

## ΔΗΜΟΚΡΙΤΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΡΑΚΗΣ

Μεταπτυχιακό πρόγραμμα «Δημιουργική & Προσαρμοσμένη Φυσική Αγωγή»

### ΠΕΡΙΓΡΑΦΜΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

**ΤΙΤΛΟΣ:** Ψυχοκινητική ανάπτυξη & μάθηση στη Φυσική Αγωγή και την Ειδική Φυσική Αγωγή

**ΚΩΔΙΚΟΣ:**

**ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ:** Μαρία Μιχαλοπούλου, **τηλ.:** 2531039679, **e-mail:** [michal@phyed.duth.gr](mailto:michal@phyed.duth.gr)

**ΑΛΛΟΙ ΔΙΔΑΣΚΟΝΤΕΣ:** Καμπάς Αντώνης **e-mail:** [akampas@phyed.duth.gr](mailto:akampas@phyed.duth.gr) **τηλ.:** 2531039632

**ΤΡΟΠΟΣ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ:** Δια ζώσης (65%), εξ αποστάσεως (35%)

**ΕΞΑΜΗΝΟ ΦΟΙΤΗΣΗΣ:** Α

**ΕΙΔΟΣ:** Κορμού

**ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ:**

**ΠΙΣΤΩΤΙΚΕΣ ΜΟΝΑΔΕΣ-ECTS:** 10

### ΣΚΟΠΟΣ

Σκοπός του μαθήματος είναι να παρουσιάσει μια επισκόπηση των κυρίαρχων θεωριών ψυχοκινητικής ανάπτυξης και κινητικής μάθησης και να διερευνήσει το ρόλο της κίνησης στην εκπαίδευση και γενικότερα στην ανάπτυξη και στη μαθησιακή διαδικασία παιδιών και εφήβων με και χωρίς αναπηρίες.

### 1. ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Μετά την ολοκλήρωση της φοίτησης στο συγκεκριμένο μάθημα, οι φοιτητές –τριες θα είναι ικανοί να:

#### 1. γνωρίζουν και να κατανοούν

- το θεωρητικό υπόβαθρο της δια βίου ψυχοκινητικής ανάπτυξης,
- το θεωρητικό υπόβαθρο της ανάπτυξης της κινητικής συμπεριφοράς και των μαθησιακών προσαρμογών
- τις αναπτυξιακές περιόδους και τα χαρακτηριστικά τους,
- τις ιδιαιτερότητες και τους περιορισμούς των αναπηριών στην κινητική μάθηση και στην επίδραση αυτών στο σχεδιασμό της διδασκαλίας κινητικών δεξιοτήτων
- τις ιδιαιτερότητες και τους περιορισμούς όλων των αναπηριών στα στάδια ανάπτυξης καθώς και
- βασικά στοιχεία σχεδιασμού προγραμμάτων ψυχοκινητικής ανάπτυξης

2. **σχεδιάζουν και να υλοποιούν** σε πρωτόλειο στάδιο αναπτυξιακά κατάλληλα προγράμματα ψυχοκινητικής ανάπτυξης

3. **να σχεδιάζουν να εφαρμόζουν και να αξιολογούν παρεμβάσεις με στόχο τη μάθηση κινητικών δεξιοτήτων**

4. να τροποποιούν το μαθησιακό περιβάλλον και το προσαρμόζουν στις ιδιαιτερότητες της μαθησιακής εμπειρίας

## 2. ΑΝΑΛΥΤΙΚΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΩΝ ΜΑΘΗΣΗΣ

Αποτελέσματα μάθησης	Εκπαιδευτικές Δραστηριότητες	Κριτήρια Αξιολόγησης	Φόρτος εργασίας φοιτητή (ώρες)
Γνώση & κατανόηση	Διαλέξεις, μελέτη, εργασία	Ενδιάμεσο κουίζ γνώσεων	55
Γνώση & κατανόηση	Διαλέξεις μελέτη εργασία		45
Σχεδιασμός και υλοποίηση προγράμματος ψυχοκινητικής ανάπτυξης	Διαλέξεις, εργαστήριο, μελέτη εργασία		70
Σχεδιασμός και εφαρμογή μαθησιακής παρέμβασης	Διαλέξεις Problem Based Learning		80
		<b>ΣΥΝΟΛΟ</b>	<b>250</b>

## 3. ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ

Διαλέξεις, εργαστήρια

## 4. ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΑΚΟΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ ΔΙΔΑΚΤΙΚΗΣ ΥΛΗΣ

Διάλεξη	Εισηγητής	Θέμα
1	Μιχαλοπούλου	Κινητικές Δεξιότητες και Ατομικά Χαρακτηριστικά
2	Μιχαλοπούλου	Μαθησιακές προσαρμογές
3	Μιχαλοπούλου	Βασικές αρχές κινητικού ελέγχου
4	Μιχαλοπούλου	Οργάνωση της εξάσκησης
5	Μιχαλοπούλου	Καθοδήγηση της εξάσκησης
6	Μιχαλοπούλου	Ανατροφοδότηση
7	Καμπάς	Θεμελιώδεις έννοιες ψυχοκινητικής ανάπτυξης, θεωρίες και αρχές
8	Καμπάς	Η βρεφική ηλικία
9	Καμπάς	Η παιδική ηλικία
10	Καμπάς	Η εφηβεία
11	Καμπάς	Ενήλικη ζωή
12	Καμπάς	Εργαστήριο σχεδιασμού προγραμμάτων ψυχοκινητικής ανάπτυξης

13	Μιχαλοπούλου	Σχεδιασμός και εφαρμογή μαθησιακών παρεμβάσεων
		Εξετάσεις

**5. ΤΡΟΠΟΣ ΚΑΙ ΚΡΙΤΗΡΙΑ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ:**

Η αξιολόγηση των φοιτητών περιλαμβάνει:

Κριτήριο Αξιολόγησης	Ποσοστό τελικής βαθμολογίας
1 <sup>ο</sup> Κουίζ θεωρητικών γνώσεων	20%
2 <sup>ο</sup> Κουίζ θεωρητικών γνώσεων	20%
Τελική εξέταση	40%
Ατομική εργασία I	10%
Ατομική εργασία II	10%

**6. ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

A. Ενότητα:

Rose, D.J. (1998) Κινητική Μάθηση και Κινητικός Έλεγχος. University Studio Press: Θεσ/νίκη  
 Schmidt, R.A., & Lee, T.D. (2015). Motor control and learning: a behavioral emphasis. Champaign IL: Human Kinetics.  
 Magill, R A. (1998). Motor Learning Concepts and Applications (5th ed). Boston: McGraw-Hill.  
 Schmidt, R.A., Wrisberg, C.A, & Wrisberg, C.N (2014). Motor Learning and Performance. Champaign IL: Human Kinetics

B. Ενότητα

Gallahue, D.L. (2002). *Αναπτυξιακή Φυσική Αγωγή για τα σημερινά παιδιά.* (Μετάφραση). Θεσ/νίκη: University Studio Press.  
 Gallahue, D.L., Ozmun, J.C. Goodway, J.D. (2012). *Understanding Motor Development. Infants, Children, Adolescents, Adults.* New York: McGraw-Hill.  
 Καμπάς Α. (2004). *Εισαγωγή στην Κινητική Ανάπτυξη.* Αθήνα: Αθλότυπο

**7. ΠΕΡΙΓΡΑΜΜΑ ΕΙΣΗΓΗΣΕΩΝ**

**Διάλεξη 1**

Τίτλος	Περιεχόμενα	Λέξεις – κλειδιά
Κινητικές Δεξιότητες και Ατομικά Χαρακτηριστικά	Ορισμός & Ταξινόμηση δεξιοτήτων. Μοντέλο Gentile. Task analysis Η υπόθεση του Henry Υπόθεση εξειδίκευσης. Αναγνώριση Ικανοτήτων Μεταβλητές Ατομικών Διαφορών. Πρόβλεψη αθλητικής απόδοσης	motor learning, motor skills classification, individual differences, abilities, sport skills, talent

		detection, talent identification.
Βιβλιογραφία:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Schmidt &amp; Lee (2014). Motor control and learning: a behavioral emphasis. Pp 228-259.</li> <li>• Schmidt, et al (2000). Motor Learning and Performance. Pp 3-12, 16-18, 44-49</li> <li>○ Hyllegard, R., McElroy &amp; Krejca W. (2003). Perceptions of the importance of training experience and athletic talent for achievement in sports. Perceptual and Motor Skills, 96, 379-380.</li> <li>○ Kioumourtzoglou, E., Michalopoulou, M., Tzetzis, G. &amp; Kourtesis, T. (2000). Ability profile of the elite volleyball player. Perceptual and Motor Skills, 90, 757-770.</li> </ul>	

Διάλεξη 2

Τίτλος	Περιεχόμενα	Λέξεις – κλειδιά
Μαθησιακές προσαρμογές	<p>Ορισμός Κινητικής Μάθησης. Περιγραφή του φαινομένου της μάθησης - Νόμος μάθησης. Ο ασκούμενος: Κίνητρα, Προηγούμενες Εμπειρίες, Στάδια μάθησης. Fitts &amp; Posner, Gentile, Bernstein Expert – Novice διαφορές.</p> <p>Μέτρηση κιν. Μάθησης: καμπύλες απόδοσης – μάθησης. Μέτρηση κινητικής συμπεριφοράς: Είδη σφαλμάτων, Μέτρηση απόδοσης (χρόνος κίνησης). Μεταφορά –Διατήρηση. Μέτρηση μεταφοράς και διατήρησης. Μεταφορά μάθησης. Διατήρηση Μεταφορά μάθησης</p>	<p>cognitive stage, associative stage, autonomous stage, movement elements, perceptual elements, conceptual elements, expertise performance curve, retention tests, transfer tests, memory, transfer of learning.</p>
Βιβλιογραφία:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Schmidt &amp; Lee (2014). Motor control and learning: a behavioral emphasis. Pp 357-369.</li> <li>• Schmidt, et al (2000). Motor Learning and Performance. Pp 181-197</li> <li>• Rose, D.J. (1998) Κινητική Μάθηση και Κινητικός Έλεγχος. University Studio Press: Θεσ/νίκη. Pp 194-195.</li> <li>○ Wolpert, D.M., Ghahramani, Z. &amp; Flanagan, R.J. (2001) Perspectives and problems in motor learning. TRENDS in Cognitive Sciences, 5, 487-494.</li> </ul>	

Διάλεξη 3

Τίτλος	Περιεχόμενα	Λέξεις – κλειδιά
--------	-------------	------------------

<p>Βασικές αρχές κινητικού ελέγχου</p>	<p>.Ορισμός χρόνου αντίδρασης Στάδια μεθόδευσης πληροφοριών. Στάδιο αναγνώρισης. Η Προετοιμασία της κινητικής Απάντησης. Προσοχή ορισμός &amp; λειτουργίες. Θεωρίες προσοχής. Επεξεργασία αισθητικών πληροφοριών. Αυτόματη / παράλληλη μεθόδευση. Περίοδος ψυχολογικού φραγμού. Είδη &amp; Λειτουργίες Παρεμβολής. Διέγερση και απόδοση. Κινητικός έλεγχος. Πηγές αισθητηριακών πληροφοριών. Κλειστό κύκλωμα ελέγχου &amp; Μοντέλο ανθρώπινης απόδοσης.</p>	<p>Information processing, , movement preparation. sensory store, short term memory, long term memory. Attention, closed loop, psychological refractory period.</p>
<p>Βιβλιογραφία:</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Schmidt &amp; Lee (1999). Motor control and learning: a behavioral emphasis. Pp 41-59</li> <li>• Christina &amp; Corcos (1993). Προπονητής &amp; Μάθηση – Απόδοση. Pp 178-189.</li> <li>○ Cardoso de Olivera, S. (2004). Control is good Prediction is Better. Journal of Motor Behavior. 36 (4), 375-378.</li> <li>○ Bock, O. &amp; Eversheim, U. (2000). The mechanisms of movement preparation: a precuing study. Behavioural Brain Research, 108, 85-90.</li> </ul>	

Διάλεξη 4

Τίτλος	Περιεχόμενα	Λέξεις – κλειδιά
<p>Οργάνωση της εξάσκησης</p>	<p>Κατανομή εξάσκησης Μαζική -Κατανεμημένη Επιδράσεις στη μάθηση – απόδοση, Είδη δεξιοτήτων. Πλοκή περιεχομένου. Ομαδοποιημένη – τυχαία μέθοδος εξάσκησης. Μεταβλητότητα εξάσκησης. Επιδράσεις στη διατήρηση και μεταφορά. Ερμηνεία επιδράσεων. Συνδυασμός πλοκής περιεχομένου και μεταβαλλόμενης εξάσκησης.</p>	<p>Contextual interference, variability of practice Massed - distributed practice.</p>
<p>Βιβλιογραφία:</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Schmidt &amp; Lee (1999). Motor control and learning: a behavioral emphasis. Pp 292-313, 318-321.</li> <li>○ Park, J, Wilde, H., &amp; Shea, C.H. (2004). Part whole Practice of Movement Sequences. Journal of Motor Behavior, 36 (1), 51-61.</li> <li>○ Guadagnoli M., Lee T.D. (2004). Challenge point: A framework for conceptualizing the effects of Various Practice conditions in Motor Learning. Journal of Motor Behavior, 36 (2), 212-224.</li> <li>○ Ste Marie D., Clark, S.e., Findlay, L.C. &amp; Latimer, A.E. (2004). High levels of contextual interference Enhance Handwriting Skill Acquisition. Journal of Motor Behavior, 36 (1), 115-126.</li> </ul>	

Διάλεξη 5

Τίτλος	Περιεχόμενα	Λέξεις – κλειδιά
Καθοδήγηση της εξάσκησης	Ποσότητα εξάσκησης, Παρακίνηση & Ορισμός στόχων. Ανάλυση δεξιοτήτων Προφορικές πληροφορίες & Οδηγίες Αντιληπτική προετοιμασία. Modeling. Μερική - Ολική μέθοδος εξάσκησης (Kerr's square). Σειριακές, Συνεχείς, Διακεκομμένες Δεξιότητες . Χρήση Προασκήσεων & Καθοδήγηση. Δύσκολες δεξιότητες	modeling, observation learning, whole – part practice, organization, fractionization, segmentation, simplification.
Βιβλιογραφία:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Schmidt &amp; Lee (1999). Motor control and learning: a behavioral emphasis. Pp 285-292, 313-318.</li> <li>• Schmidt, et al (2000). Motor Learning and Performance. Pp 202-222</li> <li>• Christina &amp; Corcos (1993). Προπονητής &amp; Μάθηση – Απόδοση. Pp 76-84.</li> <li>○ Hodges, N.J., Franks I.M. &amp; Chua, R. (2004). The role of video in facilitating Perception and action of a novel coordination movement. Journal of Motor Behavior. 35 (3), 247-260.</li> <li>○ Καλαποδά Ε., Μιχαλοπούλου Μ., Μπετιχαβάς Α., Αγγελούσης Ν., Ταξιλδάρης Κ. (2003). Μάθηση Ανακάλυψης στην διδασκαλία Δεξιοτήτων Αντισφαίρισης. Αναζητήσεις στη Φυσική Αγωγή &amp; τον Αθλητισμό. 1 (3), 228-237.</li> <li>○ E. Zetou, G., Tzetzis, N., Vernadakis, &amp; E., Kioumourtzoglou (2002). Modeling in learning two Volleyball skills, Perceptual and Motor Skills.94 1131- 1142.</li> </ul>	

Διάλεξη 6

Τίτλος	Περιεχόμενα	Λέξεις – κλειδιά
Ανατροφοδότηση	Εσωτερική - Εξωτερική Επαυξημένη ανατροφοδότηση. Επιδράσεις επαυξημένης ανατροφοδότησης. Γνώση απόδοσης. Γνώση αποτελέσματος. Λειτουργίες Ανατροφοδότησης. Συχνότητα, περιεχόμενο, ακρίβεια και ποσότητα παροχής ανατροφοδότησης. Προσεγγίσεις και Πρακτικές Εφαρμογές στην Αναγνώριση - Διόρθωση και Λαθών.	augmented feedback, knowledge of results, knowledge of performance,
Βιβλιογραφία:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Schmidt, et al (2000). Motor Learning and Performance. Pp 260-281</li> <li>• Christina &amp; Corcos (1993). Προπονητής &amp; Μάθηση – Απόδοση. Pp 131-144</li> <li>○ Badets, A. &amp; Blandin Y. (2004). The role of knowledge of results frequency in learning trough observation. Journal of Motor Behaviour 36 (1) 62-70.</li> </ul>	

Διάλεξη 7

Τίτλος	Περιεχόμενα	Λέξεις – κλειδιά
Θεμελιώδεις έννοιες της δια βίου ψυχοκινητικής ανάπτυξης, θεωρίες και αρχές	Μοντέλα ψυχοκινητικής ανάπτυξης, Παράγοντες που επηρεάζουν την ΨΑ, Το θεωρητικό μοντέλο των Gallahue & Ozmun.	Dynamic Systems Approach, Perception-Action Approach, The Triangulated Hourglass.
Βιβλιογραφία:	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gallahue, D.L., Ozmun, J.C. Goodway, J.D. (2012). <i>Understanding Motor Development. Infants, Children, Adolescents, Adults</i>. New York: McGraw-Hill.</li> <li>Adolph, K. E. Weise, I., Marin, L. (2003). Motor Development. <a href="http://www.psych.nyu.edu/adolph/publications/2003AdolphWeiseMarin%20MotorDevelopment.pdf">http://www.psych.nyu.edu/adolph/publications/2003AdolphWeiseMarin%20MotorDevelopment.pdf</a></li> <li>Clark, J. E., Metcalfe J.S. (2002). The Mountain of Motor Development: A metaphor. In J.E. Clark &amp; J. Humphrey (Eds.), <i>Motor development: Research and reviews</i>, Vol. 2. (Pp. 163 – 190). NASPE Publications: Reston, VA.</li> </ul>	

### Διάλεξη 8

Τίτλος	Περιεχόμενα	Λέξεις – κλειδιά
Η βρεφική ηλικία	Προγεννητικοί παράγοντες, Αντανακλαστικά και ρυθμικά στερεότυπα, Στοιχειώδεις κινήσεις, Βρεφική αντίληψη.	Prenatal factors, reflexes, rudimentary movements
Βιβλιογραφία:	<ul style="list-style-type: none"> <li>Καμπάς Α. (2004). <i>Εισαγωγή στην Κινητική Ανάπτυξη</i>. Αθήνα: Αθλότυπο.</li> <li>Thelen, E., Kelso, J.A.S. Fogel, A. (1987). Self-organizing systems and infant motor development. <i>Developmental Review</i>, 7, 39-65.</li> <li>De Kieviet, J.F., Piek, J.P., Aarnoudse-Moens, C.S., Oosterlaan, J. (2009). Motor Development in Very Preterm and Very Low-Birth-Weight Children From Birth to Adolescence. A Meta-analysis. <i>JAMA</i>, 302(20), 2235-2242.</li> </ul>	

### Διάλεξη 9

Τίτλος	Περιεχόμενα	Λέξεις – κλειδιά
Η παιδική ηλικία	Αύξηση και ανάπτυξη, Θεμελιώδεις κινητικές ικανότητες, Φυσική ανάπτυξη στην παιδική ηλικία, Αντίληψη και αντιληπτικο-κινητική ανάπτυξη, Ανάπτυξη του αυτοσυναισθήματος	Growth, Fundamental abilities, perceptual-motor development, self-esteem

Βιβλιογραφία:	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gallahue, D.L., Ozmun, J.C. Goodway, J.D. (2012). <i>Understanding Motor Development. Infants, Children, Adolescents, Adults</i>. New York: McGraw-Hill.</li> <li>Ross, J.L. et. al. (2008). Cognitive and Motor Development During Childhood in Boys With Klinefelter Syndrome <i>American Journal of Medical Genetics</i>. Part A 146A, 708–719.</li> </ul>
---------------	--

### Διάλεξη 10

Τίτλος	Περιεχόμενα	Λέξεις – κλειδιά
Η εφηβεία	Αύξηση, εφηβεία και σεξουαλική ωρίμανση, Ειδικές κινητικές ικανότητες, Φυσική ανάπτυξη στην εφηβεία, Εφηβική κοινωνικοποίηση.	Growth, adolescence, sexual maturation, special movement abilities, socialization
Βιβλιογραφία:	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gallahue, D.L., Ozmun, J.C. Goodway, J.D. (2012). <i>Understanding Motor Development. Infants, Children, Adolescents, Adults</i>. New York: McGraw-Hill.</li> </ul>	

### Διάλεξη 11

Τίτλος	Περιεχόμενα	Λέξεις – κλειδιά
Ενήλικη ζωή	Φυσιολογικές μεταβολές των ενηλίκων, Κινητική απόδοση των ενηλίκων, Ψυχοκοινωνική ανάπτυξη στην ενήλικη ζωή.	Physiological changes, psychosocial status
Βιβλιογραφία:	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gallahue, D.L., Ozmun, J.C. Goodway, J.D. (2012). <i>Understanding Motor Development. Infants, Children, Adolescents, Adults</i>. New York: McGraw-Hill.</li> </ul>	

### Διάλεξη 12

Τίτλος	Περιεχόμενα	Λέξεις – κλειδιά
Προγράμματα ψυχοκινητικής ανάπτυξης	Αναπτυξιακή φυσική αγωγή, Αξιολόγηση της κίνησης, Παιδιά με αναπηρίες και συμπερίληψη.	Developmental physical education, motor assessment, disability, inclusion.



Βιβλιογραφία:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gallahue, D.L. (2002). <i>Αναπτυξιακή Φυσική Αγωγή για τα σημερινά παιδιά</i>. (Μετάφραση). Θεσ/νίκη: University Studio Press.</li> <li>• Leonard, H., C. ((2016). The Impact of Poor Motor Skills on Perceptual, Social and Cognitive Development: The Case of Developmental Coordination Disorder. <i>Frontiers in Psychology</i>. <a href="http://dx.doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00311">http://dx.doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00311</a></li> <li>• Riethmuller, A.M., Jones, R.A., Okely, A.D. (2009). Efficacy of Interventions to Improve Motor Development in Young Children: A Systematic Review. <i>Pediatrics</i>, Vol. 124 / ISSUE 4</li> </ul>
---------------	--

### Διάλεξη 13

Τίτλος	Περιεχόμενα	Λέξεις – κλειδιά
	Σχεδιασμός και εφαρμογή μαθησιακών παρεμβάσεων	
Βιβλιογραφία:	Παρουσίαση εργασιών	