



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΔΥΤΙΚΗΣ ΑΤΤΙΚΗΣ
ΣΧΟΛΗ ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΩΝ, ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΩΝ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ
ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ

ΤΜΗΜΑ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ ΣΤΗΝ ΠΡΩΙΜΗ
ΠΑΙΔΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

“Η επίδραση της δημιουργικής κίνησης σε νήπια ηλικίας 4 ετών”

Οικονόμου Ευαγγελία Μαρία

ΑΜ:17116

Επιβλέπουσα Καθηγήτρια: Ρέτσιου Στυλιανή

Υπογραφή

ΑΙΓΑΛΕΩ 2021

Μέλη επιτροπής αξιολόγησης της πτυχιακής εργασίας:

Ρέτσιου Στυλιανή

Σωτηρίου Χριστίνα

Χατζιδάκη Ζωή

ΔΗΛΩΣΗ ΣΥΓΓΡΑΦΕΑ ΠΤΥΧΙΑΚΗΣ/ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Η κάτωθι υπογεγραμμένη Ευαγγελία Μαρία Οικονόμου του Δημητρίου, με αριθμό μητρώου 17116 φοιτήτρια του Πανεπιστημίου Δυτικής Αττικής της Σχολής Διοικητικών, Οικονομικών και Κοινωνικών Επιστημών του Τμήματος Αγωγής και Φροντίδας στην Πρώιμη Παιδική Ηλικία, δηλώνω υπεύθυνα ότι:

«Είμαι συγγραφέας αυτής της πτυχιακής/διπλωματικής εργασίας και ότι κάθε βοήθεια την οποία είχα για την προετοιμασία της είναι πλήρως αναγνωρισμένη και αναφέρεται στην εργασία. Επίσης, οι όποιες πηγές από τις οποίες έκανα χρήση δεδομένων, ιδεών ή λέξεων, είτε ακριβώς είτε παραφρασμένες, αναφέρονται στο σύνολό τους, με πλήρη αναφορά στους συγγραφείς, τον εκδοτικό οίκο ή το περιοδικό, συμπεριλαμβανομένων και των πηγών που ενδεχομένως χρησιμοποιήθηκαν από το διαδίκτυο. Επίσης, βεβαιώνω ότι αυτή η εργασία έχει συγγραφεί από μένα αποκλειστικά και αποτελεί προϊόν πνευματικής ιδιοκτησίας τόσο δικής μου, όσο και του Ιδρύματος.

Παράβαση της ανωτέρω ακαδημαϊκής μου ευθύνης αποτελεί ουσιώδη λόγο για την ανάκληση του πτυχίου μου».

Η Δηλούσα



Ευαγγελία Μαρία Οικονόμου

ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ

Σε αυτό το σημείο θα ήθελα να εκφράσω τις θερμές μου ευχαριστίες στην επιβλέπουσα καθηγήτριά μου, κυρία Στυλιανή Ρέτσιου για την πολύ καλή συνεργασία που είχαμε, την υπομονή και την καθοδήγηση που μου παρείχε, καθ' όλη την διάρκεια ολοκλήρωσης της προσπάθειάς μου.

Επιπλέον, θα ήθελα να ευχαριστήσω τους καθηγητές του τμήματος Αγωγής και Φροντίδας στην Πρώιμη Παιδική Ηλικία για τις νέες γνώσεις και ερεθίσματα που μου μετέφεραν.

Ακόμη, θα ήθελα να ευχαριστήσω όλους εκείνους που με προθυμία βοήθησαν στην συμπλήρωση του ερωτηματολογίου της έρευνάς μου.

Τέλος, θα ήθελα να ευχαριστήσω την οικογένειά μου και τους φίλους μου για την συμπαράσταση και την στήριξη που μου προσέφεραν για την επίτευξη των στόχων μου.

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Σκοπός της παρούσας εργασίας είναι να εξετάσει την επίδραση της δημιουργικής κίνησης, στα εσωτερικά κίνητρα, στις γνωστικές και κινητικές δεξιότητες, καθώς στις κοινωνικές δεξιότητες σε νήπια τριών ως πέντε ετών. Τα κύρια ερευνητικά ερωτήματα της παρούσας έρευνας είναι τα παρακάτω:

- Κατά πόσον οι γονείς είναι ενημερωμένοι για το τι συνιστά δημιουργική κίνηση;
- Κατά πόσο νήπια 4 ετών συμμετέχουν σε δράσεις δημιουργικής κίνησης;
- Παρατηρείται βελτίωση από τη συμμετοχή των νηπίων στη δημιουργική κίνηση και αν ναι, σε ποιους τομείς παρατηρείται η σημαντικότερη βελτίωση;

Στην παρούσα έρευνα χρησιμοποιείται ερωτηματολόγιο με κλειστές και ανοιχτές ερωτήσεις. Το δείγμα της έρευνας αποτελούν γονείς νηπίων. Η δειγματοληψία ήταν τυχαία και το ερωτηματολόγιο μοιράστηκε ηλεκτρονικά μέσω του Google Forms και απάντησαν 86 άτομα εκ των οποίων έγκυρες θεωρήθηκαν οι 81 απαντήσεις. Το πρώτο μέρος του ερωτηματολογίου της μελέτης απαρτίζεται από ερωτήσεις που διερευνούν ποσοτικά στοιχεία του δείγματος. Το ερωτηματολόγιο περιείχε κλειστές και ανοικτές ερωτήσεις, με πολλές εξ αυτών να είναι πεντάβαθμης κλίμακας Likert από το «Διαφωνώ απόλυτα» ως το «Συμφωνώ απόλυτα». Επίσης στις ανοιχτές ερωτήσεις οι ερωτηθέντες μπορούσαν να συμπληρώσουν ότι πίστευαν ότι θα βοηθούσε στην έρευνα και δεν εμπεριεχόταν στις κλειστές ερωτήσεις. Με βάση τα αποτελέσματα της έρευνας ο τομέας με τη μεγαλύτερη βελτίωση είναι οι κοινωνικές και επικοινωνιακές και οι κινητικές δεξιότητες. Ωστόσο, σημαντική βελτίωση παρατηρείται και στη συμπεριφορά, αλλά όχι και στις γνωστικές δεξιότητες.

Λέξεις-κλειδιά: Δημιουργική κίνηση, νήπια, ανάπτυξη, βελτίωση δεξιοτήτων

ABSTRACT

The purpose of this study is to examine the effect of creative movement on; intrinsic motivation, cognitive and motor skills, as well as social skills in infants three to five years old. The main research questions of this research are the following:

- Are parents aware of what constitutes creative movement?
- To what extent do four-year-old infants participate in creative movement activities?
- Is there any improvement from the participation of infants in creative movement activities and if so, in which areas is the most significant improvement?

The present study uses a questionnaire with closed and open-ended questions. The results of the questionnaire are presented in detail through the analysis of the views of the sample on the examined issues, and through graphs. The sample of the research is parents of infants. The sampling was random, and the questionnaire was shared electronically via Google Forms and 86 people answered, of which 81 answers were considered valid. The first part of the study questionnaire consists of questions that explore quantitative data of the sample. Overall, the questionnaire contained closed and open-ended questions, many of which were on a five-point Likert scale from "Strongly Disagree" to "Strongly Agree". Furthermore, in the open-ended questions the respondents could fill in what they believed would help the research and was not included in the closed-ended questions. Based on the research results, the areas with the greatest improvement are social and communication and motor skills. However, there is also a significant improvement in behavior, but not in cognitive skills.

Keywords: Creative movement, toddlers, development, skill improvement

Περιεχόμενα

ΠΕΡΙΛΗΨΗ.....	0
ABSTRACT	0
ΕΙΣΑΓΩΓΗ.....	1
1. ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΗ ΕΠΙΣΚΟΠΗΣΗ.....	3
1.1 Κινητική εκμάθηση.....	4
1.2 Η δημιουργική κίνηση στην εκπαίδευση.....	5
1.3 Ο ρόλος του εκπαιδευτικού στη διδασκαλία της δημιουργικής κίνησης.....	8
1.4 Ορισμός ψυχοκινητικής ανάπτυξης.....	9
1.5 Θεμελιώδεις δεξιότητες κίνησης των νηπίων.....	11
1.6 Η επίδραση του χορού στην ισορροπία των νηπίων.....	12
1.7 Η επίδραση της δημιουργικής κίνησης στις κινητικές δεξιότητες των νηπίων.....	13
1.8 Δημιουργική κίνηση και γνωστική ανάπτυξη στα νήπια.....	20
2. ΜΕΘΟΛΟΓΙΑ	36
2.1 Μεθοδολογία έρευνας.....	36
2.2 Σχεδιασμός μελέτης.....	36
2.3 Περιγραφή δείγματος.....	37
2.4 Ερευνητικό εργαλείο.....	37
3. ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ.....	39
3.1 Σκοπός έρευνας και ερευνητικά ερωτήματα.....	39
3.2 Παρουσίαση αποτελεσμάτων.....	40
4. ΣΥΖΗΤΗΣΗ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΩΝ	47
ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ	48
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ.....	50
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ	57

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η χρήση της δημιουργικής κίνησης ως μεθόδου διδασκαλίας στο σχολικό περιβάλλον είναι ένα παράδειγμα ολιστικής διδασκαλίας που ενσωματώνει κινητικές δραστηριότητες. Οι Duricek, M & Duricekova, M. (1986), «ορίζουν επίσης ως δημιουργική κίνηση την ικανότητα έκφρασης μιας προσωπικής ιδέας, αλλά και την ικανότητα ανακατασκευής και τελειοποίησης κάποιας γνωστής, κινητικής εκδήλωσης σε μορφή που θα είναι νέα για το παιδί.» (Μπουρνέλη, Ν. 2002, σ.34). Η διδασκαλία της δημιουργικής κίνησης είναι μια προσέγγιση όπου τα παιδιά χρησιμοποιούν την κίνηση για να εκφράσουν, να σχηματίσουν, να δημιουργήσουν μέσα από εκπαιδευτικά δρώμενα, στα οποία η δημιουργική κίνηση ενσωματώνεται μέσω του παιχνιδιού. Αυτή η μέθοδος ενθαρρύνει το παιδί να επικοινωνεί, να δημιουργεί, να χαλαρώνει και να μαθαίνει με τη βοήθεια διαφόρων παιχνιδιών και χορού. Επίσης, οι δάσκαλοι στην προσχολική εκπαίδευση χρησιμοποιούν συχνά το χορό για να κάνουν τη μάθηση μια διασκεδαστική δραστηριότητα.

Τα οφέλη από την χρήση της δημιουργικής κίνησης και του χορού είναι πολυάριθμα και έχουν επισημανθεί από πολλούς ερευνητές. Η κίνηση και ο χορός βοηθούν τους μαθητές:

- Στη συμμετοχή στη μάθηση και την αύξηση της συγκέντρωσης.
- Να αναπτύξουν την κινητική τους νοημοσύνη.
- Να κατανοούν έννοιες και θέματα.
- Στην ανάπτυξη και βελτίωση των δεξιοτήτων σκέψης υψηλότερου επιπέδου.
- Να επικοινωνούν με εναλλακτικούς τρόπους και εκτιμούν την καλλιτεχνική έκφραση των άλλων.
- Να αναπτύσσουν χωρική επίγνωση.
- Να συνεργάζονται μεταξύ τους (Zakkai, 1997, σ. 67)

Υπάρχουν αρκετές διαθέσιμες έρευνες που εξετάζουν την επίδραση ενός προγράμματος δημιουργικής κίνησης σε νήπια στο εξωτερικό, αλλά στην Ελλάδα δεν έχουν διεξαχθεί εκτεταμένα αντίστοιχες έρευνες. Ως εκ τούτου διαφαίνεται η σημασία

και η σπουδαιότητα της παρούσας εργασίας, τα αποτελέσματα της οποίας θα δώσουν πληροφορίες χρήσιμες για την πιθανή ευεργετική επίδραση της δημιουργικής κίνησης στην ανάπτυξη των δεξιοτήτων και της προσωπικότητας του παιδιού.

Σκοπός της παρούσας εργασίας είναι να εξετάσει την επίδραση της δημιουργικής κίνησης στα εσωτερικά κίνητρα, στις γνωστικές και κινητικές δεξιότητες, καθώς στις κοινωνικές δεξιότητες σε νήπια τεσσάρων ετών.

Η εργασία χωρίζεται σε δύο γενικά μέρη: το θεωρητικό μέρος και το ερευνητικό. Το θεωρητικό μέρος, που είναι η βιβλιογραφική επισκόπηση στο πρώτο κεφάλαιο, γίνεται ανάλυση όλων των εξεταζόμενων εννοιών και επισκόπηση των ερευνών στον τομέα της επίδρασης της δημιουργικής κίνησης στα νήπια. Το ερευνητικό μέρος αποτελείται από τη μεθοδολογία και την παρουσίαση των αποτελεσμάτων. Τέλος, ακολουθούν τα συμπεράσματα, η βιβλιογραφία και το παράρτημα.

1. ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΗ ΕΠΙΣΚΟΠΗΣΗ

Η δημιουργική κίνηση βασίζεται στην θεωρία του Laban (1948), ο οποίος ήταν και ο πρώτος που εισήγαγε το βασικό θεωρητικό πλαίσιο για τη δημιουργική κίνηση. Ο Laban εξέλαβε την κίνηση ως μέσο επικοινωνίας και έκφρασης, ως μια ζωντανή γλώσσα με την οποία ο άνθρωπος εκφράζεται συνθέτοντας ένα συνδυασμό κινήσεων. Σε αντίθεση με τα τότε υπάρχοντα συστήματα διδασκαλίας της κίνησης, ο Laban εξέτασε την κίνηση ολικά και όχι τμηματικά, γιατί γι' αυτόν η κίνηση έχει ροή και συνέχεια.

Το βασικό σημείο δεν είναι οι μεμονωμένες κινήσεις, αλλά οι βασικές αρχές που διέπουν τις κινήσεις, η κατανόηση και η πρακτική των οποίων παρέχουν ατελείωτες δυνατότητες για σύνθεση και ανάλυση κίνησης. Στην καρδιά της κινητικής θεωρίας του Laban βρίσκεται η αυθόρμητη προσπάθεια, δηλαδή η εσωτερική ώθηση του ανθρώπου που είναι η προϋπόθεση για την εκτέλεση οποιασδήποτε κίνησης. Οι ενέργειες σε όλες τις μορφές ανθρώπινης δραστηριότητας αποτελούνται από μια σειρά κινήσεων, συγκεκριμένων ή αυθόρμητων. Οι αυθόρμητες προσπάθειες διακρίνονται μεταξύ τους με το συνδυασμό των στοιχείων που περιέχουν. Αυτά τα στοιχεία είναι το σώμα, ο χώρος, η δυναμική και η σχέση. Αυτές είναι οι βάσεις για την εκτέλεση κάθε κίνησης και απορρέουν από τη στάση του ατόμου που κινείται έναντι των παραγόντων που διέπουν το χώρο κίνησης, το χρόνο, το βάρος και τη ροή (Laban, 1948). Ο βαθμός συμμετοχής των παραπάνω στοιχείων σε κάθε κίνηση χαρακτηρίζει την ποιότητα αυτής της κίνησης. Ανάλογα με τη χρήση των στοιχείων κίνησης και των παραγόντων που διέπουν τις κινήσεις, παράγονται σειρές κινήσεων που είναι μοναδικές και ξεχωριστές για το άτομο που τις εκτελεί (Theodorakou, 1996).

Ο Taylor (1989) δηλώνει ότι η δημιουργικότητα μπορεί να χωριστεί σε πέντε επίπεδα:

- 1) εκφραστική δημιουργικότητα,
- 2) παραγωγική δημιουργικότητα,
- 3) ευφάνταστη δημιουργικότητα,

4) πρωτοτυπία

5) πηγή δημιουργικότητας.

Κατά τη νηπιακή και της σχολική ηλικία, ιδιαίτερη σημασία δίνεται στο πρώτο επίπεδο της εκφραστικής δημιουργικότητας, το οποίο περιλαμβάνει τον αυθορμητισμό και την ελεύθερη έκφραση χωρίς ιδιαίτερη προσοχή τόσο στις δεξιότητες όσο και στην ποιότητα και την πρωτοτυπία της δημιουργικής κίνησης (Taylor, 1989).

Η κίνηση είναι η γλώσσα του σώματος και αποτελεί μέρος του μη λεκτικού επιπέδου επικοινωνίας που είναι σημαντικό για την ανάπτυξη της δημιουργικότητας, ειδικά για τα μικρά παιδιά. Τα παιδιά εκφράζονται μέσω καλλιτεχνικών δραστηριοτήτων όπως: χορός, ζωγραφική, μουσική, θέατρο και γίνονται δημιουργικά με τον δικό τους τρόπο.

Οι Duricek & Duricekova (όπως αναφέρεται στη Μπουρνέλη, 2002, σελ. 12), «ορίζουν επίσης την κινητική δημιουργικότητα ως την ικανότητα έκφρασης μιας προσωπικής ιδέας, αλλά και την ικανότητα ανασυγκρότησης και βελτίωσης μιας γνωστής κινητικής εκδήλωσης σε μια μορφή που θα είναι νέα για το παιδί».

Ο Laban (όπως αναφέρεται στους Preston-Dunlop & Hodgson, 1990) έχει εκφράσει την άποψη ότι η εσωτερική ανάγκη του παιδιού να κάνει ενστικτωδώς χορευτικές κινήσεις το οδηγεί στο χώρο της κίνησης και της έκφρασης.

1.1 Κινητική εκμάθηση

Για τα παιδιά, η κίνηση είναι μια θεμελιώδης μορφή έκφρασης. Ο Koff (όπως αναφέρεται στον Sansom, 2011) πιστεύει ότι τα παιδιά μαθαίνουν να χρησιμοποιούν αυτήν τη μη λεκτική έκφραση για να επικοινωνήσουν το πώς αισθάνονται και σκέφτονται. Τα παιδιά μαθαίνουν συνεχώς σε πολλαπλά επίπεδα. Η σωματική-κινητική νοημοσύνη αναγνωρίζεται ως μία από τις πολλαπλές μορφές νοημοσύνης (Gardner, 1983), αλλά είναι μια από τις πλέον υποτιμημένες. Φαίνεται ότι δεν καταλαβαίνουμε ότι η κινητική εκμάθηση, συμπεριλαμβανομένων των κινητικών δραστηριοτήτων, της δημιουργικής κίνησης και του χορού, είναι φυσική για τα περισσότερα παιδιά. Επίσης, το να μάθεις να βλέπεις ένα κινούμενο σώμα απαιτεί

σημαντική αλλαγή στη σύλληψη της γνώσης. Ο Blumenfeld-Jones (όπως αναφέρεται στον Sansom, 2011, σελ.: 32) επεσήμανε ότι ο σκοπός της εκπαίδευσης είναι να επικεντρωθεί «σε μια ολιστική κατανόηση της ανθρώπινης άνθησης των πολλαπλών ικανοτήτων που οι πολιτισμοί, και η ανθρωπότητα σε ολόκληρη την ιστορία της, έδειξαν ότι αποτελούν μέρος της ανθρώπινης ύπαρξης».

Θα ήταν επομένως επιτακτική ανάγκη, ο καθένας να έχει την ικανότητα ή το δυναμικό να μάθει με διαφορετικούς ή πολλαπλούς τρόπους, και για αυτόν τον λόγο, να έχει πρόσβαση σε πολυπαραγοντικές προσεγγίσεις. Ο Shapiro (2008) περιγράφει ότι: «ο χορός ... προσφέρει μια μοναδική και ισχυρή μορφή ανθρώπινης έκφρασης. Μας επιτρέπει να μιλάμε σε μια γλώσσα που μεσολαβείται πολύ λιγότερο από τη σκέψη και τις αφηρημένες αντιλήψεις μας. Είναι μια ακατέργαστη μορφή έκφρασης, που βοηθά τον άνθρωπο να εκφράσει ή να μοιραστεί μία ανθρώπινη εμπειρία» (σελ. 254). Επίσης, το μεγαλύτερο μέρος του προσχολικού και του σχολικού πληθυσμού επικοινωνεί και μαθαίνει με κινητικά μέσα: το άγγιγμα και η αφή αποτελούν σημαντικές πηγές γνώσης και επικοινωνίας. Τα παιδιά στην προσχολική ηλικία λειτουργούν κυρίως κιναισθητικά, καθώς κινούνται και αγγίζουν τα πάντα καθώς μαθαίνουν. Χρησιμοποιούν το σώμα τους για να εξερευνήσουν τον κόσμο, να εκφράσουν συναισθήματα και να πραγματοποιήσουν τις ιδέες τους. Μέχρι τη δεύτερη ή την τρίτη τάξη, ορισμένοι μαθητές έχουν αρχίσει να μαθαίνουν «οπτικά». Κατά τα τέλη του δημοτικού, ορισμένοι μαθητές, κυρίως γυναίκες, μαθαίνουν «ακουστικά». Οι Carbo, et al. (1986) τονίζουν ότι «περίπου το 20 έως 30 τοις εκατό του σχολικού πληθυσμού μαθαίνει ακουστικά. Το 40 τοις εκατό μαθαίνει οπτικά, και πολλοί πρέπει να γράφουν ή να χρησιμοποιούν τα δάχτυλά τους για να τους βοηθήσουν να θυμούνται βασικά γεγονότα. Άλλοι άνθρωποι δεν μπορούν να εσωτερικεύσουν τις πληροφορίες ή τις δεξιότητες, εκτός αν τις χρησιμοποιούν σε πραγματικές δραστηριότητες» (σελ. 13).

1.2 Η δημιουργική κίνηση στην εκπαίδευση

Ο Cleland (1994) ορίζει την κινητική δημιουργικότητα ως τη διαδικασία με την οποία το άτομο με το σώμα του, βρίσκει λύσεις σε ένα προκαθορισμένο κινητικό

πρόβλημα δημιουργώντας διαφορετικά κινητικά μοτίβα (Τσαπακίδου et al., 2003: 176). Η διδασκαλία της δημιουργικής κίνησης είναι μια προσέγγιση όπου τα παιδιά χρησιμοποιούν την κίνηση για να εκφράσουν, να δημιουργήσουν μέσα από εκπαιδευτικά δρώμενα, στα οποία η δημιουργική κίνηση ενσωματώνεται μέσω του παιχνιδιού. Αυτή η μέθοδος ενθαρρύνει το παιδί να επικοινωνεί, να δημιουργεί, να χαλαρώνει και να μαθαίνει με τη βοήθεια διαφόρων παιχνιδιών και χορού. Επίσης, οι δάσκαλοι στην προσχολική εκπαίδευση χρησιμοποιούν συχνά το χορό για να κάνουν τη μάθηση μια διασκεδαστική δραστηριότητα.

Τα οφέλη από την χρήση της δημιουργικής κίνησης και του χορού είναι πολυάριθμα και έχουν περιγραφεί από πολλούς ερευνητές. Η κίνηση και ο χορός βοηθούν τους μαθητές:

- Στη συμμετοχή στη μάθηση και την αύξηση της συγκέντρωσης.
- Να αναπτύξουν την κινητική τους νοημοσύνη.
- Να κατανοούν έννοιες και θέματα.
- Στην ανάπτυξη και βελτίωση των δεξιοτήτων σκέψης υψηλότερου επιπέδου.
- Να επικοινωνούν με εναλλακτικούς τρόπους και εκτιμούν την καλλιτεχνική έκφραση των άλλων.
- Να αναπτύσσουν χωρική επίγνωση.
- Να συνεργάζονται μεταξύ τους (Zakkai, 1997, σ. 67).

Η εκπαίδευση μέσω του χορού και μέσω της δημιουργικής κίνησης είναι ένας τομέας που προσφέρει στους ανθρώπους την ελευθερία να επεκτείνουν τη δημιουργικότητά τους και να βρουν τρόπους έκφρασης. Η εκμάθηση και η διδασκαλία του χορού, απαιτεί αφοσίωση και πειθαρχία. Επιπλέον, η τέχνη του χορού απαιτεί χρόνια εκπαίδευσης και σε βάθος γνώση των πρακτικών του χορού, των θεωριών και της ιστορίας. Για αυτό οι περισσότεροι πιστεύουν ότι η διδασκαλία του χορού είναι μια περίπλοκη διαδικασία. Ωστόσο, αυτό δεν ισχύει πάντα. Η δημιουργική κίνηση είναι η δημιουργικότητα που εκφράζεται μέσω του σώματος και ταυτόχρονα ένα πεδίο μελέτης και πρακτικής που ενισχύει την ικανότητα ενός ατόμου να αποκτήσει χρήσιμες γνώσεις προκειμένου να επικοινωνήσει, να δημιουργήσει και να αλληλοεπιδράσει με

άλλους. Η δημιουργική κίνηση είναι ένα ανοιχτό πεδίο γνώσης για να το εξερευνήσει ο καθένας. Μέσα από τη δημιουργική αυτή διαδικασία, ένα άτομο μπορεί να δημιουργήσει τον δικό του χώρο για εξερεύνηση προκειμένου να εκφράσει τον εαυτό του. Η δημιουργική κίνηση είναι μια μορφή τέχνης που βασίζεται στη φυσική κίνηση, η οποία αποκτά σημασία όταν δίνεται προσοχή στην καθημερινή κίνηση, σύμφωνα με την Stinson (2003). Περαιτέρω, μέσω του χορού, τα παιδιά μαθαίνουν περισσότερο για το ποιοί είναι, πώς κινούνται, τι σκέφτονται, πώς αισθάνονται και πώς σχετίζονται με τους άλλους (Cone & Cone 2005).

Χρησιμοποιώντας εργαλεία που βασίζονται στη θεωρία της κίνησης του Laban (Dell, 2007) καθώς και σε προσεγγίσεις δημιουργικότητας που βασίζονται στους Blom & Charlin (1982), είναι δυνατόν να δημιουργηθεί ένα πλήρες εκπαιδευτικό πρόγραμμα. Ο Laban (1975), δημιούργησε μία θεωρία προσωπικής ανάπτυξης που συνδέει τέσσερις κύριες κατηγορίες: Σώμα, Προσπάθεια, Σχήμα και Χώρος. Πιο συγκεκριμένα, έχει να κάνει με τα μέρη του σώματος (π.χ. κεφάλι, βραχίονες), ζώνες σώματος (π.χ. δεξιά, αριστερή πλευρά) και ενέργειες σώματος (τι κάνει το σώμα π.χ. περπάτημα, στροφή, επέκταση). Περιγράφει επίσης πώς κινείται το σώμα και πού κινείται σε σχέση με τον γενικό χώρο (π.χ. την περιοχή χορού) ή τον προσωπικό χώρο. Η Προσπάθεια αναφέρεται στο γιατί γίνεται μια κίνηση. Είναι η σύνδεση της εσωτερικής πρόθεσης με την κίνηση, η οποία παρέχει την ποιότητα της κίνησης. Η σύνδεση μεταξύ σωμάτων, η σύνδεση μεταξύ σώματος και αντικειμένου και η σύνδεση μερών του σώματος μεταξύ τους, δημιουργεί συσχετισμούς. Λαμβάνοντας αυτό ως δεδομένο, ότι όποια κίνηση συμβαίνει έχει σχήμα, το στοιχείο Σχήμα αναφέρεται στον τρόπο με τον οποίο το σώμα σχηματίζεται στο χώρο. Με άλλα λόγια, μαθαίνοντας πώς και γιατί το σώμα κινείται, η δημιουργική κίνηση παρέχει νέες ευκαιρίες για να κατανοήσει το άτομο το σώμα του και να δημιουργεί νέες δυνατότητες κίνησης.

Η τέχνη του χορού στην εκπαίδευση έγκειται στην ανάγκη να επιτρέπεται στους συμμετέχοντες να κατανοήσουν και να εξερευνήσουν τον εαυτό τους. Ο χορός είναι ένα όχημα επικοινωνίας, έκφρασης και αποδοχής. Πιστεύεται γενικά ότι ο χορός βοηθά τις εγγενείς αξίες του χορού όταν εφαρμόζεται στην εκπαίδευση. Έτσι, προσφέρει δυνατότητες αυτογνωσίας και ανάπτυξης. Ο στόχος του χορού είναι να αναπτύξει ένα παιδί κοινωνικά, ψυχολογικά, διανοητικά, συναισθηματικά, γνωστικά και αυτό

συμβαίνει μέσω της σωματικής δραστηριότητας (McFee, 1985). Είναι σημαντικό να κατανοήσουμε ότι τα εγγενή στοιχεία του χορού είναι αυτά που έχουν σημασία στην εκπαίδευση. Αρκετές έρευνες έχουν εστιάσει στα παιδαγωγικά οφέλη του χορού στην εκπαίδευση (Tsompanaki, 2009; Becker, 2013). Μερικά από αυτά αφορούν την αισθητική εκπαίδευση, τη δημιουργικότητα, την κριτική σκέψη και την εν συναίσθηση. Ο χορός στην εκπαίδευση προάγει την καλλιτεχνική, πολιτιστική, κοινωνική, πολυπολιτισμική και διεπιστημονική εκπαίδευση. Το παιδί θα αναπτύξει με αυτόν τον τρόπο αυτογνωσία, αυτοσεβασμό, αυτονομία, σύνδεση μεταξύ των συναισθημάτων, σκέψεων και ενεργειών του. Θα είναι σε θέση να ελέγξει τα συναισθήματα και τις σκέψεις του, και θα αναπτύξει τις επικοινωνιακές του δεξιότητες.

Οι συναισθηματικές αντιδράσεις μπορούν να αυξηθούν εάν τα παιδιά βιώνουν αρκετές αισθητικές και εκπαιδευτικές δραστηριότητες με μουσική και κίνηση. Μια συναισθηματική αντίδραση στη κίνηση προκαλεί στα παιδιά προσχολικής ηλικίας αλλαγές στη δομή, δυναμική και στον χαρακτήρα τους. Επίσης, προωθεί την άσκηση δραστηριότητας και ενθαρρύνει την συγκέντρωση. Οι δημιουργικές ικανότητες επηρεάζουν τις ορθολογικές σκέψεις τους και να μπορεί να έχουν ακόμη και ψυχοθεραπευτικά αποτελέσματα. Εάν ένα άτομο έχει επαφή με τη μουσική από την παιδική ηλικία, τότε μπορούν να βρεθούν ορισμένες αλλαγές στον εγκέφαλο. Αυτές οι αλλαγές αντανακλώνται στην επέκταση και στην βελτίωση των νευρικών συστημάτων στον εγκέφαλο που ασχολούνται με τις εξωτερικές συνθήκες. Αυτό σημαίνει ότι οι μουσικές δραστηριότητες μπορούν να διαδραματίσουν σημαντικό ρόλο σε αυτήν την αλληλεπίδραση.

1.3 Ο ρόλος του εκπαιδευτικού στη διδασκαλία της δημιουργικής κίνησης

Η δημιουργικότητα από μόνη της δεν είναι πανάκεια. Η δημιουργικότητα χρειάζεται καθοδήγηση. Σε αυτό το σημείο είναι σημαντικό να αναφερθεί ο ρόλος του εκπαιδευτικού στη διδασκαλία της δημιουργικής κίνησης. Ο δάσκαλος και οι μαθητές συνυπάρχουν στη δημιουργική διαδικασία, και οι δύο δημιουργούν ταυτόχρονα. Οι

μαθητές χρειάζονται αποτελεσματική καθοδήγηση και αποδοχή. Είναι σημαντικό για τον δάσκαλο να δώσει χώρο στο μαθητή του για εξερεύνηση και αυτοσχεδιασμό. Ο δάσκαλος πρέπει να δώσει σαφείς και συγκεκριμένες οδηγίες και να έχει ευελιξία προκειμένου να αναμορφώσει τις ασκήσεις σύμφωνα με τις ανάγκες των συμμετεχόντων. Με άλλα λόγια, ο δάσκαλος πρέπει να είναι δημιουργικός καθώς και να μπορεί να διδάσκει σε ένα δημιουργικό πλαίσιο. Ο κύριος στόχος του δασκάλου είναι να δώσει στους μαθητές την ευκαιρία να αποδώσουν τα καλύτερα. Επιπλέον, είναι σημαντικό να δημιουργηθεί ένα μαθησιακό περιβάλλον στο οποίο οι μαθητές θα επεκτείνουν το ενδιαφέρον τους για τη δημιουργικότητα, καθώς και να εξερευνήσουν την καλλιτεχνική έκφραση μέσω μιας δημιουργικής διαδικασίας χρησιμοποιώντας το σώμα τους ως μέσο έκφρασης. Ο Eisner (1984) έγραψε, ο εκπαιδευτικός θα πρέπει να έχει την ικανότητα ως μαέστρος, να ενορχηστρώσει το διάλογο, και να καθοδηγεί τις κινήσεις από τη μία πλευρά του δωματίου ως την άλλη, που σημαίνει ότι να είναι σε θέση να ακούσει προσεκτικά τις ανάγκες των μαθητών και να δημιουργήσει τις συνθήκες όπου όλοι θα έχουν τη δυνατότητα να μιλούν / να εκφράζουν με οποιονδήποτε τρόπο, αλληλεπιδρώντας και καθοδηγώντας ταυτόχρονα. Κάθε μαθητής έχει το δικαίωμα να μάθει σε ένα υγιές περιβάλλον και να μάθει περισσότερα για τον εαυτό του κατά τη διαδικασία της μάθησης. Επίσης, όσον αφορά την ηθική διάσταση της διδασκαλίας, ο δάσκαλος πρέπει να γνωρίζει το πολιτιστικό και οικογενειακό υπόβαθρο των μαθητών του. Για παράδειγμα, εάν ένα νεαρό άτομο έχει υποστεί σωματική βία, ο δάσκαλος δεν μπορεί να ζητήσει από τον συγκεκριμένο μαθητή να κλείσει τα μάτια του για να συμμετάσχει σε μια άσκηση που απαιτεί τα μάτια να είναι κλειστά ή ακόμα και να στέκονται υπόλοιποι μαθητές πολύ κοντά σε άλλα άτομα ή να τα αγγίζουν. Με άλλα λόγια, ο δάσκαλος πρέπει να έχει την ικανότητα να προστατεύει και να μην εκθέτει τους μαθητές σε ανεπιθύμητες καταστάσεις.

1.4 Ορισμός ψυχοκινητικής ανάπτυξης

Κατά τη διάρκεια της ψυχοκινητικής ανάπτυξης ο οργανισμός αποκτά συνεχώς νέες ικανότητες, και κατά την οποία συμβαίνει μια διαφοροποίηση των κινήσεων των μελών

του σώματος, που εξαρτάται τόσο από βιολογικούς, όσο και από εξωτερικούς παράγοντες. Με κάποια έννοια θα λέγαμε ότι το γενετικό υπόβαθρο εξελίσσεται αλληλοεπιδρώντας με αυτούς τους παράγοντες και εκφράζεται. Τέτοιοι παράγοντες είναι το κοινωνικό και οικογενειακό περιβάλλον, τα νοσήματα η διατροφή του ατόμου κτλ.

Η ιστορία της μελέτης της ψυχοκινητικής ανάπτυξης είναι σχετικά νέα, αλλά πλέον υπάρχει συνεχώς αυξανόμενο ακαδημαϊκό ενδιαφέρον. Ως αντικείμενο έρευνας, είχε διαχωριστεί σε πολλές υποπεριπτώσεις, αλλά πλέον μπορούμε να πούμε ότι έχει δημιουργηθεί ένα ενιαίο πλάνο μελέτης, κάτω από τον τομέα της ψυχοκινητικής (Καμπάς, 2004).

Η φυσιολογική ανάπτυξη του νευρικού συστήματος του ατόμου κατά τη διάρκεια της βρεφικής και νηπιακής ηλικίας. Ο εγκέφαλος κατά τα έτη αυτά θα πρέπει να έχει ταχεία ανάπτυξη και να τετραπλασιαστεί σε βάρος. Θα πρέπει να μεγεθυνθεί από τα 300 γραμμάρια στα 1.2 κιλά μέχρι το τέταρτο έτος της ηλικίας του ατόμου. Παράλληλα με την μυελίνωση των νευρικών οδών και την ωρίμανση των φλοιωδών κέντρων, επιτυγχάνεται ο βουλητικός έλεγχος των κινήσεων, εξαφανίζονται τα αρχέγονα νεογνικά αντανακλαστικά και ακολουθεί η κεφαλοουραία (από το κεφάλι προς τα πόδια) κινητική εξέλιξη (στήριξη κεφαλής, κάθισμα, συντονισμός των μυών της σπονδυλικής στήλης χρησιμοποίηση των χεριών, βάδιση) (Tucker, 2008).

Η ανάπτυξη αυτή του εγκεφάλου θα πρέπει να ακολουθεί μια συγκεκριμένη σειρά, και θα πρέπει το άτομο να έχει τις ικανότητες αυτές μέχρι συγκεκριμένη ηλικία. Τέτοιες ικανότητες είναι η στήριξη της κεφαλής, η βάδιση, έλεγχος σφιγκτήρων, σύλληψη αντικειμένων κ.τ.λ., τα οποία παρουσιάζονται με βάση τα χρόνο που θα πρέπει να γίνονται στον πίνακα Denver (ο πίνακας Denver ή Denver Test αποτελεί ένα εργαλείο για τον έλεγχο της ανάπτυξης και έγκαιρης διάγνωσης των αναπτυξιακών διαταραχών). Δεν σημαίνει βέβαια ότι κάθε παιδί θα πρέπει να ακολουθεί συγκεκριμένη σειρά, καθώς υπάρχουν διαφοροποιήσεις από άτομο σε άτομο: άλλο παιδί περπατάει πρώτα και μετά μιλάει ή αντίστροφα, αλλά έτσι αναγνωρίζουμε την ύπαρξη προβλήματος σε περίπτωση ακραίας καθυστέρησης.

Πέραν της βιολογικής ανάπτυξης του εγκεφάλου και των νευρώνων που είναι υπεύθυνοι για την κίνηση και ο συντονισμό των κινήσεων, το άτομο σε αυτή την ηλικία πρέπει να εξασκεί τις δεξιότητες που κατακτά, καθώς αν δεν τις εξασκήσει καθυστερεί και η εμφάνιση της επόμενης δεξιότητας και η εξέλιξη του. Για την εξάσκηση των δεξιοτήτων είναι κυρίως υπεύθυνο το περιβάλλον του ατόμου. Επίσης, επειδή ο εγκέφαλος εμφανίζει νευροπλαστικότητα, η ανάπτυξη του εγκεφάλου είναι άμεσα συνδεδεμένη με τα ερεθίσματα του περιβάλλοντος, και δεν εξαρτάται μόνο από γενετικούς παράγοντες (Walton, 2014).

1.5 Θεμελιώδεις δεξιότητες κίνησης των νηπίων

Η νηπιακή ηλικία είναι η περίοδος ζωής μεταξύ του τέταρτου και του έκτου έτους της ζωής. Κατά τη διάρκεια αυτής της περιόδου παρουσιάζονται ορισμένες αναπτυξιακές αλλαγές. Οι αλλαγές αφορούν κυρίως τη φυσική δομή ενός παιδιού, όπως το ύψος και το βάρος, καθώς και τη σωματική δραστηριότητα ενός παιδιού. Σύμφωνα με τις τυπικές μετρήσεις, ένα νήπιο φτάνει το ένα τρίτο του τελικού ύψους του σώματός του κατά την τελική αύξηση βάρους 2-3 κιλών. Στην αρχική φάση της προσχολικής ηλικίας η σωματική διάπλαση ενός παιδιού χαρακτηρίζεται από μεγάλη κεφαλή και ο κορμός είναι ένας κύλινδρος χωρίς στένωση στην περιοχή της μέσης. Η συμμετρική ανάπτυξη, και κυρίως η ανάπτυξη των άκρων, ξεκινά από την ηλικία των 5 έως 6 ετών (Νάκια & Ψάλλας, 2004).

Στην προσχολικής ηλικίας τα βασικά στοιχεία των δεξιοτήτων κίνησης και τη βελτίωσή τους αποκτώνται μέσω μίμησης. Είναι άχρηστο να διδάσκουμε στα παιδιά μια συγκεκριμένη φυσική ικανότητα, εκτός εάν είναι φυσικά και διανοητικά έτοιμα για αυτό. Σε ηλικία περίπου 3 με 6 ετών τα παιδιά αρχίζουν να συνειδητοποιούν τις ικανότητες του σώματός τους και αρχίζουν να ελέγχουν την ένταση των μυών τους και της αναπνοής, να βελτιώνουν την ισορροπία και τον προσανατολισμό, και να συνειδητοποιήσουν την πλαγίωση τους. Σε αυτήν την αναπτυξιακή περίοδο αναπτύσσεται η ικανότητα στα παιδιά να χρησιμοποιούν το σώμα τους για την επίτευξη διαφόρων στόχων (Τραυλός, 1998).

Τα 3 έως 4 ετών παιδιά προσχολικής ηλικίας μπορούν να χειριστούν τις ακόλουθες δραστηριότητες κίνησης: να περπατήσουν σε ευθεία γραμμή, να περιστρέφουν τα πόδια τους, να τρέχουν με προσαρμοσμένη ταχύτητα κατά την αλλαγή κατεύθυνσης, να εκτελούν άλματα σε απόσταση 25-30 cm, να διατηρούν την ισορροπία στο ένα πόδι ενώ ισορροπούν και να οδηγούν ένα ποδήλατο με βοηθητικές ρόδες (Τραυλός, 1998).

1.6 Η επίδραση του χορού στην ισορροπία των νήπιων

Πολλοί νηπιαγωγοί ή εκπαιδευτικοί προσχολικής ηλικίας παρατηρούν συχνά παιδιά που φαίνεται να αγνοούν τη θέση του σώματός τους σε σχέση με το περιβάλλον. Αυτά τα παιδιά κινούνται χωρίς συντονισμό κατά τη διάρκεια του ελεύθερου παιχνιδιού και συχνά συγκρούονται με αντικείμενα και συμμαθητές. Μια τέτοια συμπεριφορά μπορεί να αποτελεί ένδειξη κακής ισορροπίας (Kaufman & Schilling, 2007).

Η ισορροπία απαιτεί τη συνειδητοποίηση της θέσης των άκρων και της κίνησης στο χώρο (Han, Waddington, Adams, Anson, & Liu, 2016). Η ιδιότητα αντίληψης της θέσης των άκρων κατά τη διάρκεια κίνησης ορίζεται ως κιναισθησία. Ακόμη και απουσία όρασης, γνωρίζουμε τις θέσεις των άκρων μας καθώς και την κίνησή τους. Οι χορευτές, είναι αποδεδειγμένο ότι έχουν ανεπτυγμένη αυτή την αίσθηση (Batson, 2009). Σύμφωνα με τους Riemann & Lephart (2002) η κιναισθησία απαιτεί τη χρήση του ανώτερου νευρικού συστήματος για να αναπαράγει την θέση ή τις κινήσεις των άκρων και του σώματος. Οι εξειδικευμένοι αισθητηριακοί υποδοχείς που μεταφέρουν τα μηχανικά σήματα σε νευρικά σήματα και παρέχουν πληροφορίες της θέσης των άκρων ονομάζονται μηχανικοί δέκτες. Βρίσκονται κυρίως σε μύες, τένοντες, συνδέσμους και στο δέρμα. Οι πληροφορίες μεταδίδονται στο κεντρικό νευρικό σύστημα για την επεξεργασία και τελικά έχει ως αποτέλεσμα τη ρύθμιση των αντανακλαστικών και τον έλεγχο της κίνησης (Hewett, Paterno, & Myer, 2002).

Αρκετές μελέτες αποκάλυψαν τη σημασία του χορού για τη βελτίωση στον συντονισμό των κινήσεων των νηπίων, και πολλά εκπαιδευτικά προγράμματα έχουν ενσωματώσει προγράμματα χορού (Han, et al., 2015; Hewett et al., 2002). Ωστόσο, αυτά τα προγράμματα συχνά δεν είναι κατάλληλα για μικρά παιδιά, επειδή βασίζονται

σε δομημένο πρόγραμμα με ασκήσεις (Hewett et al., 2002). Το πιο δύσκολο μέρος των δομημένων προγραμμάτων είναι η διατήρηση του ενδιαφέροντος των παιδιών να συμμετέχουν και να συνεχίζουν να συμμετέχουν για μεγάλο χρονικό διάστημα. Για να ενισχυθεί το κίνητρο των παιδιών, είναι σημαντικό να τους δοθεί η αίσθηση της αυτόνομης δράσης και της προσωπικής έκφρασης (Ryan & Deci, 2000).

Ο χορός συνδυάζει τον συντονισμό της κίνησης με την έκφραση (Gilbert, 2015). Υποστηρίζει την αυτόνομη δράση και ενθαρρύνει τα παιδιά να ανακαλύψουν νέους τρόπους κίνησης. Συνοπτικά, η διαδικασία του χορού απαιτεί συνειδητοποίηση της θέσης και της κίνησης του σώματος. Αρκετές μελέτες έχουν αναφέρει ότι ο χορός βελτιώνει τη δημιουργικότητα (Garaigordobil & Berruoco, 2011), ενισχύει τις κοινωνικές δεξιότητες των παιδιών προσχολικής ηλικίας (Lobo & Winsler, 2006; Williams, 1992), βελτιώνει την ευεξία (Ells et al., 2009), την ικανότητα αερόβιας άσκησης και συμβάλλει στην υγιή διατήρηση του βάρους των κοριτσιών προσχολικής ηλικίας (Gallotta, Baldari, & Guidetti, 2017). Ωστόσο, λίγες μελέτες έχουν εξετάσει τις επιπτώσεις του χορού στην ισορροπία και την κιναισθησία.

Ένα άλλο εγγενές στοιχείο του χορού είναι ο συγχρονισμός αισθητήρων, ο οποίος ορίζεται ως ο συντονισμός της ρυθμικής κίνησης με έναν εξωτερικό ρυθμό. Η έρευνα έχει δείξει ότι οι επαγγελματίες χορευτές επιδεικνύουν καλύτερο συγχρονισμό από τους μη χορευτές. Σύμφωνα με τους Zachoroulou et al. (2003) ένα πρόγραμμα μουσικής / κίνησης με βάση την προσέγγιση του Orff συνέβαλε στην ενίσχυση της ρυθμικής ικανότητας παιδιών προσχολικής ηλικίας.

1.7 Η επίδραση της δημιουργικής κίνησης στις κινητικές δεξιότητες των νηπίων

Η πρώτη μορφή επικοινωνίας δεν είναι λεκτική αλλά κινητική. Από τις πρώτες μέρες της ζωής μας, επικοινωνούμε μέσω μιας σειράς ρυθμικών κινήσεων. Οι κινήσεις είναι η πρώτη μορφή επικοινωνίας, το σώμα μιλά μέσω της κίνησης γύρω μέχρι την ηλικία των δύο. Χρησιμοποιούμε το σώμα μας για να εκφραστούμε, να μάθουμε, να

κατανοήσουμε, να δημιουργήσουμε. Στις μέρες μας, τα παιδιά κάνουν εκτεταμένη χρήση της προηγμένης τεχνολογίας αλλά υποτιμούν την αξία των ανθρώπινων σχέσεων (Repp & Su, 2013). Ακόμα κι αν δείχνουν ενδιαφέρον για τραγούδια και κινήσεις, συνήθως έρχονται σε επαφή με αυτά μέσω tablet, κινητών τηλεφώνων ή άλλων μέσων, αντί να τα βιώσουν με συνομηλίκους τους ή ενήλικες. Η προαναφερόμενη εκτενής χρήση της προηγμένης τεχνολογίας μπορεί να οδηγήσει σε μια δυσμενή επίδραση στην υγεία των παιδιών, λόγω των περιορισμένων σωματικών δραστηριοτήτων που συχνά οδηγεί στην εμφάνιση αναπηριών ή και σε ασθένειες του τρόπου ζωής. Για το λόγο αυτό, οι εκπαιδευτικοί πρέπει να είναι ενήμεροι για την αύξηση της συχνότητας της τακτικής σωματικής άσκησης από την προσχολική ηλικία (Blasing et al., 2012).

Σύμφωνα με τα αποτελέσματα διαφόρων μελετών, οι δραστηριότητες που περιλαμβάνουν κίνηση παρέχουν στα παιδιά πολλές ευκαιρίες για τη σωστή κινητική εξέλιξη, την αρμονική ανάπτυξη της προσωπικότητας, τη διαμόρφωση της φαντασίας τους, και συμβάλλουν στη δημιουργία σχέσεων. Τα παιδιά μπορούν επίσης να εκφράσουν τα συναισθήματά τους με αυτές τις δραστηριότητες. Η αυθόρμητη έκφραση των συναισθημάτων απελευθερώνει ένταση από τους μυς και συμβάλλει στην καλλιέργεια της κίνησης, στη αίσθηση του ρυθμού και στη συνεργασία μέσα σε μία ομάδα. Οι δραστηριότητες αυτές αποτελούν σημαντικό κομμάτι στη ζωή των παιδιών.

Η προσχολική ηλικία είναι η περίοδος ζωής μεταξύ του τέταρτου και του έκτου έτους της ζωής. Κατά τη διάρκεια αυτής της περιόδου εμφανίζονται ορισμένες αναπτυξιακές αλλαγές. Οι αλλαγές αφορούν κυρίως τη φυσική δομή ενός παιδιού, η οποία συμπεριλαμβάνει το ύψος και το βάρος, καθώς και τη σωματική δραστηριότητα ενός παιδιού. Σύμφωνα με τις τυπικές μετρήσεις, ένα παιδί φτάνει το ένα τρίτο του μήκους του σώματος του στο τελικό κέρδος βάρους 2-3 κιλών. Στην αρχική φάση της προσχολικής ηλικίας, η σωματική διάπλαση του παιδιού θυμίζει εκείνη των νηπίων: το κεφάλι είναι αρκετά μεγάλο και ο κορμός έχει ένα κυλινδρικό σχήμα, χωρίς στένωση στην περιοχή της μέσης. Η συμμετρική ανάπτυξη, και κυρίως η ανάπτυξη των άκρων, ξεκινά από την ηλικία των 5 έως 6 ετών. Τα παιδιά προσχολικής ηλικίας αποκτούν τα βασικά στοιχεία των δεξιοτήτων κίνησης και βελτιώνονται μέσω της επανάληψης. Δεν είναι σοφό να διδάσκουμε στα παιδιά μια συγκεκριμένη φυσική ικανότητα, εκτός εάν είναι σωματικά και ψυχικά έτοιμα για αυτό. Τα παιδιά 3 ως 6 ετών αρχίζουν να

συνειδητοποιούν τις ικανότητες του σώματός τους και αυτό τους δίνει τη δυνατότητα να ελέγχουν την ένταση των μυών και την αναπνοή τους, να βελτιώσουν την ισορροπία και τον προσανατολισμό τους, και να συνειδητοποιήσουν τις διαστάσεις γύρω τους. Σε αυτήν την αναπτυξιακή περίοδο αναπτύσσεται η ικανότητα στα παιδιά να χρησιμοποιούν το σώμα τους για την επίτευξη διαφόρων στόχων (Τραυλός, 1998).

Πολλοί εκπαιδευτικοί και επιστήμονες έχουν αναπτύξει δεξιότητες κίνησης σε παιδιά προσχολικής ηλικίας. Ένας από αυτούς, ο Kasa (2000), διακρίνει ότι όχι μόνο η γυμναστική και οι δεξιότητες κίνησης συντονισμού, αλλά ο συνδυασμός αυτών των δύο, το υβρίδιο δηλαδή είναι το πιο κατάλληλο για παιδιά προσχολικής ηλικίας. Επί του παρόντος, τα παιδιά έχουν την τάση να είναι παχύσαρκα λόγω της κακής διατροφής και της έλλειψης κίνησης, και επίσης έχουν κακή στάση λόγω ακατάλληλης και μακροχρόνιας συνεδρίασης μπροστά στην τηλεόραση. Ωστόσο, τα παιδιά που χορεύουν στον ελεύθερο χρόνο τους μπορούν να αποφύγουν προβλήματα υγείας στην παιδική ηλικία και συνήθως έχουν λιγότερα προβλήματα υγείας στην ενήλικη ζωή. Τα 3 έως 4 ετών παιδιά προσχολικής ηλικίας μπορούν να χειριστούν τις ακόλουθες δραστηριότητες κίνησης: περπάτημα σε ευθεία γραμμή, περιστροφή των ποδιών τους κατά τη διάρκεια του περπατήματος σε επάνω ορόφους, τρέξιμο με προσαρμοσμένη ταχύτητα κατά την αλλαγή κατεύθυνσης, άλματα σε απόσταση 25-30 cm, διατήρηση ισορροπίας στο ένα πόδι ενώ ισορροπούν και οδηγούν ένα τρίκυκλο. Το παιδί ηλικίας 4 έως 5 ετών μπορεί να χειριστεί τις ακόλουθες δραστηριότητες: όρθιο στο ένα πόδι, ανεβαίνοντας τις σκάλες να εναλλάσσονται τα πόδια του, τρέξιμο με ανοδική κατεύθυνση. Το παιδί ηλικίας 5 έως 6 ετών μπορεί να χειριστεί τις ακόλουθες δραστηριότητες: περπάτημα με σωστή στάση, διέλευση και αποφυγή εμποδίων, να στέκεται στο ένα πόδι, εναλλασσόμενο τρέξιμο και περπάτημα, υψηλά άλματα, να ρίξει μια μπάλα με οποιοδήποτε χέρι σε στόχους από απόσταση (Kasa, 2000).

Η κινητική δημιουργικότητα είναι η ικανότητα ενός παιδιού να εκφράζει τις δικές του ιδέες, να αλλάζει και να τελειοποιεί μια άλλη, να μιμείται και να αντιπροσωπεύει καταστάσεις που έχει βιώσει και να δημιουργήσει νέες φόρμες σύμφωνα με τις εμπειρίες του. Με αυτόν τον τρόπο, ένα παιδί φτάνει στην κατανόηση των νοημάτων. Η κινητική δημιουργικότητα είναι προνόμιο για όλα τα παιδιά (υψηλή και χαμηλή νοημοσύνη) και αποτελεί πηγή απελευθέρωσης ενέργειας. Αυτό ενισχύεται όταν

δοθούν τα κατάλληλα ερεθίσματα και κίνητρα για πειραματισμό, ανακάλυψη και δημιουργία με την ενεργή τους εμπλοκή. Οι προηγούμενες εμπειρίες επιτρέπουν στο παιδί να σκέφτεται, να αναλύει πράγματα, καταστάσεις και να βασίζεται σε νέες εμπειρίες με βάση τις προηγούμενες εμπειρίες του (Pica, 2004; Tsarakidou, et al., 2014). Κάθε παιδί γεννιέται με ένα δημιουργικό δυναμικό που πρέπει να καλλιεργήσει καθώς είναι ζωτικής σημασίας για την ανάπτυξή του. Η δημιουργική κίνηση δεν βασίζεται σε κανόνες και δεν υπάρχουν λανθασμένες επιλογές. Τα παιδιά παίρνουν ένα ερέθισμα και αντιδρούν φυσικά σύμφωνα με τον προσωπικό και μοναδικό τους τρόπο. Αυτό επιτυγχάνεται μέσω αυτοσχεδιασμού.

Σε νηπιαγωγεία μπορούν να χρησιμοποιηθούν μόνο στοιχειώδη κινήσεις χορού στην άσκηση, γιατί μέσα από αυτές τα παιδιά μπορούν να βιώσουν τη δραστηριότητα σε ένα ολιστικό τρόπο. Αυτό τους βοηθά να θυμούνται τα βήματα και τα διάφορα μέρη ενός χορού. Τα δύσκολα κίνητρα μπορεί να σημαίνουν ότι τα παιδιά θα επικεντρωθούν στην ίδια την κίνηση, ενώ ταυτόχρονα δεν θα βιώσουν τη συγκεκριμένη μουσική δραστηριότητα. Ο δάσκαλος πρέπει να προσεγγίσει τον χορό ολιστικά για να επιτρέψει την άνθηση αυτών των στοιχείων. Ο χορός μπορεί να εμπλουτίσει το πρόγραμμα σπουδών και το σεμινάριο των εκπαιδευτικών, επιτρέποντάς τους να κάνουν έρευνα στη μαθησιακή διαδικασία (Kambas et al. 2012, 2010).

Αυτή η αντίληψη πρέπει να επιδιώκει την ευχαρίστηση της γνώσης, πρέπει να εκμεταλλεύεται τη φυσική περιέργεια του παιδιού, να δίνει κίνητρο για μάθηση, πρέπει να επιδιώκει να βελτιώσει την ικανότητα του παιδιού να επικοινωνεί σε όλα τα επίπεδα και να ενθαρρύνει τη συνεργασία. Οι καθηγητές που εργάζονται πρέπει αποφεύγουν τα στερεότυπα στις μαθησιακές διαδικασίες και την εκπαίδευση με επίκεντρο τον εκπαιδευτικό. Αυτή η προσέγγιση επιτρέπει στη θεωρία να συνδεθεί με την πρακτική, εμπλουτίζει την έρευνα και κάνει το αντικείμενο παιχνίδι. Η κίνηση και το παιχνίδι είναι αναντικατάστατο μέρος της ζωής των παιδιών. Η εισαγωγή του παιχνιδιού στην τάξη φέρνει τη γνώση πιο κοντά στην πραγματικότητα του παιδιού (Montessori, 1936). Αυτός ο μοναδικός, πρωτότυπος και πολύ σημαντικός τρόπος έκφρασης κάθε μορφής τέχνης, εμπλουτίζει τη γοητεία αυτής της επικοινωνίας.

Με βάση την ανάπτυξη της φιλοσοφίας της εκπαίδευσης, οι σύγχρονοι εκπαιδευτικοί πρέπει να προκαλέσουν τον εαυτό τους προκειμένου να βελτιώσουν τις

διδασκτικές τους προσεγγίσεις. Πρέπει να επιτρέπουν στα παιδιά να δημιουργούν κάτι νέο σύμφωνα με την προσωπικότητά τους, τη φαντασία και τη δημιουργικότητά τους και όχι μόνο να απαιτούν από αυτά να αντιγράψουν τον δάσκαλό τους. Αυτό αποτελεί ένα από τα θεμελιώδη στοιχεία του δημιουργικού χορού. Ο δημιουργικός χορός χρησιμοποιεί απλή, καθημερινή κίνηση, δίνοντας έμφαση στην κινητική ιδιαιτερότητα και όχι στην κινητική ικανότητα. Οι φυσικές ικανότητες και δεξιότητες συνδέονται κυρίως με συγκεκριμένα είδη χορού και ο χορός στην εκπαίδευση τείνει να είναι είτε μια δημιουργική μορφή κίνησης που δίνει έμφαση μόνο στη δημιουργικότητα και την ψυχική ανάπτυξη είτε ένα συγκεκριμένο στυλ χορού (μπαλέτο, σύγχρονο, παραδοσιακό, τζαζ, κ.λπ.) που δίνει έμφαση στην ανάπτυξη φυσικών δεξιοτήτων. Το ερώτημα είναι εάν η κινητική ικανότητα και οι δεξιότητες μπορούν να επιτευχθούν μέσω μιας δημιουργικής τάξης χορού. Σε μια τάξη δημιουργικού χορού, ο αυτοσχεδιασμός είναι ένα θεμελιώδες στοιχείο της δομής της τάξης. Ο αυτοσχεδιασμός επιτρέπει στους συμμετέχοντες να συνδέσουν τη γνώση με ευχαρίστηση, μέσω μιας πολύ προσωπικής εμπειρίας κίνησης. Ο αυτοσχεδιασμός, ο οποίος απαιτεί τη δημιουργία νέων κινητικών ιδεών, είναι η καταλυτική δραστηριότητα στη διαδικασία διδασκαλίας σε κάθε στάδιο της μάθησης του χορού. Ο αυτοσχεδιασμός είναι σημαντική βοήθεια για την ανάπτυξη της δημιουργικής και κριτικής ικανότητας. Μέσω του αυτοσχεδιασμού και της σύνθεσης, αναπτύσσεται η ικανότητα εξερεύνησης. Με αυτόν τον τρόπο, τα παιδιά ασχολούνται με την εξερεύνηση. Εξερεύνηση του σώματος, του χώρου, της αλληλεπίδρασής τους με άλλους, των ιδιοτήτων και της δυναμικής της κίνησης (Laban, 1975).

Η προσχολική εκπαίδευση είναι μια κρίσιμη περίοδος όπου το παιδί αναπτύσσει χαρακτήρα και θεμελιώδη γνωστικά στοιχεία. Ο δημιουργικός χορός επιτρέπει την άνθηση μέσω της κίνησης. Έτσι, οι δεξιότητες και οι ικανότητες κίνησης εμπλουτίζουν την καλλιτεχνική, αισθητική, κοινωνική, γνωστική, συναισθηματική εκπαίδευση και ούτω καθεξής. Ο δημιουργικός χορός είναι επίσης μια εξέλιξη των δεξιοτήτων κίνησης και μέσω της ανάπτυξης δεξιοτήτων κίνησης και ικανοτήτων τα παιδιά μεγαλώνουν με πολλούς τρόπους. Η προσχολική ηλικία θεωρείται ως κατάλληλη περίοδος για την εφαρμογή προγραμμάτων που στοχεύουν στην προώθηση κινητικών δεξιοτήτων. Είναι

η περίοδος στην οποία χτίζονται οι βάσεις για τις θεμελιώδεις δεξιότητες των παιδιών, η οποία αργότερα θα εξελιχθεί σε αθλητικές δεξιότητες (Gallahue, 2002).

Επομένως, είναι λογικό οι κατευθυντήριες γραμμές στην προσχολική εκπαίδευση να περιλαμβάνουν την ανάπτυξη και την προώθηση των κινητικών δεξιοτήτων και να αποτελούν αναπόσπαστο μέρος των εκπαιδευτικών προγραμμάτων. Έρευνα έχει δείξει ότι τα παιδιά δεν ασκούνται επαρκώς και δεν εμπλέκονται σε σωματικές δραστηριότητες όπως χορός ή ενεργά παιχνίδια (Tucker, 2008). Έρευνες που έχουν πραγματοποιηθεί σε νηπιαγωγεία, δείχνουν ότι η παρουσία δραστηριοτήτων στην Ελλάδα και στο εξωτερικό δεν είναι ικανοποιητική (Hinkley et al, 2008; Kambas et al, 2012, Kambas et al, 2005; Pavlidou et al, 2018). Τα επεμβατικά προγράμματα για κινητικές δραστηριότητες, το παιχνίδι και το χορό έδειξαν πόσο αποτελεσματικά είναι στην ανάπτυξη βασικών κινητικών δεξιοτήτων και, συνεπώς, της γνωστικής ανάπτυξης σε παιδιά νηπιαγωγείου και δημοτικού (Madic et al, 2018; Becker, 2013; Zachopoulou et al, 2004; Shoval et al. 2015; Venetsanou et al., 2009; Wang, 2004; Goodway et al, 2003).

Οι δεξιότητες σταθεροποίησης, οι χειρισμοί και οι δεξιότητες κίνησης δεν αναπτύσσονται αυτόματα. Η μετάβαση από την αρχική μορφή σε μια ώριμη είναι προοδευτική και οφείλεται κυρίως σε περιβαλλοντικούς παράγοντες. Οι παράγοντες αυτοί περιλαμβάνουν τις ευκαιρίες για πρακτική, την ενθάρρυνση και την διδασκαλία. Με βάση τις βασικές κινητικές δεξιότητες, αυτή η μελέτη πραγματοποιήθηκε με προγράμματα παρέμβασης δημιουργικής κίνησης και χορού σε παιδιά προσχολικής ηλικίας. Οι βασικές δεξιότητες κίνησης περιλαμβάνουν το τρέξιμο, το άλμα, και τα διαδοχικά άλματα. Οι διάφορες μορφές κίνησης έχουν μια εξελικτική πορεία από το περπάτημα στο τρέξιμο και από το άλμα στο ένα πόδι, και στα δύο πόδια, στο οριζόντιο άλμα. Είναι βασικές δεξιότητες του ανθρώπινου σώματος που αποτελούν τη βάση για κάθε αθλητική-χορευτική δραστηριότητα (Gallahue, 2002).

Στην προσχολική ηλικία τα παιδιά ξεκινούν να εκτελούν τα πρώτα είδη περίπλοκης κίνησης. Είναι η κίνηση των μερών του σώματος είτε μόνη της είτε σε συνδυασμό με άλλα μέρη του σώματος κατά τη διάρκεια της οποίας δεν υπάρχει ήχος. Η σύνθετη κίνηση αναπτύσσει τη μουσική που σχετίζεται με τη μνήμη, τις μουσικές δεξιότητες, τη φαντασία και τη δημιουργικότητα και επίσης εντείνει την εμπειρία της μουσικής.

Χρησιμεύει επίσης για τη βελτίωση της αισθητικής κίνησης και της σωστής στάσης του σώματος. Η καλή στάση του σώματος επιτυγχάνεται καλύτερα περιστρέφοντας τους ώμους προς τα πάνω, προς τα κάτω και προς τα πίσω ενώ τα παιδιά στέκονται σταθερά. Κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας η κίνηση στη χαμηλότερη θέση γίνεται σταθερή και η δραστηριότητα τερματίζεται. Η επόμενη άσκηση θα πρέπει να τεντώνει το λαιμό κάποιου τραβώντας τον προς τα πάνω, αναπνέοντας με τεταμένους μυς γύρω από το στομάχι και την πλάτη. Η καλή στάση του σώματος πρέπει να ελέγχεται πάντα, όχι μόνο κατά τη διάρκεια των δραστηριοτήτων (Τραυλός, 1998).

Στις καθημερινές αλληλεπιδράσεις τα παιδιά συνειδητοποιούν τις κοινωνικές τους δραστηριότητες και τις σχέσεις στις οποίες εισέρχονται εθελοντικά. Στις σχέσεις τα παιδιά ικανοποιούν τις βασικές κοινωνικές τους ανάγκες ενώ ταυτόχρονα βιώνουν θετικά συναισθήματα. Τα παιδιά προσχολικής ηλικίας επικοινωνούν πρώτα με τους συνομήλικους τους ανάλογα με τις στιγμιαίες ανάγκες τους, τη συναισθηματική τους κατάσταση και την ελκυστικότητα του άλλου ατόμου. Οι φίλιες τους βαθαίνουν και αυτό κάνει τις αμοιβαίες σχέσεις ισχυρότερες και βαθύτερες. Τα παιδιά προβάλλουν τον εαυτό τους, τις απόψεις τους, τις ιδέες τους και την εμπάθεια τους. Στις αμοιβαίες σχέσεις τα παιδιά προσπαθούν να διαχειριστούν τα προσωπικά τους προβλήματα, προσπαθούν να συμπεριληφθούν σε κοινωνικές ομάδες που τους προσφέρουν κοινωνική και συναισθηματική υποστήριξη. Στην προσχολική ηλικία εμφανίζεται η λεγόμενη τάση δημιουργίας ζευγών - που σημαίνει ότι ένα παιδί χρειάζεται να μοιραστεί τη δραστηριότητά του με το άλλο άτομο σε συμμετρικές σχέσεις που βασίζονται στην ισότητα, το φύλο και την εμφάνιση (Tucker, 2008).

Τα μη λεκτικά παιχνίδια επικοινωνίας μέσω των κινήσεων του σώματος είναι σημαντικά για την ανάπτυξη της δημιουργικής κίνησης και τη βελτίωση των επικοινωνιακών σχέσεων μεταξύ των παιδιών (Pavilidou, 2001). Η γυμναστική θεωρείται επίσης χρήσιμη στη συνεργατική μάθηση, η οποία, όπως έχει δείξει έρευνες, ενισχύει σημαντικά τις κοινωνικές και συναισθηματικές δεξιότητες των μαθητών μέσω του παιχνιδιού, εάν εφαρμοστεί κατάλληλα (Magotsiou & Goudas, 2007; Dyson & Strachan 2000). Είναι προφανές ότι κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού κίνησης, πραγματοποιούνται σημαντικές ψυχοκοινωνικές διαδικασίες, που περιλαμβάνουν ισχυρή κοινωνική αλληλεπίδραση και συναισθηματική ωρίμανση. Σε διάφορες

έρευνες, μεταξύ άλλων μεταβλητών, εξετάστηκε η ανάπτυξη των κοινωνικών σχέσεων και η συνεργασία των παιδιών, είτε μέσω κατάλληλα διαμορφωμένων δραστηριοτήτων της γυμναστικής (Pollatou, 2003) είτε μέσω δραστηριοτήτων εκπαίδευσης και χορού ρυθμικής κίνησης (Pavlidou, 2001). Τα επεμβατικά προγράμματα είχαν προφανή θετική επίδραση στη συνεργασία μεταξύ των παιδιών και μεταξύ των παιδιών και του εκπαιδευτικού. Ένα κοινό συστατικό αυτών των δύο παρεμβάσεων ήταν η επικράτηση της μεθόδου συνεργατικής διδασκαλίας, με τη μορφή συνεταιριστικών εξερευνήσεων και αυτοσχεδιασμών κίνησης σε ζευγάρια και σε μικρές ή μεγαλύτερες ομάδες παιδιών.

1.8 Δημιουργική κίνηση και γνωστική ανάπτυξη στα νήπια

Η μουσική είναι μια παγκόσμια γλώσσα και είναι σημαντικό να κατανοήσουμε πώς μπορεί να βοηθήσει τα παιδιά στη μαθησιακή διαδικασία. Το ερώτημα είναι πώς η μουσική και η κίνηση βοηθούν τα μικρά παιδιά να μάθουν και πώς μπορούμε να βοηθήσουμε στην ενίσχυση της γνωστικής ανάπτυξης χρησιμοποιώντας σχετικές τεχνικές. Πολλές έρευνες έχουν επικεντρωθεί στη σύνδεση μεταξύ της γνωστικής ανάπτυξης και της μουσικής εκπαίδευσης. Ωστόσο, πιο πρόσφατα οι ερευνητές άρχισαν να εστιάζουν στο να κατανοήσουν τη σχέση μεταξύ μουσικής και μάθησης.

Υπήρξε εκτεταμένη έρευνα τις τελευταίες δύο δεκαετίες για την υποστήριξη της χρήσης του τραγουδιού για τη διδασκαλία της φωνολογικής ευαισθητοποίησης, με έμφαση στις ρυθμικές και φωνολογικές δεξιότητες. Ακόμα, έχει γίνει έρευνα για την χρήση των παιδικών τραγουδιών στο να διδάξουν αυτές τις δεξιότητες (Walton, 2014). Σε πολλά παιδικά τραγούδια υπάρχει ρυθμός και επανάληψη. Αυτή η διαδικασία ενισχύει τη μνήμη και τη γνωστική τους ανάπτυξη. Οι διαδικασίες εκμάθησης της μουσικής είναι παρόμοιες με αυτές της εκμάθησης μίας γλώσσας. Επομένως, είναι σημαντικό για τους δασκάλους και τους γονείς να συνδυάζουν βιβλία και ιστορίες, καθώς αυτό προάγει μια διαδικασία εκμάθησης γλωσσικής και μουσικής παιδείας (Cooper, 2010). Πολλά σχολεία σε όλο τον κόσμο τις τελευταίες δεκαετίες έχουν παρατηρήσει τη διαφορά που η μουσική και η κίνηση μπορούν να κάνουν στη ζωή και την εκπαίδευση ενός παιδιού.

Η εκπαιδευτική κοινότητα έχει από καιρό αναγνωρίσει τη σημασία της μουσικής στη πρώιμη παιδική ηλικία. Λόγω της πρόσφατης αύξησης της έρευνας, όσον αφορά τη γνωστική ανάπτυξη και της σύνδεσής της με τη μουσική στη πρώιμη παιδική ηλικία, ερευνητικές μελέτες υποστηρίζουν μία θεωρία ότι οι εκπαιδευτικοί μουσικής, έχουν από καιρό υποψίες, ότι η έκθεση στη μουσική σε νεαρή ηλικία μπορεί να ωφελήσει τη γνωστική ανάπτυξη των παιδιών (Turner, 2018). Για πολλά χρόνια, η μαθησιακή διαδικασία ενσωμάτωνε τα πάντα στη διδασκαλία των παιδιών από μικρή ηλικία και η μουσική, καθώς και η κίνηση δεν αποτελούσαν εξαίρεση. Το πρόγραμμα σπουδών μπορεί να έχει αλλάξει στην τάξη, αλλά η κύρια ιδέα καθώς και ο τρόπος διδασκαλίας στη πρώιμη παιδική ηλικία φαίνεται να είναι οι ίδιοι. Τα παιδιά στην πρώιμη παιδική μαθαίνουν μέσω των εμπειριών τους (Manins, 1994). Μεγάλο μέρος της σημερινής έρευνας, εστιάζεται στη σχέση μεταξύ της ενσωμάτωσης της μουσικής στην τάξη ή στο πρόγραμμα σπουδών και κατά συνέπεια στη γνωστική ανάπτυξη των μικρών παιδιών. Η ερώτηση είναι πώς η μουσική και η κίνηση ενισχύουν τη γνωστική ανάπτυξη στα μικρά παιδιά.

Η μουσική μπορεί να βρεθεί παντού στον κόσμο. Η μουσική έχει γίνει τόσο σημαντικό κομμάτι της ζωής, που πρέπει να υπάρχει έρευνα σχετικά με τα αποτελέσματα που μπορεί να έχει η μουσική, εστιάζοντας στη γνωστική ανάπτυξη της πρώιμης παιδικής ηλικίας. Οι εκπαιδευτικοί, οι γονείς, οι ερευνητές και οι μελετητές ενδιαφέρονται να μάθουν για τις επιπτώσεις της χρήσης μουσικής στην ενίσχυση της γνωστικής ανάπτυξης των παιδιών, στη φωνητική, στο ρυθμό και στη γλώσσα. Υπάρχουν πολλές πτυχές της χρήσης της μουσικής στις οποίες επικεντρώνονται οι ερευνητές, όπως η χρήση τραγουδιού και η κίνησης στη διδασκαλία δεξιοτήτων γραμματισμού και μαθηματικών ικανοτήτων. Δηλαδή, μαθαίνουν μουσική στα παιδιά για να βοηθήσουν στην ενίσχυση της γνωστικής τους ανάπτυξης. Η μουσική είναι ένας τρόπος ζωής για πολλούς, πόσο μάλλον για τα μικρά παιδιά, που όταν ακούνε τα αγαπημένα τους τραγούδια χορεύουν. Πέρα από τη διασκεδαστική πτυχή, υπάρχουν τόσα πολλά οφέλη από την ακρόαση μουσικής, αλλά ακόμα και η διασκέδαση είναι ένα τεράστιο κίνητρο για να ασχοληθούν τα παιδιά για να μάθουν και δεν πρέπει να θεωρείται απλώς ως διασκεδαστική. Σύμφωνα με τον Cooper (2010) τα παιδιά που είναι εξοικειωμένα με τη μουσική και τη γλώσσα είναι περισσότερο διατεθειμένα να

ακούσουν, είναι πιο δεκτικά, βρίσκονται σε εγρήγορση καθώς και είναι πιο ενεργά κατά τη διάρκεια των απαντήσεών τους.

Εδώ και πολύ καιρό οι δάσκαλοι και οι γονείς έχουν χρησιμοποιήσει τη μουσική για να διδάξουν τα παιδιά. Τα περισσότερα παιδικά σόου έχουν μουσική και ελκυστικά τραγούδια, που τα παιδιά τραγουδούν και μαθαίνουν στην πορεία. Η δύναμη του τραγουδιού είναι ισχυρή, ενώ βοηθά τα παιδιά να διατηρούν πληροφορίες και να απομνημονεύουν μοτίβα. Η μουσική δεν έχει μόνο τη δύναμη να διασκεδάσει αλλά και να διδάξει. Σύμφωνα με τον Walton (2014) βρέθηκαν ισχυρές ενδείξεις που να υποστηρίζουν τον ισχυρισμό ότι η εκμάθηση της ανάγνωσης μπορεί να ενισχυθεί με τη χρήση τραγουδιών και της κίνηση, για να διδάξουν τα παιδιά να διαβάζουν, ειδικά εάν οι πρώτες λέξεις που μαθαίνουν τα παιδιά είναι λέξεις που συνήθως γνωρίζουν ως στίχοι σε ένα τραγούδι.

Όταν χρησιμοποιείτε μουσική σε συνδυασμό με κίνηση, τα παιδιά ασχολούνται περισσότερο με όποια ενασχόληση και αν έχουν. Στην τάξη, οι δάσκαλοι χρησιμοποιούν μουσική ξεκινώντας από τα πρώτα χρόνια της παιδικής ηλικίας. Χρησιμοποιούν μουσική για να ξεκινήσουν τη μέρα και να γνωρίσουν ο ένας τον άλλον, για να μάθουν ονόματα, γράμματα και αριθμούς. Στις τάξεις της πρώιμης παιδικής ηλικίας, τα άτομα συχνά μπαίνουν σε ένα δωμάτιο για να ακούνε τραγούδια, ώστε να γίνει πιο ομαλή η μετάβαση από τη μία δραστηριότητα στην άλλη, καθώς και για να τραβήξουν την προσοχή των μαθητών. Όταν τα παιδιά ασχολούνται και συμμετέχουν, είναι πιο πιθανό να διατηρήσουν τις πληροφορίες που τους παρουσιάζονται. Καθώς οι ερευνητές εξετάζουν περισσότερο αυτόν τον τομέα, διαπίστωσαν ότι υπάρχει έλλειψη έρευνας που εστιάζει στις ιδιαιτερότητες της χρήσης μουσικής και κίνησης σε μορφή τραγουδιού. Πολλά άρθρα αναφέρονται στη χρήση της μουσικής ως τρόπο διασκέδασης για παιδιά και δεν βλέπουν τις δυνατότητες που υπάρχουν για να τη χρησιμοποιήσουν ως εργαλείο για τη διδασκαλία σημαντικών δεξιοτήτων και εννοιών με μικρά παιδιά. Πολλά άρθρα αναφέρονται στη διδασκαλία ενός μουσικού οργάνου στα παιδιά ή στα αποτελέσματα της απλής ακρόασης μουσικής. Πολύ λίγοι μιλούν για το πώς διδάσκουν τα παιδιά μέσω τραγουδιών και διάφορων αντίστοιχων ενεργειών.

Το 1998, δημιουργήθηκε ο όρος «Mozart Effect» (φαινόμενο Μότσαρτ). Το φαινόμενο Mozart επικεντρώνεται στις επιδράσεις που έχουν στα παιδιά που ακούνε μουσική ενώ μαθαίνουν ή εξασκούν μια δεξιότητα (Walton, 2014). Με βάση αυτό το αποτέλεσμα συζητήθηκε το πώς η συλλογιστική πορεία της σκέψης των παιδιών μπορεί να βελτιωθεί απλά ακούγοντας στη μουσική που συνέθεσε ο Μότσαρτ (Walton, 2014).

Ωστόσο, υπάρχουν πολύ λίγα πραγματικά πειστικά δεδομένα που υποστηρίζουν αυτήν την ιδέα. Πολλές μελέτες προσθέτουν χρήση μουσικής για να διδάξουν, αλλά λίγοι βλέπουν να το κάνουν μέσω τραγουδιού (Walton, 2014). Ο Walton (2014) υποστηρίζει ότι παρόλο που υπήρχαν συχνές συστάσεις στη διάρκεια των προηγούμενων δύο δεκαετιών για τη χρήση τραγουδιών για τη διδασκαλία φωνολογίας και ανάγνωσης, ιδίως δεξιοτήτων ρυθμού και φωνητικών, υπάρχει μικρή εμπειρική έρευνα που εξέτασε τα αποτελέσματα της χρήσης παιδικών τραγουδιών για να διδάξουν αυτές τις ικανότητες. Τα τελευταία χρόνια, υπήρξε περισσότερη έρευνα που δείχνει συνδέσεις μεταξύ μουσικής και ομιλίας ή γλώσσας.

Πάντα υπήρχε λόγος για τη σύνδεση μουσικής και γλωσσικής ανάπτυξης. Σύμφωνα με τον Wiggins (2007) τη δεκαετία του 1970, υπήρξε ένα ισχυρό επιχείρημα σχετικά με τα αποτελέσματα της μουσικής στην κανονική τάξη. Υπήρξαν σχέσεις ομοιότητας, όσον αφορά τη μουσική κατάρτιση και την εκμάθηση του πώς να διαβάζει ένα παιδί. Όταν διδάσκονται τα παιδιά για να διαβάσουν, μαθαίνουν να διαβάζουν από αριστερά προς τα δεξιά και από πάνω προς τα κάτω, το οποίο είναι το ίδιο για την ανάγνωση μουσικής. Η σχέση μεταξύ της ανάγνωσης και της μουσικής είναι εμφανής και μπορεί να είναι πολύ ευεργετική στο προσχολικό περιβάλλον. Η προσθήκη μουσικής και κίνησης στην καθημερινή εκμάθηση βοηθά τους μαθητές να κάνουν αυτές τις συνδέσεις. Σε αυτές τις περιπτώσεις, προχωρούν πέρα από το να ακούνε μουσική αλλά να διδάσκονται μουσική.

Η χρήση του τραγουδιού σημειώθηκε ως σημαντική για την ανάπτυξη της γλώσσας, για παιδιά της προσχολικής ηλικίας. Η χρήση μουσικής και τραγουδιών στην τάξη δημιουργεί γνώση λεξιλογίου και αυτό-έκφρασης, που είναι δύο στόχοι της εκμάθησης γραμματισμού και μπορούν να συνεργαστούν για την προώθηση της ανάπτυξης και στους δύο τομείς. Η ανάγνωση και η μουσική έχουν και οι δύο πολύ συγκεκριμένες

δομές και μπορούν να προσφέρουν στους μαθητές την ευκαιρία να βελτιώσουν τις αναμνήσεις, τη διάρκεια προσοχής και τις γλωσσικές δεξιότητες τους (Cooper, 2010).

Η χρήση των τραγουδιών και η κίνηση μπορεί να βοηθήσει στην ενίσχυση των δεξιοτήτων γραμματισμού. Η Cooper δηλώνει ότι τα τραγούδια και οι ιστορίες έχουν στενή σχέση μεταξύ τους και έχουν την ικανότητα να ενισχύσουν την ανάπτυξη του εγκεφάλου, να αυξήσουν το λεξιλόγιο και να προωθήσουν τη μελλοντική ακαδημαϊκή επιτυχία. Οι ήχοι και οι θεμελιώδεις δομές της ανάγνωσης και του τραγουδιού ωφελούν από την παιδική ηλικία κιόλας, την πρόοδο των γλωσσικών δεξιοτήτων, την αύξηση της μνήμης και την προώθηση της παιδείας (Cooper, 2010). Στο άρθρο της σχετικά με την αντίδραση του εγκεφάλου χρησιμοποιώντας τραγούδια και ιστορίες, μιλάει για το πώς να συνδεθούν ιστορίες που διδάσκονται σε μικρά παιδιά με τραγούδια και δεξιότητες. Πιστεύει ότι τα τραγούδια και οι ιστορίες έχουν ισχυρή σύνδεση μεταξύ τους, που όλα μαζί συμβάλλουν στην προώθηση της ανάπτυξης του εγκεφάλου των παιδιών. Τα τραγούδια, οι ιστορίες και η αφήγηση, ειδικά για μικρά παιδιά, είναι κοινωνικά περιβάλλοντα μάθησης και είναι η κοινωνική αλληλεπίδραση που προάγει τη σύνδεση μεταξύ ατόμων ενώ υποστηρίζει και επεκτείνει τη μάθηση (Cooper, 2010).

Η Cooper (2010) αναφέρεται επίσης στην έρευνα σχετικά με τις εγκεφαλικές συνδέσεις ότι οι επιστήμονες βρίσκουν νέους τρόπους για να εξερευνήσουν τα παιδιά που μαθαίνουν. Η σύγχρονη τεχνολογία επιτρέπει τώρα την ενδομήτρια φωτογραφία και τη χαρτογράφηση του εγκεφάλου. Υπάρχει έρευνα στους τομείς της ακουστικής διέγερσης του εμβρύου, της ακτινολογίας και της απόκρισης του βρεφικού εγκεφάλου. Θα έπρεπε να υπάρχει μεγαλύτερο ενδιαφέρον και έρευνα σε αυτούς τους τομείς της ανάπτυξης του εγκεφάλου σε μικρά παιδιά. Επίσης δηλώνει ότι το τραγούδι και η ανάγνωση έχουν την ικανότητα να ενισχύσουν την ανάπτυξη του εγκεφάλου, να αυξήσουν το λεξιλόγιο και να προωθήσουν την ακαδημαϊκή επιτυχία. Μέσω της έκθεσης σε αυτούς τους τύπους ήχων, όπως παιδικοί ρυθμοί και ψαλμοί, τα παιδιά αρχίζουν να ασχολούνται με αυτό το μουσικό περιβάλλον το οποίο μπορεί να καλλιεργήσει τις μουσικές «συνομιλίες» των παιδιών. Η συμμετοχή σε αυτόν τον τύπο δραστηριότητας μπορεί να βοηθήσει στην προώθηση της γλώσσας, της προσοχής και των δεξιοτήτων μνήμης. Τα παιδικά βιβλία μπορούν να έχουν πιο μοναδικό λεξιλόγιο

στο οποίο τα παιδιά να εκτίθενται καθημερινά, αποδεικνύοντας έτσι τη σημασία της υψηλής έκθεσης στην ποιοτική λογοτεχνία (Cooper, 2010).

Ο Walton είναι γνωστός για την έρευνά του στον τομέα της χρήσης μουσικής και κίνησης για τη διδασκαλία δεξιοτήτων πριν από την ανάγνωση. Έχει γράψει πολλά άρθρα και έχει συμμετάσχει σε διερευνητικές μελέτες. Μία από αυτές τις μελέτες το 2014, ασχολήθηκε με τη χρήση του τραγουδιού και της κίνησης για να διδάξει αυτές τις δεξιότητες σε μαθητές νηπιαγωγείου. Σε αυτή τη μελέτη, στις τάξεις του νηπιαγωγείου δόθηκαν τυχαία ομάδες τραγουδιών όπου μερικές συνδύασαν την κίνηση και τη χορωδία για να διδάξουν φωνολογικές δεξιότητες και ανάγνωση λέξεων καθώς οι υπόλοιπες ομάδες παιδιών έλαβαν τα κανονικά προγράμματα γραμματισμού για ίσο χρονικό διάστημα (Walton, 2014). Τα νήπια δοκιμάστηκαν σε αυτές τις δεξιότητες πριν ξεκινήσουν, καθώς και δοκιμάστηκαν πάλι και μετά από διάστημα 12 εβδομάδων. Ως αποτέλεσμα αυτού, βρήκαν ότι τα παιδιά και στις δύο ομάδες είχαν την ίδια αύξηση στο ρυθμό και στην αναγνώριση λέξεων. Ωστόσο, η ομάδα που είχε τραγούδια μπόρεσε να διαβάσει ευκολότερα λέξεις που δεν τους είχαν δοθεί από πριν. Στη συζήτησή τους σχετικά με αυτήν τη μελέτη, διαπίστωσαν ότι η έρευνά τους βοήθησε να καλύψουν ορισμένα κενά στις επιδράσεις που έχει το τραγούδι και η κίνηση για τη διδασκαλία δεξιοτήτων γραμματισμού. Σε αντίθεση με άλλες έρευνες, χρησιμοποίησαν τραγούδια και κίνηση για να επικεντρωθούν στις δεξιότητες των παιδιών. Δηλαδή ξέφυγαν από το πλαίσιο που εξετάζει τη σχέση μεταξύ της ανάγνωσης γενικώς και της μουσικής. Συμπερασματικά, τα ευρήματα αυτή της μελέτης υποστηρίζουν την ιδέα ότι το τραγούδι μπορεί να χρησιμοποιηθεί άμεσα για να διδάξει δεξιότητες προ-ανάγνωσης (Walton, 2014). Ο Walton ψάχνει για περαιτέρω έρευνα που θα βοηθήσει στην καλύτερη κατανόηση της γνωστικής και νευρολογικής συλλογιστικής πίσω από τη σύνδεση των δεξιοτήτων τραγουδιού και ανάγνωσης.

Σε ένα άλλο άρθρο, ο Salmon (2010) εξετάζει πώς η χρήση μουσικής μπορεί να προωθήσει τη σκέψη και να αυξήσει τις δεξιότητες γραμματισμού. Ο Salmon αναφέρει ότι η μουσική είναι εγγενής στις εμπειρίες των παιδιών και σχετίζεται με ήχους που ακούγονται καθημερινά, οι οποίοι διευκολύνουν την ψυχική εικόνα. Η μουσική είναι μια γλώσσα μάθησης που τελικά κάνει τα παιδιά να μιλούν, να διαβάζουν, να σχεδιάζουν και να γράφουν. Σε αυτό το άρθρο, ο Salmon (2010) διεξάγει ένα άλλο

ερευνητικό έργο δράσης που λαμβάνει χώρα από το προσχολικό περιβάλλον έως την πρώτη τάξη καθώς και σε ένα σχολείο που εφαρμόζεται η μέθοδος Reggio. Και οι δύο ομάδες είχαν εκπαιδευτικούς που πήγαν σε σεμινάρια σχετικά με την εφαρμογή της μουσικής στις δεξιότητες σκέψης, ανάγνωσης και γραμματισμού των παιδιών. Οι εκπαιδευτικοί κράτησαν ημερολόγια για την πρόοδο, βιντεοσκοπήθηκαν και φωτογραφήθηκαν επίσης. Ο Salmon (2010) δηλώνει ότι, σύμφωνα με τον Gardner, η μουσική νοημοσύνη είναι η πρώτη νοημοσύνη που αναπτύχθηκε και η χρήση μουσικής για μάθηση αποδίδεται στη μουσική νοημοσύνη του ατόμου. Η μουσική νοημοσύνη αποδίδεται όχι μόνο σε όσους είναι ικανοί να παίζουν όργανο ή να τραγουδούν, αλλά και σε εκείνους που προτιμούν να χρησιμοποιούν ήχους και μουσική για να κατανοήσουν κάτι ή να εκφραστούν. Συμπερασματικά, διαπίστωσε ότι η μουσική και το ηχητικό περιβάλλον προτρέπουν τα παιδιά σε δημιουργικά και φανταστικά ταξίδια στο μυαλό τους. Όταν τα παιδιά εκτίθενται νωρίς στη μουσική και τη διδασκαλία γλωσσών και δεξιοτήτων γραμματισμού, μπορούμε να επισπεύσουμε τις ικανότητες τους στην ακρόαση, στη γραπτή και στη λεκτική τους γλώσσα (Salmon, 2010).

Ενώ οι Walton (2014) και ο Salmon (2010) επικεντρώθηκαν σε αυτές τις μελέτες για να δείξουν τη σύνδεση μεταξύ μουσικής και κίνησης με δεξιότητες γραμματισμού, όπως ομοιοκαταληξίας και άλλες δεξιότητες προ-ανάγνωσης, ο Manins (1994) εξέτασε τη σύνδεση μεταξύ γλώσσας και μουσικής μέσω της ένταξης στο πρόγραμμα σπουδών. Ο Manins (1994) αναφέρει ότι «υπάρχει ένας προφανής σύνδεσμος μεταξύ μουσικής και γλώσσας επειδή και οι δύο εξαρτώνται από την αντίληψη, τη λήψη και την παραγωγή ηχητικών μοτίβων. Επίσης πραγματεύεται τη διαδικασία ανάγνωσης και το ρόλο του δασκάλου και του μαθητή. Ξεκινάει με την ανάγνωση από τους δασκάλους στους μαθητές, ίσως ένα μεγάλο βιβλίο, έτσι ώστε να δουν και εικονογραφήσεις. Η εστίασή του είναι στη διαδικασία της αφήγησης ιστοριών στην οποία συμμετέχει ο δάσκαλος. Ο δάσκαλος διαβάζει εκφραστικά, επαναλαμβάνει λέξεις και καλεί τα παιδιά να συμμετάσχουν στην ιστορία. Τα παιδιά δίνουν προσοχή στους ήχους και τις εκφράσεις τόσο στο σώμα όσο και στη φωνή των εκπαιδευτικών. Αυτά είναι παρόμοια με τις μουσικές δεξιότητες. Μέσα από την αφήγηση, εργαζόμαστε για να είμαστε συντονισμένοι, να κινούμαστε στο χρόνο, το βήμα, τις έννοιες του ρυθμού, δυνατά και μαλακά, γρήγορα και αργά, ακόμη και ψηλά και χαμηλά (Manins, 1994).

Εκτός από τις δεξιότητες γραμματισμού που μπορούν να ενισχυθούν μέσω της μουσικής και της κίνησης, μέσω της έρευνα έχει βρέθηκαν βαθιές συνδέσεις μεταξύ μουσικής, κίνησης και μαθηματικών. Δύο ερευνητές, οι Kamile Geist και Eugene Geist (2008), εξετάζουν τη χρήση της μουσικής για την υποστήριξη των μαθηματικών. Οι δεξιότητες των μαθηματικών μοιάζουν πολύ με τις δεξιότητες ανάγνωσης ή του γραμματισμού. Είναι ιδέες και έννοιες που συλλέγονται ή διδάσκονται πολύ νωρίς στη ζωή. Η ιδέα είναι, ότι η μουσική είναι μια από τις πρώτες μορφές επικοινωνίας ενός παιδιού και πρακτικά είναι και η πρώτη τους αλληλεπίδραση με τα μαθηματικά. Στην έρευνά τους, διαπίστωσαν ότι τα μαθηματικά και η μουσική έχουν επιρροή τον εγκέφαλο όταν εκτίθενται από πολύ νωρίς στη ζωή. Γνωρίζουμε, για παράδειγμα, ότι η μουσική περιέχει πολλά μαθηματικά στοιχεία στη βασική της δομή. Μουσικά στοιχεία όπως ρυθμός, όγκος, μελωδία και αρμονία έχουν εγγενείς μαθηματικές έννοιες όπως η χωρική συνειδητοποίηση, η αλληλουχία, η μέτρηση, το μοτίβο και η μεταξύ τους αντιστοίχιση (Geist & Geist, 2008).

Η κίνηση είναι επίσης μέρος αυτής της ιδέας αυτής και ο Geist διαπιστώνει ότι τα παιδιά δυσκολεύονται να μην ανταποκριθούν στη μουσική, έτσι προσελκύοντας το παιδί, προσελκύεται και η προσοχή του. Ακόμα και όσον αφορά τα μωρά, ασχολούμαστε με τη μουσική διδασκαλία τους, για να τα διδάξουμε αυτές τις μαθηματικές έννοιες. Όταν οι γονείς κουνάνε το παιδί τους ή του τραγουδούν, του διδάσκουν το ρυθμό και τα σχέδια της μουσικής και της κίνησης. Το σώμα μας δεν μπορεί παρά να αντιδράσει φυσιολογικά στο μουσικό ερέθισμα. Για παράδειγμα, είναι πολύ δύσκολο για το παιδί να μην κινηθεί στο ρυθμό όταν ακούει ένα τραγούδι ή ένα όργανο όπως ένα τύμπανο που παίζεται (Geist & Geist, 2008). Αυτή η ιδέα δείχνει ότι υπάρχει πραγματικά μια σύνδεση στη γνωστική ανάπτυξη ενός παιδιού μέσω τη μουσικής και της κίνησης. Τα παιδιά ασχολούνται φυσικά με τους ήχους και τις κινήσεις που σχετίζονται με τη μουσική. Ακόμα και όταν διαβάζουμε στα παιδιά, χρησιμοποιούμε μοτίβα και ρυθμό μέσω της επανάληψης. Τα παιδιά είναι σε θέση να προβλέψουν τι πρόκειται να ειπωθεί και να επαναλάβουν ιστορίες που έχουν σχεδιαστεί για να βοηθήσουν στην ενίσχυση αυτής της ικανότητας.

Οι Geist και Geist (2008) αργότερα διεξήγαγαν έρευνα για να διερευνήσουν περαιτέρω την ιδέα των παιδιών που μαθαίνουν μέσω των σχεδίων της μουσικής και

του ρυθμού και της μελωδίας. Συνεργάστηκαν με την Kathleen Kuznik που βοήθησε στη διεξαγωγή αυτής της έρευνας. Σε αυτό το άρθρο, η εστίαση επικεντρώνεται περισσότερο στα μοτίβα και τις επιπτώσεις στον εγκέφαλο σε βρέφη και μικρά παιδιά. Έχουν βρεθεί συνδέσεις μέσω της μουσικοθεραπείας που υποδηλώνουν ότι η μουσική και τα μαθηματικά σχετίζονται στην πραγματικότητα με την ανάπτυξη του εγκεφάλου από πολύ νωρίς στη ζωή. Φαίνεται ότι η μουσική συνδέεται με τα πρωτεύοντα μέρη του εγκεφάλου. Επεξεργαζόμαστε συνήθως σταθερό ρυθμό δεδομένων στον πρόωρο φλοιό του εγκεφάλου, μια περιοχή που σχετίζεται επίσης με την προσοχή. Επομένως, είναι πιθανό ότι η ακρόαση ενός σταθερού ρυθμού κατά τη διάρκεια των μαθηματικών δραστηριοτήτων διδασκαλίας στην τάξη της πρώιμης παιδικής ηλικίας, θα μπορούσε να προωθήσει την καλύτερη προσοχή και την αυξημένη συμμετοχή στα μικρά παιδιά (Geist, 2012).

Δεδομένου ότι η χρήση της μουσικής και της κίνησης πρόκειται να ερευνηθεί περισσότερο, οι εκπαιδευτικοί έχουν επίσης αρχίσει να καταλαβαίνουν τη σημασία όλων αυτών των συνδέσεων. Η Shilling (2002) αρχικά ήταν δασκάλα μουσικής πριν ασχοληθεί με το περιβάλλον της παιδικής ηλικίας. Χρησιμοποίησε το μουσικό της υπόβαθρο για να κατευθύνει τη διδασκαλία της και να εξερευνήσει μαθηματικές έννοιες μέσω της μουσικής. Η Shilling τονίζει ότι ως μουσικός, ξέρει ότι η μουσική συμβάλλει στην τόνωση της γλωσσικής ανάπτυξης και των κοινωνικών αλληλεπιδράσεων. Βοηθά τα παιδιά να μάθουν για τον εαυτό τους και για άλλους πολιτισμούς. Επίσης χρησιμοποίησε τη γνώση της για τη μουσική και τα μαθηματικά για να διδάξει στα παιδιά να χρησιμοποιούν και τις δύο ιδέες μαζί. Στηρίχθηκε στην ιδέα ότι η μαθηματική σκέψη και η μουσική εξαρτώνται από τα μοτίβα. Τα ρυθμικά μέρη της μουσικής σε συνδυασμό με τη γλώσσα, δημιουργούν ευκαιρίες για εξερεύνηση αυτών των μαθηματικών εννοιών μέσα από εμπειρίες με διάρκεια ήχων, ρυθμών και ρυθμικών σχημάτων (Shilling, 2002).

Η Shilling (2002) εντοπίζει και δίνει παραδείγματα για το τι είχαν κάνει και οι συνάδελφοί της στις τάξεις. Ένα παράδειγμα που χρησιμοποιήθηκε ήταν η χρήση ρυθμού για να διδάξει στα παιδιά συλλαβές ονομάτων. Θα χειροκροτούσαν, λέγοντας το όνομά τους καθώς και τα ονόματα των συμμαθητών τους. Κάνοντάς το αυτό, ήταν πολύ δύσκολο να κινηθούν πέρα από το κάθε χτύπημα και να μετρήσουν τις συλλαβές.

Ήταν σε θέση να βάλουν τα πράγματα μαζί και να αρχίσουν να συγκρίνουν και να αντιπαραβάλουν αυτά που ακούνε. Κάνοντας αυτή τη δραστηριότητα, ο δάσκαλος μπόρεσε να κάνει επεκτάσεις που οδήγησαν σε πιο καλή διαμόρφωση και να φτιάξει γραφική παράσταση των ευρημάτων τους (Shilling, 2002).

Η έρευνα της κατέληξε στο συμπέρασμα ότι η μουσική και τα μαθηματικά μπορούν να είναι ευεργετικά. Η ενσωμάτωση της μουσικής σε δραστηριότητες βοηθά τα παιδιά να κατανοήσουν τα μαθηματικά καθώς και η κίνηση παρέχει έναν τρόπο στα τα παιδιά να αναπτύξουν τη λογική τη μαθηματική, μουσική καθώς και τη ρυθμική νοημοσύνη τους με τρόπους που ίσως δεν είχαμε εξετάσει πριν. Όταν τα παιδιά έχουν την ευκαιρία να πειραματιστούν και να εξερευνήσουν τις μαθηματικές ιδέες χρησιμοποιώντας μουσική, είναι πιο αφοσιωμένα και βοηθούν στην ανάπτυξη μιας σχέσης μεταξύ των δύο. Στις τάξεις της πρώιμης παιδικής ηλικίας, τα παιδιά μπαίνουν με το υπόβαθρο της μουσικής και τα μοτίβα και τους ρυθμούς που τα συνοδεύουν. Τα παιδιά ακούνε μουσική σε πολλά μέρη, όπως στο ραδιόφωνο ή στην τηλεόραση. Αυτό δείχνει ότι η μουσική είναι πολύ φυσικό μέρος της ζωής ενός παιδιού πριν καν αρχίσουν το σχολείο. Όσο περισσότερο μπορούμε να ενσωματώσουμε τη μουσική μέσω του προγράμματος σπουδών που διδάσκουμε, τόσο πιο αποτελεσματικό μπορεί να είναι για τους μαθητές μας (Shilling, 2002).

Η μουσική μπορεί να βοηθήσει τα παιδιά να αναπτυχθούν σε τόσους πολλούς τομείς. Είναι σαφές ότι είναι ένα μέρος της καθημερινής ζωής στο σπίτι καθώς και είναι ωφέλιμο και στην τάξη. Εάν μπορούμε να μάθουμε περισσότερα σχετικά με τη χρήση μουσικής στην τάξη, μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε αυτό το πλεονέκτημα για να χρησιμοποιήσουμε τις γνώσεις του παιδιού για να βελτιώσουμε καλύτερα τις γνωστικές τους δεξιότητες. Ο Walton διαπίστωσε επίσης μέσω της μελέτης του ότι η χρήση τραγουδιών μπορεί να διευκόλυνε τις διαδικασίες μακροχρόνιας μνήμης (Walton, 2014). Όταν αξιοποιούμε την πραγματική δυνατότητα χρήσης μουσικής και κίνησης στην τάξη, μπορούμε να διδάξουμε στους μαθητές μας καλύτερα.

Η έρευνα σχετικά με τη χρήση της μουσικής ήταν πολύ σαφής σχετικά με τα οφέλη των παιδιών να αναπτυχθούν νοητικά, αλλά υπάρχει έρευνα που επικεντρώνεται αποκλειστικά στο μέρος της κίνησης. Τα τραγούδια δεν είναι το μόνο καθημερινό μέρος μιας τυπικής τάξης της πρώιμης παιδικής ηλικίας, αλλά είναι και η κίνηση. Είναι

πολύ δύσκολο για τα παιδιά να μην κινούνται, ειδικά όταν ακούνε μουσική. Η σύζευξη αυτών των δύο ενεργειών έχει νόημα. Η κίνηση μπορεί να βελτιωθεί μέσω της μουσικής (Gillespie & Glider 2008). Η κίνηση βοηθά επίσης στην προώθηση της κριτικής σκέψης και της επίλυσης προβλημάτων σε περιβάλλοντα πρώιμης παιδικής ηλικίας. Η δημιουργική κίνηση είναι ένας πολύ καλός τρόπος για να ενθαρρυνθούν τα μικρά παιδιά να αναπτύξουν αυτά τα προβλήματα και να μάθουν να εκφράζουν τις ιδέες και τα συναισθήματά τους μέσω της κίνησης (Marigliano & Russo, 2011). Ο Marigliano και ο Russo, συνεργάζονται σε ένα άρθρο που εστιάζει στην ιδέα της κίνησης σωμάτων και μυαλού. Συγκεκριμένα, εξετάζουν τα οφέλη της κίνησης στη τάξη που βοηθάει την ανάπτυξη της κριτικής τους σκέψης και την επίλυση προβλημάτων ικανότητας.

Σε αυτό το άρθρο εξετάζουν σε βάθος τη χρήση της κίνησης, για τη μετακίνηση των μυών του μυαλού και την προώθηση εμπειριών κίνησης. Υπάρχει μια σχέση μεταξύ των εμπειριών κίνησης και της γλώσσας, τόσο δεκτική όσο και εκφραστική. Κατά την διαμόρφωση των μυών του μυαλού, τα παιδιά καλούνται να σκεφτούν τις προηγούμενες εμπειρίες τους και να χρησιμοποιήσουν τη μνήμη τους για να κάνουν σχέσεις και συγκρίσεις με βάση ορισμένα κριτήρια. Η πρόσκληση των παιδιών να μοιραστούν εμπειρίες και ιδέες και να συγκρίνουν τις δικές τους, όχι μόνο τους ενθαρρύνει να χρησιμοποιούν αυτήν τη μνήμη πιο βαθιά, αλλά μπορούν επίσης να παράγουν λόγο, ο οποίος θα ακολουθηθεί από την κίνηση. Όταν οι κινήσεις του σώματος συνδυάζονται με τη γλώσσα και η γλώσσα συνδυάζεται με τις αισθητηριακές κινητικές εμπειρίες, τα παιδιά έχουν δύο τρόπους να κατανοήσουν τις εμπειρίες τους. Αυτή η σωματική κινητική και γλωσσική σύνδεση ενθαρρύνει τα παιδιά να θυμούνται και να χρησιμοποιούν την περιγραφική κίνηση και να ανακαλύπτουν νέους τύπους κινήσεων (Marigliano & Russo, 2011).

Οι μαθητές στην πρώιμη παιδική ηλικία απολαμβάνουν απόλυτα να ανταποκρίνονται στη μουσική και να κινούνται. Φαίνονται πραγματικά ενθουσιασμένοι και διασκεδαστικοί όταν κουνιούνται με τη μουσική που ακούνε. Το Υπουργείο Παιδείας των ΗΠΑ αναφέρει ότι πολλά παιδιά δημοτικού σχολείου λαμβάνουν μόνο 15 λεπτά διαλλείματος ή λιγότερα. Για πολλά παιδιά, το σχολείο είναι το κύριο περιβάλλον για να είναι ενεργά (Hicks et al., 2012). Αυτά τα στατιστικά

στοιχεία είναι τρομερά ευρήματα και μας δείχνουν ότι η σωματική δραστηριότητα και η κίνηση πρέπει να αποτελούν μεγάλο μέρος του καθημερινού προγράμματος στην τάξη. Τα παιδιά συνήθως μαθαίνουν κάνοντας και θα πρέπει να βρούμε τρόπους να βρίσκονται σε κίνηση και να μαθαίνουν ταυτόχρονα. Εκτός από το γεγονός ότι αποδεικνύεται ότι βοηθά τα παιδιά να μάθουν, τα κάνει πιο ενεργά σωματικά, σε καθημερινή βάση. Η κίνηση είναι επίσης μια ευκαιρία για τους μαθητές να μάθουν για τον εαυτό τους, το περιβάλλον, και τους γύρω τους (Hicks et al., 2012).

Η κίνηση στις αρχές της παιδικής ηλικίας βοηθά στη δημιουργία θεμελίων για μελλοντική σωματική κίνηση αργότερα και βοηθάει τα παιδιά να γίνουν ενεργά. Η κίνηση δίνει στα παιδιά την ευκαιρία να είναι δημιουργικοί και να εκφραστούν σε ένα αυθεντικό μαθησιακό περιβάλλον που μπορούν να δημιουργήσουν οι εκπαιδευτικοί. Οι εκπαιδευτικοί πρέπει να ενθαρρύνουν τη φαντασία ενός παιδιού με μουσική και κινήσεις (Hicks et al., 2012). Στις αίθουσες διδασκαλίας, οι εκπαιδευτικοί μπορούν να ενθαρρύνουν τα παιδιά να περπατούν με πολλούς διαφορετικούς τρόπους αντί να μιμούνται, ακόμα και να διδάσκουν στα παιδιά να μάθουν για τον προσωπικό τους χώρο δίνοντάς τους καθήκοντα που εστιάζουν στη διαμονή στη δική τους περιοχή (Marigliano & Russo, 2011). Τα παιδιά είναι τόσο δραστήρια σε αυτή τη νεαρή ηλικία και μπορούμε να το εκμεταλλευτούμε για να τα κάνουμε να συμμετέχουν και να επικεντρωθούμε στη μουσική και τις κινήσεις, ενώ τους διδάσκουμε ακαδημαϊκές δεξιότητες. Αυτά τα μικρά παιδιά μπορούν να επωφεληθούν να βιώσουν τη μουσική μέσα από τις αισθήσεις ακοής και αφής ενώ εξερευνούν επίσης την ομιλία τους. Σε αυτήν την ηλικία, τα παιδιά είναι πολύ πιο πιθανό να συμμετάσχουν ακούγοντας μουσική και παράλληλα να κινούνται και όχι απλώς να παρατηρούν άλλους. Όταν η δραστηριότητα της μουσικής και της κίνησης είναι μαγευτική και διασκεδαστική, τα παιδιά πρόκειται να ενταχθούν και να ασχοληθούν περισσότερο. Αυτές οι δραστηριότητες προσφέρουν καθημερινές ευκαιρίες στα παιδιά να αναπτυχθούν και να μάθουν σε αυθεντικά περιβάλλοντα με προσεκτική προσοχή από τους ενήλικες (Hicks et al., 2012).

Όταν τα παιδιά ασχολούνται και συμμετέχουν στη δημιουργική κίνηση, βελτιώνουν αυτές τις δεξιότητες σκέψης και επίλυσης προβλημάτων, ενώ αλληλοεπιδρούν κοινωνικά με τους συνομηλίκους τους. Όταν ασχολούνται με αυτούς τους τύπους

δραστηριοτήτων, μαθαίνουν να σκέφτονται πριν ενεργήσουν, γίνονται πιο προσανατολισμένοι στη λεπτομέρεια και αρχίζουν να συγκρίνουν και να αντιπαραβάλλουν τις εμπειρίες τους (Marigliano & Russo, 2011). Όταν τα παιδιά είναι τόσο δραστήρια, είναι επίσης σε θέση να παραμένουν συγκεντρωμένα για μεγαλύτερες χρονικές περιόδους και να συμμετέχουν σε πολύ υψηλότερο επίπεδο. Οι ολοκληρωμένες δραστηριότητες μουσικής και κινήσεων αποτελούν συστατικά ενός υψηλής ποιότητας εκπαιδευτικού προγράμματος προσχολικής εκπαίδευσης. Όταν οι δάσκαλοι και τα μέλη της οικογένειας καταλαβαίνουν πώς να παρέχουν κατάλληλες σωματικές δραστηριότητες τα παιδιά βιώνουν τη χαρά της μουσικής και της κίνησης.

Η έρευνα αρχίζει να είναι πιο διαδεδομένη στα αποτελέσματα και τα οφέλη από τη χρήση μουσικής και κίνησης στην τάξη. Ωστόσο, αρχίζουν να ερευνώνται και άλλοι τομείς, όπως η συχνότητα της μουσικής και της κίνησης που χρησιμοποιούνται στην τάξη. Το 2008 πραγματοποιήθηκε μελέτη για τον προσδιορισμό της συχνότητας της μουσικής στην τάξη και του τρόπου με τον οποίο οι εκπαιδευτικοί χρησιμοποιούσαν μουσική και κίνηση. Οι Gillespie και Glider διεξήγαγαν αυτήν τη μελέτη για να μάθουν πώς και ποιοι δάσκαλοι χρησιμοποιούσαν μουσική για να επιταχύνουν τη μάθηση των παιδιών τόσο σε ακαδημαϊκούς όσο και σε κοινωνικούς τομείς δεξιοτήτων, συμπεριλαμβανομένων ρουτίνων και χρόνων μετάβασης κατά τη διάρκεια της ημέρας. Πιστεύουν ότι τα παιδιά γεννιούνται με φυσικές μουσικές ικανότητες που είναι παρόμοιες με τις φυσικές δυνατότητες της γλώσσας. Η πλήρης μουσική ικανότητα ποικίλλει προφανώς σε κάθε παιδί. Τα γνωστά αποτελέσματα της μουσικής στην ανάπτυξη του εγκεφάλου των μικρών παιδιών είναι στην πραγματικότητα αρκετά περιορισμένα. Από την έρευνα που γίνεται σε ζώα και ανθρώπους μπορεί να συναχθεί ότι η μουσική μπορεί να αυξήσει το μέγεθος της περιοχής του εγκεφάλου όπου επεξεργάζονται μουσικοί ήχοι, παρόλο που δεν είναι ακόμη σαφές εάν η μουσική μπορεί να παράγει θετικά αποτελέσματα σε μικρά παιδιά ή εάν αυτά τα αποτελέσματα θα έχουν αλλάξει από την παιδική ηλικία μέχρι την παιδική ηλικία ή την ενηλικίωση (Gillespie & Glider, 2008).

Δίνουν έμφαση στην πρόσφατη έρευνα για τη διαδικασία του τρόπου με τον οποίο χρησιμοποιείται η μουσική, παρά στο πώς αντιλαμβάνονται τα παιδιά τη μουσική σε αυτές τις πρώτες τάξεις της παιδικής ηλικίας. Το αποτέλεσμα του Μότσαρτ αναφέρεται

σε σχέση με την έλλειψη στοιχείων για μαθητές προσχολικής ηλικίας. Το αποτέλεσμα του Μότσαρτ δεν μπόρεσε να αναπαραχθεί από ερευνητές που μελετούν παιδιά προσχολικής ηλικίας και ένας πιθανός λόγος μπορεί να είναι το γεγονός ότι τα νευρικά δίκτυά τους δεν έχουν αναπτυχθεί πλήρως σε αυτήν την ηλικία (Gillespie & Glider, 2008). Μερικοί ερευνητές λένε ότι κατά τη διάρκεια συγκεκριμένων περιόδων, ο εγκέφαλος μπορεί να περάσει από κρίσιμα σημεία ανάπτυξης, όπου δημιουργείται υπερβολικός αριθμός συνάψεων που σχηματίζονται σε τρεις περιοχές του εγκεφάλου, τον οπτικό, ακουστικό και προμετωπιαίο φλοιό (Strickland, 2012). Έχει βρεθεί ότι οι δεξιότητες φωνολογικής επεξεργασίας και πρώιμης προ-ανάγνωσης σχετίζονται άμεσα με τις δεξιότητες μουσικής αντίληψης μεταξύ των παιδιών προσχολικής ηλικίας. Δεν είναι σαφές γιατί συμβαίνει αυτό, αλλά οι ερευνητές θεωρούν ότι ο ακουστικός μηχανισμός στον εγκέφαλο είναι κοινός για αυτές τις θέσεις εργασίας (Gillespie & Glider, 2008).

Οι Cooper (2010) και Bintz (2010) είναι δύο ερευνητές που εστίασαν πραγματικά στη χρήση τραγουδιών στη διδασκαλία μικρών παιδιών. Πιστεύουν ακράδαντα ότι η ενσωμάτωση του τραγουδιού με ιστορίες και μαθήματα θα ενισχύσει και θα εμπλέξει τα παιδιά περισσότερο στη διαδικασία μάθησης. Ο Bintz (2010) είναι εκπαιδευτικός που διδάσκει ένα μεταπτυχιακό μάθημα για την ανάγνωση και γραφή σε όλους τους τομείς. Ο ίδιος έμαθε τόσα πολλά από τους γονείς του επειδή του τραγουδούσαν. Έχει διερευνήσει αυτήν την ιδέα και βρήκε έναν τρόπο να μας βοηθήσει να προωθήσουμε τη μάθηση μέσω του τραγουδιού για μικρά παιδιά. Το τραγούδι χρησιμοποιείται εδώ και πολύ καιρό ως εκπαιδευτική στρατηγική στην ανάπτυξη του γραμματισμού. Υποστηρίζει και ενισχύει την προσωπική έκφραση, χτίζει την κοινότητα και συνδέει την ανάγνωση και τη γραφή εύκολα και φυσικά. Το τραγούδι βοηθά τους μαθητές να μάθουν φωνητικά και βελτιώνει τη φωνητική ευαισθητοποίηση (Bintz, 2010). Ο Cooper (2010) πιστεύει επίσης ότι ως εκπαιδευτικοί πρέπει να εκμεταλλευτούμε τη χρήση της μουσικής διότι ως εκπαιδευτικοί μουσικής, καταλαβαίνουμε επίσης ότι είτε νέοι είτε μεγάλοι, το τραγούδι μας συνδέει και προσθέτει νόημα στη ζωή μας.

Η συγκεκριμένη μελέτη πραγματοποιήθηκε σε πέντε αίθουσες προσχολικής ηλικίας που διέφεραν μεταξύ των αρχικών σχολείων και των ιδιωτικών σχολείων προσχολικής ηλικίας. Σε αυτήν τη μελέτη, τεκμηρίωσαν μόνο πότε και πώς οι δάσκαλοι

χρησιμοποίησαν μουσική στην τάξη, δεν συλλέχθηκαν δεδομένα από τους πραγματικούς μαθητές. Κάθε τάξη παρατηρήθηκε για συνολικά 24 ώρες σε διάστημα τεσσάρων μηνών (Gillespie & Glider, 2008). Πολλά πράγματα προέκυψαν από τη μελέτη, όπως η κατανόηση του τρόπου κατηγοριοποίησης της χρήσης της μουσικής και της συχνότητας της χρήσης της. Κατά τη διάρκεια της μελέτης, είχαν συνολικά 120 ώρες για παρατήρηση. Κατά τη διάρκεια αυτής της περιόδου, διαπίστωσαν ότι οι περισσότεροι δάσκαλοι χρησιμοποίησαν μουσική και κίνηση κατά τη διάρκεια μεγάλων ομάδων. Όλοι οι δάσκαλοι χρησιμοποίησαν μουσική πιο συχνά κατά τη διάρκεια των ομαδικών ωρών, 50% των παρατηρούμενων χρήσεων της μουσικής. Ο δεύτερος συχνότερος χρόνος για τη χρήση της μουσικής ποικίλλει ανάλογα με τον δάσκαλο.

Κατά τη διάρκεια της ομάδας, οι καθηγητές τραγουδούν καθημερινά τραγούδια με τα παιδιά σχετικά με τον καιρό, το ημερολόγιο, τους αριθμούς και τα γράμματα. Ο χρόνος που αφιερώθηκε ειδικά για τη μουσική και την κίνηση χρησιμοποιήθηκε πάντα για το σκοπό αυτό, αλλά κατά μέσο όρο αυτές οι χρήσεις της μουσικής ήταν μόνο το 14% των συνολικών χρήσεων της μουσικής κατά τη διάρκεια της ημέρας (Gillespie & Glider, 2008).

Οι εκπαιδευτικοί χρησιμοποίησαν τη μουσική με ρουτίνες, αλλά και με πιο αυθόρμητους τρόπους όλη την ημέρα. Αυτοί οι αυθόρμητοι τρόποι αντικατοπτρίζουν τη χρήση της μουσικής από τους δασκάλους ειδικά για την εκμάθηση και τη συμπεριφορά των παιδιών. Οι εκπαιδευτικοί συχνά στρέφονταν στη μουσική για να βοηθήσουν τα παιδιά να συμπεριφέρονται με έναν συγκεκριμένο τρόπο ή να τους βοηθήσουν να βρουν απαντήσεις σε ερωτήσεις όπως: «ποιος είναι ο καιρός σήμερα;». Ενώ αυτή η μελέτη δεν παρομοιάζει τις τυπικές αίθουσες διδασκαλίας, μας δίνει μια ιδέα για το πώς χρησιμοποιούν οι δάσκαλοι τη μουσική και την κίνηση και τι μπορούμε να κάνουμε στην τάξη. Η χρήση μουσικής μπορεί πραγματικά να είναι επωφελής καθώς αυτά ήταν τα περισσότερα παραδείγματα χρήσης μουσικής και κίνησης σε αυτή τη μελέτη (Gillespie & Glider, 2008).

Συμπερασματικά, είναι προφανές ότι η έρευνα αποδεικνύει ότι η μουσική και η κίνηση βοηθούν στην ενίσχυση της γνωστικής ανάπτυξης σε μικρά παιδιά. Η έρευνα δείχνει ένα όφελος από τη χρήση μουσικής στα μαθηματικά και τον αλφαριθμητισμό,

καθώς και σε άλλους τομείς όπως τη κοινωνικότητα, τη συναισθηματική νοημοσύνη και τη συμπεριφορά. Υπάρχουν όλο και περισσότερες μελέτες που διεξάγονται για να συνεχίσουν να μαθαίνουν για αυτήν τη διαδικασία και να κατανοήσουν τις επιπτώσεις στην ανάπτυξη του εγκεφάλου. Πάντα η μουσική ήταν ένα εργαλείο για να διδαχθούν τα παιδιά, αλλά πλέον βρίσκουμε περισσότερους τρόπους για να το κάνουμε σκόπιμα στην τάξη ή και στο σπίτι. Η μουσική ήταν ανέκαθεν μέρος του κόσμου και αυτό δεν πρόκειται αλλάξει. Η μουσική και η κίνηση έρχονται με φυσικό τρόπο στα παιδιά και είναι καθήκον μας να το χρησιμοποιήσουμε για να προωθήσουμε την καλύτερη ακαδημαϊκή τους επιτυχία. Πρέπει να παρέχουμε ευκαιρίες στα παιδιά μας και από εκπαιδευτική σκοπιά μπορούμε να βασιστούμε στη γνώση του παρελθόντος για να δημιουργήσουμε ένα καλύτερο μέλλον για τα παιδιά.

2. ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ

2.1 Μεθοδολογία έρευνας

Η μεθοδολογία της έρευνας (ΜΕ) αναφέρεται στη συνολική προσέγγιση της ερευνητικής διαδικασίας, από τη θεωρητική σκοπιά ως τη συλλογή και την ανάλυση των δεδομένων.

Στην παρούσα έρευνα χρησιμοποιείται ερωτηματολόγιο με κλειστές και ανοιχτές ερωτήσεις. Η συνέντευξη μπορεί να είναι δομημένη, κατά την οποία χρησιμοποιείται μια συγκεκριμένη σειρά ερωτήσεων. Μη δομημένη, η οποία δεν έχει προκαθορισμένο αριθμό ερωτήσεων και κατά την οποία ο ερευνητής θα πρέπει να αναπτύξει, υιοθετήσει, γενικές ερωτήσεις ώστε να αποδώσει πρόσθετες πληροφορίες για διάφορα φαινόμενα. Η μη δομημένη συνέντευξη είναι μια ανοιχτή κατάσταση που έχει μεγαλύτερη ευελιξία και ελευθερία. Τέλος, υπάρχει η ημιδομημένη συνέντευξη που είναι το είδος συνέντευξης που χαρακτηρίζεται από ένα προκαθορισμένο αριθμό ερωτήσεων, και/ή ειδικά σημεία, όπου οι ερωτήσεις γίνονται με συστηματικό τρόπο, όχι κατ' ανάγκη με την ίδια σειρά και χρησιμοποιώντας έναν οδηγό ερωτήσεων (Berg, 2001).

Τα αποτελέσματα του ερωτηματολογίου θα παρουσιαστούν αναλυτικά μέσα από ανάλυση των απόψεων του δείγματος για τα εξεταζόμενα ζητήματα, και μέσω γραφημάτων.

2.2 Σχεδιασμός μελέτης

Η παρούσα έρευνα θα διεξαχθεί με ποιοτική και ποσοτική μέθοδο μέσω ερωτηματολογίων. Οι ποιοτικές μέθοδοι μπορούν να δώσουν μια σε βάθος εικόνα μιας κατάστασης, περιορισμένου δείγματος, αλλά οι ποσοτικές μέθοδοι μπορούν να δώσουν επεξεργάσιμα στατιστικά στοιχεία για μελλοντικές έρευνες. Τα ποσοτικά στοιχεία μπορούν να δεχθούν ευκολότερα στατιστική επεξεργασία για την εύρεση συσχετίσεων διαφορετικών μεταβλητών.

2.3 Περιγραφή δείγματος

Το δείγμα της έρευνάς μας αποτελούν γονείς νηπίων. Η δειγματοληψία ήταν τυχαία. Το ερωτηματολόγιο μοιράστηκε ηλεκτρονικά μέσω του Google Forms και απάντησαν 86 άτομα εκ των οποίων έγκυρες θεωρήθηκαν οι 81 απαντήσεις. Η χρήση του Google Forms με email αποτελεί μια εύκολη παρότρυνση για τους αποδέκτες να αφιερώσουν λίγο από το χρόνο τους για να απαντήσουν στις ερωτήσεις και κατόπιν η συγκέντρωση των αποτελεσμάτων σε ένα λογιστικό φύλλο εργασίας, δίνει τη δυνατότητα για την μετέπειτα αξιοποίηση τους. Φυσικά, δόθηκαν στους συμμετέχοντες γραπτές πληροφορίες που αφορούν στο χαρακτήρα και στο σκοπό της έρευνας. Επίσης, δόθηκαν σαφείς οδηγίες για τη συμπλήρωσή του και τονίστηκε εκ των προτέρων η διασφάλιση της ανωνυμίας τους και η διαφύλαξη της εμπιστευτικότητας των απαντήσεων (Ρόντος & Παπάνης, 2006).

2.4 Ερευνητικό εργαλείο

Το ερευνητικό εργαλείο που επιλέχθηκε στη συγκεκριμένη έρευνα, όπως αναφέρθηκε πιο πάνω ήταν το ερωτηματολόγιο. Η χρήση του ερωτηματολογίου έχει κάποια πλεονεκτήματα όπως το ότι είναι οικονομικό, μπορεί να σταλεί σε μεγάλο αριθμό ατόμων, είναι εύκολη η κατασκευή και η χρήση του, οι ερωτώμενοι μπορούν να εκφραστούν ελεύθερα (έλλειψη άμεσης επικοινωνίας), δεν υπάρχει η επιρροή του ερευνητή, οι τρόποι ανάλυσης είναι τυποποιημένοι, ενώ είναι μία λιγότερο χρονοβόρα μέθοδος (Ζαφειρίου, 2003).

Το πρώτο μέρος του ερωτηματολογίου της μελέτης απαρτίζεται από ερωτήσεις που διερευνούν δημογραφικά και ποσοτικά στοιχεία του δείγματος. Συνολικά το ερωτηματολόγιο περιείχε κλειστές ερωτήσεις, με πολλές εξ αυτών να είναι πεντάβαθμης κλίμακας Likert από το «Διαφωνώ απόλυτα» ως το «Συμφωνώ απόλυτα». Επίσης περιείχε και ανοιχτές ερωτήσεις στις οποίες οι ερωτηθέντες μπορούσαν να

συμπληρώσουν ότι πίστευαν ότι θα βοηθούσε την έρευνα και δεν εμπεριεχόταν στις κλειστές ερωτήσεις.

3. ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

3.1 Σκοπός έρευνας και ερευνητικά ερωτήματα

Σκοπός της παρούσας διατριβής είναι να εξετάσει την επίδραση της δημιουργικής κίνησης στα εσωτερικά κίνητρα, στις γνωστικές και κινητικές δεξιότητες, καθώς στις κοινωνικές δεξιότητες σε νήπια τεσσάρων ετών.

Υπάρχουν αρκετές διαθέσιμες έρευνες που εξετάζουν την επίδραση ενός προγράμματος δημιουργικής κίνησης σε νήπια στο εξωτερικό, αλλά στην Ελλάδα δεν έχουν διεξαχθεί εκτεταμένα αντίστοιχες έρευνες. Ως εκ τούτου διαφαίνεται η σημασία και η σπουδαιότητα της παρούσας εργασίας, τα αποτελέσματα της οποίας θα δώσουν πληροφορίες χρήσιμες για την πιθανή ευεργετική επίδραση της δημιουργικής κίνησης στην ανάπτυξη των δεξιοτήτων και της προσωπικότητας του παιδιού.

Τα κύρια ερευνητικά ερωτήματα της παρούσας έρευνας είναι τα παρακάτω:

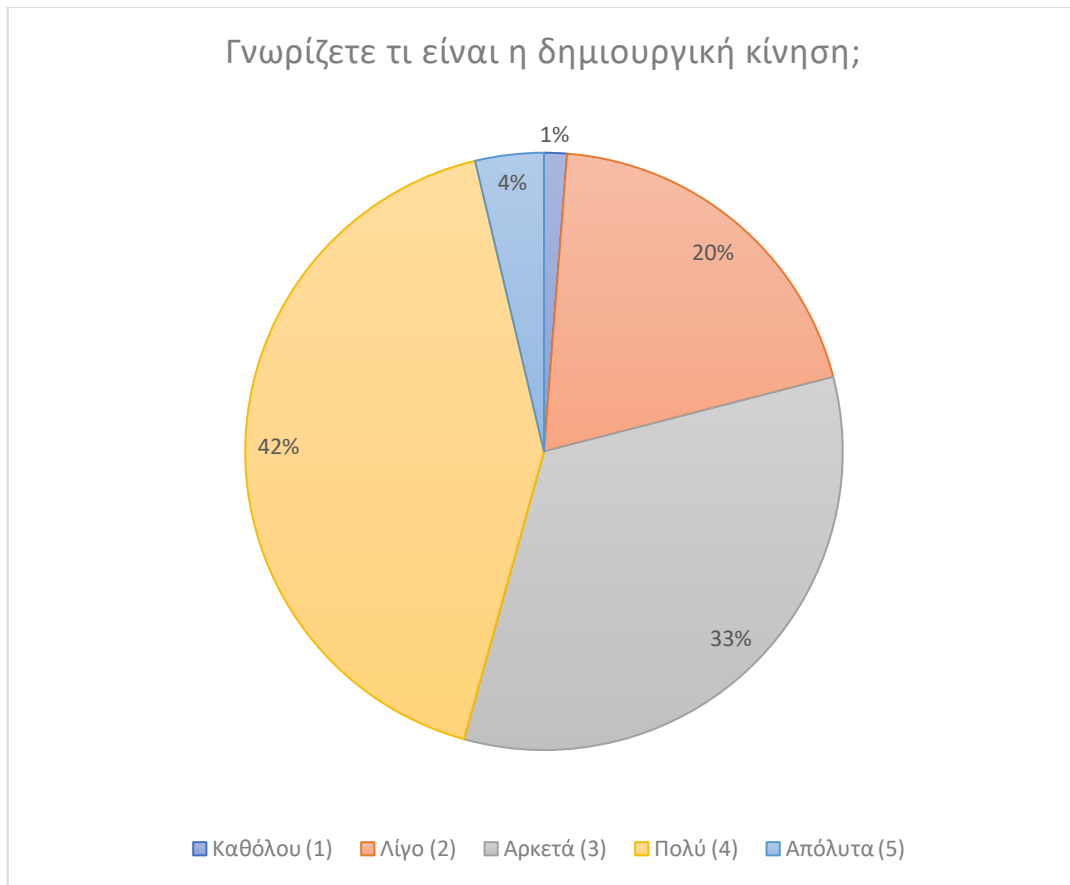
- Κατά πόσον οι γονείς είναι ενημερωμένοι για το τι συνιστά δημιουργική κίνηση;
- Κατά πόσο τα νήπια τεσσάρων ετών συμμετέχουν σε δράσεις δημιουργικής κίνησης;
- Παρατηρείται κάποια βελτίωση από τη συμμετοχή των νηπίων στη δημιουργική κίνηση και αν ναι, σε ποιους τομείς παρατηρείται η σημαντικότερη βελτίωση;

3.2 Παρουσίαση αποτελεσμάτων



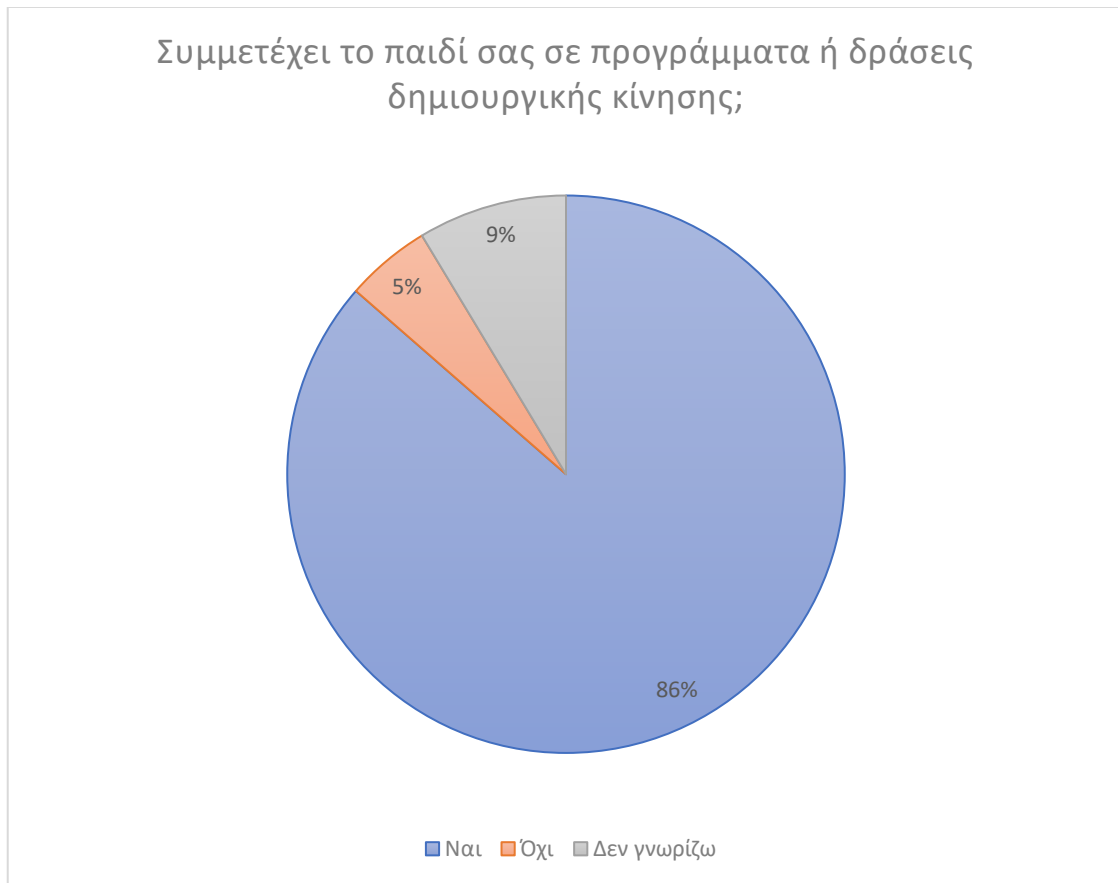
Σχήμα 3.1 Ηλικία παιδιού

Οι περισσότεροι από τους ερωτηθέντες αναφέρουν ότι το παιδί τους, για το οποίο καλούνται να απαντήσουν στην έρευνα και είναι νηπιακής ηλικίας, είναι τεσσάρων ετών (όπως δήλωσαν 36 εκ των 86 ατόμων). Εικοσιένα άτομα δήλωσαν ότι το παιδί τους είναι πέντε ετών. Το μεγαλύτερο μέρος του δείγματος είναι γονείς παιδιού μεταξύ 3 και 5 ετών, αλλά πρέπει να αναφερθεί ότι υπήρξαν και ερωτηθέντες (5 στο σύνολο) οι οποίοι ανέφεραν ηλικίες μικρότερες των 3 ή μεγαλύτερες των 5 και αποκλείστηκαν από την τελική στατιστική επεξεργασία.



Σχήμα 3.2 Γνωρίζετε τι είναι η δημιουργική κίνηση;

Το μεγαλύτερο μέρος του δείγματος (42%) δηλώνει «Πολύ» ενημερωμένο για το τι συνιστά δημιουργική κίνηση, ενώ το 33% δηλώνει απλώς επαρκώς ενημερωμένο. Καθόλου ενημερωμένο δηλώνει μόλις το 1% και εντύπωση προκαλεί ότι μόλις για το 4% είναι απόλυτα ξεκάθαρο για το τι συνιστά δημιουργική κίνηση.



Σχήμα 3.3 Συμμετέχει το παιδί σας σε προγράμματα ή δράσεις δημιουργικής κίνησης;

Το συντριπτικά μεγαλύτερο μέρος των ερωτηθέντων γονέων αναφέρει ότι το παιδί τους συμμετέχει σε προγράμματα δημιουργικής κίνησης (86%), το 5% δήλωσε ότι δεν συμμετέχει σε αντίστοιχα προγράμματα και το 9% ανέφερε ότι δεν γνωρίζει.

Όπως φάνηκε από την προηγούμενη ερώτηση το 24% αθροιστικά δεν έχει καμία γνώση ή λίγη γνώση περί δημιουργικής κίνησης, γεγονός που πρέπει να συνυπολογιστεί στην ανάλυση των παραπάνω αποτελεσμάτων.



Σχήμα 3.4 Είστε ικανοποιημένοι από το χρόνο που αφιερώνεται στη δημιουργική κίνηση στο πρόγραμμα του παιδικού σταθμού;

Το μεγαλύτερο μέρος των ερωτηθέντων γονέων (73%) δηλώνουν ικανοποιημένοι από το χρόνο που αφιερώνεται στη δημιουργική κίνηση στο πρόγραμμα του παιδικού σταθμού που συμμετέχει το παιδί τους, και δεδομένου ότι το 85% θεωρεί ότι γνωρίζει ότι το παιδί τους συμμετέχει σε αντίστοιχο πρόγραμμα μπορούμε με σχετική ασφάλεια να υποθέσουμε ότι ένα ποσοστό θεωρεί ότι θα έπρεπε να δοθεί περισσότερος χρόνος στα προγράμματα δημιουργικής κίνησης.

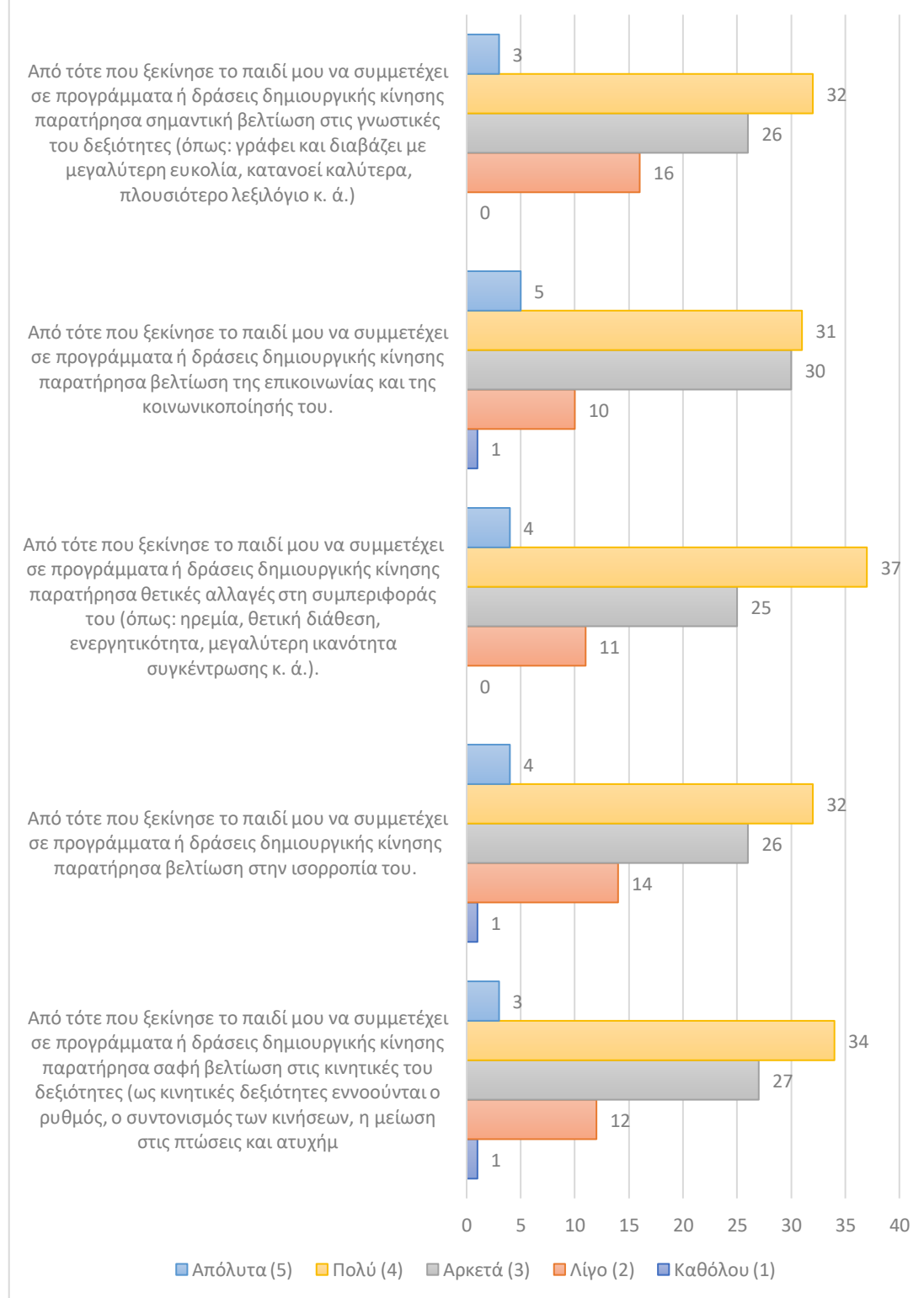
Πρέπει να αναφερθεί επίσης ότι κανένας από τους γονείς δεν συμπλήρωσε κάποια επιπλέον παρατήρηση στις μέχρι τώρα ερωτήσεις.



Σχήμα 3.5 Γνωρίζετε περίπου τον αριθμό των ωρών που αφιερώνονται εβδομαδιαίως στη δημιουργική κίνηση στον παιδικό σταθμό;

Αρκετοί ερωτηθέντες (8) δεν γνώριζαν ακριβώς τις ώρες που αφιερώνονται εβδομαδιαίως στη δημιουργική κίνηση στον παιδικό σταθμό του παιδιού τους. Η απάντηση με τις περισσότερες επιλογές ήταν οι επτά ώρες εβδομαδιαίως, ενώ ακολουθούν οι πέντε ώρες εβδομαδιαίως, και στη συνέχεια οι δέκα, οι εννέα και οι τρεις.

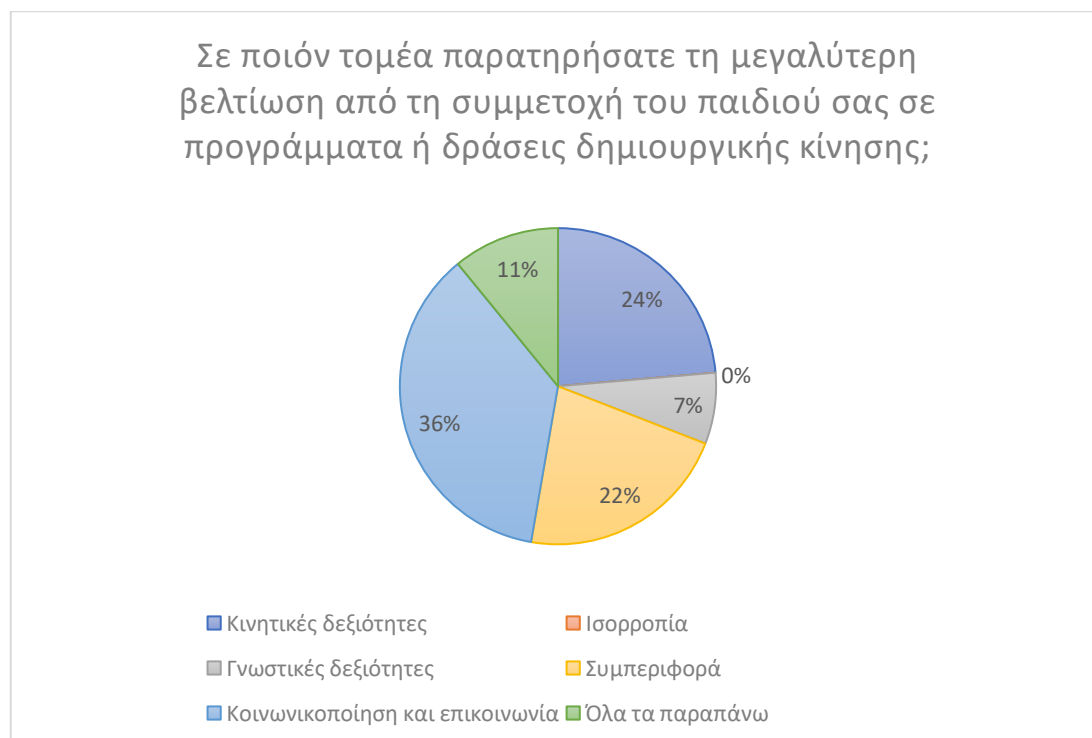
Συμπληρώστε από το 1 ως το 5 το βαθμό κατά τον οποίο συμφωνείτε με την παρακάτω πρόταση:



Σχήμα 3.6 Αξιολόγηση της επίδρασης της δημιουργικής κίνησης

Αυτό που με την πρώτη ματιά καθίσταται σαφές είναι η θετική άποψη που έχουν οι γονείς για τη βελτίωση που παρουσίασε το παιδί τους από τη δημιουργική κίνηση σε όλους τους εξεταζόμενους τομείς. Σε όλες τις ερωτήσεις η απάντηση με τη μεγαλύτερη συχνότητα είναι το «Πολύ», με μόνη εξαίρεση την ερώτηση για τη βελτίωση της επικοινωνίας και της κοινωνικοποίησης του παιδιού, όπου η επιλογή «Αρκετά» και «Πολύ» είχαν ίσο αριθμό επιλογών.

Συγκριτικά, η μεγαλύτερη παρατηρούμενη βελτίωση φαίνεται να είναι στην ηρεμία, τη θετική διάθεση, την ενεργητικότητα και την ικανότητα συγκέντρωσης ενώ η μικρότερη βελτίωση φαίνεται να παρατηρείται στο επίπεδο των γνωστικών δεξιοτήτων. Τέλος, ο τομέας με τη μεγαλύτερη βελτίωση, όπως φαίνεται από την τελευταία ερώτηση είναι οι κοινωνικές και επικοινωνιακές δεξιότητες (36%) και οι κινητικές δεξιότητες (24%). Ωστόσο, σημαντική βελτίωση παρατηρείται για το 22% των ερωτηθέντων και στη συμπεριφορά. Μόλις το 7% ανέφερε βελτίωση στις γνωστικές δεξιότητες και το 11% ανέφερε βελτίωση σε όλους τους αναφερόμενους τομείς.



Σχήμα 3.7 Σε ποιόν τομέα παρατηρήσατε τη μεγαλύτερη βελτίωση από τη συμμετοχή του παιδιού σας σε προγράμματα ή δράσεις δημιουργικής κίνησης;

4. ΣΥΖΗΤΗΣΗ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΩΝ

Αυτό που με την πρώτη ματιά καθίσταται σαφές είναι η θετική άποψη που έχουν οι γονείς για τη βελτίωση που παρουσίασε το παιδί τους από τη δημιουργική κίνηση σε όλους τους εξεταζόμενους τομείς. Αυτό φαίνεται και σε πλήθος άλλων ερευνών (Shoval et al. 2015; Venetsanou et al., 2009; Wang, 2004; Goodway et al, 2003)

Η μεγαλύτερη παρατηρούμενη βελτίωση φαίνεται να είναι στην ηρεμία, τη θετική διάθεση, την ενεργητικότητα και την ικανότητα συγκέντρωσης ενώ η μικρότερη βελτίωση φαίνεται να παρατηρείται στο επίπεδο των γνωστικών δεξιοτήτων κάτι που υποστηρίζεται και από έρευνες των Madic et al (2018) και Becker (2013). Οι γνωστικές δεξιότητες ωστόσο δεν φάνηκε να αναφέρονται από τους γονείς ως τομέας με σημαντική βελτίωση, κάτι που έρχεται σε αντίθεση με άλλες έρευνες, που έδειξαν ότι ενισχύει σημαντικά τη μάθηση (Magotsiou & Goudas, 2007).

Η παρατηρούμενη βελτίωση στη συμπεριφορά, που παρότι εμφανίζεται σε μικρότερο βαθμό από άλλες δεξιότητες υποστηρίζεται και από την έρευνα της Pavlidou (2001), στην οποία αναφέρθηκε ότι η δημιουργική κίνηση οδήγησε σε βελτίωση των επικοινωνιακών σχέσεων μεταξύ των παιδιών.

Δεδομένου ότι οι περισσότερες έρευνες δεν εστιάζουν στις κινητικές δεξιότητες αλλά κυρίως στο συμπεριφορικό και επικοινωνιακό μέρος της θετικής επίδρασης του δημιουργικού χορού, μπορεί να ειπωθεί ότι στην παρούσα έρευνα ξεχωρίζει σε σχέση με αντίστοιχες μελέτες η αναφερόμενη επίδραση στις κινητικές δεξιότητες. Όπως διαφαίνεται από Σχήμα 3.6, μόλις ένας γονέας δεν παρατήρησε βελτίωση στις κινητικές δεξιότητες, όπως και μόλις ένας γονέας δεν παρατήρησε βελτίωση της ισορροπίας. Συγκεκριμένα, οι 64 εκ των 79 γονέων παρατήρησε βελτίωση από «Αρκετά» έως «Απόλυτα», ποσοστό που αντιστοιχεί στο 81% των ερωτηθέντων.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Αρχικά θα πρέπει να αναφερθεί ότι ένα μεγάλο μέρος του δείγματος δηλώνει ενημερωμένο για το τι συνιστά δημιουργική κίνηση, αλλά ταυτόχρονα δεν είναι απόλυτα σίγουροι για το τι συνιστά δημιουργική κίνηση.

Το συντριπτικά μεγαλύτερο μέρος των ερωτηθέντων γονέων αναφέρει ότι το παιδί τους συμμετέχει σε προγράμματα δημιουργικής κίνησης και δηλώνουν ικανοποιημένοι από το χρόνο που αφιερώνεται στη δημιουργική κίνηση στο πρόγραμμα του παιδικού σταθμού που συμμετέχει το παιδί τους.

Αυτό που με την πρώτη ματιά καθίσταται σαφές είναι η θετική άποψη που έχουν οι γονείς για τη βελτίωση που παρουσίασε το παιδί τους από τη δημιουργική κίνηση σε όλους τους εξεταζόμενους τομείς.

Συγκριτικά, η μεγαλύτερη παρατηρούμενη βελτίωση φαίνεται να είναι στην ηρεμία, τη θετική διάθεση, την ενεργητικότητα και την ικανότητα συγκέντρωσης ενώ η μικρότερη βελτίωση φαίνεται να παρατηρείται στο επίπεδο των γνωστικών δεξιοτήτων. Τέλος, ο τομέας με τη μεγαλύτερη βελτίωση είναι οι κοινωνικές και επικοινωνιακές δεξιότητες και οι κινητικές δεξιότητες. Ωστόσο, σημαντική βελτίωση παρατηρείται και στη συμπεριφορά.

Με βάση την εξεταζόμενη βιβλιογραφία, οι περισσότερες από τις προηγούμενες έρευνες δεν εστίαζαν στη γνώμη των γονέων κι ίσως αυτό να εξηγεί το γεγονός ότι δεν παρατηρείται σημαντική βελτίωση στις κινητικές ικανότητες. Ωστόσο, είναι εμφανές ότι στη βιβλιογραφία αναφέρεται βελτίωση σε αρκετές παραμέτρους της κίνησης από την εφαρμογή προγραμμάτων δημιουργικού χορού στα νήπια. Μπορεί να υποτεθεί ότι η δυσκολία μέτρησης της βελτίωσης των κινητικών δεξιοτήτων, καθώς και η δυσκολία στην αναγνώριση της επίδρασης του δημιουργικού χορού στις κινητικές δεξιότητες κατέστησαν δύσκολη τη διενέργεια εκτενών ερευνών που να εξετάζουν την εύρεση κάποια συσχέτισης. Με βάση ωστόσο τα αναφερόμενα από τους γονείς αποτελέσματα στην παρούσα έρευνα, δεν υπάρχει δυνατότητα αμφιβολίας για την θετική επίδραση του δημιουργικού χορού στις κινητικές δεξιότητες.

Τέλος, θεωρούμε ότι οι μελλοντικές έρευνες στον τομέα θα έπρεπε να εστιάσουν στον καθορισμό σαφών κριτηρίων για την αξιολόγηση της επίδρασης του δημιουργικού χορού στην κίνηση, ώστε να τεκμηριωθεί καλύτερα η εξεταζόμενη συσχέτιση.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Batson, G. (2009). Update on proprioception: Considerations for dance education. *Journal of Dance Medicine & Science*, 13, 35-41.
- Becker, K. M. (2013). Dancing through the school day: How dance catapults learning in elementary education. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 84(3), 6-8. <https://doi.org/10.1080/07303084.2013.763665>.
- Berg B. L., (2001). *Qualitative research methods for the social sciences*, USA: Allyn and Bacon a Pearson education company.
- Bintz, W. (2010). Singing across the curriculum. *The Reading Teacher*. 63(8), 683-386. DOI:10.1598/RT.63.8.7.
- Blasing, B., Calvo-Merino, B., Cross, E. S., Jola, C., Honisch, J., & Stevens, C. J. (2012). Neurocognitive control in dance perception and performance. *Acta Psychologica*, 139, 300-308.
- Blom, L., Chaplin, L. (1982). *The Intimate Act of Choreography*. London: Cecil Court.
- Carbo, M., Dunn, R., & Dunn, K. (1986). *Teaching students through their individual learning styles*. Englewood Cliffs, NJ: Reston Book; Prentice-Hall.
- Cone, P. a& Cone, S. (2005). *Teaching Children Dance*. 2nd ed. United States of America: Human Kinetics, Inc.
- Cooper, S. (2010). Lighting up the brain with songs and stories. *General Music Today*. 23(2), 24-30. 2010. DOI: 10.1177/1048371309353289.
- Dell, C. (2007). *A Primer for movement description using effort-shape and supplementary concepts*. 10th Ed. New York: Dance Notation Bureau Press.
- Dyson B., & Strachan K. (2000). *Cooperative learning in a high school physical education program*.

- Eisner, E. W. (1984). The Art and Craft of teaching. J. Reinhartz (editor). Perspectives on effective teaching and the cooperative classroom, 19-32. *United States: National Education*
- Ells, L., Ogilvie, J., Kurtz, R., Temply, J., Moore, H., McLure, S., & Shucksmith, J. (2009). *North East dance & health project: An evaluation of a creative dance programme in preschool children*. Stockton on Tees: North East Public Health Authority.
- Ζαφειρίου, Γ., (2003). *Μέθοδοι έρευνας στη Βιβλιοθηκονομία*. Διδακτικές σημειώσεις, Σίνδος, Α.Τ.Ε.Ι. Θεσσαλονίκης.
- Gallahue D. L. (2002). *Developmental physical education for today's children*. Thessaloniki: University studiopress.
- Gallotta, M. C., Baldari, C., & Guidetti, L. (2017). Motor proficiency and physical activity in preschool girls: A preliminary study. *Early Child Development and Care*, 4, 1-11.
- Garaigordobil, M., & Berrueco, L. (2011). Effects of a play program on creative thinking of preschool children. *The Spanish Journal of Psychology*, 14,608-618.
- Gardner, H. (1983). *Frames of mind*. New York, NY: Harper Collins.
- Geist, K. & Geist, E.A. (2008). Do Re Mi, 1-2-3: That's how easy math can be, using music to support emergent mathematics. *NAEYC Young Children*, 63(2).
- Geist, K., Geist, E. & Kuznik, K. (2012). The patterns of music: young children learning mathematics through beat, rhythm and melody. *Young Children: NAEYC*, 67(1), 74-79
- Gilbert, A. G. (2015). *Creative dance for all ages* (2nd ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Gillespie, C.W. & Glider, K.R. (2008). Preschool teachers' use of music to scaffold children's learning and behavior. *Early Childhood Development and Care*, 180(6).

- Goodway J. D., Crowe H., & Ward P. (2003). Effects of motor skill instruction on fundamental motor skill Guilford, J. P. *Creativity. American Psychologist*, 5, 444-454. <https://doi.org/10.1037/h0063487>.
- Han, J., Waddington, G., Adams, R., Anson, J., & Liu, Y. (2016). Assessing proprioception: A critical review of methods. *Journal of Sport and Health Science*, 5, 80-90.
- Han, J., Waddington, G., Anson, J., & Adams, R. (2015). Level of competitive success achieved by elite athletes and multijoint proprioceptive ability. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 18, 77-81.
- Hewett, T. E., Paterno, M. V., & Myer, G. D. (2002). Strategies for enhancing proprioception and neuromuscular control of the knee. *Clinical Orthopaedics and Related Research*, 402, 76-94.
- Hicks, C., Izumi-Tayloe, S., Meredith, C.D., & Morris, V.G. (2012). Music and Movement for young children's healthy development. *Dimensions of Early Childhood*, 40(2), 33-39.
- Hinkley T., Crawford D., Salmon J., Okely A. D., & Hesketh K. (2008). Preschool children and physical activity: a review of correlates. *American journal of preventive medicine*, 34(5), 435-441.
- Kambas A., Venetsanou F., Giannakidou D., Fatouros I. G., Avloniti A., Chatzinikolaou A., & Zimmer R. (2012). The Motor-Proficiency-Test for children between 4 and 6 years of age (MOT 4-6): An investigation of its suitability in Greece. *Research in Developmental Disabilities*, 33(5), 1626-1632.
- Kampas A., Gourgoulis B., Fatouros I., Aggelousis N., Probiadaki E., & Taksildaris K. (2005). Effect psychomotor therapy program on motor performance in preschool children. *Physical Education & Sports*, 56, 49-59.
- Καμπάς, Α. (2004). *Εισαγωγή στην κινητική ανάπτυξη*. Αθήνα: Αθλότυπο.
- Kasa J. (2000), *Sport Anthropometrics - Human Kinetics*, Bratislava.

- Kaufman, L. B., & Schilling, D. L. (2007). Implementation of a strength training program for a 5-year-old child with poor body awareness and developmental coordination disorder. *Physical Therapy*, 87, 455-467.
- Laban R. (1975). *Modern educational dance*. Princeton Book Co Pub.
- Laban, R. (1948). *Modern Educational Dance*. London: MacDonald & Evans.
- Lobo, Y. B., & Winsler, A. (2006). The effects of a creative dance and movement program on the social competence of head start preschoolers. *Social Development*, 15, 501-519.
- Madic D., Cvetkovic M., Popovic B., Marinkovic D., Radanovic D., & Trajkovic N. (2018). Effects of developmental gymnastics on motor fitness in preschool girls. *Facta Universitatis, Series: Physical Education and Sport*, 16(1), 011-018. <https://doi.org/10.22190/FUPES180122002M>.
- Manins, S. (1994). Bridge building in early childhood music. *Music Educators Journal*, 80(5), 37-41. March 1994.
- Marigliano, M., Russo, M.J. (2011). Moving bodies, building minds: foster preschoolers' critical thinking and problem solving through movement. *National Association for Young Children*, 20-25.
- McFee J. L. (1985) *Society, art, and education, in Spenser, P. (ed). (1985) Society and the dance*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Montessori M., & Carter B. (1936). *The secret of childhood*. Calcutta: Orient Longmans.
- Μπουρνέλη, Ν. (2002). *Κινητική Δημιουργικότητα*. Αθήνα: Συγγραφέας.
- Νάκια, Λ. & Ψάλλας, Α. (2004). *Ψυχοκινητική αγωγή και ψυχοκινητικά παιχνίδια*. Αθήνα: Αθλότυπο.
- Pavlidou E. (2001). *Rhythm and movement as means of education in early childhood: a rhythm and movement education's combinational program*. Proceedings of the 3rd Panhellenic Conference of OMEP with DOE. co-operation "Postgraduate studies:

- evolution and perspective in early childhood education”, Athens: ed. Greek Letters, pp 168-178.
- Pavlidou E., Chatzigeorgiou S., & Galganopoulou C. (2018). Kinetic development through a interdisciplinary programme of physical education and child literature in kindergarten. *The Dialog magazine! Theory and Practice in education science*, 4, 39-61.
- Pica R. (2004). *Experiences in movement: Birth to age eight*. Cengage Learning.
- Pollatou, E. (2003). Basics General Gymnastics programs establish a multifaceted development of motor and social skills in children aged 4 to 8 years old. *Inquiries in Physical Education & Sport*, 1 (3), 238- 243.
- Repp, B. H., & Su, Y.-H. (2013). Sensorimotor synchronization: A review of recent research (2006-2012). *Psychonomic Bulletin & Review*, 20, 403-452.
- Riemann, B. L., & Lephart, S. M. (2002). The sensorimotor system, part I: The physiologic basis of functional joint stability. *Journal of Athletic Training*, 37, 71-79.
- Ρόντος, Κ. & Παπάνης, Ε. (2006). *Στατιστική έρευνα: Μέθοδοι κι Εφαρμογές*. Αθήνα: Σιδέρης. Σημειώσεις. Σίνδος, Α.Τ.Ε.Ι. Θεσσαλονίκης.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55, 68-78.
- Salmon, A. (2010). Using music to promote children’s thinking and enhance their literacy development. *Early Childhood Development and Care*, 180(7), 937-945.
- Sansom, N. A. (2011). *Movement and dance in young children’s lives: crossing the divide*. New York, NY: Peter Lang Publishing.
- Shapiro, S. B. (2008). *Dance in a world of change: Reflection on globalization and cultural difference*. Champaign, IL: Human Kinetics.

- Shilling, W. (2002). Mathematics, music, and movement: exploring concepts and connections. *Early Childhood Education Journal*, 29(3).
- Stinson, S. (2003.) Dance for Young Children. Finding the Magic in Movement. 6th ed. Virginia: *The American Alliance for Health, Physical Education, Recreation, and Dance*.
- Strickland, S. (2012). Review of research: music and the brain in childhood development, *Childhood Education*, 78(2), 100-103.
- Taylor, C.W. (1989). *Various approaches to and definitions of creativity. The nature of creativity*. Cambridge: Cambridge University press.
- Theodorakou, K. (1996). Creativity-creative movement. in Sport Psychology: New trends and applications. International Congress on Sport Psychology. Nov1-3 1996, *Democritus University of Thrace, Department of Physical Education and Sport Science & Hellenic Society of Sport Psychology*.
- Τραυλός, Α. (1998). *Ψυχοκινητική ανάπτυξη παιδιών ηλικίας 2-7ετών*. Αθήνα: Σαββάλας.
- Tsapakidou A., Stefanidou S., & Tsompanaki E. (2014). Locomotor development of children aged 3.5 to 5 years in nursery schools in Greece. *Review of European Studies*, 6(2), 1. <https://doi.org/10.5539/res.v6n2p1>
- Tsompanaki E. (2009). A comparative study of dance education and training in tertiary education in England and Greece (Doctoral dissertation, *The University of Birmingham*).
- Tucker P. (2008). The physical activity levels of preschool-aged children: A systematic review. *Early Childhood Research Quarterly*, 23(4), 547-558. <https://doi.org/10.1016Zj.ecresq.2008.08.005>
- Turner, M. E. (2018). Child-centered learning and music programs: child-centered learning in music programs for young children can foster their emotional, social, cognitive, and musical development. *Music and Early Childhood*, 30-34.

- Venetsanou F., Kambas A., Aggeloussis N., Fatouros I., & Taxildaris K. (2009). Motor assessment of preschool aged children: A preliminary investigation of the validity of the Bruininks-Oseretsky test of motor proficiency- Short form. *Human Movement Science*, 28(4).
- Walton, P.D. (2014). Using singing and movement to teach pre-reading skills and work reading to kindergarten children: an exploratory study. *Language and Literacy*, 16(3).
- Wang J. H. T. (2004). A study on gross motor skills of preschool children. *Journal of research in childhood education*, 19(1), 32-43. <https://doi.org/10.1080/02568540409595052>
- Wiggins, D.G. (2007). Pre-K music and the emergent reader: promoting literacy in a music-enhanced environment. *Early Childhood Education Journal*, (1), 55-64.
- Williams, G. M. (1992). Developing communication through movement and dance. *Early Child Development and Care*, 81, 109-115.
- Zachopoulou E., Tsapakidou A., & Derri V. (2004). The effects of a developmentally appropriate music and movement program on motor performance. *Early Childhood Research Quarterly*.
- Zachopoulou, E., Derri, V., Chatzopoulos, D., & Ellinoudis, T. (2003). Application of Orff and Dalcroze activities in preschool children: Do they affect the level of rhythmic ability? *Physical Educator*, 60, 50-56.
- Zakkai, J. D. (1997). *Dance as a way of knowing*. Portland, ME: Stenhouse, 67 - 78.
- Τσαπακίδου, Α., Ζαχοπούλου, Ε., Αλεξίου, Β., & Τσομπανάκη, Θ. (2003). Σχέση της κινητικής ευχέρειας και της κινητικής ευελιξίας κατά την εκτέλεση δημιουργικής κίνησης. *Ερευνώντας τον κόσμο του παιδιού*, 5, 175-183.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ

Πίνακας 1: Τα βασικά βήματα του κινητικού μέρους της ψυχοκινητικής ανάπτυξης

ΛΕΠΤΗ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑ - ΧΕΙΡΙΣΜΟΙ
<i>Νεογέννητο</i>
Αντανακλαστικό δραγμού τους πρώτους: 2 - 3 μήνες
<i>4 εβδομάδων</i>
Τα χέρια είναι κυρίως κλειστά
<i>8 εβδομάδων</i>
Τα χέρια είναι συχνά ανοιχτά, μόνο ελαφρό αντανακλαστικό δραγμού
<i>12 εβδομάδων</i>
Καταργείται το αντανακλαστικό δραγμού
Παίζει με την κουδουνίστρα όταν του τοποθετηθεί στο χέρι
Μοιάζει σα να θέλει να πιάσει ένα αντικείμενο
Φέρνει τα χέρια στη μέση θέση ή τα χρησιμοποιεί μαζί για να φτάσει κάτι.
<i>4 μηνών</i>
Πάνω στο παιχνίδι τα χέρια του συμπλέκονται Τραβάει ένα ρούχο του πάνω από το κεφάλι Απλώνει, το χέρι του περισσότερο από ότι πρέπει όταν θέλει να φτάσει κάτι
<i>5 μηνών</i>
Εκούσια σύλληψη αντικειμένου. Βάζει αντικείμενα στο στόμα
Χρησιμοποιεί και τα 2 χέρια όταν θέλει να προσεγγίσει αντικείμενα
<i>6 μηνών</i>
Μεταφέρει αντικείμενα από το ένα χέρι στο άλλο, χτυπάει παλαμάκια, βάζει αντικείμενα στο στόμα, γρατζουνάει επιφάνειες. Κρατά αντικείμενα με το ένα χέρι, το περιεργάζεται με το άλλο. Μεταφέρει αντικείμενα από το ένα χέρι στο άλλο στη μέση θέση. Πιάνει με την παλάμη.
<i>7 μηνών</i>

Μεταφέρει αντικείμενα από το ένα χέρι στο άλλο
Χρησιμοποιεί το ένα χέρι
Τρώει μόνο του μπισκότο
Χτυπά με τις παλάμες το τραπέζι
8 μηνών
Χρησιμοποιεί τον υπτιασμό για ν' αφήσει αντικείμενα, πετάει πράγματα (έλεγχος της άφεσης).
10 μηνών
Χρησιμοποιεί τον δείκτη
Σταματάει να φέρνει αντικείμενα στο στόμα
1 έτους
Ξεφυλλίζει πολλές σελίδες μαζί, μουτζουρώνει με κηρομπογιές.
18 μηνών
Αγκαλιάζει την κούκλα, πετάει τη μπάλα δυνατά.
2 ετών
Χρησιμοποιεί κουτάλι, κλωτσάει τη μπάλα.
Κάνει πύργο από 6-7 κύβους
Ξεβιδώνει
Βάζει τα παπούτσια, κάλτσες κλπ.
2,5 ετών
Κρατάει το μολύβι στο χέρι αντί στην γροθιά Αρχίζει να ζωγραφίζει
3 ετών
Περνάει χάντρες, βιδώνει - ξεβιδώνει καπάκια, διπλώνει χαρτί, γράφει κύκλο, γράφει κάθετες και οριζόντιες γραμμές, αντιγράφει το Ο
Κάνει πύργο με 9-10 κύβους
Ντύνεται και ξεντύνεται
Κουμπώνεται εκτός από την πλάτη.
4 ετών

Βάφει σε πλαίσιο, ζωγραφίζει άνθρωπο χωρίς κορμό, γράφει σταυρό.
<i>5 ετών</i>
Κόβει με το ψαλίδι σε ίσια γραμμή, γράφει τετράγωνο, τρίγωνο.
<i>6 ετών</i>
Γράφει τ' όνομά του
ΚΙΝΗΤΙΚΟΣ ΤΟΜΕΑΣ
<i>Γέννηση</i>
Το κεφάλι κρέμεται προς τα κάτω
<i>6 εβδομάδων</i>
Κρατάει στιγμαία το κεφάλι στο ίδιο επίπεδο με το σώμα
<i>12 εβδομάδων</i>
Στηρίζεται στους αγκώνες, ανυψώνει το κεφάλι προς όλες τις κατευθύνσεις
<i>6 μηνών</i>
Κυλάει γρήγορα και ελεγχόμενα
<i>18 μηνών</i>
Τρέχει πηδώντας, σκαρφαλώνει στο κάθισμα γυρίζει και μετά κάθετα σ' αυτό.
Βαδίζει κουβαλώντας αντικείμενα.
<i>Πρηγής θέση (μπρούμυτα)</i>
<i>Νεογέννητο</i>
Το κεφάλι είναι προς στην μία πλευρά, η πύελος (λεκάνη) ψηλά και τα γόνατα προς τα πάνω, κάτω από το επιγάστριο. Αργότερα η πύελος χαμηλώνει και εκτείνονται τα ισχία και τα γόνατα.
<i>4 εβδομάδων</i>
Στιγμαία ανασηκώνει το πηγούνι του.
<i>6 εβδομάδων</i>
Το πηγούνι 45° πάνω από το επίπεδο του κρεβατιού.
<i>3 μηνών</i>

Ανασηκώνει το πηγούνι, και τους ώμους ψηλότερα από το κρεβάτι, ενώ τα πόδια είναι σε πλήρη έκταση.
<i>6 μηνών</i>
Ανασηκώνει τον θώρακα και το επιγάστριο πάνω από το κρεβάτι. Στηρίζει το βάρος στα χέρια ενώ έχει τους αγκώνες σε έκταση. Γυρνάει από την πρηνή (μπρούμυτα) στην ύπτια θέση (ανάσκελα).
<i>7 μηνών</i>
Γυρνάει από την ύπτια στην πρηνή θέση - Μπορεί να στηρίζει βάρος στο ένα χέρι.
<i>9 μηνών</i>
Προχωρεί προς τα πίσω (προσπαθεί να μπουσουλίσει)
<i>11 μηνών</i>
Σέρνεται με τα χέρια και τα γόνατα, αρκουδίζει.
<i>12 μηνών</i>
Στηρίζεται με βοήθεια, κάνει τα πρώτα του βήματα
<i>15 μηνών</i>
Ανεβαίνει σκάλες, γονατίζει χωρίς να στηρίζεται
<i>Καθιστή θέση</i>
<i>Νεογέννητο</i>
Όταν από ξαπλωμένο το τραβάμε από τα χέρια για να καθίσει, το κεφάλι κρέμεται πίσω.
<i>4 εβδομάδων</i>
Στην καθιστή θέση η ράχη είναι κυρτή και στιγμιαία σηκώνει το κεφάλι.
<i>12 εβδομάδων</i>
Κάθεται στηριζόμενο με το κεφάλι να τείνει να πέφτει το κεφάλι προς τα εμπρός, αν και πολλές φορές το στηρίζει ψηλά.
<i>4 μηνών</i>
Όταν το τραβούν για να καθίσει το κεφάλι στην αρχή κρέμεται προς τα πίσω.
<i>5 μηνών</i>
Το κεφάλι δεν κρέμεται προς τα πίσω όταν το τραβούν να καθίσει

6 μηνών
Κάθεται σε καρέκλα ή καρότσι στηριζόμενο, όταν το έλκουν σηκώνει το κεφάλι του από το κρεβάτι.
7 μηνών
Κάθεται στο πάτωμα.
8 μηνών
Κάθεται στο πάτωμα στιγμιαία χωρίς στήριγμα.
9 μηνών
Κάθεται σταθερά στο πάτωμα για 10 λεπτά, σκύβει προς τα μπρος και ανασηκώνεται.
10 μηνών
Ανασηκώνεται από την πρηνή και κάθεται.
12 μηνών
Γυρνά και σέρνεται στους γλουτούς για να πιάσει ένα αντικείμενο.
15-18 μηνών
Κάθεται σε καρέκλα
Στήριξη και βάρδιση
Νεογέννητο
Αντανακλαστικό βάρδισης έως τις 2 -3 εβδομάδες.
8 βδομάδων
Στέκεται υποβασταζόμενο κρατώντας το κεφάλι ψηλά στιγμιαία
6 μηνών
Κρατά σχεδόν όλο του το βάρος στα πόδια
7 μηνών
Αναπηδά με ευχαρίστηση
9 μηνών
Στέκεται κρατώντας τα έπιπλα. Τραβιέται για να σταθεί όρθιο

<i>11 μηνών</i>
Περπατά στηριζόμενο στα έπιπλα
<i>12 μηνών</i>
Περπατά (σε όλο το πέλμα) όταν του κρατούν το ένα χέρι
<i>13 μηνών</i>
Περπατά χωρίς βοήθεια
<i>15 μηνών</i>
Ανεβαίνει την σκάλα με τα τέσσερα Δεν μπορεί να σταματήσει ξαφνικά ή να στρίψει στις γωνίες όταν περπατά.
<i>18 μηνών</i>
Τραβάει παιχνίδι με ρόδες. Αρχίζει να πηδά (με τα δυο πόδια)
<i>2 χρονών</i>
Ανεβοκατεβαίνει τις σκάλες μόνο του, βάζει και τα δυο πόδια στο κάθε σκαλί, μαζεύει ένα αντικείμενο από το πάτωμα χωρίς να πέσει. Τρέχει, κλωτσάει μπάλα.
<i>2 1/2 χρονών</i>
Πηδάει με τα δυο πόδια. Περπατά στις μύτες των ποδιών
<i>3 χρονών</i>
Πηδά από το τελευταίο σκαλοπάτι. Ανεβαίνοντας την σκάλα βάζει ένα πόδι σε κάθε σκαλί. Κάνει ποδήλατο με 3 ρόδες. Περπατά σε ευθεία γραμμή.
<i>4 χρονών</i>
Κατεβαίνοντας βάζει ένα πόδι σε κάθε σκαλί. Χοροπηδάει στο ένα πόδι (κουτσό).
<i>5 χρονών</i>
Χοροπηδάει και στα δυο πόδια ή με το καθένα χωριστά.
<i>Πλαγίωση (Handedness)</i>
<i>1ος χρόνος</i>
Χρησιμοποιεί είτε δεξί είτε αριστερό χέρι τον 1 ^ο χρόνο
<i>18 μηνών</i>

Χρησιμοποιεί και τα 2 χέρια
2 χρονών
Εγκαθίσταται η πλαγίωση (αριστεροχειρία - δεξιοχειρία) αλλά σε μερικά παιδιά εγκαθίσταται αργότερα (4-6 χρονών)

Πίνακας 2: Η ψυχοκινητική ανάπτυξη του ατόμου στο επίπεδο του παιχνιδιού

ΠΑΙΧΝΙΔΙ
3 μηνών
Του αρέσουν εικόνες χρωματικά αντίθετες.
6 μηνών
Χαίρετε με τα παιχνίδια του, τα ξεχνά όμως όταν του πέσουν.
9 μηνών
Παίζει πολύ με τα παιχνίδια του αισθητικοκινητικό παιχνίδι με συνδυασμό κίνησης, όρασης και αφής. Πετάει τα παιχνίδια του στο πάτωμα.
18 μηνών
Αρχίζει το παιχνίδι των κατασκευών, ενδιαφέρεται για το σκάψιμο.
2 ετών
Ενδιαφέρεται για παιχνίδια ρόλων, ενδιαφέρεται για βιβλία με μεγάλες πολύχρωμες εικόνες.
3 ετών
Ενδιαφέρεται για μουτζούρωμα σε βιβλία, για κατασκευαστικά και συναρμολογούμενα παιχνίδια. Καταστρέφει συνήθως αυτό που φτιάχνει, του αρέσει ο χορός. Αρχίζει το συμβολικό και μιμητικό παιχνίδι, μιμούμενο τη χρήση αντικειμένων, τη συμπεριφορά ενηλίκων, παιχνίδι με κούκλες.
4 ετών
Του αρέσει το κουκλοθέατρο, ενδιαφέρεται για παραμύθι.
Ζωγραφίζει με τα δάχτυλα, παίζει με το νερό, τη λάσπη και την άμμο. Κάνει ποδήλατο, ενδιαφέρεται για ομαδικά παιχνίδια, παλεύει με άλλα παιδιά.
5 ετών

Καταλαβαίνει ότι τα παιχνίδια έχουν κανόνες και τους σέβεται.

6 ετών

Ενδιαφέρεται για συλλογές αντικειμένων.

Πίνακας 3: Ερωτηματολόγιο έρευνας

Εισαγωγικό σημείωμα

Αγαπητοί γονείς, το ερωτηματολόγιο που καλείστε να συμπληρώσετε αφορά τις απόψεις σας για τη συμμετοχή του παιδιού σας σε προγράμματα ή δράσεις δημιουργικής κίνησης. Καλείστε να απαντήσετε μόνο εάν είστε γονέας παιδιού νηπιακής ηλικίας (παιδιού 3 ως 5 ετών). Σκοπός αυτής της έρευνας είναι να εξεταστεί η αναφερόμενη από τους γονείς, και όχι από ειδικούς, βελτίωση των παιδιών στις κινητικές, γνωστικές και συμπεριφορικές δεξιότητες μέσα από τα προγράμματα δημιουργικής κίνησης.

Οδηγίες συμπλήρωσης: Παρακαλώ συμπληρώστε το ερωτηματολόγιο, έχοντας υπόψη ότι είναι ανώνυμο και πως τα δεδομένα που συλλέγονται είναι εμπιστευτικά και θα αναλυθούν μόνο για ερευνητικούς σκοπούς. Δεν υπάρχουν σωστές ή λάθος απαντήσεις και ο χρόνος που απαιτείται για τη συμπλήρωση δεν ξεπερνά τα 10'. Είναι σημαντικό να απαντήσετε με προσοχή σε όλες τις ερωτήσεις, επιλέγοντας τις απαντήσεις που πραγματικά σας αντιπροσωπεύουν, για την εξαγωγή ασφαλών συμπερασμάτων και την διασφάλιση της εγκυρότητας και της αντικειμενικότητας της έρευνας. Ευχαριστώ εκ των προτέρων για τη συμμετοχή σας.

Συμμετοχή στην έρευνα
<i>Συμφωνείτε να συμμετάσχετε στην έρευνα;</i>
Ναι
Όχι
Γενικές πληροφορίες
<i>Πόσων ετών είναι το παιδί σας (αναφέρεται στο παιδί νηπιακής ηλικίας);</i>
Συμπληρώστε.....
Συμμετοχή στη δημιουργική κίνηση

Γνωρίζετε τι είναι η δημιουργική κίνηση;
Καθόλου (1)
Λίγο (2)
Αρκετά (3)
Πολύ (4)
Απόλυτα (5)
<i>Συμμετέχει το παιδί σας σε προγράμματα ή δράσεις δημιουργικής κίνησης;</i>
Ναι
Όχι
Δεν γνωρίζω
<i>Είστε ικανοποιημένοι από το χρόνο που αφιερώνεται στη δημιουργική κίνηση στο πρόγραμμα του παιδικού σταθμού;</i>
Ναι
Όχι
Γνωρίζετε περίπου τον αριθμό των ωρών που αφιερώνονται εβδομαδιαίως στη δημιουργική κίνηση στον παιδικό σταθμό;
Συμπληρώστε.....
Ερωτήσεις αξιολόγησης της επίδρασης της δημιουργικής κίνησης (Συμπληρώστε από το 1 έως το 5 το βαθμό κατά τον οποίο συμφωνείτε με τις παρακάτω προτάσεις, όπου 1=Καθόλου, 2=Λίγο, 3=Αρκετά, 4=Πολύ, 5=Απόλυτα)
<i>Συμπληρώστε από το 1 ως το 5 το βαθμό κατά τον οποίο συμφωνείτε με την παρακάτω πρόταση: Από τότε που ξεκίνησε το παιδί μου να συμμετέχει σε προγράμματα ή δράσεις δημιουργικής κίνησης παρατήρησα σαφή βελτίωση στις κινητικές του δεξιότητες (ως κινητικές δεξιότητες εννοούνται ο ρυθμός, ο συντονισμός των κινήσεων, η μείωση στις πτώσεις και ατυχήματα, η βελτίωση στο χειρισμό αντικειμένων κ. ά.).</i>

Καθόλου (1)
Λίγο (2)
Αρκετά (3)
Πολύ (4)
Απόλυτα (5)
Άλλες παρατηρήσεις (προαιρετική απάντηση)
<i>Συμπληρώστε από το 1 ως το 5 το βαθμό κατά τον οποίο συμφωνείτε με την παρακάτω πρόταση: Από τότε που ξεκίνησε το παιδί μου να συμμετέχει σε προγράμματα ή δράσεις δημιουργικής κίνησης παρατήρησα βελτίωση στην ισορροπία του.</i>
Καθόλου (1)
Λίγο (2)
Αρκετά (3)
Πολύ (4)
Απόλυτα (5)
Άλλες παρατηρήσεις (προαιρετική απάντηση)
<i>Συμπληρώστε από το 1 ως το 5 το βαθμό κατά τον οποίο συμφωνείτε με την παρακάτω πρόταση: Από τότε που ξεκίνησε το παιδί μου να συμμετέχει σε προγράμματα ή δράσεις δημιουργικής κίνησης παρατήρησα θετικές αλλαγές στη συμπεριφοράς του (όπως: ηρεμία, θετική διάθεση, ενεργητικότητα, μεγαλύτερη ικανότητα συγκέντρωσης κ. ά.).</i>
Καθόλου (1)
Λίγο (2)
Αρκετά (3)
Πολύ (4)
Απόλυτα (5)
Άλλες παρατηρήσεις (προαιρετική απάντηση)
<i>Συμπληρώστε από το 1 ως το 5 το βαθμό κατά τον οποίο συμφωνείτε με την παρακάτω πρόταση: Από τότε που ξεκίνησε το παιδί μου να συμμετέχει σε προγράμματα ή δράσεις δημιουργικής κίνησης παρατήρησα βελτίωση της επικοινωνίας και της κοινωνικοποίησής του.</i>
Καθόλου (1)
Λίγο (2)

Αρκετά (3)
Πολύ (4)
Απόλυτα (5)
Άλλες παρατηρήσεις (προαιρετική απάντηση)
<i>Συμπληρώστε από το 1 ως το 5 το βαθμό κατά τον οποίο συμφωνείτε με την παρακάτω πρόταση: Από τότε που ξεκίνησε το παιδί μου να συμμετέχει σε προγράμματα ή δράσεις δημιουργικής κίνησης παρατήρησα σημαντική βελτίωση στις γνωστικές του δεξιότητες (όπως: γράφει και διαβάζει με μεγαλύτερη ευκολία, κατανοεί καλύτερα, πλουσιότερο λεξιλόγιο κ. ά.)</i>
Καθόλου (1)
Λίγο (2)
Αρκετά (3)
Πολύ (4)
Απόλυτα (5)
Άλλες παρατηρήσεις (προαιρετική απάντηση)
<i>Σε ποιόν τομέα παρατηρήσατε τη μεγαλύτερη βελτίωση από τη συμμετοχή του παιδιού σας σε προγράμματα ή δράσεις δημιουργικής κίνησης;</i>
Κινητικές δεξιότητες
Ισορροπία
Γνωστικές δεξιότητες
Συμπεριφορά
Κοινωνικοποίηση και επικοινωνία
Σε κανένα τομέα