



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
ΠΑΤΡΩΝ
UNIVERSITY OF PATRAS

ΑΝΟΙΚΤΑ ακαδημαϊκά
μαθήματα ΠΠ

Ψυχοκινητική και Φυσική Αγωγή στην Προσχολική Ηλικία

Παρουσίαση του μαθήματος

Βασιλική Ρήγα

Σχολή Ανθρωπιστικών και Κοινωνικών Επιστημών

Τ.Ε.Ε.Α.Π.Η.

Περιεχόμενα του μαθήματος

Εξετάζονται οι εξής θεματικές ενότητες:

1. Η λειτουργία του ανθρώπινου σώματος
2. Διατροφή και παιδική παχυσαρκία
3. Σωματική ανάπτυξη στην παιδική ηλικία
4. Κινητική ανάπτυξη στην παιδική ηλικία
5. Αρχές ανάπτυξης φυσικής κατάστασης
6. Μέθοδοι εκπαίδευσης του σώματος στο ελληνικό νηπιαγωγείο
7. Ψυχοκινητική αγωγή και εκπαίδευση
8. Η Κινητική Αγωγή στο Πρόγραμμα Σπουδών για την Προσχολική Εκπαίδευση
9. Η φυσική αγωγή σήμερα
10. Σχεδιασμός προγραμμάτων και μέθοδοι διδασκαλίας στη φυσική αγωγή
11. Συνεκπαίδευση παιδιών με διαφορετικές κινητικές δυνατότητες
12. Ο ρόλος του ενηλίκου
13. Συστηματική παρατήρηση και εκτίμηση της κινητικής εξέλιξης του παιδιού



1. Η λειτουργία του ανθρώπινου σώματος

Στην ενότητα 1 παρουσιάζονται τα μέρη του ανθρώπινου σώματος, τα συστήματα του ανθρώπινου σώματος και οι λειτουργίες που επιτελούν τα συστήματα με σκοπό να είναι δυνατός ο προσδιορισμός της λειτουργίας των οργανικών συστημάτων του ανθρώπινου σώματος

Έννοιες-Κλειδιά: Ανθρώπινο σώμα, μέρη ανθρώπινου σώματος, συστήματα ανθρώπινου σώματος, λειτουργίες συστημάτων



2. Διατροφή και παιδική παχυσαρκία

Στην ενότητα 2 γίνεται παρουσίαση των όρων διατροφή, παιδική παχυσαρκία, παιδική παχυσαρκία στην Ελλάδα και των μεθόδων μέτρησής της με σκοπό να μπορεί να εκτιμάται η σχέση της διατροφικής συμπεριφοράς και της φυσικής δραστηριότητας με την παιδική παχυσαρκία, αλλά και να καθίσταται δυνατή η εκτίμησή της με τις διαφορετικές μεθόδους ανθρωπομέτρησης

Έννοιες-Κλειδιά: Διατροφή, ομάδες τροφίμων, θρεπτικά συστατικά, πυραμίδα διατροφής, διατροφική συμπεριφορά, παιδική παχυσαρκία, δείκτης μάζας σώματος, καμπύλες βάρους και ύψους, δερματοπτυχόμετρο, βιοηλεκτρική εμπέδηση, υποβρύχια ζύγιση



3. Σωματική ανάπτυξη στην παιδική ηλικία

Η παρούσα ενότητα περιγράφει τη φυσιολογική διαδικασία σωματικής ανάπτυξης κατά τη διάρκεια της παιδικής ηλικίας και τους παράγοντες που επηρεάζουν τη σωματική ανάπτυξη

Έννοιες-Κλειδιά: Σωματική ανάπτυξη, ρυθμός σωματικής ανάπτυξης, διατροφή, άσκηση, ασθένεια, τρόπος ζωής



4. Κινητική ανάπτυξη στην παιδική ηλικία

Στην ενότητα 4 γίνεται παρουσίαση της φυσιολογικής διαδικασίας κινητικής ανάπτυξης του παιδιού, των αρχών κινητικής μάθησης στην εκπαιδευτική διαδικασία και των τριών κατηγοριών κινητικών δεξιοτήτων

Έννοιες-Κλειδιά: Κινητική ανάπτυξη, κινητική μάθηση, κινητικές δεξιότητες, αδρή κίνηση, λεπτή κίνηση, δεξιότητες σταθεροποίησης, δεξιότητες μετακίνησης, δεξιότητες χειρισμού, επίπεδα και στάδια μάθησης κινητικών δεξιοτήτων



5. Αρχές ανάπτυξης φυσικής κατάστασης

Στην παρούσα ενότητα γίνεται παρουσίαση των στοιχείων της φυσικής κατάστασης που σχετίζονται με την υγεία και την απόδοση. Περιγράφονται, επίσης, οι βασικές αρχές ανάπτυξης της φυσικής κατάστασης

Έννοιες-Κλειδιά: Φυσική κατάσταση, μυϊκή δύναμη, μυϊκή αντοχή, καρδιαγγειακή αντοχή, ευκαμψία αρθρώσεων, σύνθεση σώματος, ισορροπία, συναρμογή, ευκινησία, ταχύτητα, ισχύς, επιβάρυνση, εξειδίκευση, προοδευτικότητα, συχνότητα, ένταση, διάρκεια, τύπος άσκησης, ατομικότητα



6. Μέθοδοι εκπαίδευσης του σώματος στο ελληνικό νηπιαγωγείο

Στην ενότητα 6 παρουσιάζονται οι διάφορες μέθοδοι εκπαίδευσης του σώματος των παιδιών στο ελληνικό νηπιαγωγείο από τη σύστασή του ως σήμερα. Δίνεται μια περιεκτική ιστορική αναδρομή και παρουσίαση των αναλυτικών προγραμμάτων με σκοπό, μέσα από τη γνώση του παρελθόντος για τα περιεχόμενα, τις μεθόδους και τους στόχους της φυσικής αγωγής, να κατανοηθεί η θέση της στο παρόν πρόγραμμα σπουδών

Έννοιες-Κλειδιά: Μέθοδοι εκπαίδευσης του σώματος, γυμναστική, σωματική αγωγή, ψυχοκινητική, φυσική αγωγή, κινητική αγωγή



7. Ψυχοκινητική αγωγή και εκπαίδευση

Στην ενότητα 7 παρουσιάζεται η ψυχοκινητική αγωγή ως εκπαίδευση και επανεκπαίδευση, δίνονται οι διάφοροι ορισμοί της και η σχέση της με τη φυσική αγωγή. Παρουσιάζονται, επίσης, η θέση της ψυχοκινητικής αγωγής στο ελληνικό εκπαιδευτικό σύστημα και τα βασικά της στοιχεία για την ανάπτυξη του παιδιού

Έννοιες-Κλειδιά: Ψυχοκινητική αγωγή και εκπαίδευση, επανεκπαίδευση, ψυχοκινητικότητα, ψυχοκινητική, ψυχοκινητική ικανότητα, σωματικό σχήμα, αμφιπλευρικότητα, πλευρίωση, χώρος, χρόνος, ρυθμός



8. Η Κινητική Αγωγή στο Πρόγραμμα Σπουδών για την Προσχολική Εκπαίδευση

Στην παρούσα ενότητα παρουσιάζονται ο σκοπός του νηπιαγωγείου και η κινητική αγωγή στο ισχύον αναλυτικό πρόγραμμα

Έννοιες-Κλειδιά: Νηπιαγωγείο, Πρόγραμμα Σπουδών για την Προσχολική Εκπαίδευση, δεξιότητες, κινητικός γραμματισμός, ευημερία



9. Η φυσική αγωγή σήμερα

Στην παρούσα ενότητα παρουσιάζονται ο ορισμός, ο σκοπός και οι στόχοι της σύγχρονης φυσικής αγωγής, καθώς και η σχέση της με άλλους τομείς ανάπτυξης του παιδιού.

Έννοιες-Κλειδιά: Αναπτυξιακό επίπεδο, κινούμαι επιδέξια, είμαι καλά πληροφορημένος για την κίνηση, επιθυμώ την κίνηση, μαθαίνω να κινούμαι, μαθαίνω μέσω της κίνησης, δημιουργία θετικής στάσης, γνωστική μάθηση, συναισθηματική ανάπτυξη



10. Σχεδιασμός προγραμμάτων και μέθοδοι διδασκαλίας στη φυσική αγωγή

Στην παρούσα ενότητα παρουσιάζονται το περιεχόμενο των προγραμμάτων της φυσικής αγωγής στο νηπιαγωγείο, τα βήματα για τον σχεδιασμό τους, τα βήματα για τον σχεδιασμό ημερησίων δραστηριοτήτων φυσικής αγωγής, οι μέθοδοι διδασκαλίας και ο απαιτούμενος εξοπλισμός

Έννοιες-Κλειδιά: Προγράμματα, δραστηριότητες, μέθοδοι διδασκαλίας, εξοπλισμός



11. Συνεκπαίδευση παιδιών με διαφορετικές κινητικές δυνατότητες

Στην παρούσα ενότητα παρουσιάζονται οι έννοιες της συνύπαρξης και της συνεκπαίδευσης, οι κατηγορίες αναπτυξιακών ιδιομορφιών και τα προσαρμοσμένα προγράμματα φυσικής αγωγής. Τα προσαρμοσμένα προγράμματα αφορούν παιδιά με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες που παρακολουθούν προγράμματα γενικής εκπαίδευσης του νηπιαγωγείου

Έννοιες-Κλειδιά: Συνύπαρξη, συνεκπαίδευση, αναπτυξιακές ιδιομορφίες, κινητικές αναπηρίες, προσαρμοσμένο πρόγραμμα



12. Ο ρόλος του ενηλίκου

Στην παρούσα ενότητα παρουσιάζεται ο ρόλος της/του νηπιαγωγού στην υλοποίηση δραστηριοτήτων φυσικής αγωγής, στην οργάνωση του μαθησιακού περιβάλλοντος, σε σχέση με τα παιδιά και σε σχέση με τον εαυτό της.

Έννοιες-Κλειδιά: Σχεδιάζω, οργανώνω, επιβλέπω, αξιολογώ, μαθησιακό περιβάλλον, σχέσεις με τα παιδιά, σχέσεις με τον εαυτό, επαγγελματική ανάπτυξη



13. Συστηματική παρατήρηση και εκτίμηση της κινητικής εξέλιξης του παιδιού

Στην παρούσα ενότητα παρουσιάζονται οι τεχνικές αξιολόγησης της κινητικής ανάπτυξης και εξέλιξης του παιδιού με στόχο τον μελλοντικό σχεδιασμό προγραμμάτων για την ανάπτυξη και τη βελτίωση των κινητικών δεξιοτήτων του παιδιού.

Έννοιες-Κλειδιά: Κινητική ανάπτυξη, κινητική εξέλιξη, συλλογή πληροφοριών-δεδομένων, αρχική αξιολόγηση, διαμορφωτική αξιολόγηση, τελική αξιολόγηση, τεχνικές αξιολόγησης, αξιολόγηση αποτελέσματος, αξιολόγηση διαδικασίας, αξιολόγηση φυσικής κατάστασης



Στόχοι του μαθήματος

Οι φοιτήτριες και οι φοιτητές που θα συμμετάσχουν στο μάθημα θα μπορούν στο τέλος του εξαμήνου:

- να σχεδιάζουν δημιουργικά και κριτικά «ανοικτές» δραστηριότητες φυσικής αγωγής με βάση τα ιδιαίτερα αναπτυξιακά χαρακτηριστικά και τις ανάγκες όλων των παιδιών, και να τις αξιολογούν μαζί τους,
- να ενσωματώνουν δραστηριότητες φυσικής αγωγής στην καθημερινή εκπαιδευτική πράξη χρησιμοποιώντας «πολύπλευρη» και «ολιστική» προσέγγιση και
- να συμβάλλουν στην ανάπτυξη θετικών στάσεων και εμπειριών των παιδιών σχετικά με την προαγωγή υγείας και τη διά βίου άσκηση



Δομή του μαθήματος

1. Θεωρητικό μέρος

Εργασία και συζήτηση σε ομάδες, διαλέξεις, χρήση εποπτικών μέσων, ατομική διερεύνηση

2. Εργαστηριακό μέρος

Πρακτικές εφαρμογές και εργαστηριακές ασκήσεις μέσα στο αμφιθέατρο με τις οποίες οι φοιτήτριες/ές εκπαιδεύονται στην εφαρμογή των γνώσεων που έχουν αποκτήσει



Μέθοδοι αξιολόγησης

1. Θεωρητικό μέρος

Υποχρεωτικά τελική γραπτή εξέταση στο τέλος του εξαμήνου (τελικός βαθμός μαθήματος)

2. Εργαστηριακό μέρος

Ασκήσεις που συνοδεύουν κάθε ενότητα του μαθήματος (εφαρμογή στο αμφιθέατρο ή στο σπίτι εθελοντικά)



Σύγγραμμα

1. Donelly, F. Cleland, Mueller S. Suzanne, Gallahue L. David (2019). *Αναπτυξιακή φυσική αγωγή για όλα τα παιδιά. Θεσσαλονίκη: University Studio Press.*
2. Υλικό στο eclass
3. Ασκήσεις εργαστηρίου

