



ΚΙΝΗΤΙΚΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ, ΒΙΩΜΑΤΙΚΗ ΜΑΘΗΣΗ, ΨΥΧΟΚΙΝΗΤΙΚΗ

Αντώνης Καμπάς, Καθηγητής
Ειρήνη Φαλέκα, Υποψ. Διδάκτορας

ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΨΥΧΟΚΙΝΗΤΙΚΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ



Συνειδητοποίηση
σώματος

Συνειδητοποίηση
χώρου

Συνειδητοποίηση
χρόνου

Συνειδητοποίηση σώματος

Σακουλάκια

Κάθε παιδί επιλέγει ένα σακουλάκι (εφημερίδα, μαντήλι, κλπ) και προσπαθεί να το ισορροπήσει στο κεφάλι, στο πόδι, στο χέρι, στον ώμο, στην κοιλιά κλπ

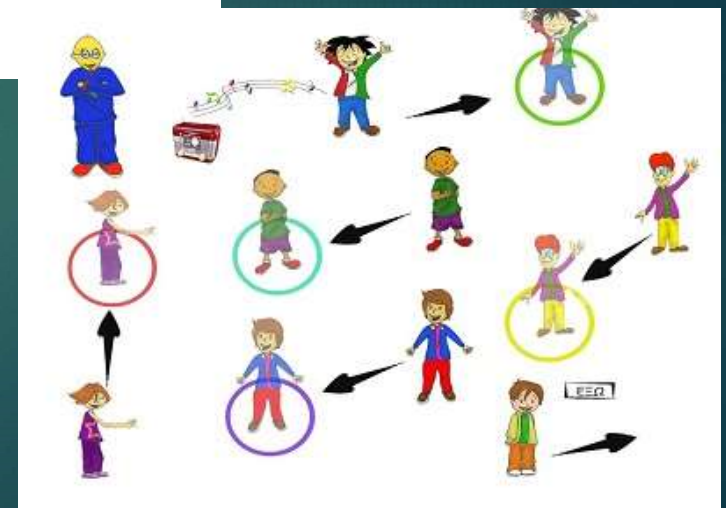
Στη συνέχεια το πετούν, το αφήνουν να πέσει κάτω, τρέχουν γύρω από αυτό με διάφορους τρόπους.



Συνειδητοποίηση χώρου

Μουσικά στεφάνια

Τοποθετούμε στεφάνια στο έδαφος και ζητούμε από τα παιδιά να κινούνται έξω από αυτά όταν παίζει η μουσική και να μπαίνουν μέσα όταν η μουσική σταματάει. Ζητούμε κάθε φορά να μπαίνει διαφορετικός αριθμός παιδιών σε κάθε στεφάνι.



Συνειδητοποίηση χρόνου

Μαγικές λέξεις

Τα παιδιά απλώνονται ελεύθερα στον χώρο και προσπαθούν να κινηθούν σύμφωνα με την μαγική λέξη που λέει ή δείχνει κάθε φορά ο/η παιδαγωγός (αργά, γρήγορα, σιγά, έντονα, απαλά, δυνατά κλπ)



ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ ΚΙΝΗΤΙΚΗΣ ΣΥΝΑΡΜΟΓΗΣ

- Κινησθητική διαφοροποίηση στον χώρο και τον χρόνο
- Ισορροπία
- Προσανατολισμός στον χώρο και τον χρόνο
- Ρυθμός
- Αντίδραση

Hirtz, 1985

ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ



ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

- ΕΜΠΕΙΡΙΕΣ ΜΕ ΤΟ ΣΩΜΑ
- ΕΜΠΕΙΡΙΕΣ ΜΕ ΥΛΙΚΑ
- ΚΟΙΝΩΝΙΚΕΣ ΕΜΠΕΙΡΙΕΣ



ΥΛΙΚΑ

- ΕΞΕΙΔΙΚΕΥΜΕΝΑ
- ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΑ ΟΡΓΑΝΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ
- ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ ΥΛΙΚΑ
- ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΑ ΤΟΥ ΣΧΟΛΕΙΟΥ
- ΚΑΤΑΣΚΕΥΕΣ



ΚΑΝΟΝΕΣ

- ✓ Η ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΑΠΟΤΕΛΕΙ ΠΡΟΣΩΠΙΚΗ ΑΠΟΦΑΣΗ
- ✓ ΤΑ ΕΡΕΘΙΣΜΑΤΑ – ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΠΡΟΕΡΧΟΝΤΑΙ ΑΠΟ ΤΟ ΠΑΙΔΙ
- ✓ ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΑΥΤΕΝΕΡΓΕΙΑΣ – ΑΠΟΦΥΓΗ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ
- ✓ ΘΕΣΠΙΣΗ ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΩΝ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΚΑΝΟΝΩΝ
- ✓ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ « ΓΕΦΥΡΑΣ » ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

ΟΡΓΑΝΩΣΗ

- ΕΙΣΑΓΩΓΙΚΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ
- ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ ΚΑΙ ΚΙΝΗΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΜΕ ΣΥΓΚΕΚΡΙΜΕΝΟ ΝΟΗΤΙΚΟ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ
- ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ
- ΧΑΛΑΡΩΣΗ

ΕΙΣΑΓΩΓΙΚΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ

Δίνεται η δυνατότητα για ελεύθερη κίνηση και ατομική ενασχόληση με τα όργανα.

Γρήγορη εφαρμογή με μεγάλη ελευθερία για δράση.

ΕΙΣΑΓΩΓΙΚΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ

ΞΥΠΝΗΣΤΕ ΤΟΝ ΔΡΑΚΟΥΛΑ

Ένα παιδί είναι ξαπλωμένο και παριστάνει τον δράκουλα, ο οποίος κοιμάται και δεν θέλει να τον ενοχλούν. Τα υπόλοιπα παιδιά πλησιάζουν και προσπαθούν να τον αγγίξουν. Αν το καταφέρουν, παίρνουν την μαγική του δύναμη. Όποιον όμως καταφέρει να τον πιάσει, τον κρατάει μαζί του για βοηθό.

Στόχοι: Αντίδραση, αντοχή, σωματική έκφραση, εναλλαγή ρόλων, ταχύτητα



ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ ΚΑΙ ΚΙΝΗΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΜΕ ΣΥΓΚΕΚΡΙΜΕΝΟ ΝΟΗΤΙΚΟ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ

Παιχνίδια με θέματα από την φαντασία των παιδιών.

Απαιτούν χρόνο, όργανα, πραγματοποιούνται συνεχώς
αλλαγές σύμφωνα με τα ενδιαφέροντα και τις ιδέες των παιδιών.

ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ ΚΑΙ ΚΙΝΗΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΜΕ ΣΥΓΚΕΚΡΙΜΕΝΟ ΝΟΗΤΙΚΟ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ

ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΜΕΤΑΦΟΡΩΝ

Ο κάθε οδηγός έχει αναλάβει την αποστολή να μεταφέρει με ασφάλεια τα προϊόντα, στον σωστό προορισμό.

Στόχοι: Εμπειρία με τα υλικά, προσανατολισμός στον χώρο, αίσθηση της κατεύθυνσης, συναρμογή.



ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ

Παιχνίδια με απλούς κανόνες, τα οποία ενισχύουν την ομαδικότητα με εναλλαγές ρόλων και οργάνων.

ΚΥΝΗΓΙ ΚΑΡΧΑΡΙΩΝ

Απλώνουμε ένα μεγάλο πανί στο πάτωμα και τα παιδιά στέκονται γύρω από αυτό. Ένα παιδί – ο καρχαρίας – βρίσκεται από κάτω και ένα άλλο παιδί γονατίζει πάνω σε αυτό και προσπαθεί να το αποφύγει. Τα παιδιά σχηματίζουν κύματα για να τον εμποδίσουν.

Στόχοι: Κοινωνική συμπεριφορά, τήρηση κανόνων, εναλλαγή ρόλων



ΧΑΛΑΡΩΣΗ

Εναλλαγή κίνησης – ηρεμίας.

Εντάσσονται στο τέλος και βοηθούν στην ομαλή μετάβαση από δραστηριότητες έντασης σε πιο ήπιες δραστηριότητες.

ΚΑΙΡΙΚΑ ΦΑΙΝΟΜΕΝΑ

Τα παιδιά στέκονται, κρατώντας το αλεξίπτωτο. Ανάλογα με τις συνθήκες του καιρού (βροχή, αέρας, ψυχάλες, κεραυνοί, καταιγίδα, ηλιοφάνεια), προσαρμόζουν τις κινήσεις του σώματός τους.


Στόχοι: Ένταση, χαλάρωση, κοινωνική εμπειρία, σωματικός έλεγχος.



ΔΟΜΗ


- ΕΙΣΑΓΩΓΙΚΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ
- ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ ΚΑΙ ΚΙΝΗΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΜΕ ΣΥΓΚΕΚΡΙΜΕΝΟ ΘΕΜΑ
- ΧΑΛΑΡΩΤΙΚΕΣ ΑΣΚΗΣΕΙΣ


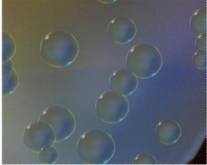
ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑ

<p>Τίτλος</p> <p>Δώστε τίτλο στη ώρα</p> <p>ΜΑΓΙΚΟ ΡΑΒΔΙ</p>	<p>Υλικά</p> <p>Κατονομάστε τα υλικά που θα χρειαστείτε</p> <p>ΕΦΗΜΕΡΙΔΕΣ, ΜΠΑΛΟΝΙΑ</p>
<p>Σκοπός-Οδηγίες</p> <p>Αναφερθείτε στο σκοπό που θέλετε να πετύχετε</p> <p>Σκοπός: Συναρμογή ματιού-χεριού, λεπτή κινητική επιδεξιότητα, εμπειρία με υλικά</p> <p>Οδηγίες για το παιχνίδι: Η εντύπωση, ότι το ραβδί είναι μαγικό, εξάπτει την φαντασία κάθε παιδιού και του δίνει τη δυνατότητα να χρησιμοποιήσει το ραβδί του, όπως θέλει. Τι μπορεί να «μαγέψει» ένα ραβδί είναι υπόθεση του «μάγου», δεν υπάρχει σωστό ή λάθος, καλό ή κακό. Μερικές ιδέες υιοθετούνται μάλιστα και από τα άλλα παιδιά.</p>	<p>Πλάνο</p> <p>Περιγράψτε την ώρα</p> <p>Τυλίγουμε φύλλα εφημερίδας και φτιάχνουμε ένα ραβδί. Κάθε παιδί έχει ένα ραβδί και ένα μπαλόνι. Το ραβδί είναι μαγικό και το παιδί δοκιμάζει, τι μπορεί να μαγέψει, π.χ.</p> <ul style="list-style-type: none">- να ισορροπήσει το μπαλόνι στην άκρη του ραβδιού·- να περιστρέψει το μπαλόνι γύρω από το ραβδί·- να σηκώσει ψηλά το μπαλόνι χτυπώντας το με το ραβδί·- να πάρει το ραβδί πότε στο δεξί και πότε στο αριστερό χέρι και να διαπιστώσει ποιο χέρι έχει μεγαλύτερη μαγική δύναμη (να σηκώσει π.χ. το μπαλόνι με το ραβδί).
	<p>Επιπλέον παρατηρήσεις</p> <p>Παραλλαγές:</p> <ul style="list-style-type: none">- δύο παιδιά χτυπούν με το ραβδί το μπαλόνι·- το μαγικό ραβδί μεταμορφώνει το μπαλόνι σε μπάλα παγωτού: ανάλογα με το χρώμα του μπαλονιού μπορούν να φτιάξουν τα παιδιά και μια γεύση παγωτού (π.χ. λεμόνι, φράουλα...) και να ανταλλάσσουν τα παγωτά μεταξύ τους λέγοντας ποιες γεύσεις έχουν ή θέλουν·- ανά δύο προσπαθούν να μεταφέρουν ένα μπαλόνι (μια μπάλα παγωτού) χωρίς όμως να την πιάσουν με τα χέρια, μόνο με το ραβδί·- τα παιδιά στέκονται στη σειρά με το ραβδί στο παγωτό τους και προσπαθούν να δώσουν το παγωτό στο επόμενο παιδί.

Πηγή: Renate Zimmer (2007). *Εγχειρίδιο Ψυχοκινητικής*. Μετάφραση, Αθήνα: Εκδόσεις Αθλότυπο.

<p>Τίτλος</p> <p>ΤΟ ΝΗΣΙ ΤΩΝ ΘΗΣΑΥΡΩΝ</p>	<p>Υλικά</p> <p>1 κουτί από παπούτσια, χρωματιστά φύλλα διαφόρων υλικών (πχ. τσόχας, γκοφρέ, βελουτέ, αλουμινόχαρτο, κτλ.)</p>
<p>Σκοπός-Οδηγίες</p> <p>ΣΚΟΠΟΣ εμπειρία με τα υλικά (κυρίως μέσω της αφής), αντίδραση, οπτική αντίληψη</p> <p>ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ Η ιδέα ότι τα παιδιά βρίσκονται στο νησί των θησαυρών εξάπτει τη φαντασία των παιδιών και δρουν πάνω στα υλικά δίνοντάς τους το σχήμα που θέλουν να έχει ο θησαυρός τους. Στη συνέχεια το κάθε ένα διαλέγει που θα κρύψει το δικό του "πολύτιμο" θησαυρό ώστε να μην του τον πάρει κάποιος άλλος και όταν τους ζητηθεί συγκεκριμένο χρώμα ψάχνουν για να βρουν το "πολύτιμο" αντικείμενο με αυτό το χρώμα. Το κάθε παιδί θυμάται που έκρυψε τον δικό του θησαυρό αλλά τα υπόλοιπα δεν γνωρίζουν ποιος τον είχε αρχικά οπότε ψάχνουν όλα στο νησί για να τον βρουν.</p> 	<p>Πλάνο</p> <p>Δίνουμε στα παιδιά τα διάφορα είδη χαρτονιών και τους αφήνουμε να τα επεξεργαστούν όπως εκείνα θέλουν (είτε κόβοντας τα είτε σκίζοντας τα κτλ.). Ύστερα τα τοποθετούμε μέσα στο κουτί και τους τα παρουσιάζουμε σαν θησαυρό που βρήκαν στο νησί του θησαυρού. Διαλέγουν όποιον θησαυρό θέλουν και τον κρύβουν μέσα στην αίθουσα. Στη συνέχεια τους λέμε να ψάξουν για θησαυρό συγκεκριμένου χρώματος και να τον βρουν γρήγορα.</p> <p>Επιπλέον παρατηρήσεις</p> <p>ηλικία: 4-5 ετών</p> <p>ΠΑΡΑΛΛΑΓΕΣ</p> <ul style="list-style-type: none"> - μπορεί να αποφασίσουν αυτά για το τι χρώμα θησαυρό θα ψάξουν ή να ρωτηθούν τι χρώμα έχει κάποιο αντικείμενο και να ψάξουν για το χρώμα που θα πουν (π.χ. στην ερώτηση: τι χρώμα έχουν τα φύλλα των δέντρων; απάντηση: πράσινα, να ψάξουν για τον πράσινο θησαυρό). - μπορεί η νηπιαγωγός να κρύψει και άλλους "θησαυρούς" για να αποκτήσει περισσότερο ενδιαφέρον η δραστηριότητα ειδικά αν τα παιδιά είναι 5 ετών και άνω. - μπορεί να υπάρχουν περισσότεροι από έναν θησαυροί του ίδιου χρώματος. - οι θησαυροί μπορεί να είναι ψεύτικα κοσμήματα που τα έχουν φέρει τα παιδιά από το σπίτι τους ή ο/η νηπιαγωγός έτσι ώστε η δραστηριότητα να αποκτά περισσότερο ενδιαφέρον. - το κάθε παιδί μπορεί να φωνάζει το χρώμα του θησαυρού που είχε και τα άλλα να προσπαθούν να τον βρουν <p>Η δραστηριότητα μπορεί να γίνει και στην αυλή.</p>

<p>Τίτλος</p> <p>ΜΙΑ ΜΑΓΙΚΗ ΤΥΦΛΟΜΥΓΑ ΣΤΟ ΝΗΣΙ ΤΩΝ ΘΗΣΑΥΡΩΝ</p>	<p>Υλικά</p> <p>1 μαντήλι</p>
<p>Σκοπός-Οδηγίες</p> <p>ΣΚΟΠΟΣ αντίδραση, κιναισθητική αντίληψη, προσανατολισμός στο χώρο</p> <p>ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ Το νησί των θησαυρών έχει μια "μαγική τυφλόμυγα" που δε βλέπει αλλά προσπαθεί να μαγέψει ότι ακουμπήσει. Σε τι μπορεί να μεταμορφωθεί αυτός που θα ακουμπήσω και πώς θα κινηθώ για να πιάσω κάποιον; σκέφτεται η τυφλόμυγα. Πώς μπορώ να αποφύγω την τυφλόμυγα και πώς μπορώ να μιμηθώ αυτό που με μεταμόρφωσε; σκέφτονται τα παιδιά. Έτσι ξεκινάει ένα φανταστικό κυνηγητό.</p> 	<p>Πλάνο</p> <p>Κλείνουμε τα μάτια κάποιου παιδιού (όποιου θέλει) με ένα μαντήλι. Πρέπει να προσανατολιστεί με κλειστά μάτια για να πιάσει κάποιο παιδί. Όταν το πιάσει το "μαγεύει" και του "δίνει" τη μορφή είτε ζώου είτε αντικειμένου είτε οτιδήποτε φανταστεί. Στη συνέχεια το παιδί που "μεταμορφώνεται" μιμείται αυτό που του είπε η τυφλόμυγα και παίρνει τη θέση της.</p> <p>Επιπλέον παρατηρήσεις</p> <p>ηλικία: από 4 ετών</p> <p>ΠΑΡΑΛΛΑΓΕΣ</p> <ul style="list-style-type: none"> - αν κάποιο παιδί δυσκολεύεται να πιάσει κάποιο άλλο βάζουμε άλλο παιδί στη θέση του δίνοντας του το όνομα ενός άλλου ζώου (π.χ. στο νησί υπάρχει και μια τεράστια αράχνη που πιάνει στον ιστό της ότι βρει και το μεταμορφώνει) -αν ο χώρος το επιτρέπει τα παιδιά θα μπορούσε να προχωράνε με όποιο τρόπο θέλουν (π.χ. μπουσουλώνοντας, με το ένα πόδι κ.τ.λ.) ή όλα εκτός από την τυφλόμυγα να πατούν μόνο πάνω στα "βραχάκια της λίμνης", που θα είναι φτιαγμένα από ρετάλια ή από άλλο σταθερό μαλακό υλικό, για να την αποφύγουν (π.χ. Πάνω σε πατάκια)

<p>Τίτλος</p> <p>ΟΙ ΣΑΠΟΥΝΟΦΟΥΣΚΕΣ ΤΗΣ ΚΑΚΙΑΣ ΜΑΓΙΣΣΑΣ</p>	<p>Υλικά</p> <p>σύρμα για χειροτεχνίες, πούπουλα, δοχεία που φτιάχνουμε σαπουνόφουσες</p>
<p>Σκοπός-Οδηγίες</p> <p>ΣΚΟΠΟΣ Συναρμογή ματιού-χειριού, λεπτή κινητική επδεξιότητα, εμπειρία με υλικά, οπτική αισθητική και αντίληψη, συναρμογή πνευμόνων-στοματικής κοιλότητας (για τα παιδιά που φτιάχνουν τις σαπουνόφουσες)</p> <p>ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ Μια μάγισσα ρίχνει μαγικές σαπουνόφουσες και κινδυνεύει το νησί των θησαυρών. Πώς μπορεί το κάθε παιδί να σώσει το νησί, δηλαδή να μην πέσουν και σπάσουν κάτω στο έδαφος οι σαπουνόφουσες γιατί...?θα μολύνουν και θα κάνουν κακό στο νησί των θησαυρών"; Πώς τα ραβδάκια μπορούν να μας βοηθήσουν; αναρωτούνται τα παιδιά.</p>	<p>Πλάνο</p> <p>Φτιάχνουν τα παιδιά πολύχρωμα ραβδάκια με τα σύρματα για χειροτεχνίες που στην άκρη έχουν πούπουλα. Στη συνέχεια κάποια παιδιά (περίπου 1 παιδί στα 6) παίρνουν τα δοχεία παραγωγής σαπουνόφουσας και τα υπόλοιπα παίρνουν τα ραβδάκια που έφτιαξαν και προσπαθούν να σπάσουν τις σαπουνόφουσες κ να μην τις αφήσουν να πέσουν κάτω.</p> <p>Επιπλέον παρατηρήσεις</p> <p>ηλικία: από 5 ετών</p> <p>Τα σύρματα για χειροτεχνίες είναι τυλιγμένα με χρωματιστό προστατευτικό υλικό και δεν είναι επικίνδυνα για τα παιδιά. Παρόλα αυτά θα ήταν καλό ο/η νηπιαγωγός να κάνει έναν έλεγχο.</p>
	<p>ΠΑΡΑΛΛΑΓΕΣ</p> <ul style="list-style-type: none"> - μπορούμε να αυξήσουμε τα δοχεία που φτιάχνονται οι σαπουνόφουσες για να δυσκολέψει το παιχνίδι - τα παιδιά αφήνουν τα ραβδάκια και χρησιμοποιούν όποιο μέρος του σώματός τους θέλουν εκτός από τα χέρια για να σκάσουν τις σαπουνόφουσες - κάποια παιδιά θα μπορούσαν να έχουν δύο ραβδάκια και κάποια άλλα να μην έχουν και απλά να φυσάνε για να ψώσουν τις σαπουνόφουσες και να βοηθήσουν τα υπόλοιπα που έχουν ραβδάκια να προλάβουν να τις σκάσουν. 

ΜΙΚΡΟΙ ΣΚΙΕΡ



ΨΑΡΕΥΟΝΤΑΣ



ΔΙΑΔΡΟΜΕΣ



ΟΜΑΔΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

2 – 3 άτομα

ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ, ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΚΑΙ ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΜΙΑΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗΣ ΜΟΝΑΔΑΣ ΚΙΝΗΤΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ, ΜΕ ΒΑΣΗ ΤΙΣ ΑΡΧΕΣ ΤΗΣ ΨΥΧΟΚΙΝΗΤΙΚΗΣ ΚΑΙ ΜΕ ΔΙΑΡΚΕΙΑ 30 – 45 ΛΕΠΤΑ ΣΤΑ ΠΛΑΙΣΙΑ ΤΟΥ ΗΜΕΡΗΣΙΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΤΟΥ ΝΗΠΙΑΓΩΓΕΙΟΥ.

ΘΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΕΙ:

- ΕΙΣΑΓΩΓΗ
- ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ ΚΑΙ ΚΙΝΗΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΜΕ ΣΥΓΚΕΚΡΙΜΕΝΟ ΘΕΜΑ
- ΧΑΛΑΡΩΤΙΚΕΣ ΑΣΚΗΣΕΙΣ