

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 9

ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ
ΣΩΜΑΤΙΚΗΣ
ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ
(ΑΠΟ 0-3 ΕΤΩΝ)

9.1 Ανάπτυξη αδρής κινητικότητας ανά περίοδο

Ορισμός αδρής κινητικότητας.

Όταν λέμε αδρή κινητικότητα, εννοούμε τις κινήσεις που κάνει ένα παιδί για να σταθεροποιήσει το κεφάλι του, το σώμα του, να ελέγξει τις κινήσεις των άνω και κάτω άκρων, έτσι ώστε να μπορέσει να μπουσουλήσει, να περπατήσει, να τρέξει κτλ. Η κινητική εξέλιξη του παιδιού γίνεται από το κεφάλι προς τα κάτω και από το κέντρο προς την περιφέρεια, δηλαδή από το σώμα προς τα άκρα (χέρια και πόδια).



Εικόνα 9.1α

Τον τρίτο μήνα
η κάμψη υποχωρεί



Εικόνα 9.1β

Τον πέμπτο μήνα
το μωρό τεντώνει τα
μπράτσα του και
στηρίζεται στα χέρια
του. Η κοιλιά και η
λεκάνη ακουμπούν στο
κρεβάτι



Εικόνα 9.1γ

Τον τέταρτο μήνα
στην ύπτια θέση
το μωρό πιάνει
τα πόδια του

Ηλικία 0-6 μηνών

- Πρηνής θέση: Είναι η θέση όταν το παιδί βρίσκεται μπρούμυτα.
 - Στο νεογέννητο, και μέχρι το τέλος του δεύτερου μήνα, επικρατεί η κάμψη, δηλαδή τα άκρα του, χέρια και πόδια είναι μαζεμένα.
 - Το τρίτο μήνα η κάμψη αρχίζει και υποχωρεί. Το μωρό αρχίζει να τεντώνει τα χέρια και τα πόδια.
 - Τον τέταρτο μήνα ακουμπάει το θώρακα στο κρεβάτι, όπου είναι ξαπλωμένο, και τινάζει ψηλά τα χέρια και τα πόδια σαν να κάνει κινήσεις κολύμβησης, γι' αυτό και λέμε πως το μωρό "κολυμπάει".
 - Τον πέμπτο και έκτο μήνα, μπορεί από την πρηνή θέση να γυρίσει στην ύπτια, δηλαδή να γυρίσει από μπρούμυτα ανάσκελα. Στην ίδια ηλικία επίσης μπορεί να τεντώσει τα μπράτσα του και να στηριχθεί στα χέρια σηκώνοντας το θώρακα και το κεφάλι, ενώ η κοιλιά και η λεκάνη ακουμπά στο κρεβάτι.
- Ύπτια θέση: Είναι η θέση όταν το παιδί βρίσκεται ανάσκελα.
 - Όπως και στην πρηνή θέση, έτσι και στην ύπτια στο νεογέννητο επικρατεί η κάμψη στα χέρια και στα πόδια. Η κάμψη παραμένει μέχρι τον τρίτο μήνα.
 - Από τον τρίτο μήνα και μετά το μωρό αρχίζει να τεντώνει σιγά-σιγά τα χέρια του, ενώ τα πόδια του συνεχίζουν να βρίσκονται σε κάμψη.
 - Από τον τέταρτο μέχρι τον έκτο μήνα η λεκάνη και τα πόδια του είναι σηκωμένα και το μωρό πιάνει διαρκώς τα πόδια του και παίζει μ' αυτά, ανακαλύπτοντας έτσι το σώμα του.
- Έλεγχος κεφαλιού:
 - Το νεογέννητο δεν μπορεί να στηρίξει το κεφάλι του. Απλά, όταν είναι μπρούμυτα μπορεί να το γυρίζει από τη μια ή την άλλη μεριά. Όταν είναι ανάσκελα, αν το σηκώσουμε τραβώντας το από

τα χέρια, το κεφάλι του μένει κρεμασμένο προς τα πίσω. Καθώς μεγαλώνει μπορεί να στηρίζει όλο και περισσότερο το κεφάλι του.

- Σε ηλικία δύο μηνών μπορεί να το κρατήσει όρθιο με ελαφριά κλίση προς τα πλάγια πάνω από 10 δευτερόλεπτα.
- Τον τρίτο μήνα το μωρό κατακτά τον έλεγχο του κεφαλιού.
- Από τον τέταρτο μέχρι τον έκτο μήνα η στήριξη του κεφαλιού γίνεται όλο και με μεγαλύτερη σταθερότητα. Καθώς ανασηκώνουμε το μωρό πιάνοντάς το από τα χέρια, σηκώνει το κεφάλι του και προσπαθεί να καθίσει.

Ηλικία 6-12 μηνών

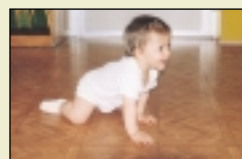
➤ Πρηγής θέση:

- Το δεύτερο εξάμηνο του πρώτου χρόνου το μωρό αναπτύσσεται στον τομέα της αδρής κινητικότητας, έτσι ώστε να φτάσει σταδιακά στο μπουσούλημα και στο τέλος του εξαμήνου στο περπάτημα.
- Τον έβδομο μήνα όταν βρίσκεται μπρούμυτα, στηρίζεται στα χέρια και στα πόδια, ενώ ταυτόχρονα αρχίζει να τεντώνει σιγά - σιγά το σώμα του ανασηκώνοντας λίγο το θώρακα, την κοιλιά και τη λεκάνη.
- Τον όγδοο μήνα, επικρατεί στο βρέφος η ίδια κίνηση χωρίς όμως αυτό να κατορθώνει να προχωρήσει μπροστά ή πίσω.
- Τον ένατο μήνα όταν το μωρό βρίσκεται μπρούμυτα κατορθώνει να έρπει, δηλαδή να σέρνεται, όταν βρίσκεται πάνω σε μια επίπεδη επιφάνεια.
- Το δέκατο μήνα το μωρό στηρίζεται στις παλάμες και τα γόνατά του, ανασηκώνοντας πλέον αρκετά το θώρακα, την κοιλιά και τη λεκάνη. Έτσι ανακαλύπτει την στάση στα τέσσερα και αρχίζει να μπουσουλάει με ασυντόνιστες κινήσεις.
- Τον ενδέκατο μήνα κάνει πιο συντονισμένο μπουσούλημα, το οποίο του επιτρέπει να κάνει τις πρώτες προσπάθειες περπατήματος, αν το κρατήσει κάποιος ενήλικος από τα χέρια ή αν κρατηθεί το ίδιο πάνω σε έπιπλα.
- Το δωδέκατο μήνα, ο μέσος όρος των παιδιών αρχίζει να περπατάει. Το μωρό των δώδεκα μηνών κάνει τα πρώτα του βήματα, αν κρατηθεί από ένα χέρι. Μπορεί μάλιστα να μείνει όρθιο



Εικόνα 9.1δ

Τον έβδομο μήνα το μωρό στηρίζεται στα χέρια και σηκώνει τον θώρακα



Εικόνα 9.1ε

Τον ενδέκατο μήνα το μωρό μπουσουλάει

**Εικόνα 9.1στ**

Τον δωδέκατο μήνα
το μωρό κάνει
τα πρώτα του βήματα
αν το κρατήσουμε από
τα χέρια

**Εικόνα 9.1ζ**

Τον όγδοο μήνα
το μωρό κάθεται χωρίς
να το στηρίζουμε

**Εικόνα 9.1η**

Στην ηλικία των 12-18
μηνών αρέσει στο μωρό
να σπρώχνει μεγάλα
αντικείμενα

χωρίς στήριξη για ένα περίπου λεπτό. Πολλά μωρά δεν αρχίζουν να βαδίζουν στην ηλικία των 12 μηνών αλλά αργότερα. Κάθε παιδί να έχει το δικό του ρυθμό ανάπτυξης. Πάντως, το ανώτερο όριο για την απόκτηση του βαδίσματος είναι ο 18ος μήνας.

- Ύπτια θέση: Όπως στην πρηνή θέση, έτσι και στην ύπτια, το μωρό του δευτέρου εξαμήνου αναπτύσσεται έτσι, ώστε να αποκτήσει τη δυνατότητα του καθίσματος, η οποία σιγά - σιγά θα του επιτρέψει να σηκώνεται όρθιο και να περπατήσει.
 - Τον έβδομο μήνα συνεχίζει, όπως και στο προηγούμενο εξάμηνο, να παίζει με τα πόδια του κατορθώνοντας μάλιστα να τα βάζει και στο στόμα του. Το προηγούμενο εξάμηνο κατόρθωνε να γυρίζει από την πρηνή στην ύπτια θέση. Αυτό το μήνα κατακτά την αντίθετη δεξιότητα, να γυρίζει από την ύπτια στην πρηνή, δηλαδή να γυρίζει από ανάσκελα, μπρούμυτα.
 - Τον όγδοο μήνα, κάθεται μόνο του για αρκετά δευτερόλεπτα. Μπορεί μάλιστα να γυρίζει προς τη μια ή την άλλη πλευρά του σώματός του. Η καθιστή θέση βοηθάει το μωρό να μπουσουλήσει.
 - Τον ένατο μήνα, όταν το μωρό είναι καθιστό, μπορεί να στηρίζεται τότε στο ένα και τότε στο άλλο χέρι, θέση που το παρασύρει στο πλάγιο κάθισμα και μετά στο μπουσουλήμα.
 - Από το δέκατο μέχρι το δωδέκατο μήνα, το μωρό μπορεί άνετα να κάθεται, να μπουσουλάει και, με τη βοήθεια ενός ενήλικου, να σηκώνεται όρθιο και να βαδίζει.

Ηλικία 12-18 μηνών

Η περίοδος αυτή καλύπτει το πρώτο εξάμηνο του δευτέρου χρόνου ζωής. Το δωδέκατο μήνα, όπως είδαμε, τα περισσότερα μωρά με τη βοήθεια του ενήλικου κάνουν τα πρώτα δειλά τους βήματα. Όσα μωρά δεν απέκτησαν αυτή την ικανότητα τον πρώτο χρόνο ζωής, την αποκτούν σιγά - σιγά τον 13^ο με 15^ο μήνα. Αυτό το εξάμηνο το μωρό αρχίζει να έχει μια καλή ισορροπία στο περπάτημα Σπάνια πέφτει κατά το περπάτημα και αρχίζει σιγά - σιγά να τρέχει, αλλά αδέξια, με τα πόδια ανοικτά και τα χέρια τεντωμένα προς τα εμπρός. Του αρέσει να σπρώχνει, να σέρνει και να μεταφέρει μεγάλα αντικείμενα και παιχνίδια. Ακόμη μπορεί να σταματάει, να ξεκινάει και να αλλάζει κατεύ-

θυνση καθώς περπατάει. Μπορεί να ανεβοκατεβαίνει σκάλες στην ηλικία των 18 μηνών με τα χέρια και τα γόνατα.

Ηλικία 18-24 μηνών

Στο δεύτερο εξάμηνο του δεύτερου χρόνου ζωής, η λειτουργία της βάδισης συστηματοποιείται όλο και περισσότερο. Τώρα το παιδί τρέχει πιο σταθερά χωρίς να πέφτει. Το τρέξιμο μέχρι το τέλος του δεύτερου χρόνου έχει εξελιχθεί πολύ καλά. Ακόμη, θα δούμε το μωρό να σκαρφαλώνει σε καρέκλα, να κλωτσάει μπάλα και να παίζει καθισμένο στα γόνατά του. Όταν του πέσει ένα παιχνίδι, θα σταματήσει και θα το μαζέψει, χωρίς να χάσει την ισορροπία του.

Ηλικία 24-30 μηνών

Όσο μεγαλώνει το παιδί τόσο περισσότερο εξελίσσονται όλες οι λειτουργίες της αδρής κινητικότητας. Αποκτάει την ικανότητα του βαδίσματος στις μύτες των ποδιών του και μπορεί ν' ανεβαίνει σκάλες, χωρίς τη βοήθειά μας, εναλλάσσοντας τα πόδια του. Όταν ανεβαίνει σ' ένα ή δύο σκαλοπάτια το βλέπουμε να πηδάει στην αρχή τεντώνοντας πρώτα το ένα πόδι και αργότερα με τα δύο πόδια ενωμένα. Ακόμη, του αρέσει να τρέχει και να χοροπηδάει στον ρυθμό μιας μουσικής.



Εικόνα 9.10

Αδρή κινητικότητα παιδιών ηλικίας 24-30 μηνών

Ηλικία 30-36 μηνών

Το παιδί των δύομισι με τριών χρονών γίνεται πολύ δραστήριο κινητικά. Το βήμα του γίνεται όλο και πιο σταθερό καθώς περπατάει και μπορεί να βαδίζει με ακρίβεια πάνω σε ευθεία γραμμή. Στο τρέξιμο αποκτά όλο και περισσότερη σιγουριά και ορμή. Μπορεί τώρα να πετά μια μπάλα, χωρίς να χάνει την ισορροπία του και να πέφτει.

9.2 Ανάπτυξη λεπτής κινητικότητας

Ορισμός λεπτής κινητικότητας

Όταν λέμε λεπτή κινητικότητα, εννοούμε την εξειδικευμένη εξέλιξη των κινήσεων της παλάμης, των δακτύλων και του καρπού του βρέφους και του νηπίου, με σκοπό τη σωστότερη σύλληψη και χειρισμό των αντικειμένων.

Αντί για τον όρο λεπτή κινητικότητα μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε και τον όρο λεπτοί χειρισμοί. Οι λεπτοί χειρισμοί εξελίσσονται

**Εικόνα 9.2α**

Τα δάκτυλα
του νεογέννητου
βρίσκονται σε κάμψη

**Εικόνα 9.2β**

Τον τέταρτο μήνα
το μωρό παίζει με
τα δάκτυλά του και
τα βάζει στο στόμα του

**Εικόνα 9.2γ**

Τον έκτο μήνα το μωρό
πιάνει ένα αντικείμενο
με ολόκληρη
την παλάμη

και εξειδικεύουν τη λειτουργία τους, καθώς το παιδί μεγαλώνει. Στην αρχή το βρέφος χειρίζεται περισσότερο τα αντικείμενα με την παλάμη, ενώ σιγά - σιγά, καθώς μεγαλώνει, εξειδικεύεται και η λειτουργία των δακτύλων. Αναλυτικότερα όσον αφορά την εξέλιξη της λεπτής κινητικότητας παρατηρούμε:

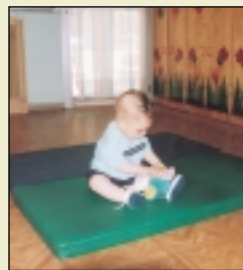
Ηλικία 0-6 μηνών

- Στο νεογέννητο, τα δάκτυλα των χεριών του βρίσκονται σε κάμψη. Η κάμψη αρχίζει να υποχωρεί σιγά - σιγά από το τέλος του δεύτερου μήνα, οπότε τα δάκτυλα μένουν μισάνοικτα κατά διαστήματα.
 - Τον τρίτο μήνα, αρχίζει η σύλληψη των αντικειμένων, η οποία είναι χαλαρή και γίνεται με ολόκληρη την παλάμη γι' αυτό ονομάζεται και παλαμιαία σύλληψη. Μπορούμε να τοποθετήσουμε στην παλάμη του μωρού των τριών μηνών ένα αντικείμενο, όπως ένα κύβο ή μια κουδουνίστρα. Τότε θα το κρατήσει μ' ολόκληρη την παλάμη και με κίνηση χαλαρή και θα το περιεργαστεί κοιτάζοντάς το. Γίνεται μ' αυτό τον τρόπο ένας συντονισμός του ματιού και του χεριού.
 - Τον τέταρτο μήνα, οι λεπτοί χειρισμοί του μωρού ωριμάζουν περισσότερο. Συνεχίζει να πιάνει τα αντικείμενα με την παλάμη, αλλά η σύλληψη γίνεται πιο σίγουρη και βέβαιη. Τα δάκτυλά του πλέον δε βρίσκονται σε κάμψη, δηλαδή σε σχήμα γροθιάς, και μπορεί να παίζει με αυτά βάζοντάς τα στο στόμα του.
 - Τον πέμπτο μήνα, το μωρό απλώνει το χέρι του και πιάνει με παλαμιαία σύλληψη κάποιο αντικείμενο που του δίνουμε. Ο συντονισμός ματιού - χεριού γίνεται με το να δει το αντικείμενο και να απλώσει το χέρι του για να το πάρει.
 - Τον έκτο μήνα, η κίνηση που επικρατούσε στους χειρισμούς του βρέφους εκλεπτύζεται όλο και περισσότερο. Με σίγουρες κινήσεις απλώνει το χέρι του και πιάνει μ' ολόκληρη την παλάμη το αντικείμενο που θα του προσφέρουμε και θα του προκαλέσει το ενδιαφέρον.

Ηλικία 6-12 μηνών

- Προς το τέλος του έκτου μήνα, το μωρό μπορεί και μετακινεί ένα παιγνίδι από το ένα χέρι στο άλλο αποκτώντας όλο και μεγαλύτερη επιδεξιότητα στις κινήσεις των λεπτών χειρισμών.

- Τον έβδομο μήνα, αφού πιάσει ένα αντικείμενο με την παλάμη, αρχίζει να το περιεργάζεται γυρίζοντάς το μέσα στα χέρια του. Παρατηρούμε πως το μωρό πλέον δεν πιάνει το παιχνίδι που έχει μέσα στα χέρια του μόνο με την παλάμη αλλά, καθώς το περιστρέφει μέσα στα χέρια του, το ακουμπάει και με τα δάκτυλά του. Η μετατόπιση του αντικειμένου σιγά - σιγά από την παλάμη προς τα δάκτυλα όσον αφορά τους χειρισμούς, ονομάζεται κυκλικό πιάσιμο, γιατί το μωρό μπορεί και περιστρέφει μέσα στα χέρια του κυκλικά ένα αντικείμενο μετατοπίζοντάς το από την παλάμη προς τα δάκτυλα.
- Τον όγδοο μήνα, το κυκλικό πιάσιμο εξειδικεύεται όλο και περισσότερο. Το μωρό αυτό το μήνα επίσης μπορεί να κρατά δύο αντικείμενα, από ένα στο κάθε χέρι, όπως δύο τουβλάκια τα οποία τα κοιτάζει, τα χτυπάει μεταξύ τους και τα συγκρίνει. Χρησιμοποιεί τα δάκτυλά του για να εξερευνήσει και να ψαχουλέψει οτιδήποτε του προκαλέσει το ενδιαφέρον. Μπορεί να πιάσει ένα μικρότερο αντικείμενο που θα του προσφέρουμε με τα τρία δάκτυλα, με το μεσαίο, το δείκτη και τον αντίχειρα.
- Τον ένατο μήνα, το μωρό, περισσότερο τυχαία, ανοίγει την παλάμη του και αφήνει τα αντικείμενα που κρατάει να πέφτουν κάτω. Αυτή η κίνηση επαναλαμβάνεται συχνά και του δίνει μεγάλη χαρά, καθώς παρατηρεί το αντικείμενο να πέφτει.
- Το δέκατο μήνα, το μωρό μπορεί να βάζει και να βγάζει κύβους μέσα από ένα δοχείο. Ακόμη, αν του δώσουμε να κρατήσει ένα μικρότερο αντικείμενο, όπως ένα μικρό κομματάκι φαγητού, τότε για να το πιάσει τεντώνει τον αντίχειρα και τον δείκτη. Οι λεπτοί χειρισμοί εξελίσσονται όλο και περισσότερο και αυτή η κίνηση του τεντωμένου δείκτη και αντίχειρα ονομάζεται πιάσιμο της λαβίδας. Με το δείκτη ψαχουλεύει και εξερευνά τα αντικείμενα που του προκαλούν την περιέργεια.
- Τον ενδέκατο μήνα, μπορεί να πιάνει ένα μικρό κομματάκι με τον δείκτη και τον αντίχειρα, μόνο που τώρα δεν τους κρατάει τεντωμένους, όπως στο πιάσιμο της λαβίδας, αλλά τους κάμπτει, τους λυγίζει, δηλαδή, προκειμένου να πιάσει με μεγαλύτερη ακρίβεια το μικρό κομματάκι που του προσφέρουμε. Η κίνηση αυτή ονομάζεται πιάσιμο της τανάλιας.

**Εικόνα 9.2δ***Το πιάσιμο της λαβίδας***Εικόνα 9.2ε**

Τον όγδοο μήνα το μωρό χρησιμοποιεί τα δάκτυλά του για να εξερευνήσει και να ψαχουλέψει οτιδήποτε του προκαλέσει το ενδιαφέρον

- Το δωδέκατο μήνα, μπορεί να κρατήσει δυο αντικείμενα, όπως δυο μικρά τουβλάκια, με το ένα χέρι. Αν κρατάει ένα παιχνίδι στο χέρι του και εμείς του απλώσουμε το δικό μας χέρι τότε το μωρό μπορεί με σιγουριά να τοποθετήσει το παιχνίδι μέσα στο χέρι μας. Αυτή είναι μια κίνηση συνειδητοποιημένη, αντίθετα με τον ένατο μήνα, που η κίνηση αυτή ήταν περισσότερο τυχαία. Παρατηρούμε λοιπόν να ρίχνει αντικείμενα στο πάτωμα, όταν κάθεται σε μια ψηλή καρέκλα ή στο καρότσι του. Με το να επαναλαμβάνει αυτή την κίνηση όχι μόνο εξασκείται στην καινούργια επιδεξιότητα των λεπτών χειρισμών, αλλά μαθαίνει ακόμη την έννοια της μονιμότητας του αντικειμένου, δηλαδή καταλαβαίνει πως το αντικείμενο υπάρχει ακόμη και όταν δε βρίσκεται μπροστά στο οπτικό του πεδίο και επίσης μαθαίνει την έννοια του χώρου.

Ηλικία 12-18 μηνών

Το πρώτο εξάμηνο του δευτέρου χρόνου, εξειδικεύεται στο βρέφος η λεπτή κινητικότητα του καρπού. Μπορεί να περιστρέφει τον καρπό γυρίζοντας ένα αντικείμενο και προσπαθώντας να το τοποθετήσει στη σωστή θέση. Έτσι μπορεί να τοποθετήσει ένα απλό σχήμα μέσα σε μια ενσφήνωση ή να γυρίσει τις σελίδες ενός βιβλίου. Στους δεκατέσσερις μήνες, μπορεί το μωρό να κατευθύνει το χέρι του για να δείξει κάτι και, στην ηλικία των δεκαοκτώ μηνών, μπορεί να φτιάξει ένα πύργο με τρεις κύβους.

Ηλικία 18-24 μηνών

Αυτό το εξάμηνο μπορεί το παιδί να πιάσει με την παλάμη του ένα χοντρό μολύβι και να κάνει μουτζούρες. Ακόμη, περιστρέφοντας τον καρπό, φτιάχνει απλές ενσφηνώσεις και μπορεί να τοποθετήσει οριζόντια ή κάθετα διάφορα είδη κύβων έτσι, ώστε να φτιάξει τρένο ή πύργο. Χρησιμοποιεί έξι κύβους για να φτιάξει ένα πύργο. Ακόμη σ' αυτή την ηλικία χειρίζεται το κουτάλι με αρκετή ακρίβεια, πιάνοντάς το με ολόκληρη την παλάμη και τα δάκτυλα.

Ηλικία 24-30 μηνών

Παρατηρούμε πως το παιδί αυτής της ηλικίας κρατάει ένα χοντρό μολύβι, όπως και στο προηγούμενο εξάμηνο, αλλά τώρα εκτός από



Εικόνα 9.2στ

Στην ηλικία των 24-30 μηνών το παιδί κρατάει το μολύβι με την παλάμη

μουτζούρες μπορεί να κάνει οριζόντιες και κάθετες γραμμές. Με τους κύβους φτιάχνει διάφορες απλές κατασκευές. Του αρέσει να γράφει με τα δάκτυλα βουτώντας τα στη δακτυλομπογιά και να κάνει διάφορα σχήματα παίζοντας με πηλό και πλαστελίνη.

Ηλικία 30-36 μηνών

Η εξειδίκευση της λεπτής κινητικότητας όλο και μεγαλώνει. Τώρα το παιδί μπορεί να κρατά το μολύβι όχι πλέον με σφιγμένη την παλάμη αλλά και με τα δάκτυλα και είναι σε θέση ν' αντιγράψει ένα κύκλο. Του αρέσει να ζωγραφίζει με χοντρά χρωματιστά μολύβια και κηρομπογιές. Επίσης μπορεί να χρησιμοποιεί στην ζωγραφική του και χοντρά πινέλα.

Οι κατασκευές του με τους κύβους γίνονται όλο και πιο πολύπλοκες και μπορεί να φτιάξει έναν πύργο χρησιμοποιώντας μέχρι και εννέα κύβους. Με την πλαστελίνη και τον πηλό φτιάχνει απλά σχέδια και μπάλες, πίττες, φιδάκια. Μπορεί να φτιάχνει μόνο του ενσφηνώσεις και απλά παζλ.

Επίσης, στην ηλικία των τριών ετών, το παιδί έχει την ικανότητα να βάζει τα παπούτσια του, αλλά τις περισσότερες φορές κάνει λάθος πόδι.



Εικόνα 9.2ζ - 9.2η

Στην ηλικία των 30-36 μηνών το παιδί κρατάει το μολύβι με την παλάμη και τα δάκτυλα



Εικόνα 9.2θ

Παιδί ηλικίας 30-36 μηνών φτιάχνει πύργο με οικοδομικό υλικό

ΑΝΑΚΕΦΑΛΑΙΩΣΗ

Αδρή κινητικότητα είναι οι κινήσεις που κάνει ένα παιδί για να αποκτήσει τον έλεγχο του κεφαλιού, του σώματος, των χεριών και των ποδιών, προκειμένου να μπουσουλήσει, να περπατήσει, να τρέξει κτλ. Την αδρή κινητικότητα μέχρι τους δώδεκα πρώτους μήνες την εξετάζουμε όταν το μωρό βρίσκεται στην πρηνή θέση, δηλαδή μπρούμυτα και όταν βρίσκεται στην ύπτια θέση, δηλαδή ανάσκελα. Στο νεογέννητο επικρατεί η κάμψη και τα χέρια και τα πόδια του είναι μαζεμένα. Καθώς μεγαλώνει, η κάμψη υποχωρεί. Γύρω στο δέκατο μήνα τα παιδιά αρχίζουν το μπουσουλήμα και γύρω στο δωδέκατο κάνουν τα πρώτα όπως βήματα. Το δεύτερο χρόνο ζωής το παιδί σταθεροποιεί όλο και περισσότερο το βάδισμά του, αρχίζει να τρέχει, να σκαρφαλώνει, να τραβά και να σέρνει αντικείμενα, να κλωτσά μια μπάλα. Τον τρίτο χρόνο ζωής μπορεί να πηδάει από δύο σκαλοπατάκια, να χοροπηδάει στο ρυθμό μιας μουσικής, να περπατάει σε ευθεία γραμμή και στο τρέξιμο να αποκτά όλο και περισσότερη ορμή.

Λεπτή κινητικότητα είναι η εξειδικευμένη κίνηση καρπού, παλάμης και δακτύλων με σκοπό το καλύτερο χειρισμό των αντικειμένων.

Στο νεογέννητο, στη λεπτή κινητικότητα επικρατεί η κάμψη. Τον τρίτο μήνα, το βρέφος πιάνει τα αντικείμενα με την παλάμη και η σύλληψη αυτή ονομάζεται παλαμιαία. Από το δέκατο μήνα, ένα βρέφος μπορεί να πιάσει ένα μικρό αντικείμενο με το δείκτη και τον αντίχειρα. Η σύλληψη αυτή ονομάζεται σύλληψη της λαβίδας και τον ενδέκατο μήνα, σύλληψη της τανάλιας. Το δεύτερο χρόνο ζωής, μπορεί το παιδί να φτιάξει μια απλή ενσφήνωση περιστρέφοντας και τον καρπό του χεριού του και ακόμη να φτιάξει πύργο ή τρένο με κύβους. Τον τρίτο χρόνο ζωής, το παιδί μπορεί να ζωγραφίζει οριζόντιες ή κάθετες γραμμές και να φτιάχνει διάφορα σχήματα με την πλαστελίνη.

ΑΣΚΗΣΕΙΣ

1. Τι είναι αδρή κινητικότητα;
2. Ποιο μήνα αρχίζει το βρέφος το μπουσούλημα και ποιο μήνα το περπάτημα;
3. Τι είναι λεπτή κινητικότητα;
4. Τι είναι η παλαμαία σύλληψη και σε ποιο μήνα εμφανίζεται;
5. Τι είναι το κυκλικό πιάσιμο και σε ποιο μήνα εμφανίζεται;
6. Τι είναι το πιάσιμο της λαβίδας και το πιάσιμο της τανάλιας και σε ποιο μήνα εμφανίζεται το καθένα;

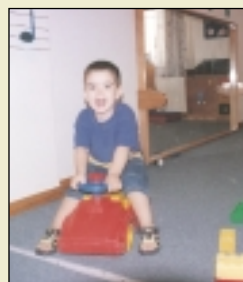
ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑΚΟ ΜΕΡΟΣ**ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΧΩΡΟΥ**

Πρέπει να οργανώνουμε σωστά το περιβάλλον μέσα στο οποίο αναπτύσσεται κινητικά το βρέφος και το μικρό παιδί, το οποίο χρειάζεται ελευθερία χώρου, για να μην εμποδίζονται οι κινήσεις του. Συνεπώς, ο χώρος πρέπει να είναι άνετος όχι όμως αχανής, γιατί θα προκαλεί ανασφάλεια και σύγχυση στο παιδί. Τα έπιπλα να είναι προσαρμοσμένα στην ηλικία των παιδιών και ασφαλή, με στρογγυλεμένες άκρες οι γωνίες τους για να μην τραυματίσουν τα παιδιά. Επίσης, να είναι σταθερά για να μην πέφτουν επάνω στα παιδιά στην προσπάθεια που κάνουν αυτά για να πιαστούν από κάπου και να σηκωθούν. Δε γεμίζουμε τον χώρο κατά τη διάρκεια μιας κινητικής δραστηριότητας με πολλά έπιπλα, γιατί περιορίζουμε την κίνηση των παιδιών. Ανάλογα με την ηλικία τους, χρησιμοποιούμε και τα κατάλληλα υλικά που βοηθούν την κινητική τους ανάπτυξη. Τα υλικά πρέπει να είναι ασφαλή για να αποφεύγονται τα ατυχήματα. Η ύπαρξη εξωτερικού χώρου είναι απαραίτητη για την ολόπλευρη ανάπτυξη της κίνησης των παιδιών.

Υλικά που βοηθούν την κινητική ανάπτυξη είναι:

Αδρή Κινητικότητα:

- Καροτσάκια με χώρο, για να βάζουν μέσα τα παιδιά παιχνίδια, τα οποία μπορούν να τα τραβούν και να τα σπρώχνουν.
- Στράτες, αυτοκινητάκια χωρίς πετάλια, για να μπορούν τα παιδιά να χρησιμοποιούν τα πόδια τους.
- Σταθερό τραπέζι, για να πιάνονται απ' αυτό και να σηκώνονται.



Εικόνα Εργαστ. 9.1
στράτα αυτοκινητάκι



Εικόνα Εργαστ. 9.2

Το τούνελ βοηθάει την ανάπτυξη της αδρής κινητικότητας των παιδιών



Εικόνα Εργαστ. 9.3

Παιχνίδι δίπλα στην κούνια του μωρού



Εικόνα Εργαστ. 9.4

πίνακας πολλαπλών δραστηριοτήτων

- Συρόμενα παιχνίδια, όπως μεγάλες κούτες ή κύβους.
- Τούνελ, όπου τα παιδιά θα μπαίνουν από τη μία πλευρά και θα βγαίνουν από την άλλη. Μπορούμε να φτιάξουμε ένα αυτοσχέδιο τούνελ, χρησιμοποιώντας μεγάλα χάρτινα κουτιά.
- Κουνιστά παιχνίδια, όπως είναι τα κουνιστά αλογάκια.
- Τραμπολίνο, πάνω στο οποίο τα παιδιά μπορούν να χοροπηδούν.
- Κατασκευή αναρρίχησης με σκαλοπάτια και τούνελ. Τα παιδιά μπορούν να σκαρφλώνουν, να περνούν από το ένα μέρος στο άλλο, ν' ανεβοκατεβαίνουν τα σκαλιά με τα πόδια ή και μπουσουλώντας.
- Τσουλήθρες.
- Ποδηλατάκια.

Λεπτή Κινητικότητα:

- Παιχνίδια, τα οποία τα τοποθετούμε μπροστά στο καρεκλάκι ή στην κούνια του μωρού για να μπορεί να τα αγγίξει.
- Κουδουνίστρες για να τις κρατάει στο χέρι.
- Κύβοι για να τους κρατάει το μωρό στο χέρι και να παίζει μαζί όπως. Οι κύβοι μπορεί να έχουν και τρύπες για να βάζει μέσα τα δάκτυλά του.
- Πλαστικά κύπελλα και κουτάλια, για να τα χτυπάει μεταξύ τους.
- Χρωματιστά κύπελλα διαφόρων μεγεθών, που να μπαίνει το ένα μέσα στο άλλο.
- Χρωματιστοί κρίκοι διαφόρων μεγεθών, που να μπαίνουν σε μια σταθερή βάση.
- Χάντρες, που να μπορεί το παιδί να τις περάσει μέσα σε ένα σκοινί.
- Τηλέφωνο-παιχνίδι, στο οποίο μπορεί το παιδί να "τηλεφωνεί" βάζοντας το χέρι του στο καντράν.
- Πίνακας πολλαπλών δραστηριοτήτων, για εξερεύνηση με τα χέρια και τα δάκτυλα.
- Ξύλινες βίδες που βιδώνουν μέσα σε ξύλινες βάσεις.
- Υλικά ζωγραφικής, όπως χοντρά χρωματιστά μολύβια, δακτυλομογιές, νερομπογιές, χοντρά πινέλα.
- Υλικά πλαστικής. όπως πλαστελίνη, πηλός, ζυμάρι.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΓΙΑ ΒΡΕΦΗ ΚΑΙ ΝΗΠΙΑ

ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΑΔΡΗΣ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ

Ηλικία 0-6 μηνών

- Αλλάζουμε συχνά θέση στο μωρό και το τοποθετούμε από μπρούμυτα, ανάσκελα και το αντίθετο.
- Όταν το μωρό είναι ανάσκελα, του σηκώνουμε τα χέρια πάνω από το κεφάλι και μετά τα ξαναφέρνουμε στη θέση τους.
- Όταν το μωρό είναι ανάσκελα, σηκώνουμε τα πόδια του ψηλά λυγίζοντας τα γόνατα και μετά τα ξαναφέρνουμε στη θέση τους.
- Του κάνουμε ένα ελαφρύ μασάζ τρίβοντάς του το θώρακα, την πλάτη, τα μπράτσα, τους βραχίονες.
- Το χορεύουμε κρατώντας το στα γόνατά μας.
- Το σηκώνουμε από ανάσκελα, πιάνοντάς το από τα χέρια, και το βάζουμε να καθίσει.
- Το κρατάμε όρθιο σε μια λεία επιφάνεια, για να κάνει κινήσεις βαδίσματος.

Ηλικία 6-12 μηνών

- Βάζουμε το μωρό μπρούμυτα πάνω σε ένα λείο σεντόνι και το αφήνουμε να κάνει διάφορες κινήσεις με τα χέρια και με το σώμα του στηριζόμενο στην κοιλιά του.
- Τοποθετούμε μακριά του διάφορα παιχνίδια και του λέμε να μπουσουλήσει για να τα φτάσει και να τα πάρει.
- Το κρατάμε από τα χέρια και προχωρούμε μαζί του βοηθώντας το έτσι να κάνει τα πρώτα του βήματα.
- Το ενθαρρύνουμε να μπουσουλάει γύρω από τα έπιπλα.
- Τοποθετούμε ένα παιχνίδι πάνω σε μια σταθερή καρέκλα και του λέμε να κρατηθεί από την καρέκλα για να το πάρει.

Ηλικία 12-18 μηνών

- Τοποθετούμε στο χώρο διάφορα μεγάλα αντικείμενα, τα οποία δεν πρέπει να είναι πολύ βαριά και το ενθαρρύνουμε να τα σπρώξει.
- Πηγαίνουμε λίγο μακριά του, ανοίγουμε τα χέρια μας και του λέμε να τρέξει προς το μέρος μας.

- Του δίνουμε μια μπάλα και του λέμε να την πετάξει.
- Του λέμε να τρέξει γύρω από τα έπιπλα.
- Το αφήνουμε να ανέβει με τα χέρια και τα γόνατα μια μικρή σκάλα.

Ηλικία 18-24 μηνών

- Λέμε στο παιδί να συρθεί κάτω από τα έπιπλα, όπως κάτω από ένα τραπέζι.
- Το αφήνουμε να σκαρφαλώσει σε χαμηλά παιχνίδια εξωτερικού χώρου.
- Βάζουμε μουσική και το αφήνουμε να τρέξει σε ανοικτό χώρο.
- Παίζουμε κυνηγητό μαζί του.

Ηλικία 24-30 μηνών

- Πιάνουμε το παιδί από το χέρι και του λέμε να κατέβει από μια σκάλα.
- Βάζουμε μουσική και το αφήνουμε να χορέψει στο ρυθμό της.
- Του δίνουμε μεγάλα παιχνίδια, όπως ένα καροτσάκι, ένα αλογάκι με ρόδες για να τα τραβάει και να τα σπρώχνει.
- Του δίνουμε μια μπάλα. για να την πετάει και να την κλωτσάει.

Ηλικία 30-36 μηνών

- Λέμε στο παιδί να περπατήσει με τις μύτες των ποδιών του.
- Το βοηθάμε να κάνει τούμπες πάνω σε ένα στρώμα.
- Του λέμε να χοροπηδήσει πάνω σε ένα τραμπολίνο.
- Το ενθαρρύνουμε να περάσει μέσα από ένα "τούνελ".
- Ζωγραφίζουμε μια ευθεία γραμμή στο πάτωμα και του λέμε να περπατήσει πάνω σε αυτή.

ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΛΕΠΤΗΣ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ

Ηλικία 0-6 μηνών

- Δίνουμε στο μωρό να κρατήσει μια κουδουνίστρα στο χέρι του.
- Κάνουμε γυμναστική σηκώνοντας ψηλά τα χέρια του και μετά σταυρώνοντάς τα μπροστά στο στήθος του.
- Του προσφέρουμε ένα παιχνίδι και το ενθαρρύνουμε ν' απλώσει το χέρι του για να το πιάσει.

- Κρεμάμε στο κρεβάτι του διάφορα ζωηρόχρωμα παιχνίδια, για να τα βλέπει και να απλώνει τα χέρια του για να τα πιάσει.

Ηλικία 6-12 μηνών

- Δίνουμε στο μωρό ένα μπισκότο ή μια φρυγανιά, για να τα κρατήσει με τα χέρια του και να τα φάει.
- Του δίνουμε διάφορα παιχνίδια, για να τα κρατήσει και να τα εξερευνήσει.
- Το βάζουμε να καθίσει σε ένα ψηλό καρεκλάκι και του δίνουμε παιχνίδια για να τα πετάει κάτω.
- Του δίνουμε ένα μικρό κομμάτι ψωμιού ή κέικ για να το πιάσει με τον δείκτη και τον αντίχειρα.
- Του δίνουμε ένα πλαστικό φλυτζάνι και ένα κουτάλι για να τα χτυπάει μεταξύ τους και να ανακατεύει.

Ηλικία 12-18 μηνών

- Δίνουμε στο παιδί κύβους για να προσπαθήσει να φτιάξει πύργο.
- Του δίνουμε κρίκους διαφόρων μεγεθών, για να τους περάσει μέσα σε μια σταθερή βάση.
- Του δίνουμε να πιάσει και να κυλήσει μια μπάλα.
- Του δίνουμε μια απλή ενσφήνωση, για να προσπαθήσει να την φτιάξει.

Ηλικία 18-24 μηνών

- Δίνουμε στο παιδί χάντρες, για να τις περάσει μέσα σε ένα κορδόνι.
- Του δίνουμε χρωματιστά μολύβια και μεγάλα φύλλα χαρτιού για να κάνει μουτζούρες.
- Δίνουμε στο παιδί έναν πίνακα πολλαπλών δραστηριοτήτων, για να ψαχουλεύει και να εξασκεί τα δάκτυλά του.
- Του δίνουμε μικρά αυτοκινητάκια, για να τα σύρει στο πάτωμα ή στο τραπέζι.

Ηλικία 24-30 μηνών

- Δίνουμε στο παιδί δακτυλομπογιές, για να ζωγραφίσει.
- Του δίνουμε κύβους, για να φτιάξει πύργο και τρένο.
- Το βοηθάμε να συναρμολογήσει ένα απλό παζλ με κομμάτια.

- Του δίνουμε ένα βιβλίο, για να γυρίσει τις σελίδες του και να το "διαβάσει".

Ηλικία 30-36 μηνών

- Δίνουμε στο παιδί να ζωγραφίσει με χοντρά πινέλα και νερομπογιά.
- Του δίνουμε πηλό και πλαστελίνη, για να φτιάξει διάφορα σχέδια.
- Του δίνουμε χοντρές ξύλινες βίδες, για να τις βιδώσει σε μια ξύλινη βάση.
- Του δίνουμε χαρτιά λέγοντάς του να τα κόψει σε μικρά κομματάκια.
- Του δίνουμε οικοδομικό υλικό για να φτιάξει διάφορες κατασκευές.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Στο βρεφονηπιακό σταθμό, όπου κάνετε την πρακτική σας άσκηση, να πραγματοποιήσετε δραστηριότητες, ανάλογα με τις ηλικίες των παιδιών, οι οποίες να αναφέρονται στους τομείς της αδρής και της λεπτής κινητικότητας. Να παρατηρήσετε, εάν τα παιδιά έχουν αποκτήσει τις δεξιότητες που ανταποκρίνονται στην ηλικία τους, τόσο στον τομέα αδρής όσο και της λεπτής κινητικότητας.