και σκόπιμη προσπάθεια εκτέλεσης των δεξιοτήτων αλλά λόγω έλλειψης εμπειρίας, η προσπάθεια αυτή χαρακτηρίζεται από γενικές, αδέξιες και χωρίς συναρμογή κινήσεις.

# Βασικές Κινήσεις (2-7 Χρόνων)

- **Το στοιχειώδες στάδιο (4-5 ετών).** Μεταβατική περίοδος ανάμεσα στο αρχικό και ώριμο στάδιο όπου η συναρμογή και η ρυθμική εκτέλεση βελτιώνονται αλλά οι μυϊκές ομάδες που συμμετέχουν δεν έχουν εξειδικευτεί πλήρως.
- **Το ώριμο στάδιο (6-7 χρονών).** Ενσωμάτωση όλων των συστατικών στοιχείων του προτύπου κίνησης, δηλαδή κίνηση με καλή συναρμογή, κινητικό έλεγχο, ακρίβεια και σταθερότητα στην εκτέλεση της κίνησης.

# Ειδικευμένες Κινήσεις (7 χρόνων και άνω)

- Η φάση αυτή διαιρείται σε τρία στάδια:
- **Μεταβατικό στάδιο (7-10 χρόνων).** Εφαρμογή θεμελιωδών κινητικών προτύπων με ακρίβεια και έλεγχο για την εκτέλεση σύνθετων ασκήσεων.
- **Στάδιο εφαρμογής (11-13 χρόνων).** Επιλογή αθλήματος με βάση τις προηγούμενες επιτυχημένες εμπειρίες του παιδιού, τον τύπο του σώματος, και συναισθηματικούς, κοινωνικούς παράγοντες.
- **Στάδιο δια βίου άσκησης (14 χρόνων και άνω).** Υψηλό ενδιαφέρον για συγκεκριμένες δραστηριότητες σε ψυχαγωγικό και ανταγωνιστικό επίπεδο.