

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Η συστηματική επί είκοσι και πλέον χρόνια ενασχόλησή μου με την κινητική και ρυθμική αγωγή στην προσχολική ηλικία ήταν μία συναρπαστική και γόνιμη πορεία αναζητήσεων, διαρκούς επανεξέτασης και συνεχούς διεύρυνσης του θέματος. Πιστεύοντας προσωπικά στα πολλαπλά οφέλη για την ανάπτυξη του παιδιού με τέτοιου είδους παιδαγωγικές προσεγγίσεις και διαπιστώνοντας ερευνητικά και διδακτικά του λόγου το αληθές, θέλησα να καταθέσω το απόσταγμα της εμπειρίας μου. Ο προβληματισμός, η έρευνα και ιδιαίτερα η παρατήρηση της ελληνικής πραγματικότητας πάνω στο θέμα με ώθησαν να προσανατολιστώ στα στοιχεία εκείνα, που έκρινα ότι χρειαζόνταν αποσαφήνιση και ενίσχυση.

Είναι γεγονός ότι η διεθνής βιβλιογραφία στηρίζει με επάρκεια τις θεωρητικές βάσεις για την αγωγή της κίνησης και προσφέρει πλήθος και ποικιλότητα κινητικών δραστηριοτήτων για τα μικρά παιδιά. Επίσης όμως, είναι γεγονός ότι και η, μέχρι πρότινος, φτωχή ελληνική βιβλιογραφία τα τελευταία χρόνια αναζωογονείται κι αυτό δείχνει έμμεσα αποδοχή από την κοινωνία της σημασίας και της αξίας των πρώιμων εκπαιδευτικών προγραμμάτων αγωγής της κίνησης για την ανάπτυξη του παιδιού.

Το συγκεκριμένο βιβλίο, εκτός από την πρόθεση να παρουσιάσει ολοκληρωμένα την ανάγκη του παιδιού για έκφραση, μάθηση, κοινωνικοποίηση και φυσική ανάπτυξη μέσα από την κίνηση, έχει στόχο να συμβάλει στον εμπλουτισμό της εγχώριας βιβλιογραφίας μέσα από προτάσεις που συνδέονται με την ελληνική κουλτούρα, ενώ ταυτόχρονα προσφέρει μία νέα οπτική σε ορισμένα θέματα:

1. Επιδιώκει να δώσει έμφαση στην αξία της παιδικής κίνησης, η οποία συνοδεύεται από μουσική και θεατρικότητα, να αποσαφηνίσει τους όρους και τα περιεχόμενα που συνθέτουν μια διαθεματική μέθοδο προσέγγισης της κινητικότητας του παιδιού, όπως είναι η κινητική ρυθμική αγωγή (κεφάλαια 1.2.5.-1.2.7.), ώστε να γίνει κατανοητός ο ευέλικτος τρόπος με τον οποίο μπορεί να εφαρμοσθεί στο σχολείο.
2. Προτείνει το υπόβαθρο για συγκεκριμένες τεχνικές σύνθεσης, στοχοθέτησης και ταξινόμησης κατάλληλων δραστηριοτήτων, ώστε οι ίδιοι οι ενδιαφερόμενοι

εκπαιδευτικοί να μπορούν να δημιουργούν δικές τους ή να τροποποιούν αυτές που τους προσφέρονται με βάση το έμφυχο υλικό και τις συνολικές συνθήκες της δουλειάς τους. Η ταξινόμηση των δραστηριοτήτων σε «απλές», «μεταβατικές» και «συνδυαστικές» (κεφάλαιο 3.4.) καθώς και οι προϋποθέσεις για τη σύνθεσή τους δημιουργήθηκαν από τη γράφουσα και έχουν στόχο να αναδείξουν την ιδιαιτερότητα των χειρισμών που πρέπει να γίνουν, ώστε τα παιδιά να ξεπερνούν τα επιφανειακά στάδια και να οδηγούνται σταδιακά στην *εμβάθυνση* της εξερεύνησης των κινήσεων και της σωματικής τους έκφρασης. Αυτή η διαδικασία σχεδιάστηκε, ερευνήθηκε κατ'επανάληψη μέσα από εκπαιδευτικές εφαρμογές σε νηπιαγωγεία και είχε κατά κανόνα θετικά αποτελέσματα στην ανάπτυξη και μεγάλη απήχηση στα παιδιά!

3. Στην ίδια εκπαιδευτική βάση επιχειρείται σ' αυτό το βιβλίο μετά από σχετική έρευνα η προσαρμογή καταξιωμένων μεθόδων διδασκαλίας της Φυσικής Αγωγής (κεφάλαιο 3.5.) στα «μέτρα» των ιδιαιτεροτήτων της προσχολικής ηλικίας, ώστε να είναι προσιτές από τους εκπαιδευτικούς και να επιλέγονται/εναλλάσσονται από τους ίδιους οι αναπτυξιακά καταλληλότερες κατά περίπτωση.

4. Τέλος, στο Β' μέρος προτείνονται ορισμένες ολοκληρωμένες οργανωμένες δραστηριότητες, αντιπροσωπευτικές στην κατηγορία τους, επιλεγμένες μέσα από ένα σύνολο προσωπικών δημιουργιών στην πορεία των χρόνων (ορισμένες μεμονωμένες βασίζονται στη βιβλιογραφία, οι περισσότερες όμως στη φαντασία και στην εμπειρία), ως παραδείγματα προς εφαρμογή, συνοδευόμενα από εναλλακτικές προτάσεις.

Με βάση την παραπάνω οπτική, κρίνεται ότι σημαντικότερο ρόλο στην όλη διαδικασία παίζει ο/η παιδαγωγός ή νηπιαγωγός ή εκπαιδευτικός με ευρύτερη έννοια και στη διαχείρισή του/ης αποδίδεται το μεγαλύτερο μέρος της επιτυχίας ή μη στην εφαρμογή κινητικής και ρυθμικής αγωγής. Για λόγους γενίκευσης και καθόλου διακρίσεων σε βάρος των γυναικών, οι οποίες κυριαρχούν αυτοδίκαια στο χώρο της προσχολικής αγωγής, το πρόσωπο αυτό ορίζεται στο συγκεκριμένο κείμενο ως «ο εκπαιδευτικός». Το βιβλίο αυτό λοιπόν, ως απαύγασμα σημαντικής επαφής με τη θεωρία και την πράξη, πιστεύω ότι έχει να προσφέρει στοιχεία σ' αυτούς και όχι μόνο. Απευθύνεται σε φοιτητές και φοιτήτριες των Παιδαγωγικών Τμημάτων Προσχολικής Αγωγής και Δημοτικής Εκπαίδευσης, των ΤΕΦΑΑ, των ΤΕΙ Βρεφονηπιοκομίας, σε εκπαιδευτικούς της Προσχολικής Εκπαίδευσης και εκπαιδευτικούς Φυσικής Αγωγής για τις πρώτες τάξεις του Δημοτικού, σε μουσικοπαιδαγωγούς, σε παιδαγωγούς και εμψυχωτές κέντρων

ημερήσιας φροντίδας και ψυχαγωγίας μικρών παιδιών, αλλά και στους γονείς εκείνους που αντιλαμβάνονται τη σημασία της διακριτικής, αλλά ουσιαστικής καθοδήγησης που μπορούν να προσφέρουν στην κινητική έκφραση και ανάπτυξη των παιδιών τους.

Ευχαριστίες

Είναι πολλά τα πρόσωπα που συνέβαλαν ώστε να ολοκληρωθεί αυτή η προσπάθεια και αισθάνομαι την ανάγκη να απευθύνω προς όλους ένα μεγάλο ευχαριστώ. Ξεκινώντας από τα νήπια του παρελθόντος στα οποία έκανα τις πρώτες μου εκπαιδευτικές και ερευνητικές παρεμβάσεις -πολλά από αυτά πιθανόν τώρα να έχουν ολοκληρώσει την τριτοβάθμια εκπαίδευσή τους- και φθάνοντας στις πολλαπλές συνεργασίες με φοιτητές και φοιτήτριες του Τμήματος Επιστημών Προσχολικής Αγωγής και Εκπαίδευσης (ΤΕΠΑΕ) του ΑΠΘ, μέσα από εργαστηριακές έρευνες, πτυχιακές και μεταπτυχιακές διπλωματικές εργασίες και άλλα, μπορώ να πω ότι είχα πολλές πηγές προβληματισμού, αλλά και έμπνευσης. Η ίδια μου η κόρη και οι παιδικές παρέες της υπήρξαν κατά το παρελθόν σημαντικά πεδία παρατήρησης, καλώς εννοούμενων πειραματισμών και αστείρευτες πηγές ιδεών για τις αναζητήσεις μου. Οι πρώτες θερμές ευχαριστίες, λοιπόν ανήκουν σ' αυτούς τους νέους ανθρώπους.

Άλλες τόσες ευχαριστίες θα ήθελα να απευθύνω στις νηπιαγωγούς, οι οποίες δέχθηκαν εκπαιδευτικές παρεμβάσεις κινητικής και ρυθμικής αγωγής στις τάξεις τους υπό την εποπτεία μου ή από μένα την ίδια για τις ανάγκες της έρευνας, ενώ ευχαριστώ πολύ και τους γονείς των παιδιών και φυσικά τα ίδια τα παιδιά. Ανταλλαγές απόψεων, γόνιμες συζητήσεις και κατά καιρούς συνεργασίες με ομότεχνους συναδέλφους αλλά και σημαντικές συμβουλές ή παρατηρήσεις από συγκεκριμένους συναδέλφους στο Τμήμα στο οποίο υπηρετώ θεωρώ ότι διεύρυναν τη σκέψη μου και με βοήθησαν πολύ. Τους ευχαριστώ πραγματικά για αυτό.

Σ' αυτό το σημείο θα ήθελα να αναφερθώ σε δύο πρόσωπα, των οποίων η πολύπλευρη υποστήριξη ήταν για μένα απόλυτα καθοριστική για να ολοκληρώσω αυτή μου τη συγγραφική απόπειρα: ευχαριστώ μέσα από την καρδιά μου τη Μαρία Μαυροπούλου και τη Χρυσάνθη Τσιούμη για το υπέροχο

«καταφύγιο» που μου πρόσφερε η κάθε μία με τον τρόπο της και για το ψυχικό τους μεγαλείο. Σημαίνουν και οι δύο για μένα τόσα πολλά!...

Ευχαριστώ θερμά το Θόδωρο Μαυρόπουλο για τη φιλολογική επεξεργασία του κειμένου και τις χρήσιμες παρατηρήσεις του. Ευχαριστώ πολύ επίσης τους γονείς που επέτρεψαν τη φωτογράφιση ή παραχώρησαν φωτογραφίες των παιδιών τους, κυρίως όμως τα ίδια τα χαριτωμένα αγόρια και κορίτσια που ζωντάνεψαν με τη μοναδική τους ενέργεια τις σελίδες του βιβλίου. Τέλος θα ήθελα να ευχαριστήσω και το σύντροφο της ζωής μου Νίκο για την τεχνική επεξεργασία και τη μορφοποίηση του κειμένου σε συνεργασία με τη Μαρία, για τις φωτογραφίες, αλλά κυρίως για την υπομονή και την ουσιαστική συμπαράστασή του.

Απρίλιος 2012

Εύα Παυλίδου

Α΄ ΜΕΡΟΣ

Από τη θεωρία...



1. ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η κίνηση δεν ψεύδεται ποτέ. Είναι ένα βαρόμετρο που δείχνει την καιρική κατάσταση της ψυχής σε όλους όσους μπορούν να την διαβάσουν

*Martha Graham,
χορογράφος, χορεύτρια*

1.1. ΤΙ ΕΙΝΑΙ Η ΚΙΝΗΣΗ ΓΙΑ ΤΟ ΜΙΚΡΟ ΠΑΙΔΙ

Πώς μπορεί να κρύψει ένα νήπιο αυτό που αισθάνεται, όταν τόσο εύγλωττα το δείχνει με την έκφραση του προσώπου του, τη στάση του σώματος και τις κινήσεις του; Γεννιέται γνωρίζοντας τη γλώσσα του σώματος και μ' αυτήν επικοινωνεί, πριν αναπτύξει οποιαδήποτε άλλη δεξιότητα. Απορεί κανείς πώς ένα μικρό παιδί είναι αεικίνητο, μόνον όταν έχει πια ξεχάσει ο ίδιος πόσο αφόρητη του φαινόταν η στατικότητα κάποτε!



Όταν, για να περιεργαστεί τα αντικείμενα του περιβάλλοντος που του κίνησαν την προσοχή, δεν είχε καμία αντίρρηση να κινείται ακατάπαυστα! Όταν γινόταν ένα «αγριοκάτσικο», για να σκαρφαλώσει στη σκαλωσιά και να νιώσει πρώτα ότι μπορεί να το κάνει και έπειτα να εισπράξει την αποδοχή των μεγάλων!

Πράγματι, σε καμία άλλη ηλικιακή περίοδο ο άνθρωπος δεν αισθάνεται την ακαταμάχητη ανάγκη να κινεί και να μετακινεί το σώμα του με κάθε ευκαιρία. Για το μικρό παιδί η κίνηση είναι το μέσο για να εκφράσει τις ανάγκες του και για να έρθει σε επαφή και να εξερευνήσει το περιβάλλον του. Εκφράζεται, μαθαίνει και επικοινωνεί στα δύο περίπου πρώτα χρόνια της ζωής του μέσα από τις αισθήσεις και τις κινήσεις του (αισθησιοκινητική περίοδος) (Τραυλός, 1998). Όσο μεγαλώνει και η γλωσσική και αντιληπτικοκινητική ικανότητά του αναπτύσσεται, είναι σε θέση να χρησιμοποιεί περισσότερους κώδικες επικοινωνίας και μάθησης, όπως είναι η γλώσσα, η ζωγραφική, η δραματοποίηση. Κι όμως η ζωηρή κίνηση παραμένει μια από τις προσφιλέστερες ενασχολήσεις του, αν όχι η πρώτη.

Το παιδί βοηθά το σώμα του να αναπτυχθεί

Η ίδια η φύση, με την επαρκή κίνηση, έχει φροντίσει να υποστηρίξει τη φυσιολογική σωματική ανάπτυξη του παιδιού εκτός από τη σωστή διατροφή και τον ύπνο. Για παράδειγμα, δεν είναι τυχαία και συμπτωματική η προτίμηση των παιδιών στις αναπηδήσεις και στα σκαρφαλώματα κάθε είδους, τα οποία έτσι ή αλλιώς εξυπηρετούν τη φυσιολογική διαμόρφωση και βελτίωση του μυϊκού και του καρδιοαναπνευστικού συστήματος. Η έρευνα έδειξε ότι με κινήσεις-παιχνίδια «φόρτισης» (πίεση / έλξη με δύναμη) διεγείρεται αποτελεσματικά και η διαδικασία οστεογένεσης, καθοριστικής σημασίας για την ανάπτυξη (Erickson & Vukovich, 2010). Επίσης στα πρώτα έξι χρόνια της ζωής των παιδιών τα κατάλληλα ερεθίσματα με στόχο τη δοκιμή και την εκμάθηση πολύπλευρων κινήσεων έχουν μεγάλη σημασία για την ανάπτυξη του κεντρικού νευρικού συστήματος (Martin, 1995)¹. Οι πολύπλευρες κινήσεις βελτιώνουν τις

¹ Κατά τη διάρκεια αισθησιοκινητικών δραστηριοτήτων πραγματοποιούνται νευρικές συνδέσεις, οι οποίες δεν προκύπτουν λόγω ωρίμανσης, αλλά χάρη στη χρήση τους σε διαδικασία μάθησης (Martin, 1995; Cratty, 1975; Ljubliwska, 1975). Πρόκειται για τη διαδικασία μυελινοποίησης κινητικών ινών.

αναπτυσσόμενες συναρμοστικές ικανότητες, μηχανισμό του κεντρικού νευρικού συστήματος, υποστηρικτικό για δοκιμή, ανάπτυξη, κατάκτηση και βελτίωση των κινητικών δεξιοτήτων (Καμπάς, 2003). Οι συναρμοστικές ικανότητες με τη σειρά τους στηρίζουν τις θεμελιώδεις κινητικές δεξιότητες (όπως το τρέξιμο, την αναπήδηση, το πέταγμα της μπάλας κ.ά.), που είναι ορόσημο και δείκτης φυσιολογικής ανάπτυξης των παιδιών προσχολικής ηλικίας (Gallahue, 2002). Οι θεμελιώδεις κινητικές δεξιότητες ορίζονται έτσι, γιατί είναι η βάση για πολύπλοκότερες κινήσεις λειτουργικότερης διαβίωσης του ατόμου στη συνέχεια (Wickstrom, 1977), η βάση των αθλητικών κινήσεων, και επομένως η υποδομή ενός δραστήριου τρόπου ζωής. Είναι γεγονός ότι στη νηπιακή ηλικία ο ρυθμός των κινητικών κατακτήσεων είναι έντονος και οι θεμελιώδεις κινητικές δεξιότητες αποτελούν σημαντικό κομμάτι της ζωής του παιδιού, αφού το βοηθούν να γνωρίσει το περιβάλλον του με τον πιο ευχάριστο τρόπο (Τσαπακίδου, 1997).



Θα τα καταφέρω μόνος μου;...

1.2. ΓΙΑΤΙ ΧΡΕΙΑΖΕΤΑΙ ΑΓΩΓΗ Η ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ

Εφόσον το παιδί μεγαλώνει σε ένα περιβάλλον με πολύπλευρα εναλλασσόμενα ερεθίσματα, το οποίο επιτρέπει ασφαλείς πειραματισμούς και εξέλιξη της κινητικότητάς του, θα μπορούσε σε μεγάλο βαθμό να αυτορυθμιστεί και να είναι ο ενορχηστρωτής της κινητικής ανάπτυξής του.

Στις σύγχρονες κοινωνίες όμως – και ειδικότερα στις πόλεις – το παιδί «εκτονώνεται» κινητικά, μόνον όταν βρίσκουν το χρόνο οι γονείς να το μετακινήσουν σε «παιδικές χαρές» ή σε ανάλογες εξωσχολικές δραστηριότητες, ενώ στο σπίτι εκδηλώνει τη λαχτάρα του πάνω σε αναποδογυρισμένα έπιπλα, όταν η τηλεόραση είναι σβηστή. Όταν η ενέργεια του παιδιού δεν έχει επαρκή κινητική διέξοδο κι αυτό σημαίνει έκφραση, πειραματισμό, επίδοση και επικοινωνία, τότε γίνεται νευρικότητα. Η νευρικότητα αυτή εκτονώνεται με επιθετικότητα ή με γκρίνια (Haug-Schnabel, 1999), μέσω της οποίας προσπαθεί το παιδί να ελέγξει ή και να αλλάξει υπάρχουσες καταστάσεις, ώστε να του προσφέρουν ασφάλεια και ευχαρίστηση ή μεταπηδά σε νωθρότητα με επακόλουθο την πολυφαγία και τις πολύ γνωστές συνέπειές της.

Οι πρώιμες κινητικές εμπειρίες είναι καθοριστικές για την αυτοεικόνα ενός παιδιού, αφού είναι προσωπικά επιτεύγματα και η επιτυχία τους εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από τις ικανότητές του (Weikart, 1987). Είναι καθοριστικές όμως και για τη μυοσκελετική του ανάπτυξη και, με εξαίρεση τις εγγενείς παθολογικές καταστάσεις, η ύπαρξη ή όχι επαρκών κινητικών εμπειριών θα επηρεάσει και τη διαμόρφωση της σπονδυλικής στήλης, αφού στις περισσότερες περιπτώσεις η μυική αδυναμία έχει συνέπεια την κακή στάση του σώματος, η οποία μακροπρόθεσμα οδηγεί σε σχετικές παραμορφώσεις (Bruning & Mewes, 1992).

Είναι πλέον επιβεβαιωμένο ότι η άσκηση δημιουργεί στον οργανισμό μικρών και μεγάλων βραχυπρόθεσμες αυξήσεις στην εγκεφαλική αιματική ροή. Αυτή η αύξηση μπορεί να φέρει ακόμη περισσότερες βασικές θρεπτικές ουσίες στον εγκέφαλο, όπως το οξυγόνο και η γλυκόζη. Ακόμη όμως η άσκηση μπορεί να προκαλέσει μια αύξηση στην απελευθέρωση συγκεκριμένων νευροδιαβιβαστών, όπως η νορεπινεφρίνη, η σεροτονίνη και οι ενδορφίνες, οι οποίες εξισορροπούν την ένταση και προσδίδουν το αίσθημα της ηρεμίας και της ευδιαθεσίας (Etnier,

et al., 1997). Έτσι, η έντονη κίνηση προσφέρει εκτός των άλλων στα παιδιά και την εκτόνωση που χρειάζονται για να ρυθμίσουν την ψυχική διάθεσή τους, να κατευνάσουν το θυμό και να αντικαταστήσουν τη νευρικότητα με την ευεξία.

Στην υποχρέωση των ενηλίκων να δίνουν αξία στο δικαίωμα του παιδιού για υγιή ψυχοσωματική ανάπτυξη, το σχολείο πρέπει να αναλάβει σημαντικό μερίδιο ευθύνης στο θέμα «αγωγή της κίνησης». Αποτελεί αξίωμα πλέον για την παιδαγωγική ότι το παιδί μέσα από την κίνηση:

- Εκφράζεται συναισθηματικά και γνωστικά
- Αναπτύσσεται σωματικά και κινητικά
- Μαθαίνει βιωματικά
- Κοινωνικοποιείται

Ένα ερώτημα με αμφίβολη απάντηση είναι κατά πόσο στην πράξη δίνονται επαρκείς ευκαιρίες κίνησης στα παιδιά, ώστε να έχει αντίκρισμα η θεωρία. Είναι γεγονός ότι τα περισσότερα (όχι όλα) από τα σύγχρονα προγράμματα προσχολικής εκπαίδευσης ανά τον κόσμο στηρίζουν την αξία της κίνησης του παιδιού ως παιδαγωγικού εργαλείου. Αυτή η τάση είναι περισσότερο εμφανής στο αναπτυξιακό - αλληλεπιδραστικό πρόγραμμα (Bank Street) όπου, εκτός των οργανωμένων δραστηριοτήτων κίνησης, κάθε μέρος του προγράμματος μπορεί να αποτελέσει θέμα για κίνηση και να αποδοθεί με αυτή (Altman, 1992). Βεβαίως, οι νηπιαγωγοί μπορούν να ακολουθήσουν ένα *εκλεκτικιστικό* πρόγραμμα, όπου δεν υιοθετούν κανένα βασικό αυτούσιο, αλλά επιλέγουν στοιχεία από διάφορα προγράμματα, σύμφωνα με αυτά που κρίνουν περισσότερο αποδοτικά για την τάξη τους (Ντολιοπούλου, 2000).

Σύμφωνα με αμερικανική έρευνα, τα δύο τρίτα των εκπαιδευτικών που συμμετείχαν εφάρμοζαν εκλεκτικιστικό πρόγραμμα και το ένα τρίτο κάποιο συγκεκριμένο (Erstein, Schweinhart, & McAdoo, 1996). Έτσι, ο τρόπος προσέγγισης, η ποιότητα και η ποσότητα που δίνεται στην αγωγή της κίνησης του παιδιού φαίνεται να είναι σε μεγάλο βαθμό θέμα στάσης του εκπαιδευτικού σε συνάρτηση ασφαλώς και με τις υπόλοιπες υπάρχουσες συνθήκες, δηλαδή διαθέσιμου χώρου, υλικών, επίσημου αναλυτικού προγράμματος, αριθμού παιδιών στην τάξη.

Το σχολείο και συγκεκριμένα το νηπιαγωγείο, ως χώρος και πεδίο συνεχών αλληλεπιδράσεων, ο οποίος απασχολεί το παιδί πολλές ώρες την εβδομάδα, μπορεί να του δώσει (ή να του στερήσει) ευκαιρίες για σημαντικές εμπειρίες κίνησης ή για εμπειρίες μάθησης και κοινωνικοποίησης με μέσο την κίνηση, και μεταξύ άλλων να επηρεάσει ιδιαίτερα τη στάση του για έναν κινητικά δραστήριο τρόπο ζωής στο μέλλον.



1.2.1. ΕΚΦΡΑΣΗ ΚΑΙ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΜΕΣΩ ΤΗΣ ΚΙΝΗΣΗΣ

Έκφραση είναι η μορφοποιημένη εξωτερίκευση εσωτερικών παρορμήσεων που σχετίζονται με τα συναισθήματα, τις συνθήκες, τις προσλαμβάνουσες παραστάσεις και την κληρονομική προδιάθεση του ατόμου. Σε ό,τι αφορά τη μορφοποίηση της έκφρασης με κινητική ενεργοποίηση, ως ανάγκη εκτόνωσης θετικών ή αρνητικών συναισθημάτων, μπορεί το αποτέλεσμα να έχει περισσότερα ή λιγότερα αισθητικά στοιχεία, να είναι μια λειτουργική ή μη κίνηση.



Είμαι η νεράιδα του χιονιού!...

Όταν η μορφοποίηση της κινητικής έκφρασης δίνει στο παιδί την αίσθηση της δημιουργίας, η ικανοποίησή του καταγράφεται ως θετική εμπειρία και το ωθεί να θέλει να επαναλάβει αυτό που έκανε. Έτσι βοηθιέται να υπερνικά τους ενδεχόμενους δισταγμούς του και να διαμορφώνει μια αέναη διαδικασία κινητικής έκφρασης και δημιουργίας.

Άλλωστε το παιδί έχει εγγενή προδιάθεση να εξωτερικεύει αυτά που αισθάνεται.



Εμείς είμαστε αγριεμένα λιοντάρια!

Εξωτερικεύει το συναίσθημά του με έναν συνδυασμό ασύνειδων και συνειδητών κινήσεων² όλου του σώματος και του προσώπου, όσο ωριμάζει κινητικά, και δε διστάζει να δοκιμάζει διαρκώς νέους τρόπους. Οι συνειδητές κινήσεις βεβαίως

² Οι ασύνειδες κινήσεις αφορούν στην ενεργοποίηση του αυτόνομου νευρικού συστήματος και εκδηλώνονται ως αυτόματες αντιδράσεις, με την έννοια του συναγερμού, σε διαφορετικές από τις συνηθισμένες καταστάσεις. Ορίζονται ως *αντανακλαστικές* και αφορούν στις απλούστερες κινητικές συμπεριφορές, οι οποίες επηρεάζονται ελάχιστα από τον εκούσιο έλεγχο (Hamilton & Luttgens, 2003), όπως π.χ. όταν διαπιστώνει κανείς κίνδυνο (τα μάτια κλείνουν ταχύτατα για να αποφύγουν κάποιο σκουπιδάκι). Οι *συνειδητές κινήσεις* ενεργοποιούνται από το κεντρικό νευρικό σύστημα ως ηθελημένες κινητικές ενέργειες, γι αυτό και ορίζονται ως *εκούσιες*. Κατά βάση συλλειτουργούν με τις ασύνειδες, με σκοπό να ενισχύσουν την έκφραση ανάγκης για απαλλαγή/απομάκρυνση από μία δυσάρεστη κατάσταση ή επιθυμία για παράταση της απόλαυσης του ευχάριστου συναισθήματος.

επιστρατεύονται από το παιδί και στο πλαίσιο του ενδιαφέροντός του να αλληλεπιδράσει με το έμψυχο και άψυχο περιβάλλον του, ώστε να αντλήσει πληροφορίες και να δοκιμάσει νέες συγκινήσεις. Στις κινήσεις αυτές συμπεριλαμβάνεται και η φωνή. Έτσι, με μια αέναη διαδικασία δραστηριοποίησής του επιχειρείται η έκφραση όσων του έχουν εντυπωθεί, η οποία εκδηλώνεται με μέσο την κινητικότητα και το λόγο του.

Η ανάγκη του παιδιού για έκφραση είναι ουσιαστικά η ανάγκη του για επικοινωνία με τον εαυτό του και με τους άλλους. Έχει την παρόρμηση να βρίσκει τα μέσα και να τα τροποποιεί κατάλληλα κατά περίπτωση, ώστε να δομήσει τελικά το δικό του κώδικα επικοινωνίας. Καθώς το παιδί μεγαλώνει, διαπιστώνει ότι το σώμα του το βοηθά να επεκτείνει τους τρόπους εκδήλωσης της ανάγκης του να εκφραστεί, δηλαδή ότι διαθέτει ικανότητες. Όταν οι ικανότητες που διαθέτει γίνονται πλέον δεξιότητες με τη φυσική ανάπτυξη και το διαρκή πειραματισμό, το κάνουν να νιώσει πιο ικανό, ώστε να δοκιμάσει κινητικά περισσότερους τρόπους έκφρασης.

Είναι γεγονός ότι το παιδί προσχολικής ηλικίας δείχνει να εκφράζει τις σκέψεις του με μεγαλύτερη άνεση μέσω της κίνησης παρά με άλλους τρόπους (Torrance, 1981). Πράγματι,

- με εργαλείο όλο το σώμα του και με τη χαρακτηριστική ενεργητικότητα της ηλικίας του μετακινείται με βηματισμούς, τρεξίματα και αναπηδήσεις αρκετών παραλλαγών, σκαρφαλώνει, πετάει και πιάνει αντικείμενα, αντιδρά αυθόρμητα με ρυθμική κίνηση σε ρυθμικά ακούσματα,
- τείνει να χρησιμοποιεί ιδιαίτερα τα χέρια του, ώστε να χειρίζεται ή να τροποποιεί υλικά (φυσικά υλικά, αντικείμενα του χώρου, έτοιμα παιχνίδια), να σχεδιάζει ή να ζωγραφίζει. Εύκολα όμως μπορεί κανείς να παρατηρήσει τη συμμετοχή όλου του σώματος σ' αυτή τη διαδικασία, αφού η ενασχόληση με τα χέρια συνδυάζεται συνήθως με συχνές αλλαγές θέσεων, μετακινήσεων του σώματος κ.τ.λ.
- η νοητική επεξεργασία και ο λόγος του δεν έχει φθάσει ακόμη σε επίπεδο που να του δίνει την ικανοποίηση ότι μπορεί να εκφραστεί με τη γλώσσα για όλα όσα αισθάνεται. Έτσι η χρήση του λόγου ως μέσου έκφρασης γίνεται ορατή πιο άμεσα μέσα από τις δραματοποιήσεις του, στις οποίες συνδυάζεται με την κίνηση.

Στην προσπάθειά του να εκφραστεί το παιδί χρησιμοποιεί τα παραπάνω μέσα και κάνει συνδυασμούς, ώστε να εκφράσει εύγλωττα την πρόθεσή του και να ικανοποιήσει την ανάγκη του να επικοινωνήσει αμφίδρομα με το δέκτη του μηνύματος (είτε με τον ίδιο του τον εαυτό είτε με άλλους). Αυτή η προσπάθεια ενεργοποιεί μηχανισμούς της σκέψης (Lee, Webberley, & Litt, 1987) και μπορεί να οδηγήσει το παιδί σε μια πρωτότυπη για το ίδιο σύνθεση κινητικών πράξεων. Τη σύνθεση αυτή μπορούμε να την ορίσουμε ως «κινητική δημιουργία», την όλη διαδικασία που πραγματοποιείται ως «κινητική δημιουργικότητα» και επομένως, το είδος της κίνησης που προκύπτει ως «δημιουργική κίνηση». Είναι, άλλωστε, γεγονός ότι η κίνηση μπορεί να αποτελέσει πρωταρχικό μέσο για την ανάπτυξη των δημιουργικών πτυχών του ανθρώπου και να είναι σημαντική διέξοδος της έκφρασης και της δημιουργικότητάς του (Μπουρνέλλη, 2006).

Στο σημείο αυτό θα ήταν ίσως σκόπιμος ένας διαχωρισμός των μορφών δημιουργικής κίνησης που αυθόρμητα επιλέγει το παιδί, για να εκφραστεί:

Η αυθόρμητη δημιουργική κίνηση που σχετίζεται με το *δραματικό παιχνίδι* ωθεί το παιδί να χρησιμοποιεί το σώμα του, το πρόσωπο, το λόγο, διάφορα αντικείμενα και στοιχεία του χώρου. Στη διαδικασία αυτή, καθώς επιχειρεί να εξωτερικεύσει μια πληροφορία ή εμπειρία που του εντυπώθηκε, μεταμορφωμένη με τη φαντασία του, χρησιμοποιεί λειτουργικά και εκφραστικά κινήσεις του σώματος, μορφασμούς, το λόγο, εκφραστικές ηχητικές διαβαθμίσεις της φωνής, καθώς και αντικείμενα που επιλέγει και τα «μεταμορφώνει» ή τα μεταποιεί σε μέσο της αρεσκείας του (Άλκηστις, 1984) . Εάν καταφέρει να αποδώσει την προσωπική του σύνθεση με τρόπο ώστε να ικανοποιεί το ίδιο, τότε έχει προβεί σε μια κινητική δημιουργία.

Η δημιουργική κίνηση που σχετίζεται με τον *αυθόρμητο χορό* αφορά κάποιο μουσικό ερέθισμα ή τραγούδι που ίσως εμπνεύσει το παιδί να αυτοσχεδιάσει κινούμενο ρυθμικά και να εκφραστεί. Στην περίπτωση αυτή πειραματίζεται με τις κινητικές δυνατότητές του την ώρα που χορεύει και στην πορεία πιθανό να καταφέρει να αποδώσει τουλάχιστον ένα νέο για το ίδιο το παιδί κινητικό σχήμα. Αυτό ερμηνεύεται ως αποτελεσματική ενεργοποίηση της κινητικής δημιουργικότητάς του. Πρόκειται πάλι για το συνδυασμό φαντασίας,

συναισθημάτων, ικανοτήτων και γνώσεων με την εξερευνητική διάθεση για τα όρια της κινητικότητάς του.

Όταν κατά την προσωπική του εξερεύνηση το παιδί αντιμετωπίζει την πρόκληση να χειριστεί υλικά εμπόδια ή κινητικούς περιορισμούς, για να επιφέρει ένα λειτουργικό αποτέλεσμα στο παιχνίδι του ή να ανακαλύψει κάποιες ιδιότητες της κίνησης, τότε η κινητική δημιουργία του ορίζεται ως προσπάθεια *επίλυσης κινητικού προβλήματος*. Η λογική σκέψη, η μνήμη (δηλαδή οι προηγούμενες πληροφορίες) και η φαντασία υποστηρίζουν τον κινητικό πειραματισμό με τρόπο, ώστε η δημιουργική διαδικασία να είναι πρωτίστως αποτελεσματική ως προς τη λειτουργικότητα και όχι απαραίτητα ως προς την έκφραση.

Στον πίνακα 1. γίνεται μια απόπειρα να αποτυπωθεί συμβολικά ο βαθμός συμμετοχής των μέσων / εργαλείων σε καθεμιά από τις παραπάνω μορφές αυθόρμητης κινητικής έκφρασης που οδηγεί σε αυθόρμητη και αυτόβουλη κινητική δημιουργικότητα.

Πίνακας 1.

		ΜΟΡΦΕΣ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΗΣ ΚΙΝΗΣΗΣ		
		Δημιουργική κίνηση I- Έκφραση - Δραματικό Παιχνίδι	Δημιουργική κίνηση II- Έκφραση - Αυτοσχέδιος Χορός	Δημιουργική κίνηση III- Επίλυση κινητικού προβλήματος
ΜΕΣΑ / ΕΡΓΑΛΕΙΑ	Πρόσωπο	✓✓	✓	
	Σώμα	✓✓	✓✓✓✓	✓✓✓✓
	Λόγος	✓✓		✓
	Φωνή	✓✓	✓	
	Υλικά / Στοιχεία χώρου	✓✓✓	✓✓	✓✓✓✓
	Φαντασία	✓✓✓✓	✓✓✓✓	✓✓✓
	Λογική	✓	✓	✓✓✓

Η κατηγοριοποίηση που επιχειρείται στον πίνακα 1 φυσικά δεν μπορεί να είναι απόλυτη. Επιχειρεί να απεικονίσει μια μέση γενίκευση της ποσότητας των μέσων/εργαλείων που παράγουν τη δημιουργική κίνηση των παιδιών κατά το ελεύθερο παιχνίδι τους. Όταν το παιδί εκφράζεται με την κίνηση, παρουσιάζει αυθόρμητα μια μορφή δημιουργικής κίνησης και μεταθέτει το βάρος σε διαφορετικά μέσα/εργαλεία κατά περίπτωση. Σε περιπτώσεις μάλιστα που η δραστηριότητα επιβάλλει αποδυνάμωση κάποιων μέσων/εργαλείων, για να προκύψει μια συγκεκριμένη μορφή δημιουργικής κίνησης, γίνεται εμφανές ότι ισχυροποιούνται άλλα μέσα / εργαλεία, όπως, για παράδειγμα, η αποδυνάμωση του λόγου και της φωνής επιστρατεύει εντονότερη ενεργοποίηση των κινήσεων όλου του σώματος.

Για να δημιουργήσει κινητικά το παιδί, θα πρέπει το περιβάλλον να του παρέχει συναισθηματική ασφάλεια και να είναι πλούσιο σε ερεθίσματα (Μπουρνέλλη, 2006). Εξυπακούεται ότι η ψυχοσωματική υγεία είναι απαραίτητη προϋπόθεση για την αυθόρμητη ενασχόληση του παιδιού με τη δημιουργική κίνηση.



Μου ήρθε μία τρελή ιδέα!

Οι κληρονομικοί παράγοντες (μεγαλύτερη κλίση στη γλωσσική ή στη λογικο-μαθηματική ή στην κιναισθητική ικανότητα κ.τ.λ.) φαίνεται να επηρεάζουν τη μορφή της δημιουργικής κίνησης που αυθόρμητα θα προτιμήσει το παιδί τις περισσότερες φορές. Είναι λογικό να επιστρατεύει κανείς τα ισχυρότερα μέσα του, για να εκφραστεί. Αυτό βέβαια δεν αποκλείει την περιστασιακή επιλογή και άλλης μορφής δημιουργικής κίνησης, αν και με μικρότερη συχνότητα, αρκεί να δοθούν οι ευκαιρίες που θα εμπλουτίσουν το κινητικό ρεπερτόριο του παιδιού. Άλλωστε, οι ποικίλοι μορφασμοί και οι εναλλακτικές δημιουργικές κινήσεις θα βοηθήσουν το παιδί, όχι μόνο να εκδηλώσει αυτό που επιθυμεί, αλλά και να εσωτερικεύσει συναισθήματα από τις νέες εμπειρίες του, κάτι που σαφώς το οδηγεί στη μάθηση (Broaders, Cook, Mitchell, & Goldin-Meadow, 2007).

Τα συναισθήματα που δημιουργούνται στο παιδί, όταν βιώνει μια κατάσταση, τα προδίδει εύκολα η «γλώσσα» του σώματός του. Ο ενθουσιασμός, η ζήλεια, ο θυμός παίρνουν μορφή πάνω στο σώμα του με παρελκόμενες κινήσεις και εκφράσεις, είτε ήπιες είτε έντονες. Όταν, από την άλλη, συνειδητά επιλέξει «να γίνει για λίγο κάποιος άλλος», δηλαδή να μιμηθεί τα χαρακτηριστικά στοιχεία κάποιου προσώπου, ζώου ή κατάστασης, τότε χρησιμοποιεί τα χέρια, τα πόδια ή όλο το σώμα του, για να δώσει έμφαση. Εκφράζεται δηλαδή μέσω της κίνησης. Αυτή η συνειδητή επιλογή κινήσεων του παιδιού θα μπορούσε να οριστεί ως «κινητική έκφραση ή εκφραστική κίνηση». Στη δεύτερη περίπτωση θα πρέπει να διαχωριστεί από την τεχνική (επαγγελματική) εκφραστική κίνηση ηθοποιών και χορευτών, αν και έχει την ίδια αφετηρία.

Εκφραστική κίνηση και συναισθήματα προσδιορίζουν μία αμφίδρομη σχέση

Τελικά, η κινητική έκφραση ή η εκφραστική κίνηση μπορεί να είναι μια απλή ακολουθία κινήσεων στην προσπάθεια εξωτερίκευσης συναισθημάτων και εντυπώσεων, αλλά μπορεί να είναι και δημιουργική, όταν αυτή η προσπάθεια σχηματοποιείται ευρηματικά, ώστε να ικανοποιεί πρώτα το ίδιο το παιδί. Σ' αυτή την περίπτωση θα ήταν δόκιμο να οριστεί η διαδικασία στον ενοποιημένο όρο «εκφραστική-δημιουργική κίνηση», ο οποίος αποδίδει καλύτερα το ζητούμενο για τη συγκεκριμένη κατεύθυνση ψυχοσωματικής ανάπτυξης του παιδιού.

***Κάθε μορφή ανακάλυψης νέου – για το ίδιο το παιδί – συνδυασμού χρήσης
μέσων και κινήσεων με εμφανές εκφραστικό ή/και λειτουργικό αποτέλεσμα
είναι δημιουργική κίνηση***

Η αυτόβουλη κινητική δραστηριοποίηση του παιδιού κατά το ελεύθερο παιχνίδι του αλλάζει μορφή και μπορεί να γίνει γόνιμα κατευθυνόμενη στη διάρκεια οργανωμένων ή αναδυόμενων δραστηριοτήτων κινητικής έκφρασης στο σχολείο.

***Καθοριστικές οι κατάλληλες ερωτήσεις και ο προσεγμένος χειρισμός του λόγου
από τον εκπαιδευτικό***

Αφετηρία για την παραγωγή της εκφραστικής – δημιουργικής κίνησης είναι ο χειρισμός του λόγου από πλευράς εκπαιδευτικού : οι κατάλληλες ερωτήσεις πάνω σε ένα θεματικό πλαίσιο («Με πόσους τρόπους μπορούμε να καθίσουμε πάνω σε μια καρέκλα;») δίνουν στα παιδιά τη δυνατότητα να προβληματιστούν, να δημιουργήσουν φαντασιακές εικόνες, να πάρουν πρωτοβουλίες και να συμμετάσχουν ενεργητικά σε μια δημιουργική διαδικασία.

Ως κατάλληλες ορίζονται οι ερωτήσεις που ενεργοποιούν ανώτερες γνωστικές λειτουργίες, όπως ανάλυση, αξιολόγηση, ερμηνεία κ.ά. (Μπιρμπίλη, 2008). Έτσι, ερωτήσεις που παραπέμπουν σε απλές γνώριμες αναπαραστάσεις, όπως είναι οι μιμήσεις ζώων («πως περπατάει το γατάκι;») και σταματούν εκεί, ίσως είναι κατάλληλες για τα μικρότερα παιδιά προσχολικής ηλικίας, αλλά υποτιμούν τη νοημοσύνη και τις δυνατότητες των παιδιών που φοιτούν στο νηπιαγωγείο. Γι αυτά τα τελευταία, οι ερωτήσεις παρακίνησης για δημιουργική κίνηση θα πρέπει να περιέχουν προκλήσεις για παραλλαγές και εξέλιξη της διαδικασίας. Π.χ. «Είστε χαρούμενα σκυλάκια. Με πόσους τρόπους μπορείτε να το δείξετε με το σώμα; ...Κάποιος σας πέταξε μια πέτρα! Πως αντιδρά κάθε σκυλάκι; (λεκτικές και κινητικές απαντήσεις κάθε παιδιού) Πως θα καταλάβω αυτό που νιώσατε (φόβο, πόνο, θυμό) χωρίς να μου το πείτε;» κ.ο.κ. Ο διάλογος που προκύπτει θα πρέπει να μετατρέπεται άμεσα σε κινητική αναπαράσταση, της οποίας ο σκοπός είναι να αναδειχθούν και να εξελιχθούν κινητικά οι ιδέες των παιδιών. Ταυτόχρονα είναι πολύ πιθανό να προκύψουν προβληματισμοί, όπως π.χ. σχετικά με την κακοποίηση των ζώων (με βάση το προηγούμενο παράδειγμα) και να αναδυθούν