

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΔΥΤΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ  
ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΚΑΙ ΑΝΘΡΩΠΙΣΤΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ  
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΤΜΗΜΑ ΝΗΠΙΑΓΩΓΩΝ  
ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ  
ΣΧΟΛΗ ΚΑΛΩΝ ΤΕΧΝΩΝ  
ΤΜΗΜΑ ΚΙΝΗΜΑΤΟΓΡΑΦΟΥ  
ΔΙΔΡΥΜΑΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ  
«Δημιουργική Γραφή στην Εκπαίδευση»

ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

Θέμα:

Τρισωμία 21: Η ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΗ ΓΡΑΦΗ ΚΑΙ ΤΟ ΧΟΡΟΘΕΑΤΡΟ  
ΩΣ ΜΕΣΟ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΚΙΝΗΤΙΚΩΝ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ  
ΚΑΙ ΕΝΙΣΧΥΣΗΣ ΤΗΣ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ

Ονοματεπώνυμο φοιτήτριας:  
Αθανασάκη Γρηγορία, Α.Μ. 7624  
Επιβλέπουσα καθηγήτρια:  
Γαλάνη Μάρω

Φλώρινα Μάρτιος 2024

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΔΥΤΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ  
ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΚΑΙ ΑΝΘΡΩΠΙΣΤΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ  
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΤΜΗΜΑ ΝΗΠΙΑΓΩΓΩΝ  
ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ  
ΣΧΟΛΗ ΚΑΛΩΝ ΤΕΧΝΩΝ  
ΤΜΗΜΑ ΚΙΝΗΜΑΤΟΓΡΑΦΟΥ  
ΔΙΔΡΥΜΑΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ  
«Δημιουργική Γραφή στην Εκπαίδευση»

ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

Θέμα:

Τρισωμία 21: Η ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΗ ΓΡΑΦΗ ΚΑΙ ΤΟ ΧΟΡΟΘΕΑΤΡΟ ΩΣ ΜΕΣΟ  
ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΚΙΝΗΤΙΚΩΝ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ ΚΑΙ ΕΝΙΣΧΥΣΗΣ ΤΗΣ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ

Ονοματεπώνυμο φοιτήτριας:

Αθανασάκη Γρηγορία, Α.Μ. 7624

Επιβλέπουσα καθηγήτρια:

Γαλάνη Μάρω

Εξεταστική Επιτροπή:

Γαλάνη Μάρω

Βακάλη Άννα

Κωτόπουλος Τριαντάφυλλος

Φλώρινα 2024

### Δήλωση περί λογοκλοπής

Η παρούσα εργασία αποτελεί πνευματική ιδιοκτησία της Αθανασάκη Γρηγορίας που την εκπόνησε. Στο πλαίσιο της πολιτικής ανοικτής πρόσβασης στο πλήρες κείμενο για μελέτη και ανάγνωση δεν σημαίνει καθ' οιονδήποτε τρόπο παραχώρηση δικαιωμάτων διανοητικής ιδιοκτησίας της συγγραφέα/ δημιουργού ούτε επιτρέπει την αναπαραγωγή, αναδημοσίευση, αντιγραφή, αποθήκευση, πώληση, εμπορική χρήση, μετάδοση, διανομή, έκδοση, εκτέλεση, «μεταφόρτωση» (downloading), «ανάρτηση» (uploading), μετάφραση, τροποποίηση με οιονδήποτε τρόπο, τμηματικά ή περιληπτικά της εργασίας, χωρίς τη ρητή προηγούμενη έγγραφη συναίνεση της συγγραφέα/δημιουργού. Η συγγραφέας/δημιουργός διατηρεί το σύνολο των ηθικών και περιουσιακών του δικαιωμάτων.

## Ευχαριστίες

Με την εκπόνηση της διπλωματικής εργασίας ολοκληρώνεται ένα ξεχωριστό ταξίδι και ομολογουμένως διαφορετικό από τις εκπαιδευτικές μου γνώσεις.

Παρόλα αυτά όμως οι έξοχοι καθηγητές που είχα την τιμή να γνωρίσω, μου έδειξαν καινούρια εργαλεία τα οποία μπορώ να συνδυάσω στις θεραπευτικές μου παρεμβάσεις με τους μικρούς μου ασθενείς.

Ιδιαίτερα και πολλά ευχαριστώ στην καθηγήτριά μου Μάρω Γαλάνη για την αμέριστη συμπαράστασή της όλο αυτό το διάστημα. Οι γνώσεις της γύρω από το θέμα της εργασίας μου καθώς και ο τρόπος που μου εξηγούσε κάθε κεφάλαιο ξεχωριστά μου έδινε τρομερή ασφάλεια για το αποτέλεσμα ενός θέματος που δεν ανήκε στη φαρέτρα των γνώσεών μου. Η παρουσία της δίπλα μου ήταν ουσιαστική, αληθινή και με όρεξη να μου απαντήσει κάθε μου απορία.

Η ολοκλήρωση αυτής της εργασίας δεν θα ήταν δυνατόν να γίνει χωρίς την συγκατάθεση του συλλόγου συνδρόμου Down Ελλάδος, που μου έδωσε την ευκαιρία να εφαρμόσω κάποια στοιχεία δημιουργικής γραφής στους ωφελούμενούς του. Ευχαριστώ ιδιαίτερα τον διευθυντή του συλλόγου κ. Βασίλη Κασιμάτη, τον πρόεδρο του συλλόγου κ. Νικόλαο Ζαΐμη, τους υπαλλήλους του συλλόγου και ιδιαίτερα τη θεατρολόγο Κική Σπύρου, καθώς και όλους τους ξεχωριστούς συμμετέχοντες και συμμετέχουσες στην έρευνα.

Δεν θα μπορούσα να κλείσω το κείμενο αυτό χωρίς να αναφερθώ στους δυο αγαπημένους μου καθηγητές και βαθμολογητές αυτής της εργασίας, τον κ. Τριαντάφυλλο Κωτόπουλο και την κ. Άννα Βακάλη. Από την πρώτη μέρα έως και σήμερα είναι δίπλα μου και με διάθεση να βοηθήσουν σε ότι τους ζητήσω. Πραγματικά νιώθω ευγνώμων που συναντηθήκαμε σε αυτό το μεταπτυχιακό.

Περιεχόμενα	
Δήλωση περί λογοκλοπής.....	3
Περιεχόμενα.....	5
Κατάλογος πινάκων .....	7
Περίληψη .....	8
Abstract.....	9
Εισαγωγή .....	12
Διάρθρωση της Εργασίας .....	15
ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ .....	16
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1.....	16
ΣΥΝΔΡΟΜΟ DOWN.....	16
1.1.Ορισμός-Επιδημιολογία.....	16
1.2.Αιτιολογία του συνδρόμου .....	17
1.3.Τύποι συνδρόμου Down .....	18
Τυπική Τρισωμία 21 .....	18
Μωσαϊκισμός.....	19
Μετάθεση.....	19
1.4 Χαρακτηριστικά των παιδιών με σύνδρομο Down.....	19
1.5 Συνοδά προβλήματα .....	20
1.6. Αδρή και λεπτή κινητικότητα - Αντιληπτικοκινητικές δεξιότητες.....	22
1.7 Δυσκολίες στον λόγο.....	25
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2.....	26
ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΗ ΓΡΑΦΗ .....	26
2.1. Δημιουργική Γραφή.....	26
2.3 Επιδράσεις της δημιουργικής γραφής και η σημασία της για την προώθηση και την εξέλιξη των ικανοτήτων έκφρασης, λόγου και επικοινωνίας. ....	30
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3.....	32
3. ΧΟΡΟΣ & ΘΕΑΤΡΟ- ΧΟΡΟΘΕΑΤΡΟ.ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΗ ΚΙΝΗΣΗ .....	32
3.1 Χορός.....	32
3.2 Ιστορία Χορού .....	33
3.3 Θέατρο .....	35
3.3 Ιστορία θεάτρου .....	35
3.3 Χοροθέατρο ιστορική προέλευση χοροθεάτρου.....	36
3.4 Η χρησιμότητα του χορού και του θεάτρου.....	37

3.5 Δημιουργική κίνηση - Δημιουργικός χορός .....	38
3.6.Δημιουργικός χορός- μέθοδος Ρούντολφ Βαν Λάμπαν .....	39
3.7 Χοροθέατρο -Πίνα Μπάους.....	41
3.8 Δημιουργική γραφή Χοροθέατρο και Εικαστική δημιουργία.....	43
ΜΕΡΟΣ Β ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ .....	47
Σκοπός.....	47
Επιμέρους στόχοι .....	47
Μεθοδολογία έρευνας.....	47
Δείγμα .....	47
Διάρκεια .....	48
Μεθοδολογικά, ερευνητικά εργαλεία .....	48
Παράθεση προγράμματος οκταήμερης παρέμβασης.....	49
Παρουσίαση και ανάλυση αποτελεσμάτων της έρευνας .....	59
Παρουσίαση αποτελεσμάτων Κίνησης.....	59
Παρουσίαση αποτελεσμάτων γλωσσικών δεξιοτήτων .....	63
Ανάλυση αποτελεσμάτων Κίνηση .....	<b>Σφάλμα! Δεν έχει οριστεί σελιδοδείκτης.</b>
Ανάλυση αποτελεσμάτων Λόγου .....	68
Συμπεράσματα της έρευνας και Προτάσεις.....	71
ΜΕΡΟΣ Γ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΟ ΤΜΗΜΑ ΤΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ .....	73
ΚΟΙΤΑ ΝΑ ΜΑΘΑΙΝΕΙΣ! .....	73
Να ξαναγεννηθώ.. .....	74
Γενέθλια με τον παππού.....	78
Φωτεινή.....	83
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ.....	84
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ .....	88
ΤΑ ΚΕΙΜΕΝΑ - ΠΑΡΑΓΟΜΕΝΑ ΚΑΙ ΟΙ ΚΙΝΗΤΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΗΣ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗΣ .....	88

## Κατάλογος πινάκων

- Πίνακας 1 Berg Balance αποτελέσματα 1<sup>ης</sup> και 2<sup>ης</sup> μέτρησης σελίδα 58
- Γράφημα 1 Berg Balance αποτελέσματα σελίδα 59.
- Γράφημα 2 Berg Balance Διαφορά επίδοσης ωφελούμενων σελίδα 60
- Γράφημα 3 Berg Balance Διαφορά επίδοσης ωφελούμενων % σελίδα 60
- Γράφημα 4 Berg balance test διαφορά επιδόσεων ανά φύλο σελίδα 61
- Πίνακας 2 Γλωσσικές δεξιότητες 1<sup>η</sup> και 2<sup>η</sup> μέτρηση σελίδα 62
- Γράφημα 5 Γλωσσικές δεξιότητες 1<sup>η</sup> και 2<sup>η</sup> μέτρηση σελίδα 63.
- Γράφημα 6 Γλωσσικές δεξιότητες διαφορά επίδοσης ωφελούμενων σελίδα 63.
- Γράφημα 7 Γλωσσικές δεξιότητες διαφορά επίδοσης ωφελούμενων % σελίδα 64
- Γράφημα 8 Γλωσσικές δεξιότητες διαφορά επιδόσεων ανά φύλο σελίδα 65.

## Περίληψη

Τα άτομα με σύνδρομο Down εμφανίζουν δυσκολίες στην αδρή: δύναμη, στάση, μετακίνηση, προσανατολισμό και ισορροπία και λεπτή: συντονισμό και ρυθμό κινητική τους ανάπτυξη. Δυσκολίες εντοπίζονται στο επίπεδο επικοινωνίας με τους άλλους. Αρκετά παιδιά με σύνδρομο Down μιλάνε χαμηλόφωνα, έχουν φτωχό λεξιλόγιο, μειωμένη γλωσσολογική ικανότητα: λεξιλογική, γραμματική, σημασιολογική, φωνολογική, ορθογραφική, ορθοεπική και συχνά αδυνατούν να πάρουν μέρος σε μια συζήτηση. Κατάλληλα θεραπευτικά προγράμματα και παρεμβάσεις μπορούν να συμβάλλουν ώστε τα άτομα αυτά να ξεπεράσουν τις δυσκολίες που τυχόν υπάρχουν, να καταφέρουν να φτάσουν σε ένα ικανοποιητικό επίπεδο απόκτησης κοινωνικών δεξιοτήτων, να κατακτήσουν γλωσσικές δεξιότητες, να διαμορφώνουν την προσωπικότητά τους, να ενταχθούν και να αποκτήσουν σταθερές και ουσιαστικές σχέσεις με το κοινωνικό σύνολο.

Στην παρούσα εργασία, έγινε προσπάθεια σύνδεσης των κινητικών και επικοινωνιακών αναγκών ενήλικων με σύνδρομο Down με τα οφέλη που μπορούν να κερδηθούν από τη συμμετοχή τους σε πρόγραμμα δημιουργικής γραφής σε συνδυασμό με το χοροθέατρο. Επιχειρήθηκε σε θεωρητικό επίπεδο οι εννοιολόγηση της δημιουργικής γραφής, του θεάτρου και του χορού και διερευνήθηκε ο τρόπος με τον οποίο πραγματώνεται η συνέργεια και αλληλεπίδραση ανάμεσα στη δημιουργική γραφή και το χοροθέατρο. Μελετήθηκαν τα οφέλη των δυο τεχνικών στο φυσικό/κινητικό, ψυχολογικό και κοινωνικό επίπεδο του ανθρώπου. Με βάση το θεωρητικό πλαίσιο διαμορφώθηκε παρέμβαση και διερευνήθηκε η επίδραση και η αποτελεσματικότητα μιας παρέμβασης μέσω προγράμματος δημιουργικής γραφής και χοροθέατρου στην ενίσχυση τόσο του λόγου και της επικοινωνίας, όσο και των κινητικών δεξιοτήτων και της ισορροπίας σε ενήλικες με σύνδρομο Down. Το περιεχόμενο της παρέμβασης αποτέλεσαν δραστηριότητες απλές και ανάλογες των δυνατοτήτων των ωφελούμενων, με πολλές επαναλήψεις, δεδομένης της περιορισμένης βραχυπρόθεσμης μνήμης, με την αξιοποίηση της μακρόχρονη και της οπτικής μνήμης ώστε να λειτουργήσουν σε καλύτερα επίπεδα

Λέξεις Κλειδιά: Τρισωμία 21, Σύνδρομο Down, χοροθέατρο, επικοινωνία, κινητική ανάπτυξη.



## Abstract

People with Down Syndrome show difficulties gross strength posture movement, orientation and balance and fine, coordination and rhythm of their motor development.

Difficulties are found at the level of communication with others. Many children with Down Syndrome speak softly, have a poor vocabulary, reduced linguistic ability, vocabulary, grammar, semantics, phonology, spelling, orthography and they are often unable to take part in a conversation. Appropriate therapeutic programs and individuals overcome any difficulties that may exist, manage to reach a satisfactory level of social skills acquisition, acquire language skills, shape the personality, integrate and acquire stable and meaningful relationships with society. In this work, an attempt was made to connect the motor and communication needs of adults with Down Syndrome with the benefits that can be gained from their participation in a creative writing program combined with dance theater. The conceptualization of creative writing theater and dance was attempted at a theoretical level and the way in which the synergy and interaction between creative writing and dance theater is realized was investigated. The benefits of the two techniques on the physical/ kinetic, psychological, and social level of man were studied. Based on the theoretical framework, an intervention was designed and both the effect and effectiveness of an intervention through a creative writing and dance theater program was investigated in enhancing both speech and communication, as well as motor skills and balance in adults with Down Syndrome. The content of the intervention consisted of simple activities in proportion to the capabilities of the beneficiaries, with many repetitions, given the limited short-term memory, with the use of long-term and visual memory to function and better levels.

Λέξεις Κλειδιά: Down Syndrome, dance theater, communication, movement development.

Στα παιδιά μου  
Κωνσταντίνο, Βασιλική, Άννα-Μαρία  
Στην Φωτεινή μου

Γιατί απλά κάποιοι άνθρωποι  
είναι τόσο πολύ ξεχωριστοί,  
που αξίζει να ζεις, μόνο και μόνο  
για να τους συναντήσεις.

Τάσος Λειβαδίτης

### *Εισαγωγή*

Τα άτομα με σύνδρομο Down από την πρώτη κιόλας μέρα της ζωής τους είναι αναγκασμένα να ακολουθήσουν ένα διαφορετικό μονοπάτι για το ταξίδι της γνώσης, της ανάπτυξης και της εξέλιξής τους. Η κινητική, γλωσσική και η γνωστική ανάπτυξή τους διαφέρει σημαντικά σε σχέση με αυτή των παιδιών τυπικής ανάπτυξης.

Συναντούν δυσκολίες στην αδρή, αλλά και στη λεπτή κινητικότητά τους, δυσκολίες σε δύναμη, στάση και ισορροπία καθώς και στον συντονισμό προκειμένου να εκτελέσουν λεπτές εργασίες. Αρκετές φορές ζουν σε κοινωνική απομόνωση με αποτέλεσμα να εμφανίζουν δυσκολίες σε επίπεδο επικοινωνίας με τους άλλους.

Οι δυσκολίες που παρουσιάζουν στον γλωσσικό τομέα είναι ιδιαίτερες ιδιαίτερα στη μορφοσύνταξη. Αυτό συμβαίνει στα άτομα με σύνδρομο Down διότι παρουσιάζουν ένα ειδικό έλλειμμα στην ακουστική εργαζόμενη μνήμη που εν μέρη είναι υπεύθυνο για τις σημαντικές δυσκολίες στην ανάπτυξη του λόγου (Αραβαντινού & Γεωργιτσάκη, 2019).

Ιδιαίτερες δυσκολίες παρατηρούνται στις επικοινωνιακές γλωσσικές ικανότητες:

**Γλωσσολογική ικανότητα:** λεξιλογική, γραμματική, σημασιολογική, φωνολογική, ορθογραφική, ορθοεπής ικανότητα

**Κοινωνιογλωσσολογική ικανότητα:** χρήση της γλώσσας ανάλογα με την κοινωνική περίσταση

**Πραγματολογική ικανότητα:** ικανότητα οργάνωσης λόγου, συνοχή και συνεκτικότητα, λειτουργική ικανότητα λόγου Μέσα από την εκπαίδευση, την επικοινωνία και την αλληλεπίδρασή τους με τα άλλα παιδιά, αποκτούν σημαντικές ευκαιρίες μάθησης καθώς η αποδοχή τους από τους συνομήλικούς τους, τους δίνει την δυνατότητα να αναπτύξουν το αίσθημα της αυτοεκτίμησης.

Τα παραπάνω σε συνδυασμό με κατάλληλο θεραπευτικό πρόγραμμα μπορούν να συμβάλλουν ώστε τα άτομα αυτά να καταφέρουν να φτάσουν σε ικανοποιητικό επίπεδο ενίσχυσης των γλωσσικών τους ικανοτήτων και απόκτησης κοινωνικών δεξιοτήτων.

Στην αναζήτηση ενός επιπλέον μέσου εκπαιδευτικής, θεραπευτικής παρέμβασης η Δημιουργική Γραφή φαίνεται να αποτελεί ένα πρόσφορο εργαλείο ώστε τα άτομα με σύνδρομο Down να διαμορφώσουν την προσωπικότητά τους και αποκτήσουν σταθερές και ουσιαστικές σχέσεις με το κοινωνικό σύνολο. Πειραματικές έρευνες στη Δημιουργική Γραφή διαπιστώνουν ότι οι δραστηριότητες Δημιουργικής Γραφής, είναι ικανές να συνδράμουν στη βελτίωση της επικοινωνίας, και στην εκπαίδευση των παιδιών ώστε να αναπτύξουν επικοινωνιακές

γλωσσικές δεξιότητες, το λεξιλόγιό τους και τη χρήση του λόγου σε ορθή συντακτική δομή. (Bambang Suharto, A.W., 2022, pp. 168-169).

Εκτός από την εκπαίδευση σε επίπεδο λόγου, αλληλεπίδρασης και επικοινωνίας, ένα παιδί με σύνδρομο Down χρειάζεται να ακολουθεί θεραπευτικές παρεμβάσεις για τις δυσκολίες που τυχόν έχει στην αδρή και στην λεπτή κινητική του ανάπτυξη. Πιο συγκεκριμένα, τα παιδιά με σύνδρομο Down συναντούν δυσκολίες στη λεπτή αλλά και αδρή κινητικότητά τους.

Σημαντικά προγράμματα και εργαλεία έχουν αναπτυχθεί για την κινητική εκπαίδευση των παιδιών με Down. Στην παρούσα εργασία επιχειρείται η αξιοποίηση συνδυασμού του χοροθεάτρου με τη Δημιουργική Γραφή για την ανάπτυξη της αδρής κινητικότητας, της ισορροπίας του ρυθμού, του συντονισμού, και της λεπτής κινητικότητας εκ παραλλήλου με την ενίσχυση και βελτίωση του λόγου, της επικοινωνίας και των επικοινωνιακών γλωσσικών δεξιοτήτων.

Η σύσταση, σύνταξη και υλοποίηση οκταήμερης παρέμβασης στους ωφελούμενους του συλλόγου συνδρόμου Down Ελλάδος κατά την οποία εφαρμόστηκαν δημιουργική γραφή και τεχνικές κινητικής ανάπτυξης θεατρικού παιχνιδιού και δημιουργικού χορού [χοροθεάτρου] έγινε με στόχο τη διερεύνηση της αποτελεσματικότητας της παρέμβασης για την ενίσχυση των κινητικών δεξιοτήτων, ισορροπίας και της επικοινωνίας σε ενήλικες με σύνδρομο Down.

Στην παρούσα διπλωματική εξετάζεται η Δημιουργική Γραφή ως μέσο έκφρασης, ανάπτυξης του λόγου και της επικοινωνίας και ως βασικό πεδίο στο οποίο μπορεί να συναντηθεί η Γραφή και η χορο\_γραφία ώστε να αποτελέσουν μαζί ένα νέο εργαλείο εκφραστικής και θεραπευτικής προσέγγισης, που η χρήση του θα αναδειχθεί ικανή να καλύψει κινητικές, εκφραστικές και επικοινωνιακές ανάγκες παράλληλα με την βελτίωση του λόγου.

Μέσω του προγράμματος παρέμβασης με δραστηριότητες δημιουργικής γραφής σε συνδυασμό με χοροθέατρο αναμένεται επίδραση τόσο στις δυσκολίες στο λόγο και την επικοινωνία όσο και στις αντιληπτικοκινητικές δεξιότητες των ατόμων με σύνδρομο Down που συμμετέχουν στην έρευνα.

Σύμφωνα με τη βιβλιογραφία, οι δυσκολίες στο λόγο που αναμένονται είναι ότι τα άτομα με σύνδρομο Down παρουσιάζουν σημαντικά περιορισμένο λεξιλόγιο σε σχέση με την ηλικία τους, χρησιμοποιούν πολύ απλές και μικρές προτάσεις, ο λόγος τους είναι τηλεγραφικός, με μειωμένη συντακτική ανάπτυξη και περιορισμούς στη γραμματική τους ανάπτυξη εμφανίζοντας μεγαλύτερη δυσκολία στη χρήση ρημάτων παραλείψεις άρθρων, προθέσεων και βοηθητικών ρημάτων, δηλαδή των λέξεων της γραμματικής λειτουργίας (Vicari, Caselli, Gagliardi, Tonucci, & Volterra, 2002). Στη βιβλιογραφική ανασκόπηση αναφέρονται επίσης δυσκολίες στις αντιληπτικοκινητικές δεξιότητες των ατόμων με σύνδρομο Down που αφορούν

στην κατάκτηση της γνώσης του σώματος, κινητική συναρμογή, συντονισμού (ματιού – χεριού), προσανατολισμού στον χώρο, της αντίληψης του χώρου, της κατεύθυνσης, του χρόνου και του ρυθμού, της ισορροπίας (Γκουτζιαμάνη-Σωτηριάδη, 1993).

Η συγκεκριμένη μελέτη είναι σημαντική, γιατί στην ελληνική οι μελέτες για την ανάπτυξη λόγου (γραπτού αλλά και προφορικού) στα άτομα με Σύνδρομο Down είναι ελλιπείς. Επίσης δεν εντοπίσαμε εργασίες αξιοποίησης της Δημιουργικής Γραφής σε συνδυασμό με τις τεχνικές χοροθεάτρου, για ανάπτυξη λόγου και κινητική ανάπτυξη στην εκπαίδευση ατόμων με Σύνδρομο Down τόσο για την τυπική όσο και για την ειδική τυπική και άτυπη εκπαίδευση.

## Διάρθρωση της Εργασίας

Το πρώτο μέρος ορίζει το Θεωρητικό Πλαίσιο της εργασίας. Διασαφηνίζονται οι έννοιες. Δίνεται ο ορισμός, η αιτιολογία, τα χαρακτηριστικά, τα συνοδά προβλήματα και οι περιοχές ανάγκης του συνδρόμου Down καθώς και οι δυσκολίες που εμφανίζουν στο λόγο και στην κίνηση. Δίνονται ερμηνείες της δημιουργικότητας, της δημιουργικής γραφής και της σημασίας της για την προώθηση και την εξέλιξη των ικανοτήτων έκφρασης, λόγου και επικοινωνίας. Γίνεται αναφορά στη χρησιμότητα του χορού και του θεάτρου καθώς και του τρόπου με τον οποίο από τον συνδυασμό των δυο αυτών τεχνών προκύπτει μια νέα «επιτελεστική γραφή» το χοροθέατρο. Ξεχωριστή αναφορά γίνεται στο έργο του Ρούντολφ Λάμπαν και της Πίνα Μπάους οι οποία συνέβαλαν στη δημιουργία του.

Ερευνητικό Πλαίσιο αποτελεί το δεύτερο μέρος της εργασίας. Παρουσιάζεται η μεθοδολογία της έρευνας, παρατίθεται το πρόγραμμα της οκταήμερης παρέμβασης στους ωφελούμενους του συλλόγου συνδρόμου Down Ελλάδος συνοψίζονται τα κυριότερα συμπεράσματα της εργασίας και παράλληλα επιχειρείται η σύνδεση με την επιστημονική θεώρηση της δημιουργικής γραφής και του χοροθεάτρου.

Το τρίτο μέρος αποτελεί το δημιουργικό τμήμα της εργασίας και αφορά τη δημιουργική απόδοση των συναισθημάτων και των σκέψεων που προκάλεσαν οι συναντήσεις αυτές στη γράφουσα.

## *ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ*

### *ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1*

#### *ΣΥΝΔΡΟΜΟ DOWN*

Το σύνδρομο down ανήκει στις γενετικές διαταραχές, και δη στις χρωμοσωμικές ανωμαλίες. Ο πρώτος εντοπισμός του συνδρόμου έγινε στους Όλμек, οι οποίοι ζούσαν στην Κεντρική Αμερική μεταξύ του 1500 π.Χ. και του 300 μ.Χ. Οι αρχαιολόγοι ανακάλυψαν σκελετούς, οι οποίοι παρίσταναν ένα παιδί με στρογγυλό και χοντρό πρόσωπο, πλατιά μύτη, λοξά μάτια και χοντρό σώμα. Αυτούς τους σκελετούς τους παρομοίαζαν με τα τζάγκουαρ. Η σύγχρονη επεξήγηση βέβαια επιβεβαιώνει, ότι οι σκελετοί αυτοί παρίσταναν παιδιά με σύνδρομο down. Στην προσπάθεια να δοθεί εξήγηση για την ύπαρξη αυτών των παιδιών αναπτύχθηκαν πολλές θεωρίες. Το 1866 ο Langdon Down για πρώτη φορά περιέγραψε τα χαρακτηριστικά του συνδρόμου από τον οποίο πήρε και το όνομά του. Παρατήρησε ότι αυτά τα παιδιά εμφάνιζαν ορισμένα κοινά χαρακτηριστικά τα οποία σίγουρα δεν ήταν αυτά που κληρονόμησαν από τους γονείς τους δεδομένου ότι δεν ήταν αδέλφια.

Το 1959 ο Lejeune σε έρευνα που έκανε στο Παρίσι διαπίστωσε, ότι όλα αυτά τα χαρακτηριστικά οφείλονταν σε γενετική ανωμαλία και συγκεκριμένα στην παρουσία επιπλέον γενετικού υλικού στο χρωμόσωμα 21. Από τότε έχει αποδειχθεί ότι τα χαρακτηριστικά οφείλονταν στην παρουσία έξτρα γενετικού υλικού στον μακρύ βραχίονα (q) του χρωμοσώματος 21. Αυτό το τμήμα έχει περίπου 50 με 100 γονίδια από τα συνολικά 30.000 ολόκληρου του ανθρώπινου γονιδιώματος.

#### *1.1. Ορισμός-Επιδημιολογία*

Το σύνδρομο down είναι η πιο κοινή γενετική αιτία νοητικής αναπηρίας με πολλές ανωμαλίες στο ΚΝΣ. Με τον όρο σύνδρομο Down εννοούμε μια γενετική ανωμαλία, η οποία χαρακτηρίζεται από την ύπαρξη ενός έξτρα χρωμοσώματος στο ζεύγος 21. Δεν έχει διασαφηνιστεί ακόμη η αιτία και για αυτό το λόγο χρησιμοποιούμε τον όρο σύνδρομο. Φαινοτυπικά χαρακτηρίζονται από σοβαρές δυσπλασίες και αναπτυξιακές διαταραχές.

Παράγοντας που επηρεάζει κρίσιμα την αναλογία εμφάνισης αποτελεί η ηλικία της μητέρας, καθ' ότι στην ηλικία των 25 ετών η συχνότητα κυμαίνεται περίπου στο 1:1.300 για να ανέλθει μετά στα 40 σε 1:55 γεννήσεις. Σύμφωνα με τα Κέντρα Ελέγχου και Πρόληψης Νοσημάτων, περίπου 6.000 βρέφη γεννιούνται στις Ηνωμένες Πολιτείες κάθε χρόνο με



σύνδρομο Down ή περίπου 1 στους 691 γεννήσεις ενώ στην Ελλάδα κάποιες μελέτες προσδιορίζουν την αναλογία γεννήσεων παιδιών με σύνδρομο Down σε 1 στις 770 γεννήσεις. Ένας ακόμη παράγοντας που αυξάνει την πιθανότητα γέννησης παιδιού με το σύνδρομο είναι η περίπτωση ο ένας από τους δύο γονείς να είναι φορέας του μεταθετικού συνδρόμου Down. Στην περίπτωση αυτή το σύνδρομο κληρονομείται από έναν γονέα, που είναι υγιής φορέας, δεν εμφανίζει δηλαδή φαινοτυπικά στοιχεία της νόσου και φέρει κύτταρα, στα οποία ένα σκέλος του χρωμοσώματος 21 έχει προσκολληθεί σε ένα άλλο χρωμόσωμα, χωρίς όμως να μεταβληθεί ποσοτικά το συνολικό γενετικό υλικό (Stray-Gundersen, 1995).

### *1.2. Αιτιολογία του συνδρόμου*

Ακόμη δεν έχει γίνει γνωστή η αιτία που τα διαιρούμενα κύτταρα διατηρούν επιπλέον γενετικό υλικό και πώς αυτό το επιπλέον υλικό διαταράσσει την κανονική ανάπτυξη με αποτέλεσμα τη διαταραχή στη λειτουργία.

Πριν από όλα πρέπει να γίνει αντιληπτή μια γενετική έννοια που είναι συνυφασμένη με την ίδια τη ζωή, το DNA. Το DNA (δεοξυριβονουκλεϊκό οξύ) αποτελείται από νουκλεϊκά οξέα συνδεδεμένα με σάκχαρα ικανά να σχηματίσουν πολύ μακριές αλυσίδες και έχει την ιδιότητα να μπορεί να αναπαραχθεί και να αντιγράψει τον εαυτό του. Εμφανίζεται στα κύτταρα σαν δίκλωνη έλικα. Οι κλώνοι της έλικας συνδέονται με αντιρίδες χημικών ουσιών που ονομάζονται πουρίνες και πυραμιδίνες. Οι δυο πουρίνες που εμπλέκονται ονομάζονται αδερίνη και θυμιδίνη και οι δυο πυραμιδίνες είναι γνωστές ως κυτοσίνη και γουανίνη. Η αλληλουχία αυτών των ζευγών βάσεων είναι πολλή σημαντική για τον έλεγχο της κυτταρικής δραστηριότητας, γιατί αυτή η αλληλουχία δίνει τον κώδικα εντολής για τον οποίο οι πρωτεΐνες πρόκειται να παραχθούν μέσα στο κύτταρο. Ορισμένα κύτταρα του μορίου DNA κωδικοποιούν πρωτεΐνες που εμπλέκονται στη δομή του κυττάρου και άλλα τμήματα που κωδικοποιούν πρωτεΐνες γνωστές ως ένζυμα, οι οποίες ρυθμίζουν τη δραστηριότητα των χημικών αντιδράσεων μέσα στο κύτταρο. Οποιαδήποτε διαταραχή στη δομή του DNA θα οδηγούσε σαφώς σε διαταραχή της κυτταρικής δομής ή της κυτταρικής λειτουργίας ή και των δύο (Thompson & Thompson, 1992).

Το μεγαλύτερο μέρος του DNA ενός ανθρώπινου κυττάρου συγκεντρώνεται στον πυρήνα του κυττάρου, ο οποίος στο μικροσκόπιο φαίνεται πιο πυκνός από το υπόλοιπο περιεχόμενο του κυττάρου. Μέσα στον πυρήνα οι κλώνοι του DNA χωρίζονται σε πολλή μικρές δομές που

ονομάζονται χρωμοσώματα. Στον άνθρωπο υπάρχουν 23 ζεύγη χρωμοσωμάτων. Από αυτά τα 22 είναι πανομοιότυπα ενώ το 23ο καθορίζει το φύλο και ονομάζεται φυλετικό.

Τα χρωμοσώματα ποικίλουν σε μέγεθος. Τα μεγαλύτερα φέρουν περισσότερα γονίδια και επομένως διέπουν (govern) περισσότερη λειτουργία εντός του κυττάρου από τα μικρότερα. Κάθε χρωμόσωμα αποτελείται από δύο κλώνους, τα χρωματίδια. Τα χρωματίδια ενώνονται μεταξύ τους με χιάσματα (κλώνοι χωρίς γενετικό υλικό). Κατά μήκος μέρους του μακρού χρωμοσώματος τα χρωματίδια ενώνονται πολύ μεταξύ τους σε μια συγκεκριμένη θέση, το κεντρομερίδιο. Αυτό συνήθως δεν βρίσκεται στο κέντρο, πράγμα που σημαίνει ότι κάθε χρωματίδιο έχει ένα βραχύ(p) και ένα μακρύ(q) βραχίονα. Με την ειδική τεχνική χρώσης γνωστή ως λωρίδα, τα χρωμοσώματα χωρίζονται σε τμήματα μικρότερα από το μόριο του DNA και είναι πρωτεΐνες γνωστές ως γονίδια.

Στο σύνδρομο Down το επιπλέον χρωμοσωμικό υλικό βρίσκεται στο χρωμόσωμα 21 μεταξύ των τμημάτων 21q22.1 και 22.3. Αυτό σημαίνει ότι το έξτρα γενετικό υλικό βρίσκεται στον μακρύ βραχίονα του 21ου μεταξύ του πρώτου και τρίτου μέρους του 22ου τμήματος του χρωμοσώματος 21. (American Association for Clinical Chemistry, 2012) (Croce, 1990).

Επιστήμονες που ασχολήθηκαν εκτεταμένα με τα αίτια που οδηγούν στις χρωμοσωμικές ανωμαλίες είναι σίγουροι πως η χρωμοσωμική ανωμαλία οφείλεται σε αρκετά μεγάλο αριθμό παραγόντων που να ενεργούν και να δρουν μαζί ώστε να προκαλείται η χρωμοσωμική ανωμαλία. Οι μέχρι σήμερα έρευνες καθορίζουν σαν τον πιο σημαντικό παράγοντα την ηλικία της μητέρας.

Αξίζει να επισημάνουμε πως η εξέλιξη της τεχνολογίας στα ερευνητικά και ιατρικά εργαστήρια, μας επέτρεψε σήμερα να γνωρίζουμε πως οι χρωμοσωμικές ανωμαλίες σε ποσοστό περίπου 20% των περιπτώσεων χρωμοσωμικής ανωμαλίας προέρχεται από τον πατέρα, δηλαδή το σπέρμα του (Ζεϊμπέκη 2012).

### *1.3. Τύποι συνδρόμου Down*

#### *Τυπική Τρισωμία 21*

Η πλειονότητα των ατόμων με σύνδρομο Down, περίπου 90-95%, έχουν αυτόν τον τύπο του συνδρόμου. Αυτό οφείλεται στο παραπανίσιο χρωμόσωμα που εμφανίζεται στο 21ο ζευγάρι χρωμοσωμάτων.

### *Μωσαϊκισμός*

Αυτή είναι μια σπάνια μορφή που εμφανίζεται στο 2-5% του πληθυσμού με σύνδρομο Down. Όπως δηλώνει και το όνομα, σ' αυτήν τη μορφή το χρωμόσωμα 21 σπάζει και αναμειγνύεται με κανονικά κύτταρα δημιουργώντας ένα μωσαϊκό. Αυτό συχνά οδηγεί σε μια κατάσταση με τα φυσικά χαρακτηριστικά και τις μαθησιακές δυσκολίες να είναι αναλογικά σε μικρότερο βαθμό.

### *Μετάθεση*

Είναι μια ακόμη πιο σπάνια μορφή του συνδρόμου Down που εμφανίζεται στο 2% των βρεφών με σύνδρομο Down. Αυτή η μορφή είναι κληρονομική.

### *1.4. Χαρακτηριστικά των παιδιών με σύνδρομο Down*

Τα παιδιά με σύνδρομο Down αποτελούν μια ιδιαίτερη ομάδα ατόμων και για τον λόγο αυτόν, δε θα έπρεπε να γενικεύονται οι δυσλειτουργίες που παρατηρούνται στο γνωστικό, συμπεριφοριστικό και ψυχολογικό τομέα της ζωής τους. Ωστόσο, υπάρχουν κάποια γενικά χαρακτηριστικά που εμφανίζονται σε όλα τα άτομα που φέρουν αυτό το σύνδρομο, καθώς ο ρυθμός ανάπτυξής τους δεν είναι ο ίδιος με τα υπόλοιπα τυπικώς αναπτυσσόμενα άτομα. Έτσι, παρουσιάζουν προβλήματα όσον αφορά στη συγκέντρωση, την προσοχή, τη μνήμη (κυρίως τη βραχύχρονη) αλλά και προβλήματα γλωσσικής ανάπτυξης και επικοινωνίας, ενώ εμφανίζουν αδυναμίες στη πλήρη κατανόηση διαφόρων κοινωνικών καταστάσεων (Rynders & Horrobin, 1996).

Πιο συγκεκριμένα, ο ρυθμός ανάπτυξης της γλώσσας και της γνωστικής λειτουργίας αυτών των παιδιών κινείται σε μια κανονική κατανομή και επομένως αυτές οι δεξιότητες εμφανίζουν μια συγκέντρωση στο μέσο τμήμα της. Σε κάποιες περιπτώσεις, όμως, υπάρχουν παιδιά που κινούνται στα άκρα, δηλαδή σε πολύ υψηλά ή πολύ χαμηλά επίπεδα ικανοτήτων (Τσιρλίδη, 2014).

Όσο αφορά τα εξωτερικά χαρακτηριστικά τους, αναγνωρίζονται εύκολα από τις πρώτες μέρες της ζωής τους, αφού η εικόνα τους είναι χαρακτηριστική.

- Μυϊκή υποτονία με χαλαρές αρθρώσεις.
- Βραχυκεφαλία.
- Κοντή και πλατιά μύτη.
- Σχιστές βλεφαρικές σχισμές.
- Χαμηλή πρόσφυση των αυτιών.

- Μικρή στοματική κοιλότητα.
- Μεγάλο μήκος γλώσσας σε σχέση με την στοματική κοιλότητα.
- Δόντια αραιά, με ανώμαλο σχήμα.
- Χέρια κοντά και πλατιά με κοντόχονδρα δάκτυλα.
- Πόδια κοντά και χονδρά.
- Δέρμα ξηρό και ελαστικό, με τάση για ραγάδες.
- Μαλλιά αραιά, λεπτά και ίσια.
- Χαμηλό ύψος και τάση προς παχυσαρκία.
- Το κυκλοφορικό σύστημα των ατόμων αυτών δεν είναι όμοιο με τα ομαλώς αναπτυσσόμενα άτομα, αφού οι αρτηρίες τους είναι συχνά λεπτές και στενές.
- Παρουσιάζουν νοητική υστέρηση με πηλίκιο 20-25 περίπου (Καμπανάου & Αναγνωστάκου, 2021)

### 1.5. Συνοδά προβλήματα

Σε ορισμένα παιδιά με σύνδρομο Down εκτός από την παρουσία του έξτρα χρωμοσώματος έχει διαπιστωθεί η εμφάνιση άλλων ανωμαλιών, οι οποίες σύμφωνα με πολλές μελέτες, προκύπτουν από την παρουσία του έξτρα χρωμοσώματος αλλά και από την κληρονομική προδιάθεση.

Έτσι μπορούμε να συναντήσουμε παιδιά με διαφόρου είδους καρδιακές ανωμαλίες οι οποίες εμφανίζονται στο 40% των ατόμων. Στη βρεφική ηλικία πρέπει να γίνει σωστός έλεγχος από την ιατρική ομάδα, ώστε να εξακριβωθεί η τυχόν ύπαρξη κάποιας ανωμαλίας. Τα προβλήματα της καρδιάς εμφανίζονται σε περίπου 47% των ατόμων με σύνδρομο Down και το 10 έως 15% των μωρών με σύνδρομο Down έχουν σοβαρό καρδιακό ελάττωμα που απαιτεί χειρουργική επέμβαση κατά τη διάρκεια των πρώτων μηνών της ζωής. Η ικανότητα αποκατάστασης μεγάλων καρδιακών ανωμαλιών είχε σημαντικό αντίκτυπο στην επιβίωση των παιδιών με σύνδρομο Down σε χώρες με κατάλληλες εγκαταστάσεις και εμπειρογνωμοσύνη. Σχεδόν όλα τα μωρά με σύνδρομο Down που έχουν σοβαρό καρδιακό ελάττωμα πεθαίνουν από τη σχολική ηλικία χωρίς σύγχρονη καρδιοχειρουργική. Με την πρόωρη χειρουργική επέμβαση, το 80% -90% αυτών των βρεφών επιβιώνει πέραν των 5 ετών. Ως συνέπεια, το παιδί μπορεί να κουράζεται εύκολα, να είναι πιο αργό στις κινήσεις και να μην μπορεί να συμμετάσχει σε όλες τις κινητικές ασκήσεις.

Οι αναπνευστικές παθήσεις είναι επίσης μια ακόμη αιτία θανάτου μετά τα καρδιακά νοσήματα. Μετά από μελέτη του Oster και των συνεργατών του, διαπιστώθηκε αύξηση

αναπνευστικών ανωμαλιών 62 φορές περισσότερο στα άτομα με σύνδρομο Down σε σχέση με τα άτομα χωρίς γενετικές ανωμαλίες. Συμπτώματα όπως ροχαλητό, άπνοια ύπνου, ρινική παροχέτευση και αναπνοή από το στόμα, προειδοποιούν τον γιατρό για προβλήματα στο άνω αναπνευστικό σύστημα.

Τα οφθαλμολογικά προβλήματα είναι ιδιαίτερα συχνά προκαλώντας δυσκολίες στα παιδιά τόσο στην καθημερινότητά του όσο και στις επιδόσεις του. Ο μυϊκός τόνος και συγκεκριμένα η μυϊκή υποτονία που χαρακτηρίζει τα παιδιά συμβάλλουν στην εμφάνιση στραβισμού, ο οποίος στις περισσότερες των περιπτώσεων υποχωρεί. Μπορούν επίσης να παρουσιάσουν διαταραχές της όρασης, όπως σύντομη διορατικότητα, μακροχρόνια προσοχή και αστιγματισμό. Είναι επίσης πιο πιθανό να έχουν σκασίματα και να αντιμετωπίσουν καθυστερήσεις στην ανάπτυξη αποτελεσματικής εστίασης, αντίληψης βάθους και ακρίβειας του οράματος καθώς και ευαισθησία στο έντονο φως. (Δαραής, 2002).

Τα προβλήματα ακοής είναι ακόμη μία συνήθης ανωμαλία σε παιδιά με σύνδρομο Down. Γενικά, οι ωτίτιδες είναι συχνές τόσο στη βρεφική όσο και στην πρώιμη παιδική ηλικία. Οι ανατομικές ιδιαιτερότητες που χαρακτηρίζουν τα αυτιά των παιδιών με σύνδρομο Down, τα καθιστά περισσότερο επιρρεπή σε συλλογές υγρού πίσω από το κοίλον του τυμπάνου, μια κατάσταση γνωστή ως μέση ωτίτιδα με έκχυση. Το πρόβλημα αυτό οφείλεται σε κατακράτηση υγρού και φλεγμονή του μέσου αυτιού, που ενίοτε συνοδεύεται και από μόλυνση. Αυτή η παρουσία υγρού καθιστά δυσχερέστερη την ακοή του παιδιού και οδηγεί συχνά σε βαρηκοΐα αγωγιμότητας με διακυμάνσεις.

Οι χαλαρές αρθρώσεις και οι χαλαροί σύνδεσμοι που έχουν εκ γενετής, καθιστούν τα άτομα αυτά ευάλωτα σε ορθοπεδικές κακώσεις όπως είναι τα εξάρθρηματα. Ιδιαίτερα ευαίσθητη είναι η ατλαντοαξονική άρθρωση του αυχένα, η εξάρθρωση της οποίας μπορεί να οδηγήσει σε νευρολογικά συμπτώματα λόγω της πιθανής βλάβης του νωτιαίου μυελού.

Όσο αφορά στο ενδοκρινολογικό σύστημα, τα περισσότερα παιδιά πάσχουν από υποθυρεοειδισμό, μια πάθηση που δύσκολα αναγνωρίζεται γιατί ο υποθυρεοειδισμός και το σύνδρομο Down έχουν ορισμένα κοινά χαρακτηριστικά.

Η βρεφική ηλικία είναι η περίοδος που είναι αναγκαίο να αναγνωριστούν οι γαστρεντερικές ανωμαλίες που ταλαιπωρούν το 10% των περιστατικών.

Τα τελευταία χρόνια έχει διαπιστωθεί η συνύπαρξη του συνδρόμου με άλλες γενετικές διαταραχές. Τέτοιες είναι το σύνδρομο Klinefelter που προσβάλλει μόνο αγόρια και ο αυτισμός, ο οποίος χαρακτηρίζεται από δυσκολίες στην επικοινωνία και από απουσία βλεμματικής επαφής.

Το ανοσοποιητικό σύστημα που είναι υπεύθυνο στο να καταπολεμά τις μολύνσεις, χάνει την δυναμική του με την πάροδο της ηλικίας με αποτέλεσμα οι μεγαλύτεροι άνθρωποι να είναι περισσότερο επιρρεπείς σε μολύνσεις, στην εμφάνιση διαβήτη, διάφορων ορμονικών δυσλειτουργιών καθώς και στην εμφάνιση κακοήθειας.

Με την πάροδο της ηλικίας προσβάλλεται και το νευρικό σύστημα με διαταραχές όπως είναι η άνοια και το Αλτσχάιμερ.

Μελέτες έχουν αναφέρει υψηλή συχνότητα διαταραχής του ύπνου μεταξύ παιδιών και εφήβων με σύνδρομο Down. Ο κακός ύπνος μπορεί να οδηγήσει σε προβλήματα συμπεριφοράς και να επηρεάσει τη μάθηση. Τα παιδιά με σύνδρομο Down είναι ιδιαίτερα ευάλωτα στην άπνοια του ύπνου, δηλαδή σε διαταραγμένη αναπνοή κατά τη διάρκεια του ύπνου.

Μία από τις σημαντικές συνέπειες της άπνοιας του ύπνου είναι ότι οδηγεί σε περιοδική μείωση της ποσότητας οξυγόνου που μεταφέρεται στο αίμα και αυτό μπορεί να έχει επιβλαβή επίδραση στην υγεία και στην ανάπτυξη (Γεωργοπούλου-Καρόκη & Καραγιάννης, 2017).

Στον γενικό πληθυσμό, ο επιπολασμός των συναισθηματικών διαταραχών ποικίλει ανάλογα με τα χρησιμοποιούμενα διαγνωστικά κριτήρια, αλλά ο ρυθμός κατάθλιψης είναι της τάξης του 2-10%.

Παρόλο που οι περισσότεροι άνθρωποι με σύνδρομο Down δεν έχουν ψυχιατρικές ή νευροαναπνευστικές διαταραχές, υπάρχει αυξημένη εμφάνιση διαταραχών της συμπεριφοράς, του αυτιστικού φάσματος και του ελλείμματος προσοχής σε νέους με σύνδρομο Down (Selikowitz, 1997).

### *1.6. Αδρή και λεπτή κινητικότητα - Αντιληπτικοκινητικές δεξιότητες*

Τα παιδιά με σύνδρομο Down συναντούν δυσκολίες στην αδρή, αλλά και στη λεπτή κινητικότητά τους. Με τον όρο λεπτή κινητικότητα, εννοούμε εκείνες τις κινήσεις των μικρών μυών που συντονίζονται προκειμένου να εκτελέσουμε λεπτές εργασίες. Έτσι, ένα παιδί με σύνδρομο Down μπορεί να δυσκολεύεται να πιάσει ένα μολύβι, να εκτελέσει λεπτές εργασίες με ένα ψαλίδι, να κουμπώσει τα κουμπιά της μπλούζας του, κλπ.

Ο κύριος λόγος εμφάνισης αυτών των δυσκολιών, προέρχεται από το μικρό μέγεθος των δακτύλων και από τον χαλαρό μυϊκό τόνο των χεριών γενικότερα. Βέβαια, η δυσκολία στη λεπτή κινητικότητα επηρεάζει και άλλους τομείς ανάπτυξης όπως του λόγου, αφού ο συντονισμός των μυών του κεφαλιού, της γλώσσας, των χειλιών και του προσώπου είναι

χαλαρός και δεν επιτρέπουν τη σωστή άρθρωση των φθόγγων, ενώ πολλές φορές επηρεάζεται και ο συντονισμός ματιού-χεριού (Brunni, 1998).

Όσον αφορά στην αδρή κινητικότητα, είναι η εκτέλεση κινήσεων που απαιτούν το συντονισμό μεγάλων μυϊκών ομάδων, όπως το τρέξιμο, το κολύμπι, την αναπήδηση, κ.α., δραστηριότητες που τα παιδιά με σύνδρομο Down δυσκολεύονται ιδιαίτερα. Αυτές οι δυσκολίες υπάρχουν από τις πρώτες μέρες της ζωής του παιδιού και για αυτό παρατηρούμε να φτάνει στα λειτουργικά ορόσημα (ρολάρισμα, μπουσουλήμα, περπάτημα, τρέξιμο κλπ) πολύ αργότερα συγκριτικά με τα συνομήλικα παιδιά τυπικής ανάπτυξης.

Ο κύριος λόγος που συμβαίνει αυτό, είναι επειδή υπάρχει μια γενική υποτονία στους μύες και η εμμονή αυτών των παιδιών σε αρχικές αντανακλαστικές κινήσεις. Άλλωστε, τα παιδιά αυτά δυσκολεύονται ακόμα περισσότερο να εκτελέσουν τις παραπάνω κινήσεις αν αναλογιστεί κανείς ότι το ύψος τους είναι χαμηλότερο από το φυσιολογικό ύψος των υπόλοιπων τυπικών αναπτυσσόμενων παιδιών, τα χέρια και τα πόδια τους είναι επίσης κοντά, άρα η στάση και η δύναμή τους δεν μπορεί να είναι η επιθυμητή (Winders, 1997).

Η ικανότητα να ελέγχουμε τη θέση του σώματός μας στο χώρο είναι θεμελιώδες για όλες τις δραστηριότητες αφού αυτές έχουν στατικές προϋποθέσεις.

Για να ισορροπήσει ένα άτομο πρέπει το κέντρο βάρους να είναι πάνω από τη βάση στήριξης. Οι στατικές κινητικές στρατηγικές χρησιμοποιούνται τόσο ανατροφοδοτικά όσο και ως τροφοδότηση εκ των προτέρων για τη διατήρηση της ισορροπίας σε μεγάλη ποικιλία συνθηκών. Πιστεύεται ότι η ταχεία διοχέτευση πληροφοριών από το αιθουσαίο σύστημα χρησιμοποιείται μέσα στα πλαίσια ενός κυκλώματος ανατροφοδότησης έτσι ώστε να διασφαλιστεί η αυτόματη διόρθωση των στατικών αντιδράσεων κατά την προετοιμασία ή αναμονή των κινητικών αναγκών του οργανισμού (Κοντάκης, 2002).

Η δραστηριοποίηση του στασικού ελέγχου έχει ως συνέπεια τον έλεγχο της θέσης του σώματος στο χώρο, με σκοπό τη σταθεροποίηση και τον προσανατολισμό. Ως στασικό προσανατολισμό εννοούμε την ικανότητα να διατηρείται μια κατάλληλη σχέση μεταξύ των μελών του σώματος και του περιβάλλοντος ώστε να επιτευχθεί μια δραστηριότητα (Anne Shumway-Cook & Marjorie H. Woollactt, μτφ. Αθανασιάδης Σ. & Κάνδραλη Ι., 2000).

Ως γνωστόν η κινητική δεξιότητα εξαρτάται από την κίνηση του σώματος που εκτελείται και αλληλοεπιδρά ταυτόχρονα με το γνωστικό, ψυχολογικό και αντιληπτικό στοιχείο. Η αντίληψη μαζί με την κινητικότητα, μας επιτρέπει να κατανοήσουμε και να αφομοιώσουμε οτιδήποτε υπάρχει στο περιβάλλον μας (Γκουτζιαμάνη-Σωτηριάδη, 1993).

Πιο συγκεκριμένα, ο όρος αντιληπτικοκινητική δεξιότητα, περιλαμβάνει τις αντιληπτικές και νευρομυϊκές διαδικασίες που συντελούν στην εκτέλεση μιας κινητικής δεξιότητας και εκφράζει τη σχέση μεταξύ των ηθελημένων κινητικών δραστηριοτήτων και των αντιληπτικών πληροφοριών (Gallahue & Ozmun, 1995). Οι δεξιότητες αυτές χαρακτηρίζονται από την ακρίβεια, την ταχύτητα, τη συναρμογή των κινήσεων και την αποτελεσματικότητά τους, ενώ επηρεάζονται σε μεγάλο βαθμό από εξωγενείς και ενδογενείς παράγοντες.

Τα στοιχεία που αποτελούν την αντιληπτικότητα αφορούν στην κατάκτηση της γνώσης του σώματος, του χώρου, της κατεύθυνσης, του χρόνου και του ρυθμού (Γκουτζιαμάνη-Σωτηριάδη, 1993). Με την έννοια της γνώσης του σώματος εννοείται η ικανότητα που έχει ένα άτομο να γνωρίζει τα μέλη του σώματός του και τις δυνατότητες που αυτά έχουν, καθώς και τον τρόπο με τον οποίο μπορούν να κινηθούν, ενώ το σωματικό σχήμα είναι εικόνα που έχει κατανοήσει το άτομο για το ίδιο του το σώμα. Η γνώση του χώρου αναφέρεται στη γνώση του πόσου χώρου καταλαμβάνει το σώμα του ατόμου, αλλά και στη γνώση του σωστού προσανατολισμού του σώματος στον χώρο. Η γνώση της κατεύθυνσης είναι η ικανότητα του ατόμου να κινείται σε σχέση με άλλα αντικείμενα ή ανθρώπους στον χώρο. Η πλευρίωση αναφέρεται στη δυνατότητα ενός ατόμου να ξεχωρίζει τη δεξιά και αριστερή μεριά του σώματός του.

Η γνώση του χρόνου περιλαμβάνει την κατανόηση από το άτομο της εσωτερικής δομής του χρόνου (π.χ. την αντίληψη της έννοιας του παρελθόντος, παρόντος και μέλλοντος). Η εσωτερική αίσθηση του ρυθμού είναι η κατανόηση της τάξης, της αλληλουχίας, της διαδοχής, κ.λπ.

Σημαντικό ρόλο στις Αντιληπτικοκινητικές δεξιότητες διαδραματίζει η συναρμογή των κινήσεων. Η κινητική συναρμογή ή συναρμοστικές ικανότητες εντοπίζονται σε όλους τους τομείς της καθημερινής ζωής των ανθρώπων και για αυτόν τον λόγο η κατάκτησή τους είναι σημαντική.

Τα παιδιά με σύνδρομο Down παρουσιάζουν δυσκολίες στις δραστηριότητες που αφορούν λεπτούς χειρισμούς, αλλά και στον αντιληπτικό και αισθησιοκινητικό έλεγχο. Βέβαια, ο μεγαλύτερος βαθμός δυσκολιών εμφανίζεται στις δραστηριότητες που απαιτείται ο συντονισμός των αντιληπτικών και κινητικών δεξιοτήτων, π.χ. συντονισμός ματιού – χειριού, προσανατολισμός στον χώρο, κ.α. Ωστόσο, με την κατάλληλη εκπαίδευση, η πλειοψηφία αυτών των παιδιών καταφέρνει να αναπτύξει σε σημαντικό βαθμό τις ικανότητες αυτές (Τσιρλίδη, 2014).



Αξιοσημείωτο επίσης είναι το γεγονός ότι τα παιδιά με σύνδρομο Down εμφανίζουν δυσκολίες στη βραχύχρονη μνήμη ή μνήμη μικρής διάρκειας (STM) ή ενεργός μνήμη (Baddeley 1981) όπως συχνά αποκαλείται λόγω του ενεργού ρόλου που παίζει στη διαδικασία μεθόδευσης πληροφοριών. Η βραχύχρονη μνήμη περιλαμβάνει όλες τις πληροφορίες που σκεπτόμαστε άμεσα ή είναι συνειδητές οποιαδήποτε στιγμή (Debra Rose, 1998:246-247).

Η προσωρινή αποθήκευση των πληροφοριών στην ενεργό μνήμη μας επιτρέπει να αντιπαραθέτουμε και να συγκρίνουμε τα στοιχεία που παραμένουν στο χώρο αυτό. Επίσης μας επιτρέπει τη συσχέτιση των πρόσφατων πληροφοριών με πληροφορίες οι οποίες φυλάσσονται σε λειτουργικό χώρο μονιμότερης αποθήκευσης, στη μνήμη μακράς διάρκειας ή μακρόχρονη μνήμη. Η μακρόχρονη μνήμη έχει απεριόριστη χωρητικότητα και είναι άμεσα συνδεδεμένη με την μάθηση και την επανάληψη. Συγκεκριμένα, σύμφωνα με τους Atkinson & Shiffrin η επανάληψη είναι το εργαλείο μεταφοράς των πληροφοριών από τη βραχύχρονη στη μακρόχρονη μνήμη. Η επανάληψη επίσης, σε ένα άτομο με σύνδρομο Down είναι το εργαλείο που θα βοηθήσει στη μάθηση, εν προκειμένω στην κινητική μάθηση η οποία εξ ορισμού αποτελεί μια διαδικασία βελτίωσης των επιπέδων δεξιολογικής εκτέλεσης μιας δεξιότητας (Debra Rose, 1998:184).

### *1.7. Δυσκολίες στον λόγο*

Σύμφωνα με τη βιβλιογραφία, οι δυσκολίες που αφορούν τον λόγο στα παιδιά με σύνδρομο Down είναι το σημαντικά μειωμένο εκφραστικό λεξιλόγιο σε σχέση με την ηλικία. Στον εκφραστικό τους λόγο, χρησιμοποιούν πολύ απλές και μικρές προτάσεις. Σε αντίθεση με το γεγονός ότι τα παιδιά με σύνδρομο Down είναι στην πλειοψηφία τους χαρούμενα, ανοιχτόκαρδα, επιθυμούν την επικοινωνία με τους άλλους και είναι ευχάριστα στην παρέα η εκφραστική τους ικανότητα είναι μειωμένη όπως και η γλωσσική κατανόηση (Kumin, 1994). Μελέτες αναφέρουν διαταραχές στη συντακτική τους ανάπτυξη καθώς επίσης και περιορισμούς στη γραμματική τους ανάπτυξη. Στη γραμματική ανάπτυξη παρουσιάζουν δυσκολία στη χρήση των ρημάτων. Ο λόγος τους μπορεί να χαρακτηριστεί τηλεγραφικός. Συχνά εντοπίζονται παραλείψεις άρθρων, προθέσεων, και βοηθητικών ρημάτων, δηλαδή λέξεων γραμματικής λειτουργίας (Χριστακίδης & Παριντάς 2015).

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2

### ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΗ ΓΡΑΦΗ

#### 2.1. Δημιουργική Γραφή

Ο επείσακτος όρος *Δημιουργική Γραφή*, προσπάθεια απόδοσης του αγγλοσαξονικού «*Creative Writing*» «*écriture creative*» «*scritura creativa*», συχνά προκαλεί σύγχυση και αμηχανία τόσο εξαιτίας της πολλαπλής σημασίας και χρήσης του, όσο και λόγω των διαφορούμενων νοημάτων του αναφέρει ο Τριαντάφυλλος Η. Κωτόπουλος Καθηγητής Δημιουργικής Γραφής & Νεοελληνικής Λογοτεχνίας, Επιστημονικά Υπεύθυνος του ΜΠΣ «Δημιουργική Γραφή» Πανεπιστημίου Δυτικής Μακεδονίας & ΑΠΘ και με αυτόν τον τρόπο βεβαιώνει τη δυσκολία να δοθεί ένας γενικά αποδεκτός με καθολική εφαρμογή ορισμός της Δημιουργικής Γραφής (Κωτόπουλος 2012:1).

Όπως αναφέρει και ο Gary Davis, «υπάρχουν περίπου τόσοι ορισμοί, θεωρίες και ιδέες για τη δημιουργικότητα όσοι και οι άνθρωποι που έχουν γράψει τις ιδέες τους σε ένα κομμάτι χαρτί». (Γρόσδος, 2014:13). Έτσι αντί ορισμού προσεγγίζουμε και περιγράφουμε τους παράγοντες που συσχετίζονται με την δημιουργική γραφή, όπως το γλωσσικό πρόβλημα-ερέθισμα, τον δημιουργικό συγγραφέα, τη δημιουργική διαδικασία και τα στάδιά της και το δημιουργικό κείμενο. Αυτή η ολιστική οπτική διερευνά τις ιδιαίτερες συνθήκες μέσα στις οποίες απελευθερώνεται η δημιουργικότητα του ατόμου.(Γρόσδος 2014:14).

Η Δημιουργική Γραφή αποτελεί μια διαδικασία κατά την οποία με την κατάλληλη διέγερση της παιδικής δημιουργικότητας προκαλείται η παραγωγή λόγου με παιγνιώδη και απαλλαγμένο από αυστηρά μαθησιακά και αξιολογικά πλαίσια τρόπο (Τσαρουχάς 2021). Η μέθοδος αυτή προσεγγίζει βιωματικά, μέσα από το παιχνίδι και τη μάθηση του λόγου και των δυνατοτήτων του και στηρίζεται στην αναδόμηση των στοιχείων της λέξης, της πρότασης και κατ' επέκταση του κειμένου, με σκοπό την παραγωγή νέων κειμένων (Κωτόπουλος,2012:2).

Σήμερα τον όρο δημιουργική γραφή τον χρησιμοποιούμε διττά, αναφερόμενοι στην ικανότητα να ελέγχει κανείς τις δημιουργικές σκέψεις και να τις μετατρέπει σε γραφή, αλλά και στην ευρεία του σημασία, όπου εμπεριέχει το σύνολο των διάφορων εκπαιδευτικών πρακτικών και τεχνικών που στοχεύουν στην κατάκτηση συγγραφικών δεξιοτήτων, δηλαδή τις εκπαιδευτικές διαδικασίες κατά τις οποίες διεγείροντας κατάλληλα τη δημιουργικότητα, οδηγούμαστε στην παραγωγή λόγου με τρόπο ελκυστικό και παιγνιώδη (Κωτόπουλος, 2014:1).

Σαν όρος γενικότερα σύμφωνα με τον Καρακίτσιο: «Είναι μια γραφή η οποία είναι αρκετά κοντά στα λογοτεχνικά κείμενα καθώς και γενικότερα στα κειμενικά είδη». περιέχει ένα σύνολο εκπαιδευτικών τεχνικών και πρακτικών με στόχο την κατάκτηση λογοτεχνικών δεξιοτήτων.

Η ιστορία της Δημιουργικής γραφής ξεκινά στην Αθήνα με τον Αριστοτέλη (384-322 π.Χ.) αλλά έχει τις ρίζες της πίσω από αυτόν, καθώς το έργο του Περί Ποιητικής είναι ουσιαστικά ένας ερμηνευτικός απολογισμός εκείνων των δημιουργικών πρακτικών που μελέτησε και που στο μεταξύ είχαν γίνει αποδεκτές και αριθμούσαν ήδη αρκετά χρόνια εφαρμογής (Βακάλη Α. & Ζωγράφου Μ. & Κωτόπουλος Τ, 2013). Ο Αριστοτέλης υποδεικνύει στους μαθητές του τι να αναζητήσουν και τι να αποφύγουν στην σύνθεση των ποιητικών τους δραμάτων, το αποτέλεσμα στο οποίο πρέπει να στοχεύουν τέτοιου είδους κείμενα, τα μέσα που θα τους βοηθήσουν να το πραγματοποιήσουν, το πώς η επίτευξη των στόχων προσδιορίζει και καθορίζει την μορφή του δραματικού κειμένου, αλλά και ποιες ελλείψεις μπορούν να οδηγήσουν έναν δραματουργό σε μια αποτυχία (Κωτόπουλος 2014:2).

Στις ΗΠΑ η δημιουργική γραφή εμφανίζεται το 1930 και εισάγεται αμέσως στα πανεπιστήμια. Πρόκειται για μια τεχνική διδασκαλία της λογοτεχνίας, η οποία διδάσκεται ως επί το πλείστον από συγγραφείς που στόχευαν στη μετάδοση γνώσεων για τη γραφή μέσω αναλύσεων λογοτεχνικών κειμένων. Τα προγράμματα δημιουργικής γραφής απευθύνονται σε φοιτητές όλων των επιστημών και όχι μόνο στα τμήματα φιλολογίας ή Ανθρωπιστικών σπουδών. Το 1930 εντάσσεται ως αυτόνομο γνωστικό αντικείμενο στο Πανεπιστήμιο της Iowa. Αναντίρρητα ο όρος Δημιουργική γραφή έχει πολλαπλή σημασία και ασχολείται με τη τέχνη της συγγραφής. Μάλιστα σύμφωνα με τον Dawson η δημιουργική γραφή συγκροτείται από τέσσερις επιμέρους άξονες: τον γραμματισμό, την δημιουργική και προσωπική έκφραση, την τεχνική και τη μελέτη εκ των έδων και πολλοί είναι εκείνοι οι οποίοι υποστηρίζουν ότι κάθε γραφή θεωρείται δημιουργική.

Στην Ευρώπη εμφανίστηκε στον απόηχο του Μάη 1968 και αρχικά εκτιμήθηκε ως μια κοινωνική εκπαιδευτική μεθοδολογία λιγότερο πρακτική συγκριτικά με τα αμερικάνικα πανεπιστήμια. Είχε ήδη προηγηθεί η εμφάνιση ιδεών και προτάσεων για δημιουργικό γράψιμο από τον Τζιάννι Ροντάρι στην Ιταλία. Στη Γαλλία ιδέες για δημιουργική γραφή παρουσιάστηκαν από τον Celestin Freinet στη δεκαετία του 1920, σε ένα περιβάλλον όπου η κυριαρχία του σουρεαλιστικού κινήματος επέτρεψε την αντίληψη ότι η λογοτεχνική γραφή είναι για όλους. Γύρω στο 1968 οι ποιητές- καθηγητές Jean- Huques Malineau, Georges Jean, Christian Poslaniec, δημιούργησαν παιχνίδια και ασκήσεις δημιουργικής γραφής με ή χωρίς τη λογική τύπου εργαστηρίου.

Η δημιουργική γραφή αναπτύχθηκε σε εξωθεσμικά/εκπαιδευτικά εργαστήρια δημιουργικής γραφής και στη συνέχεια εισήχθη στη Β/θμια εκπαίδευση της Γαλλίας (Καρακίτσιος 2021:2).

Στην Ελλάδα η δημιουργική γραφή διδάσκεται στα τέλη της δεκαετίας του 1980 στην άτυπη εκπαίδευση (Κωτόπουλος, 2014:4).

Είναι μια σύγχρονη εκπαιδευτική μέθοδος, η οποία στοχεύει στην προώθηση της δημιουργικότητας των μαθητών, ενώ παράλληλα ενισχύει την παραγωγή λόγου με διασκεδαστικό και δημιουργικό τρόπο, μακριά από τους περιορισμούς των παραδοσιακών μαθησιακών περιβαλλόντων (Φράγκου, 2022).

Είναι ένα παιχνίδι και πειραματισμός με τη συγγραφή. Η δημιουργική σκέψη είναι η σκέψη του παιδιού που αγαπάει να ανακαλύπτει, να ερευνά και να διασκεδάσει. Για μικρούς και μεγάλους, η συγγραφή είναι μια ευχάριστη εμπειρία που σε κάνει να αισθάνεσαι ευφορία, αφού η διαδικασία είναι ικανοποιητική, μερικές φορές περισσότερο και από το τελικό αποτέλεσμα. Επιπλέον, η δημιουργική γραφή είναι μια γραφή χωρίς περιορισμούς. Στη διαδικασία της δημιουργικής γραφής δεν χρησιμοποιούνται γραμμικές μέθοδοι, αλγόριθμοι και έτοιμες απαντήσεις, οι οποίες μπορούν να προγραμματιστούν σωστά και να δώσουν το «σωστό» αποτέλεσμα, τη «σωστή» λύση. Επιπλέον, τα στάδια της δημιουργικής γραφής είναι παρόμοια με τα στάδια εκδήλωσης της δημιουργικότητας.

Η παραγωγή γραπτού λόγου περιλαμβάνει το Προσυγγραφικό στάδιο συνεχίζεται στο Συγγραφικό στάδιο (καταγραφή ιδεών), και καταλήγει στο Μετασυγγραφικό στάδιο. (Γρόσδος, 2017).

Αναλυτικά τα στάδια της δημιουργικής γραφής είναι τα ακόλουθα:

- Προπαρασκευή ή προετοιμασία: η εμφάνιση του ερεθίσματος, η δημιουργία ερεθισμάτων, ο αρχικός προβληματισμός.
- Παραγωγή ή επινόηση: Η τέχνη της εύρεσης ιδεών.
- Οργάνωση ή Διάταξη: η τέχνη της ταξινόμησης των ιδεών και της δημιουργίας σχεδίου. Η τέχνη της επιλογής και της νοηματοδότησης των γλωσσικών στοιχείων: φράσεων, προτάσεων, περιόδων και η μεταξύ τους σύνδεση.
- Συγγραφή ή Παρουσίαση: η δημιουργία ενός κειμένου (Γρόσδος, 2014:23).

## 2.2. Δημιουργικότητα και Δημιουργική Γραφή

Είναι σημαντικό να γίνει αναφορά στον όρο της δημιουργικότητας» ο οποίος χαρακτηρίζεται από Εξέλιξη, Αυτενέργεια, Αυτοδιάθεση, Πειραματισμό, Εμβάθυνση πάνω σε ένα ζήτημα.

Η δημιουργικότητα είναι έμφυτη επηρεάζεται από εσωτερικούς παράγοντες όπως δεξιότητες, ταλέντο, πρωτότυπη σκέψη κλπ. Όμως οι παράγοντες αυτοί δρουν συνδυαστικά με τους εξωτερικούς επηρεαζόμενοι ισχυρά από την εκπαίδευση, τα πρότυπα και το κοινωνικό περιβάλλον (Amabile & Pillemer, 2012, pp.14-15).

Η έννοια της δημιουργικότητας δεν περιορίζεται μόνο στις τέχνες αλλά αντιθέτως αφορά την πολιτική, την τεχνολογία, τις επιστήμες, τη φιλοσοφία κ.ά. Η αντίληψη της δημιουργικότητας και τα χαρακτηριστικά της επηρεάζονται και από διάφορες εξελίξεις στους τομείς της ψυχολογίας, φιλοσοφίας, ανθρωπολογίας και κοινωνιολογίας.

Ο Boden έχει ασχοληθεί εκτενώς με τον ορισμό της δημιουργικότητας κι τον χωρίζει σε τρεις κατηγορίες:

Η πρώτη κατηγορία παρουσιάζει τη δημιουργικότητα ως τη παραγωγή καινούργιων ιδεών.

Η δεύτερη κατηγορία παρουσιάζει τη δημιουργικότητα να προσεγγίζεται και να συνδυάζεται με τις ήδη υπάρχουσες γνώσεις.

Και τέλος η τρίτη κατηγορία είναι εκείνη η οποία παρουσιάζει ότι η δημιουργικότητα παράγει νέες γνώσεις και ιδέες και δίνει βάρος στο τελικό αποτέλεσμα.

Η δημιουργική γραφή συνδέεται στενά με την έννοια της δημιουργικότητας. Ο Rodari, αναφέρει ότι η δημιουργικότητα «σπάει διαρκώς τα πρότυπα της εμπειρίας και χειρίζεται αντικείμενα και έννοιες με διαφορετικό τρόπο», «θέτει ερωτήματα και δεν αρκείται σε εύκολες απαντήσεις», «αισθάνεται άνετα σε ρευστές καταστάσεις», «προβαίνει σε αυτόνομες κρίσεις» και «τελικά οδηγεί στην παραγωγή πρωτότυπων και ασυνήθιστων, αλλά και χρήσιμων για την κοινωνία έργων» (εφευρέσεις, καλλιτεχνικά έργα, ιστορικές ανακαλύψεις κ.λπ.).

Ο Guilford υποστηρίζει ότι η δημιουργικότητα είναι η ικανότητα που καθιστά το άτομο ικανό να αντιμετωπίζει με ευαισθησία και πρωτοτυπία τα διάφορα προβλήματα και δυσκολίες της ζωής, να αυξάνει τη γνώση του με μεθοδικότητα και τάξη, να επιδιώκει την εύρεση λύσης σε κάθε πρόβλημα και να αλλάζει με επιτυχία τις υποθέσεις του.

Διακρίνει τη σκέψη σε συγκλίνουσα και σε αποκλίνουσα. Συγκλίνουσα σκέψη είναι η παραγωγή μιας νέας πληροφορίας που εξαρτάται κυρίως από γνωστή πληροφορία. Αποκλίνουσα σκέψη χαρακτηρίζεται από ευαισθησία στα στοιχεία του περιβάλλοντος, συσχετισμό πραγμάτων φαινομενικά άσχετων και απρόσμενη εύρεση λύσης.(Σ. Γρόσδος, 2014, σελ.16).

Η δημιουργική σκέψη σύμφωνα με τον Guilford, συνδέεται με τον αποκλίνοντα τρόπο σκέψης, που αντιπροσωπεύει έναν πιο ελεύθερο τρόπο πνευματικής εξάσκησης σε σύγκριση

με τη συγκλίνουσα σκέψη. Τα δύο είδη σκέψεων ξεκινούν από την ίδια βάση, λύση του προβλήματος, και είναι στοιχεία που αλληλοσυμπληρώνονται.

Οι βασικοί παράγοντες που επιδρούν στη δημιουργικότητα είναι η νοημοσύνη, η φαντασία, η προσωπικότητα και το περιβάλλον. Όταν όλοι αυτοί οι παράγοντες συνυπάρχουν, τότε δημιουργούνται οι καλύτερες προϋποθέσεις για να αναπτυχθεί και να εκφραστεί η δημιουργικότητα. Ο Λυκεσάς ανέφερε ότι με κατάλληλα ποιοτικά και ποσοτικά ερεθίσματα σε ένα περιβάλλον ελευθερίας αποδοχής και επικοινωνίας, είναι εφικτό να αναπτυχθεί και να εκφραστεί η δημιουργικότητα (Λυκεσάς, 2002).

### 2.3. Επιδράσεις της δημιουργικής γραφής: και η σημασία της για την προώθηση και την εξέλιξη των ικανοτήτων έκφρασης, λόγου και επικοινωνίας.

Από τις πρώτες μέρες της ζωής του το παιδί εξασκεί λεκτικό και ηχητικό μηχανισμό του, βγάζοντας ποικιλόμορφους αντανακλαστικούς ήχους. Μέσω αυτών πραγματοποιείται ο συνειρμός μεταξύ των ακουστικών αντιλήψεων του παιδιού και των νευρικών κέντρων του λόγου. Παράγοντας διάφορους αυθαίρετους ήχους, το παιδί συγχρόνως τους ακούει και εμπλουτίζει την εμπειρία του σχετικά με την αντίστοιχη κατάσταση και θέση των λεκτικοπαραγωγικών οργάνων (Σερδάρης, 1998).

Η γλωσσική ανάπτυξη ξεκινάει από τις πρώτες μέρες της γέννησης του παιδιού και ολοκληρώνεται μέχρι τα 6 χρόνια. Είναι μια διαδικασία κατά την οποία γίνεται προσπάθεια εξελικτικής αποκωδικοποίησης των ακουστικών ερεθισμάτων που δέχεται το βρέφος. Όπως στην αδρή και λεπτή κίνηση έτσι και στο λόγο υπάρχουν τα γλωσσικά ορόσημα που μας καταδεικνύουν τις λειτουργίες που πρέπει να κατακτήσει το βρέφος σύμφωνα με την βιολογική του ηλικία (Τζερτζεμέλη, 2017).

Όσο εξελίσσεται η γλωσσική ανάπτυξη, άλλο τόσο εξελίσσεται και η κινητική ανάπτυξη καθώς και η επικοινωνία. Θα μπορούσαμε να πούμε ότι είναι αλληλένδετες μεταξύ τους αν σκεφτούμε το πως αλλάζει ο τρόπος που ένα παιδί επικοινωνεί όταν χρησιμοποιεί το σώμα του σε ανώτερα κινητικά επίπεδα. Η ανάπτυξη είναι μια διαδικασία συνεχής και εξελίσσεται μεταβαίνοντας από το ένα στάδιο στο άλλο. Συγκεκριμένα, ένα παιδί αποκτά πρώτα απτικές δεξιότητες στη συνέχεια οπτικές και τέλος τις ακουστικές δεξιότητες. Ολοκληρώνοντας αυτά τα στάδια συνεχίζει με τις γνωστικές δεξιότητες και τη γλώσσα.

Οι απτικές, οπτικές και ακουστικές δεξιότητες βοηθούν το παιδί να μάθει ήχους και λέξεις ενώ παράλληλα το καθιστά ικανό να δημιουργήσει βρόγχους ανάδρασης μεταξύ των ματιών, των

αυτιών, του στόματος, των χειλιών, της γλώσσας και του σαγονιού με τον εγκέφαλο. Από την στιγμή που του εγκαθιδρυθούν αυτοί οι βρόχοι ανάδρασης, το παιδί είναι σε θέση να αισθάνεται αν οι ήχοι και οι λέξεις που χρησιμοποιεί ακούγονται και είναι σωστοί. (Παριντάς, 2015).

Τα παιδιά με σύνδρομο Down παρουσιάζουν αργή εξέλιξη αυτών των σταδίων και πολύ συχνά η γνωστική τους ανάπτυξη είναι πιο προχωρημένη από την γλωσσική. Παρουσιάζουν σημαντικές δυσκολίες στον εκφραστικό λόγο δεδομένης της δυσκολίας άρθρωσης λέξεων γεγονός που κάνει το λόγο τους δυσνόητο από τον ακροατή. Καταφέρνουν εύκολα να επικοινωνήσουν όταν το θέλουν με χειρονομίες καθώς η οπτική τους μνήμη βρίσκεται σε καλύτερο επίπεδο από τη γνωστική. (Παριντάς, 2015). Με τη δημιουργική γραφή χαίρονται το ευχάριστο κλίμα που δημιουργείται και εκμεταλλεύονται τα κίνητρα που τους παρέχει η δημιουργική γραφή να εκφραστούν, αυξάνοντας έτσι την αυτοπεποίθησή τους. Μέσω των ασκήσεων που καλούνται να ολοκληρώσουν, βελτιώνουν την έκφρασή τους, προφορική ή γραπτή (εφόσον μπορούν να γράψουν) καθώς και τη δημιουργικότητά τους. Η Δημιουργική Γραφή βοηθά στην εξάσκηση του λεξιλογίου, ενώ η αυτό-ανακάλυψη, αυτό-έκφραση και η ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης είναι αυτά που χαρακτηρίζουν και κάνουν ανεκτίμητη τη Δημιουργική Γραφή. Για τα παιδιά με ειδικές ανάγκες δεν είναι πάντα εύκολο να διατυπώνουν τις σκέψεις τους, τις πεποιθήσεις αλλά και τις ιδέες τους και η Δημιουργική Γραφή αποτελεί βασικό στοιχείο στο να βοηθήσει τους μαθητές να εμφανίσουν και να καλλιεργήσουν τις δεξιότητές τους (Κόκλα, 2021).

Παράλληλα, βοηθάει στην καταπολέμηση των ψυχικών συγκρούσεων και γενικότερα στα ψυχοσωματικά προβλήματα του ατόμου, για αυτό και οι περισσότεροι ψυχολόγοι στα πλαίσια της θεραπείας προτείνουν στους πελάτες τους να κρατούν ένα είδος ημερολογίου για τη καταγραφή των συναισθημάτων τους.

Επίσης, η δημιουργική γραφή μπορεί εκτός από το να λειτουργήσει με την απελευθέρωση της δημιουργικότητας και θεραπευτικά προς το άτομο, δίνοντας τη δυνατότητα της εσωτερικής απελευθέρωσης και ψυχικής εκτόνωσης, ενώ μπορεί να λειτουργεί λυτρωτικά και αυτοεπιβεβαιωτικά. «Δηλαδή, η χρησιμότητα της δημιουργικής γραφής ως βιωματική μέθοδος στα πλαίσια της θεραπευτικής διαδικασίας μέσω της τέχνης από την επιστήμη της ψυχολογίας, με την εφαρμογή της σε ψυχοθεραπευτικά προγράμματα, προγράμματα επανένταξης-απεξάρτησης από ουσίες, ενίσχυσης ατόμων με αναπηρίες ή σοβαρές ψυχοπαθολογίες, κακοποιημένων ατόμων, κ.α. με ιδιαίτερα ευεργετικά αποτελέσματα σε επίπεδο ενδυνάμωσης της αυτοεπιβεβαίωσης, της αυτοπεποίθησης, αλλά και της αυτοεπίγνωσης του ατόμου».

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3

### 3. ΧΟΡΟΣ & ΘΕΑΤΡΟ- ΧΟΡΟΘΕΑΤΡΟ. ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΗ ΚΙΝΗΣΗ

#### 3.1 Χορός

Χορός είναι η ρυθμική κίνηση ενός ή περισσότερων προσώπων που εκτελείται με συνοδεία μουσικής ή τραγουδιού». Αποτελεί ένα σημαντικό μέσο έκφρασης και επικοινωνίας μεταξύ των ανθρώπων. Η έννοια του χορού αναφέρεται στην ανθρώπινη κίνηση που χρησιμοποιείται ως μορφή έκφρασης που παρουσιάζεται ως κοινωνική, πνευματική είτε ρυθμική απόδοση του ανθρώπινου σώματος. Εκδηλώνεται σε κάθε κοινωνική περίπτωση, αποκτώντας έτσι κοινωνικό και διαπολιτισμικό χαρακτήρα, ως φαινόμενο. Ο άνθρωπος αφήνεται ελεύθερος να εκφράσει με τον χορό την λυπημένη ή χαρούμενη διάθεσή του και τον συναντάμε στις πιο σημαντικές στιγμές της ανθρώπινης ζωής, από την γέννηση ως τον θάνατο. Επιπλέον, ο χορός, αποτελεί μια μορφή τέχνης και μάλιστα απαιτητική, όταν χρειάζεται να συνδυαστούν η έκφραση των συναισθημάτων με την κίνηση του σώματος. Σύμφωνα με τον Maurice Bejarts ο χορός είναι μία από τις σπάνιες ανθρώπινες δραστηριότητες, όπου ο άνθρωπος δίνεται ολοκληρωτικά: σώμα, καρδιά και πνεύμα (Bejarts, 1981).

Καλλιεργεί τη φαντασία, τον αυθορμητισμό, και την κοινωνικότητα. Δίνει δυνατότητα έκφρασης που τονώνει την αυτοπεποίθηση του ατόμου. Ο χορός είναι έκφραση, κίνηση, ρυθμός και τέχνη. Είναι τρόπος ζωής. Γι' αυτό και δεν αντιμετωπίζεται μόνο σαν βήματα και φιγούρες, αλλά σαν ένας ζωντανός οργανισμός, με δική του ζωή και ιστορία μέσα στα πλαίσια της δημιουργικής κίνησης (Κυπριανίδου, 2021).

Η ιστορία του χορού είναι τόσο παλιά, όσο και η ιστορία του ανθρώπου. Ο χορός όπως και το παιχνίδι είναι ο παλαιότερος τρόπος έκφρασης των συναισθημάτων του ανθρώπου και θεωρείται, ότι είναι η πρώτη μορφή τέχνης, που εμφανίστηκε πάνω στον πλανήτη μας. Έκανε την εμφάνισή του όταν ο πρωτόγονος άνθρωπος για πρώτη φορά άρχισε να εκφράζεται συναισθηματικά και τελειοποιήθηκε στο πέρασμα του χρόνου (Δαμιανίδου, 2013). Σύμφωνα με αποτελέσματα ερευνών, ο πρωτόγονος άνθρωπος χόρευε πριν ξεκινήσει για τη μάχη, ενόψει σημαντικών γεγονότων, θρησκευτικών γιορτών ή πριν το κυνήγι ή το ψάρεμα (Παπαϊωάννου, 2009). Υπήρξε κύρια μορφή κοινωνικής έκφρασης και θρησκευτικής λατρείας και ήταν τόσο σημαντικός στην ζωή του πρωτόγονου ανθρώπου, ώστε κατέληξε να είναι το πρωταρχικό μέσο κοινωνικής ταυτότητας. Αυτή η μορφή τέχνης, που θεωρείται από τις αρχαιότερες,



αναπτύχθηκε σε μεγάλο βαθμό, κυρίως από τους Έλληνες. Αυτό αποδεικνύεται κάλλιστα από γραπτές ιστορικές πηγές Ελλήνων φιλοσόφων, συγγραφέων και ποιητών της αρχαιότητας.

### *3.2 Ιστορία Χορού*

Σχετικά με την προέλευση της λέξης χορός υπάρχουν διάφορες εκδοχές. Η πρώτη είναι ότι η λέξη χορός προήλθε από τη χαρά, γιατί συνήθως χορεύουμε από τη χαρά. Άλλη εκδοχή, όμως, είναι ότι προήλθε από τη λέξη «χορονός» που σημαίνει εγκύκλιο κίνηση (κύκλο). Κι άλλοι υποστηρίζουν ότι προήλθε από την λέξη «χώρος» τον κατάλληλο δηλαδή τόπο (χώρο) για την εκτέλεση των χορών.

Η αφετηρία του χορού δεν μπορεί να καθοριστεί με απόλυτη ακρίβεια. Τοποθετείται στην ανάγκη για έκφραση θρησκευτικών και άλλων συναισθημάτων, στην αναζήτηση του ωραίου, στην επιθυμία για ψυχαγωγία και επίσης στην ανάγκη των ανθρώπων να δώσουν μια ρυθμικότητα στις κινήσεις της εργασίας τους.

Η βιβλιογραφία για το χορό στην Αρχαία Ελλάδα οδηγεί στο συμπέρασμα ότι ο χορός κατείχε μια σημαντική θέση στην αρχαία Ελλάδα. Οι φιλολογικές πηγές μαρτυρούν γραπτώς τη σημαντικότητα του χορού στην Αρχαία Ελλάδα, πηγές οι οποίες χρονολογούνται από την εποχή του Ομήρου τον 8<sup>ο</sup> αιώνα π.Χ., αιώνα μέχρι την εποχή του Νόννου τον 5ο αιώνα π.Χ.. Πολλές επιγραφές βρέθηκαν κυρίως στη Δήλο, στις οποίες περιγράφονται διάφορες τελετές προς τιμή του Απόλλωνα και της Άρτεμης, που συνοδεύονταν με χορό. Συνεχίζοντας, μερικοί μελετητές υποστηρίζουν ότι ορισμένοι χοροί αποτέλεσαν έμπνευση διαφόρων ηρώων ή ημίθεων, ενώ διατυπώθηκε και η άποψη ότι ο χορός ήταν αποτέλεσμα της ψυχικής ευφορίας στην οποία οδηγείται ο άνθρωπος όταν καταναλώνει αρκετή ποσότητα κρασιού. Τέλος, ο Όμηρος, ο Πλάτωνας, ο Αριστοτέλης και ο Πλούταρχος, περιγράφουν πολλά είδη χορών στην Αρχαία Ελλάδα.

Μιλώντας εκτενέστερα, η ιστορική χρονολόγηση για την κλασσική αρχαιότητα τοποθετείται περίπου 3.400 π. Χ - 146 π. Χ. Ενδεικτικά αναφέρονται ο Μινωικός, ο Μυκηναϊκός, ο Κυκλαδίτικος και πολλοί άλλοι που έλαβαν χώρα στα πολιτιστικά δεδομένα της εποχής, με κυριότερες πόλεις την Αθήνα και την Σπάρτη. Εξηγώντας το διαφορετικά, γίνεται ένα σύντομο «πέραςμα» από τους Γεωμετρικούς στους Ελληνιστικούς χρόνους.

Ο χορός για τους αρχαίους Έλληνες λειτουργούσε ως μοναδικό συναίσθημα και εναρμόνιζε παράλληλα την ψυχή και το σώμα, συνοδεύοντας τον και με τα ανάλογα συναισθήματα. Βασικά στοιχεία του, εκτός από την φορά, την δήξη και το σχήμα, ήταν οι

χειρονομίες αλλά και η μίμηση. «Ο Αριστοτέλης υποστηρίζει πως η όρχηση από μόνη της μιμούνταν χαρακτήρες, συναισθήματα, και πράξεις» (Δερμάτη, 2017).

Στη Βυζαντινή περίοδο που χρονολογείται περίπου λίγο μετά την έλευση του Χριστού 330 μ. Χ-1453μ. Χ. Έπεται δηλαδή, αμέσως μετά την επικράτεια των Ρωμαίων. Γραπτά των Πατέρων της Εκκλησίας αναφέρουν τον χορό ως κάτι αποτρόπαιο, αποκρουστικό και αμαρτωλό. Με τα παραπάνω δεδομένα, οι κάτοικοι του Βυζαντίου βρίσκονταν σε δίλημμα ανάμεσα στην κλασική πολιτισμική τους κληρονομιά και την ορθόδοξη πίστη. Με τον καιρό, όμως, η Εκκλησία κατάφερε να αλλάξει την πολιτισμική νοοτροπία που επικρατούσε έως τότε. Έτσι, οι Βυζαντινοί διατήρησαν την παράδοσή τους, αντικαθιστώντας το λατρευτικό περιεχόμενο της ειδωλολατρίας με τον ορθόδοξο χριστιανισμό (Ιστορία του Αρχαίου κόσμου, Ινστιτούτο Τεχνολογίας Υπολογιστών και εκδόσεων Διόφαντος). Μετατράπηκαν οι έντονες και βίαιες κινήσεις σε ήρεμες, σεμνές και ήπιες. Οι χοροί ήταν ομαδικοί, ατομικοί σε ανοιχτό ή κλειστό κύκλο, συρτοί, σπειροειδείς, αντικρυστοί, ελεύθεροι, ελικοειδείς με πολιτικό, στρατιωτικό και πολλές φορές θρησκευτικό χαρακτήρα (εορτές αγίων).

Κατά την Οθωμανική περίοδο, (1453μ. Χ-1830 και 1912), οι Έλληνες, παρά την πίεση των Οθωμανών κατακτητών διατήρησαν και διαφύλαξαν ακράδαντα τον πολιτισμό τους. Το κυριότερο μέσο με το οποίο εξέφραζαν την ελληνικότητα ήταν φυσικά ο χορός. Με αυτόν κατάφεραν να διαφυλάξουν την γλώσσα, τα ήθη, τα έθιμα και γενικότερα την παράδοσή τους ως λαός και έθνος. (Ιστορία του Αρχαίου κόσμου, Ινστιτούτο Τεχνολογίας Υπολογιστών και εκδόσεων Διόφαντος).

Την Μεταγενέστερη περίοδο (20<sup>ος</sup> -21<sup>ος</sup> αι.), που χρονολογείται περίπου από το 1900 έως και σήμερα, ο ελληνικός παραδοσιακός χορός απέκτησε σταδιακά μια άλλη μορφή, αρνητικής χροιάς. Κατά τον Ράφτη, η Ελλάδα επηρεασμένη από τα σύγχρονα πολιτισμικά δεδομένα του Ευρωπαϊκού Δυτικού κόσμου απομακρύνθηκε από αυτό που μέχρι τότε την χαρακτήριζε ως παραδοσιακή. Με άλλα λόγια, χάθηκαν οι ηθικές και σεβάσμιες αξίες που ενδυνάμωναν ψυχικά και σωματικά τον ελληνικό λαό. Η πολιτισμική κληρονομιά κάθε ελληνικής επαρχίας και περιφέρειας επηρεάστηκε από ξενόφερτα στοιχεία άλλων πολιτισμών. Το φάσμα των κοινωνικών εκδηλώσεων στην καθημερινή ζωή των ανθρώπων μειώθηκε σταδιακά, με το πέρασμα των χρόνων. Σε αυτό συνέβαλλαν σε ένα βαθμό και οι κοινωνικοπολιτικές συνθήκες και καταστάσεις της χώρας, όπως η κυβέρνηση, η δημογραφικότητα, ο τουρισμός, η παιδεία, η οικογένεια. Γι' αυτό λοιπόν, ο χορός ως κοινωνική μονάχα εκδήλωση τοποθετείται σε αυστηρά χωροχρονικά οριοθετημένα πλαίσια (Σαβράμη, 2010).

### 3.3 Θέατρο

Στην παγκόσμια ανθρώπινη ιστορία, όπως και στην ατομική εξέλιξη του κάθε ανθρώπου, το θέατρο χρησιμοποιήθηκε για συνεννόηση μεταξύ των ανθρώπων, για να καλύψει την ανάγκη για επικοινωνία και πολύ αργότερα για προσφορά αισθητικής απόλαυσης και κατανόησης περισσότερων εκδοχών της ανθρώπινης περιπέτειας. Το θεατρικό φαινόμενο είναι μια αρχέγονη ιστορία, είναι μια προσπάθεια του ανθρώπου να κατανοήσει τα άλλα «πρόσωπα» και τις καταστάσεις που συνυπάρχουν μέσα και γύρω του, να δει τη ζωή με τα μάτια ενός άλλου, να αγγίξει τον πόνο και τη χαρά του άλλου. (Γαλάνη, 2011: 74)

### 3.3 Ιστορία θεάτρου

Στην Ελλάδα συγκεκριμένα, κατά τον Αριστοτέλη η γένεση του θεάτρου έγκειται στη λατρεία του θεού Διονύσου και στις φαλλικές εορτές. Ο λαός ήταν ο κύριος δημιουργός, αλλά ταυτόχρονα αποδέκτης αυτών των θεατρικών δρώμενων-εορτών, όπου όλοι συμμετείχαν ενεργά με απόλυτη ελευθερία (Σοκορέλη, 2021 ).

Η προέλευση του θεάτρου στην αρχαία Ελλάδα, (384-322 π.Χ.), βρίσκεται στα φεστιβάλ που τίμησαν τον Διόνυσο, το θεό του κρασιού. Η αθηναϊκή τραγωδία - η παλαιότερη επίσημη μορφή τραγωδίας είναι ένας τύπος χορευτικού δράματος που αποτέλεσε ένα σημαντικό κομμάτι της θεατρικής κουλτούρας του κράτους που εμφανίστηκε τον 5ο – 6ο αιώνα π.Χ. Η τραγωδία είναι μια μορφή δράματος που βασίζεται στον ανθρώπινο πόνο που επικαλείται μια συνοδευτική κάθαρση ή ευχαρίστηση στο κοινό. Η μουσική και το θέατρο είχαν στενή σχέση από την αρχαιότητα. Η αθηναϊκή τραγωδία, για παράδειγμα, ήταν μια μορφή χορευτικού δράματος που χρησιμοποίησε χορωδία.

Η αθηναϊκή κωμωδία χωρίζεται σε τρεις περιόδους, την «Παλιά Κωμωδία», τη «Μέση Κωμωδία» και τη «Νέα Κωμωδία» (Αριστοτέλης, 1999). Τέλος, το σατυρικό δράμα αποτελεί μια αρχαία ελληνική μορφή θεάτρου, το περιεχόμενο του οποίου βασίζεται στην ελληνική μυθολογία, στα μεθύσια, στη σφοδρή σεξουαλικότητα), τις φάρσες και τη γενική ευθυμία.

Το δυτικό θέατρο αναπτύχθηκε και επεκτάθηκε σημαντικά από τους Ρωμαίους, που κυμαίνονταν από φεστιβάλ και παραστάσεις στο θέατρο του δρόμου, έως τον γυμνό χορό και τα ακροβατικά, μέχρι τη διοργάνωση των κωμωδιών και τις τραγωδίες του Σενέκα.

Το αναγεννησιακό θέατρο προέρχεται από αρκετές μεσαιωνικές παραδόσεις θεάτρου, όπως τα μυστήρια που αποτέλεσαν μέρος των θρησκευτικών εορτασμών στην Αγγλία και σε άλλα μέρη της Ευρώπης κατά τη διάρκεια του Μεσαίωνα (Φύλλις 1980).

Κατά τη Χρυσή Εποχή, (1590 - 1681) ήταν μια προσιτή μορφή τέχνης για όλους τους συμμετέχοντες στην Αναγεννησιακή Ισπανία, που ήταν και οι δύο με μεγάλη χορηγία από την αριστοκρατική τάξη και την οποία παρακολούθησαν ιδιαίτερα οι κατώτερες τάξεις.

Ο αυτοσχεδιασμός υπήρξε ένα σταθερό χαρακτηριστικό του θεάτρου, ενώ η *Commedia dell'arte* τον δέκατο έκτο αιώνα αναγνωρίστηκε ως η πρώτη μορφή αυτοσχεδιασμού (Τσολακίδης, 2013).

Το θέατρο στον 19ο αιώνα χωρίζεται σε δύο μέρη: στην πρώιμη και μετέπειτα εποχή. Την πρώιμη περίοδο κυριαρχούσε το μελόδραμα και ο ρομαντισμός. Αρχίζοντας στη Γαλλία, το μελόδραμα έγινε η δημοφιλέστερη θεατρική μορφή (Σοκορέλη, 2021).

Η μεταγενέστερη περίοδος του 19ου αιώνα χαρακτηρίστηκε από την άνοδο δύο αντικρουόμενων τύπων δράματος: του ρεαλισμού και του μη ρεαλισμού. Ο ρεαλισμός άρχισε να αναπτύσσεται τον 19ο αιώνα στη Ρωσία από ό, τι σε άλλες χώρες της Ευρώπης και πήρε μια πιο ασυμβίβαστη μορφή. Στη Μεγάλη Βρετανία, τα μελόδραμα, οι ελαφρές κωμωδίες, οι όπερες, ο Σαίξπηρ και το κλασσικό αγγλικό δράμα, το βικτοριανό burlesque, οι παντομίμες και οι γαλλικές οπερέτες της δεκαετίας του 1860 συνέχισαν να είναι δημοφιλείς.

Έχοντας αποτελέσει σημαντικό μέρος του ανθρώπινου πολιτισμού για περισσότερα από 2.500 χρόνια, το θέατρο έχει αναπτύξει ένα ευρύ φάσμα διαφορετικών θεωριών και πρακτικών. Ορισμένες σχετίζονται με πολιτικές ή πνευματικές ιδεολογίες, ενώ άλλες βασίζονται καθαρά σε "καλλιτεχνικές" ανησυχίες. Η δομή δραματικών κειμένων, σε αντίθεση με άλλες μορφές λογοτεχνίας, επηρεάζεται άμεσα από αυτή τη συνεργατική παραγωγή και τη συλλογική υποδοχή (Σοκορέλη, 2021).

### *3.3 Χοροθέατρο ιστορική προέλευση χοροθεάτρου*

Όταν οι δυο τέχνες, το θέατρο και ο χορός, συνδυάζονται μαζί, δημιουργούν την έννοια του χοροθεάτρου, συμβάλλοντας στην καλύτερη εξερεύνηση των απωθημένων του ανθρώπου, στην εξιδανίκευση των εμπειριών και των συναισθημάτων, στην ανέγερση στην επιφάνεια των πιο βαθιών και ασύνειδων συγκινήσεων (Freud, 2013). Η έννοια του χοροθεάτρου βρίσκεται την έκφρασή της στο έργο της Πίνα Μπάους, η οποία κατανόησε τις δυνατότητες επίδρασης

του χορού και του θεάτρου στη ψυχή του ανθρώπου. Η ίδια συνήθιζε να αναφέρει ότι της άρεσε να χορεύει γιατί φοβόταν να μιλήσει.

Το χοροθέατρο έχει ως βασικό χαρακτηριστικό τις χορευτικές κινήσεις, δίχως όμως να είναι αυστηρές και τυπικές, όπως συμβαίνει στο κλασσικό μπαλέτο. Αποτελεί μια μορφή για να εκφραστεί σωματικά και ψυχολογικά ένας άνθρωπος, ενώ παράλληλα αποτελεί μια συμφωνία σχετικά με μια ένθετη πράξη, μια ψεύτικης πραγματικότητας μέσα στον ρεαλιστικό κόσμο που ενώνει το συμβολικό, το φανταστικό με το ρεαλιστικό (Hogue, 1980: 33–36).

Λόγω του γεγονότος ότι το χοροθέατρο υιοθετεί θεατρικά στοιχεία, αποτελείται από πολυάριθμα εκφραστικά μέσα, τα οποία μπορούν να δεθούν με ποικίλους τρόπους σε απλά και σύνθετα σχήματα. Αυτή η σύνθεση δεν είναι τυχαία, καθώς ακολουθεί μια εσωτερική δόμηση και διέπεται από σχήματα λογικής συνέπειας (Tabaki & Puchner, 2010). Ένα ακόμα βασικό στοιχείο του θεάτρου, το οποίο έχει υιοθετηθεί στο μεγαλύτερο βαθμό από το χοροθέατρο είναι η ύπαρξη κοινωνικών θεμάτων. Ο θάνατος, ο έρωτας, η φιλία, η δειλία, το θάρρος, η απώλεια, η ζωή, η ευτυχία, η δυστυχία, ο πόνος, το πάθος, τα δυο φύλα, το χιούμορ, η απάθεια, η λύπη, η απέχθεια, η έκπληξη και η συγκίνηση είναι λίγα από τα βασικά συναισθηματικά και κοινωνικά θέματα, τα οποία αναπαριστώνται σε παραστάσεις χοροθέατρου (Μουρκογιάννη, 2019).

### 3.4 Η χρησιμότητα του χορού και του θεάτρου

Ο ισχυρότερος κινητήριος παράγοντας για την ενασχόληση του ατόμου με το χορό, είναι η βελτίωση της διάθεσης, ακολουθούμενη από την τόνωση της αυτοπεποίθησης. Η πλειοψηφία των στατιστικών στοιχείων συμφωνεί στο γεγονός ότι ο χορός μπορεί να συμβάλλει στην καλή υγεία και την καλή σωματική διάπλαση του ατόμου, καθώς και να συμβάλλει στην ελάττωση των συμπτωμάτων ορισμένων σοβαρών ασθενειών (Berrol, Ooi, & Katz, 1997).

Επιπρόσθετα, το θέατρο, ο χορός, και η μουσική, ως μορφές τέχνης, διαμορφώνουν τα εγκεφαλικά κυκλώματα και μπορούν να ενισχύσουν τη γνώση, καθώς και τα συναισθηματικά και συμπεριφορικά πρότυπα (Μουρκογιάννη, 2019).

Ένα ακόμα γενικότερο στοιχείο για τη συμβολή του χοροθέατρου, είναι η συμβολή του ως προς τη βελτίωση των συμπτωμάτων των παιδιών που πάσχουν από το φάσμα του αυτισμού (Κυπριανίδου, 2021). Η χρησιμότητα του χορού σε σχέση με την κινητική ανάπτυξη, κινητικές δεξιότητες, αδρή κινητικότητα, συντονισμό μεγάλων μυϊκών ομάδων, την λεπτή κινητικότητα, την ισορροπία, τη χωροχρονική σύνθεση, τον ρυθμό, την επικοινωνιακή

δεξιότητα, την ανάπτυξη λόγου και γλωσσικών δεξιοτήτων είναι ισχυρή. Η σύγχρονη επιστημονική βιβλιογραφία αναφέρει το σημαντικό ρόλο του χορού στην κινητική ανάπτυξη καθώς επίσης του ρόλου του χορού και του θεάτρου στην ενίσχυση της αυτοπεποίθησης, της επικοινωνιακής και συνεργατικής στάσης.

«Το χοροθέατρο είναι ο συνδυασμός των δυο τεχνών θεάτρου και χορού, οι οποίες αναπλάθοντας τους διαχρονικούς κώδικές τους συνθέτουν μια νέα επιτελεστική γραφή. Είναι τέχνες σωματικές και οι δύο, υποστηρικτικές της υποκειμενικότητας, της διυποκειμενικότητας και της αληθινής επικοινωνίας» (Γαλάνη, 2016). Στην έρευνα «Εφαρμογή προγράμματος χοροθεάτρου, ειδικά διαμορφωμένης μεθοδολογίας DAS, στην υποχρεωτική εκπαίδευση» το χοροθέατρο αναδείχθηκε σε ισχυρό μέσο για την ανάπτυξη επικοινωνιακών σχέσεων & την αλληλεγγύη στην ομάδα. Η έρευνα έδειξε επίσης τη σημαντική του επίδραση στην ενίσχυση της αυτοπεποίθησης & της πρωτοβουλίας, της συνεργατικής & συναισθητικής στάσης των μαθητών της υποχρεωτικής εκπαίδευσης (Γαλάνη 2016).

### 3.5 Δημιουργική κίνηση - Δημιουργικός χορός

Η δημιουργικότητα στο χώρο της άσκησης εκφράζεται με την δημιουργική κίνηση. Ο όρος «δημιουργική κίνηση» είναι παράγωγο των ρημάτων: «δημιουργώ» που σημαίνει «κάνω έργο για το δήμο, για το λαό» και «κινώ» που σημαίνει κάνω κάποιον ή κάτι να κινηθεί. Με αυτόν τον τρόπο ο όρος «δημιουργική κίνηση» σημαίνει κάνω έργο θέτοντας κάτι προς κίνηση. (Παρίση, Μουρατίδου, & Καρατζά, 2021 ).

Ο όρος «δημιουργική κίνηση» έχει ορισθεί ως η οργάνωση και εκτέλεση καινούριων κινητικών προτύπων πιθανός ως απάντηση σε εξωτερικά ερεθίσματα ή λύσεις σε δεδομένα προβλήματα ή έκφραση ιδεών μέσω του σώματος που είναι το εργαλείο για δράση και επικοινωνία σε σκοπό την ολιστική ανάπτυξη του παιδιού. Ως κριτήρια αξιολόγησης της δημιουργικής κίνησης θεωρούνται η ευχέρεια, που αναφέρεται στον συνολικό αριθμό των διαφορετικών κινητικών απαντήσεων, η ευελιξία, που σχετίζεται με την ικανότητα των θεματικών αλλαγών στις κινητικές απαντήσεις και επιτυγχάνεται όταν τα στοιχεία της κίνησης χρησιμοποιούνται για να τροποποιήσουν τις παραγόμενες κινήσεις και, τέλος, η πρωτοτυπία, που δηλώνει το κριτήριο της κινητικής μοναδικότητας (Ρέππα, 2014).

Η δημιουργική κίνηση βασίζεται σε μεγάλο βαθμό στη θεωρία του Laban, ο οποίος εισήγαγε πρώτος το εννοιολογικό της πλαίσιο στο χορό το 1948 μέσα από το Μοντέρνο Εκπαιδευτικό Χορό. Κατά τον Laban, η κίνηση είναι ένα μέσο επικοινωνίας και προσωπικής

έκφρασης. Οι παράγοντες που διέπουν κάθε κίνηση είναι το βάρος, ο χρόνος, ο χώρος και η ροή (Γαλάνη 2010:36-41). Κάθε κίνηση έχει ροή και ολικότητα, ενώ η προσπάθεια (Effort), η εσωτερική παρόρμηση του ανθρώπου, αποτελεί την προϋπόθεση για την εκτέλεση οποιασδήποτε κίνησης (Αγγελάκη 2018: 117-122). Στοιχεία όπως το σώμα, ο χώρος, η δυναμική και η σχέση, είναι απαραίτητα για την εκτέλεση κάθε κίνησης. Ανάλογα με τη χρήση των στοιχείων της κίνησης και των παραγόντων που διέπουν τις κινήσεις, παράγονται σειρές κινήσεων που είναι μοναδικές και ξεχωριστές για το άτομο που τις εκτελεί.

Η αυθόρμητη δημιουργική κίνηση παρέχει στα παιδιά τη δυνατότητα να ασκήσουν την εφευρετικότητα, την δημιουργικότητα, την αγωνιστικότητα και την περιπετειώδη διάθεσή τους. Ο εμπνευστής πρέπει να βοηθήσει τα παιδιά με ανάλογα ερεθίσματα να προβληματιστούν και να εξερευνήσουν με το σώμα τους τον χώρο και το χρόνο, δίνοντας νέα προοπτική στις γνώσεις που ήδη έχουν αποκτήσει. Η ανακάλυψη γίνεται μέσα από τον δημιουργικό χορό που είναι η μοναδική δραστηριότητα όπου η φυσική κίνηση χρησιμοποιείται λειτουργικά και ως προσωπική έκφραση δεσμεύει το νου, το σώμα και την ψυχή (Dalby & Newlove, 2004:19).

Η εφαρμογή των αρχών της θεωρίας LMA στη διδασκαλία του χορού, παρέχει ολοκληρωμένες θεματικές έννοιες για τη σαφή αποτύπωση της δομής και της πρόθεσης (Newlove & Dalby, 2004).

### *3.6. Δημιουργικός χορός- μέθοδος Ρούντολφ Βαν Λάμπαν*

Ο Ρούντολφ Λάμπαν (1879 –1958) μία από τις προσωπικότητες που επηρέασε την εξέλιξη του χορού μέσα από τις αρχές του εξπρεσιονιστικού κινήματος, ήταν ο χορογράφος και θεωρητικός της κίνησης Ρούντολφ Λάμπαν. Από τη δεκαετία του, '10 ως το θάνατό του 1958 δίδαξε και έδωσε παραστάσεις στην Κεντρική Ευρώπη, κατέλαβε σημαντικές θέσεις σε μεγάλα θέατρα και όπερες, ενώ διοργάνωσε τρία συνέδρια για το χορό τα οποία είχαν μεγάλη απήχηση (Κουτσούμπα, 2005: 45).

Το έργο του βασίστηκε στην ανάλυση και τη σύνθεση της σωματικής κίνησης, παρέχοντας τη δυνατότητα νέων προοπτικών στην χορευτική έκφραση μέσω πειραματικών χορογραφικών προσεγγίσεων, θέτοντας με τον τρόπο αυτό τα βασικά χαρακτηριστικά του μοντέρνου χορού. Πειραματίστηκε πάνω στην ιδέα της «ομαδικής κίνησης» (movement choir). Οι πειραματισμοί αυτοί ήταν στην ουσία συνθέσεις κινητικών συνδυασμών σε ποικίλες παραλλαγές, οι οποίες εφαρμόζονταν σε μεγάλες ομάδες χορευτών και διεξάγονταν σε εσωτερικούς και εξωτερικούς χώρους. Η εκτέλεση της «ομαδικής κίνησης» είχε αποκτήσει τη μορφή ενός

καθάρα στιγμιαίου και πολύπλοκου κινητικού φαινομένου, καθιστώντας δύσκολη την αναπαραγωγή του με σκοπό τη θεατρική απόδοση του χορού. Ωστόσο, το είδος αυτό της χορογραφημένης κίνησης πλαισίωσε την θεατρική παράσταση Φάουστ II το 1922 (Newlove & Dalby, 2004).

Σχετικά με την ανάλυση της σωματικής κίνησης, στο βιβλίο του *Gymnastik und Tanz* (Γυμναστική και Χορός, 1926), ο Λάμπαν εξέτασε το σώμα σε συνάρτηση με τη δυναμική της κίνησής του, καταλήγοντας στο συμπέρασμα ότι ο χορός εκφράζεται μέσα από αντίθετες δυνάμεις. Επομένως για τον Λάμπαν η κάθε κίνηση είχε μια αντίθετη συμπληρωματική. Όπως η συμμετρία είναι συμπληρωματική της ασυμμετρίας, έτσι και η κάμψη προς τα εμπρός είναι συμπληρωματική με την αντίστοιχη έκταση προς τα πίσω, η αιώρηση με τη στροφή, το άλμα με την πτώση, η σπείρα με το πλάγιο προφίλ, το πάτημα του πέλματος με το πάτημα στα δάχτυλα, το τέντωμα με τη συσπείρωση (μάζεμα), η ώθηση με την υποχώρηση, η καμπύλη με τη γραμμή, το αριστερό χέρι με το δεξί, το αριστερό πόδι με το δεξί πόδι, το κεφάλι με τον κορμό. Με την συγκεκριμένη κινητική προσέγγιση ο Λάμπαν προσπάθησε να προωθήσει την ανεξαρτητοποίηση του χορού από συγκεκριμένους συνδυασμούς βημάτων και στερεότυπων χορογραφικών φράσεων που εστίαζαν κυρίως στη δραστηριότητα των ποδιών. Με τον τρόπο αυτό αποδόθηκε μία σωματική ισοτιμία, η οποία καθιστούσε όλα τα μέλη του σώματος απαραίτητα για την εξέλιξη και τη σύγχρονη αντίληψη του χορού (Newlove & Dalby, 2004).

Ο Laban είδε την κίνηση ως μέσο επικοινωνίας και έκφρασης, ως μια ζωντανή γλώσσα με την οποία ο άνθρωπος εκφράζεται συνθέτοντας τις δικές του σειρές κινήσεων. Πίστευε ότι «ο άνθρωπος είναι κίνηση και η κίνηση είναι ζωή». Σε αντίθεση με τα τότε υπάρχοντα συστήματα διδασκαλίας της κίνησης, ο Laban εξέτασε την κίνηση στο σύνολό της και όχι τμηματικά, γιατί γι' αυτόν η κίνηση έχει ροή και ολικότητα. Το βασικό σημείο δεν είναι οι μεμονωμένες κινήσεις, αλλά οι βασικές αρχές που διέπουν τις κινήσεις, η κατανόηση και η εξάσκηση των οποίων παρέχει άπειρες δυνατότητες σύνθεσης και ανάλυσης της κίνησης. Κεντρικό σημείο στην κινητική θεωρία του Laban είναι η αυθόρμητη προσπάθεια, δηλαδή η εσωτερική παρόρμηση του ανθρώπου που αποτελεί την προϋπόθεση για την εκτέλεση οποιασδήποτε κίνησης. Οι ενέργειες σε όλες τις μορφές της ανθρώπινης δραστηριότητας αποτελούνται από σειρές κινήσεων, συγκεκριμένες ή αυθόρμητες. Οι αυθόρμητες προσπάθειες ξεχωρίζουν μεταξύ τους χάρη στο συνδυασμό των στοιχείων που περιέχουν. Τα στοιχεία αυτά είναι το σώμα, ο χώρος, η δυναμική και η σχέση, όπως ήδη αναφέρθηκε παραπάνω. Ο βαθμός συμμετοχής των παραπάνω στοιχείων στην κάθε κίνηση χαρακτηρίζει την ποιότητα της κίνησης αυτής



Ο Laban (1975), μελέτησε τη φυσική ανθρώπινη κίνηση και παρακίνησε τους μαθητές του να ξεκινούν από τις εσωτερικές τους παρορμήσεις, σκέψεις και ιδέες, και όχι από δοσμένα βήματα και κινήσεις, και να δημιουργούν τις δικές τους κινητικές μορφές. Το είδος αυτό του χορού που βασίζεται στον εσωτερικό κόσμο του χορευτή ο Laban το ονόμασε Δημιουργικό Χορό και προχώρησε και στην δημιουργία κέντρου δημιουργικού χορού το οποίο βοήθησε πολύ στην καθιέρωση και ανάπτυξη της δημιουργικής κίνησης.

Ο δημιουργικός χορός αποβλέπει στην ανάπτυξη της «γλώσσας» του σώματος και έχει σκοπό την επικοινωνία μέσω των κινήσεων. Βοηθά το παιδί να γνωρίσει (γνωστική διάσταση), να αναπτύξει τις ικανότητες του (δεξιότητες), να έρθει σε επαφή με τα συναισθήματα του /συναισθηματική διάσταση. (Gallahue, D.2002). Στο δημιουργικό χορό συμμετέχει τόσο το σώμα όσο και ο εσωτερικός κόσμος του παιδιού τον οποίο και εκφράζει. Η αντίληψη αυτή αποζητά την ευχαρίστηση μέσα από τη γνώση, αξιοποιεί την φυσική περιέργεια του παιδιού, προβάλλει τη δημιουργικότητα του και αποζητά την βελτίωση της ικανότητας του για επικοινωνία σε όλα τα επίπεδα (Joyce. M. 1994). Εξαιτίας αυτής της αυτοσυγκέντρωσης ανακαλύπτουν το σώμα τους και τις δυνατότητες του, έρχονται σε επαφή με το πνεύμα, τη γλώσσα, τις σκέψεις, τη φαντασία και τις ιδέες τους. Έτσι μαθαίνουν τι μπορεί να κάνει το σώμα τους, συνειδητοποιούν τη δύναμη και την ενέργεια που έχουν. Επίσης γνωρίζουν τον ίδιο τους τον εαυτό και αφομοιώνουν τις έννοιες του χρόνου του ρυθμού και της ταχύτητας. Γνωρίζουν ακόμα τη σχέση του σώματος τους με το χώρο, τον προσανατολισμό, το μέγεθος και τα επίπεδα. Συνεπώς τα παιδιά αποκτούν μέσω του χορού τη συνείδηση και τον έλεγχο των κινήσεων, ώστε να χρησιμοποιούν τις ικανότητες τους και στα διάφορα παιχνίδια, αθλήματα ακόμα και στην καθημερινή τους ζωή. (Stinson. S 1993).

### *3.7 Χοροθέατρο -Πίνα Μπάους*

Η Πίνα Μπάους (1940 - 2009) ήταν Γερμανίδα χορεύτρια, χορογράφος, δασκάλα χορού και διευθύντρια μπαλέτου του Χοροθεάτρου του Βούπερταλ. Γνωστή για το εξπρεσιονιστικό της στιλ και τις πρωτοποριακές της ιδέες για το χορό, δίκαια αποκλήθηκε «η μεγάλη κυρία του σύγχρονου γερμανικού χορού» (Σιαμέτη 2016). Στη δεκαετία του 1970 η Πίνα Μπάους, με την ανάπτυξη του χοροθεάτρου, έγινε φιγούρα που λατρεύτηκε στη χορευτική σκηνή. Θεωρήθηκε από τον κλάδο της ως η σημαντικότερη χορογράφος της εποχής της (Λάμπρου, 2018).

Η Πίνα Μπάους συνδυάζει για πρώτη φορά τον χορό με το τραγούδι, την παντομίμα, τα ακροβατικά και την υποκριτική σε ένα νέο είδος τέχνης. Πολλοί επαγγελματίες θεωρούν αυτή τη νέα μορφή τέχνης ως την αρχή του χοροθεάτρου. Η Μπάους "έσπασε" την παραδοσιακή δομή της δράσης σε μεμονωμένες σκηνές και τις συνέδεσε μέσω κολάζ και μοντάζ σε θεματικά πλαίσια. Το σημείο εκκίνησης των έργων της ήταν οι μεμονωμένες χειρονομίες, η αναπαράσταση και η έκφραση ενός συγκεκριμένου συναισθήματος. Η ζωντάνια και η ευφορία έρχονται σε αντίθεση με δραματικές σκηνές, και έτσι άγγιξε τα βάθη της ύπαρξης ανθρώπου, αυτά που το κοινό συχνά βιώνει με έντονο τρόπο (Λάμπρου, 2018).

Πολλά από τα έργα της είχαν ως εκ τούτου χαρακτηριστεί ως εξαιρετικά ριζοσπαστικά και συγκινητικά ταυτόχρονα. Αν ο χορός σαν μορφή τέχνης ήταν ως τώρα συνώνυμο με το ωραίο, της αυτονομίας της τεχνικής ή της αόριστης προσαρμογής υπαρξιακών θεμάτων, ο δικός της χορός παραπέμπει ευθέως στην «πραγματική πραγματικότητα». Απαλλαγμένος από την εξωραϊσμένη αφήγηση ή το «σερφάρισμα» στο περίγραμμα των χαρακτήρων, ανεβάζει στην επιφάνεια επιμελώς κρυμμένα, ακόμη και απωθημένα, συναισθήματα και καταστάσεις. Πάντα με μια δόση υπερβολής και με διάμεσο τη γλώσσα του σώματος και την κίνηση, προλαβαίνοντας την ταύτιση και επιτρέποντας στον καθένα μας να δει αυτό που επιθυμεί, χωρίς ίχνος διδακτισμού. Το δικό της χοροθέατρο αντί του λόγου χρησιμοποιεί το σημαίνον μιας λέξης με νεύμα, σωματικό σύμβολο, χειρονομία ή απλά χορό. Πρόκειται για έναν θεατρικό κώδικα που ενεργοποιεί φυσικά τον θεατή, αποκλείοντας εκ των προτέρων την παθητική αποδοχή. (Βουνελάκη, 2021: 26). Η Πίνα Μπάους έφερε τις πιο ακραίες καταστάσεις της ανθρώπινης ύπαρξης στο προσκήνιο, ξεγυμνώνοντας, ανατέμνοντας και κυρίως ερχόμενη σε ρήξη με προυπάρχουσες θεατρικές συμβάσεις, αρεστές στο κοινό. Επινόησε μια νέα μορφή θεάματος, το χοροθέατρο, ίσως την πιο γνήσια ανατροπή του θεάτρου μέσω του χορού (Βουνελάκη, 2021 : 29).

Στη διαδοχή σκετς και σκηνικών παιχνιδιών που παρουσιάζει, μπορεί κανείς να βρει κάτι από τον ίδιο του τον εαυτό. Ένας μικρόκοσμος με τους φόβους, τις ελπίδες, τις ματαιότητες, τις επιθυμίες ή τις αναμνήσεις που μας κατοικούν. Το μοντάζ αυτού του υλικού, βασισμένο στην επανάληψη και την απουσία αφηγηματικής συνέχειας, ρίχνει μοναδικό φως στην συνταρακτική γελοιοότητα των ανθρώπινων στερεοτύπων, στην απωθημένη επιθετικότητα που συγκαλύπτουν, επιτηδευμένα ανώδυνες χειρονομίες. Έτσι παίρνει σάρκα και οστά το «συνειδητό ταξίδι στο ασυνείδητο».

Η Πίνα Μπάους συνδυάζει για πρώτη φορά τον χορό με το τραγούδι, την παντομίμα, τα ακροβατικά και την υποκριτική σε ένα νέο είδος τέχνης. Πολλοί επαγγελματίες θεωρούν αυτή τη νέα μορφή τέχνης ως την αρχή του χοροθεάτρου. Η Μπάους "έσπασε" την παραδοσιακή δομή της δράσης σε μεμονωμένες σκηνές και τις συνέδεσε μέσω κολάζ και μοντάζ σε θεματικά πλαίσια. Το σημείο εκκίνησης των έργων της ήταν οι μεμονωμένες χειρονομίες, η αναπαράσταση και η έκφραση ενός συγκεκριμένου συναισθήματος. Η ζωντάνια και η ευφορία έρχονται σε αντίθεση με δραματικές σκηνές, και έτσι άγγιξε τα βάθη της ύπαρξης ανθρώπου, αυτά που το κοινό συχνά βιώνει με έντονο τρόπο.

«Το χοροθέατρο απευθύνθηκε στο κοινό προκαλώντας τις αναγκαίες σωματικές και συναισθηματικές συγκινήσεις. Απαλλαγμένο από κάθε μορφή διδακτισμού, καταδείκνυε την αναγκαιότητα της αίσθησης και της βίωσης της πραγματικότητας, και όχι απλώς της γνώσης της. Ο άνθρωπος έπρεπε να κάνει λάθος για να μάθει, να αισθανθεί ποιο στοιχείο ήταν αυτό που τον ωθεί στην ευτυχία, έχοντας πλέον κατανοήσει το λάθος του, το οποίο δεν θα επαναλάμβανε, λόγω του ενστίκτου της επιβίωσης. Με αυτόν τον τρόπο, θα συνέχιζε να αγωνίζεται για τις επιθυμίες του, έχοντας επίγνωση του ατέρμονου της εκπλήρωσής τους. Έτσι, θα μπορούσε πλέον να αντιμετωπίσει τις συνθήκες της ζωής με χιούμορ» (Λάμπρου, 2018).

Η μεγάλη ιέρεια του σύγχρονου χορού έφυγε από τη ζωή στις 30 Ιουνίου 2009, σε ηλικία 68 ετών. Τη χρονιά του θανάτου της ο σπουδαίος Έλληνας χορογράφος Δημήτρης Παπαϊωάννου αφιέρωσε στη μνήμη της μία σκηνή της παράστασής του με τον τίτλο «Πουθενά» («Nowhere»), που ανέβηκε στο Εθνικό Θέατρο. Το 2011 ο γνωστός σκηνοθέτης Βιμ Βέντερς παρουσίασε μία ταινία για τη ζωή και το έργο της Πίνας Μπάους με τίτλο «Pina», που πρωτοπροβλήθηκε στο Φεστιβάλ Κινηματογράφου του Βερολίνου την ίδια χρονιά.

Ο χορός χωρίζεται, και δικαίως, στη προ και μετά την Πίνα Μπάους εποχή. Κανένας, ποτέ και πιο κομψά, με τόση ενσυναίσθηση και φινέτσα, δεν έριξε φως στη ζωή μας, σατιρίζοντας, σχολιάζοντας και χλευάζοντας το στερεότυπο. Κανένας και καμία δεν δημιούργησε ένα τόσο πλήρες τοπίο ενός μικρόκοσμου ματαιώσεων, αναμνήσεων, επιθυμιών, ονείρων και ταπεινώσεων. Η Πίνα Μπάους μας έδωσε το πιο τέλειο δείγμα χοροθεάτρου με μια σιωπή και λέξεις, ήχους και μουσικές που ξεχείλιζαν ιδέες και συναισθήματα.

### 3.8 Δημιουργική γραφή Χοροθέατρο και Εικαστική δημιουργία

Η τέχνη παρέχει μια σειρά από «φακούς» μέσω των οποίων μπορούμε να εξετάσουμε τους πολιτισμούς, να διερευνήσουμε τις κοινωνικές καταστάσεις στις οποίες δημιουργήθηκαν

ορισμένα έργα και να αποκρυπτογραφήσουμε τα σύμβολα και τις ιστορίες που περιέχουν. Σύμφωνα με τον Perkins (1994), η κριτική παρατήρηση των έργων τέχνης απαιτεί τη χρήση του νου, επειδή αυτά δεν αποκαλύπτουν τα μυστικά τους με την πρώτη ματιά. Επιπλέον, υπερασπίζεται τη σημασία της παρατήρησης έργων τέχνης ως τεχνική πρόβλεψης του νου, υποστηρίζοντας ότι το άτομο αναπτύσσει μη επιπόλαια, περιοριστικά, ασαφή και χαοτικά γνωστικά πρότυπα. Για να κατανοήσουν ή να ξεδιπλώσουν τις ιδέες τους, τα έργα τέχνης συχνά απαιτούν την προσωπική μας βοήθεια. Απαιτούν την απασχόληση ενός ευρέος φάσματος γνωστικών λειτουργιών και μας ενθαρρύνουν να αναπτύξουμε συνδέσεις με άλλες πτυχές της ανθρώπινης εμπειρίας και γνώσης.

Τα παιδιά πρέπει να εκτίθενται σε έργα τέχνης, σύμφωνα με τους θεωρητικούς της τέχνης και τους παιδαγωγούς του 19ου αιώνα, προκειμένου να τους εμφυσήσουν τα ποιοτικά χαρακτηριστικά των καλλιτεχνών και τα βαθιά ιδανικά που εκπροσωπούν. Άλλες μελέτες έχουν συνδέσει την τέχνη με την ανάπτυξη της ηθικής στους μαθητές. Μετά από μισό αιώνα, η κοινή πεποίθηση ήταν ότι η διδασκαλία της τέχνης στο σχολείο θα βοηθούσε τους μαθητές να αναπτύξουν τη δημιουργικότητά τους ακόμη και ως ενήλικες. (Perkins, 1994).

Η έκθεση των μαθητών στην τέχνη οξύνει την παρατηρητικότητά τους, κεντρίζει το ενδιαφέρον τους και ενεργοποιεί τις προηγούμενες γνώσεις τους παρέχοντάς τους νέες πληροφορίες. Ως εκ τούτου, είναι επιτρεπτή η χρήση του όρου «έντεχνος συλλογισμός», ο οποίος αναφέρεται στην ενσωμάτωση της τέχνης στη διδακτική πράξη μέσω της χρήσης εικαστικών ή ακόμη και μουσικών έργων που έχουν προσαρμοστεί στο αναλυτικό πρόγραμμα με σκοπό τη βελτίωση της σκέψης και της μάθησης (Perkins, 1992).

Η ανάπτυξη των δεξιοτήτων αφήγησης των παιδιών εκτιμάται στο σχολείο, και σε αυτό συμβάλλει η ικανότητα της εικόνας να λειτουργεί ως αφήγηση, καθώς μπορεί να χρησιμοποιηθεί για την αναπαράσταση σκέψεων, συναισθημάτων ή περιστάσεων. Ιδιαίτερα σημαντική είναι η σύνδεση μεταξύ εικονογραφικών και λεκτικών αφηγήσεων, οι οποίες συνυπάρχουν και συνεργάζονται στα παιδικά βιβλία (Nikolajeva & Scott, 2006- Χοντολίδου, 1999).

Στο βιβλίο της «Διδακτική της τέχνης», η Laura Chapman (1993) προτείνει τέσσερα διαδοχικά «επίπεδα» προσέγγισης από τα οποία μπορεί να ξεκινήσει κάθε παιδί, με βάση την ηλικία του, τις εμπειρίες του και τη συναισθηματική του ταύτιση:

- Επίπεδο 1: δεξ- πες- περιέγραψε.
- Επίπεδο 2: ψάξε- βρες- ανάλυσε.

- Επίπεδο 3: σκέψου- σύνδεσε-ερμήνευσε και
- Επίπεδο 4: κρίνε.

Ο μαθητής ενθαρρύνεται να παρατηρήσει και να περιγράψει το έργο τέχνης από την αρχή, καθώς και να αναλύσει τις μεθόδους έκφρασης του καλλιτέχνη (χρώμα, σχήματα, μοτίβα κ.λπ.). Στη συνέχεια, αξιολογούν, συγκρίνουν και κατανοούν πριν φανταστούν και δημιουργήσουν.

Στην έρευνα μας εντάξαμε στη δουλειά μας τις εικαστικές τέχνες. Οι πίνακες χρησιμοποιούνται σε δραστηριότητες που σχετίζονται με τη διαδικασία της Δημιουργικής Γραφής. Πριν αρχίσει να γράφει, ο συμμετέχων προσκαλείται να συμμετέχει σε ένα δημιουργικό παιχνίδι που περιλαμβάνει προσομοίωση διαλόγου. Η προσέγγισή του στον πίνακα, και γενικά σε όλες τις εικόνες, βασίζεται στην προσωπική του εμπειρία. Για να το θέσουμε αλλιώς, ο μετέχων οικειοποιείται την εικόνα-ερέθισμα μέσα από προσωπικές εμπειρίες, ταυτίζεται συναισθηματικά μαζί της μέσα από τον ρεαλισμό και τη ρεαλιστικότητα του έργου, φαντάζεται και αρχίζει να γράφει (Γρόσδος, 2013).

Στη σημερινή εποχή όπου γύρω μας συμβαίνουν πάρα πολλές αλλαγές, και βάζονται πολλοί συνάνθρωποί μας, θελήσαμε να ασχοληθούμε με την ανάγκη όλων μας να ξαναγεννηθούμε και να αλλάξουμε τα «κακώς κείμενα» της ζωής. Εκκίνηση αποτέλεσε η αδυναμία στη χώρα της Ιταλίας και συγκεκριμένα τη Φλωρεντία. Με οργανωμένο θεατρικό παιχνίδι με τους ωφελούμενους του συλλόγου συνδρόμου Down Ελλάδος, εντάξαμε δραστηριότητες πάνω στη θεματολογία της Αναγέννησης. Αναγέννηση, μακριά από ότι μας συνθλίβει και μας αλλοτριώνει. Είναι βέβαιο ότι η αναγέννηση είναι πλέον ανάγκη όλων μας. Μένει ο καθένας μας να ακολουθήσει το μονοπάτι της εσωτερικής αναζήτησης που θα τον οδηγήσει στο να ξαναγεννηθεί.

Οι ωφελούμενοι έμαθαν για την Φλωρεντία και για γνωστούς καλλιτέχνες της εποχής. Για τη Φλωρεντία, την πόλη όπου ξεκίνησε η εποχή της Αναγέννησης. Με τον όρο Αναγέννηση εννοούμε το σύνθετο πολιτιστικό, ιστορικό και κοινωνικό φαινόμενο που εμφανίστηκε κατά το 15ο και το 16ο αιώνα στη Δυτική Ευρώπη. Η οικονομική άνθηση και η πολιτική οργάνωση της Φλωρεντίας αποτέλεσαν πρόσφορο έδαφος για να αναπτυχθούν εκεί τα πρώτα και βασικά χαρακτηριστικά της Αναγέννησης. Βασικά γνωρίσματα της Αναγέννησης είναι η εμπιστοσύνη στη λογική ικανότητα του ανθρώπου, η διεύρυνση των γνώσεων, η εμφάνιση μεγάλων κοινωνικών αλλαγών και νέων αντιλήψεων σε σχέση με εκείνες που επικρατούσαν την προηγούμενη εποχή, δηλαδή το Μεσαίωνα. Ο αναγεννησιακός άνθρωπος πίστευε πια ότι

μπορούσε να διαμορφώσει μόνος του τις συνθήκες διαβίωσής του, καθώς η γνώση του εμπλουτιζόταν με τη συνεχή μελέτη της φύσης, την παρατήρηση και το πείραμα.

## ΜΕΡΟΣ Β ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ

### Σκοπός

Στην παρούσα έρευνα διερευνώνται τα οφέλη που μπορεί να αποκομίσουν ενήλικες μέλη του συλλόγου συνδρόμου Down Ελλάδος μέσα από τη συμμετοχή τους σε πρόγραμμα οκτώ συναντήσεων δημιουργικής γραφής σε συνδυασμό με το χοροθέατρο (με έμφαση στην τεχνική του κινητικού αυτοσχεδιασμού και της μίμησης προτύπου) για την ενίσχυση τόσο του λόγου και της επικοινωνίας, όσο και των κινητικών δεξιοτήτων. και της ισορροπίας.

### Επιμέρους στόχοι

Επισήμανση των ωφελειών μέσω της παρέμβασής δραστηριοτήτων δημιουργικής γραφής σε συνδυασμό με την εικαστική δημιουργία.

Επισήμανση βελτίωσης της γλωσσικής κατανόησης.

Επισήμανση των ωφελειών στον εμπλουτισμό του λεξιλογίου τους γενικά και στον εμπλουτισμό λεξιλογίου κατά την περιγραφή εικόνας με περισσότερες λεπτομέρειες, για την περιγραφή των συναισθημάτων που δημιουργεί η εικόνα.

Επισήμανση στη διάκριση των φωνημάτων ως μέρος των λέξεων.

Επισήμανση συντακτικής ανάπτυξης.

Επισήμανση στη βελτίωση του λόγου με τη χρήση μεγαλύτερων προτάσεων στη θέση του τηλεγραφικού λόγου, τη χρήση ρημάτων, άρθρων και βοηθητικών ρημάτων, δηλαδή χρήση λέξεων της γραμματικής λειτουργίας.

Επισήμανση στη βελτίωση της ψυχικής διάθεσης και της δυνατότητας έκφρασης των αισθημάτων επιτυχίας, χαράς, ευχαρίστησης και απόλαυσης.

### Μεθοδολογία έρευνας

Η έρευνα στηρίζεται σε Συμπτωματική δειγματοληψία (ή δειγματοληψία ευκολίας) τα άτομα που συμμετείχαν στην έρευνα ήταν από συγκεκριμένο φορέα, τον σύλλογο συνδρόμου Down Ελλάδος της πόλης της Θεσσαλονίκης, όσα πληρούσαν τα κριτήρια και ήταν πρόθυμα εκείνα και οι κηδεμόνες τους να συμμετάσχουν.

### Δείγμα

Αριθμός ατόμων: 17 ενήλικες με Σύνδρομο Down, 6 γυναίκες και 11 άντρες ηλικίας 25-50 ετών.

### Διάρκεια

Η συνολική διάρκεια της έρευνας ήταν 5 μήνες. Την παρέμβαση αποτέλεσαν οκτώ δίωρες συναντήσεις με ενήλικες με Σύνδρομο Down, του Συλλόγου ατόμων με Σύνδρομο Down Ελλάδος που στεγάζεται στην Καλαμαριά Θεσσαλονίκης.

### Μεθοδολογικά, ερευνητικά εργαλεία

Παρατήρηση [μη δομημένη / ελεύθερη] και ημερολόγια εργασίας.

Τα αποτελέσματα στηρίχθηκαν κυρίως στο εργαλείο της παρατήρησης και επηρεάστηκαν από τη διάθεση συμμετοχής των ωφελούμενων.

### Μαγνητοφώνηση/Ηχογράφηση

Δεδομένου ότι η γραφή ως ικανότητα ήταν σε πολύ χαμηλό επίπεδο έως και ανύπαρκτη, στις δραστηριότητες δημιουργικής γραφής χρησιμοποιήθηκε η ηχογράφηση.

Σταθμισμένο Τεστ Αδρής Κίνησης - Κλίμακα Ισοροπίας Berg (Balance Berg Scale).

Άτυπο Τεστ Γλωσσικών Δεξιοτήτων κατά το οποίο εξετάστηκαν η ικανότητα κατανόησης και περιγραφής ( στη βάση οδηγιών της Δοκιμασίας Γλωσσικών Δεξιοτήτων UPBILITY).

Οι προαναφερθείσες διαδικασίες αξιολόγησης αδρής κίνησης και γλωσσικών δεξιοτήτων (tests) πραγματοποιήθηκαν κατά την έναρξη της παρέμβασης και επαναλήφθηκαν με το πέρας των οκτώ συναντήσεων.



## Παράθεση προγράμματος οκταήμερης παρέμβασης

Οι φάσεις ανάπτυξης των συναντήσεων της παρέμβασης ακολουθεί την προτεινόμενη τεχνική ανάπτυξης των σχεδίων διδασκαλίας όπως αυτή προτείνεται στο βιβλίο «Ο χορός στην εκπαίδευση (Γαλάνη, 2010).

### 1<sup>η</sup> ΜΕΡΑ: ΓΝΩΡΙΜΙΑ

Στόχος: Γνωριμία, σωματογνωσία, το σώμα ως εκφραστικό μέσο, κινητική εκπαίδευση, συγκέντρωση, μνήμη, εμπλουτισμό λόγου.

#### 1<sup>η</sup> Φάση

Καθισμένοι στο πάτωμα σχηματίζοντας έναν κύκλο, φτιάχνουμε τον «κύκλο της παρέας».

Δίνεται εξήγηση για το περιεχόμενο των συναντήσεων. Καθένας μας σηκώνεται στο κέντρο του κύκλου της παρέας και αυτοσυστήνεται (όνομα, σχέση με τον χορό και το θέατρο).

#### 2<sup>η</sup> Φάση

Καθένας από τους συμμετέχοντες σηκώνεται στο κέντρο του κύκλου, λέει δυνατά το όνομά του και το αναπαριστά με μία κίνηση της αρεσκείας του. Την κίνηση αυτή, την επαναλαμβάνουν και τα υπόλοιπα μέλη της παρέας.

#### 3<sup>η</sup> Φάση

Προσπάθεια εκτέλεσης της κίνησης των ονομάτων όλων των μελών της ομάδας.

#### 4<sup>η</sup> Φάση

Σύνθεση χορογραφίας «το όνομα μου». Συνοδεία μουσικής εκτελούμε τις παραπάνω κινήσεις.

#### 5<sup>η</sup> Φάση

Σε κύκλο καθιστοί. Ασκήσεις αναπνοής-χαλάρωσης, συζήτηση για την εμπειρία της πρώτης μέρας.

### 2<sup>η</sup> ΜΕΡΑ ΤΑΞΙΔΙ ΣΤΗ ΦΛΩΡΕΝΤΙΑ

Στόχος: Κινητική εκπαίδευση, καλλιέργεια συναίσθησης της ομάδας, ενεργοποίηση φαντασίας, ικανότητα οργάνωσης λόγου, επαφή με την τέχνη, .

#### 1<sup>η</sup> Φάση

Ζέσταμα με μουσική και χορό. Άσκηση του σώματος για τη βελτίωση ισορροπιστικής αντίδρασης, κιναισθησίας, συντονισμού και κινητικού ελέγχου, ρυθμού.

Χορεύουμε στον κύκλο της «παρέας» τη χορογραφία «το όνομα μου».

### 2<sup>η</sup> Φάση

Χρησιμοποιούμε το τρισδιάστατο βιβλίο LE MERAVIGLIE DI FIRENZE στο οποίο απεικονίζονται γνωστές τοποθεσίες της πόλης της Αναγέννησης. Τις ίδιες τοποθεσίες τις παρακολουθούμε σε ολιγόλεπτο βίντεο.

Ζωγραφική των μνημείων της πόλης χρησιμοποιώντας εικόνες από το βιβλίο εικαστικών COLORING TOUR, FIRENZE COLOR και UFFIZI COLOR.

### 3<sup>η</sup> Φάση

Χρησιμοποιούμε κάρτες με έργα ζωγραφικής γνωστών ζωγράφων από τις παραμυθοκάρτες κίτρινο πατίι με τίτλο ιστορίες από καμβά. Χρησιμοποιήθηκαν έργα διαφόρων καλλιτεχνών, όπως Βίνσεντ Βαν Γκογκ, Salvador Dali, Μποτιτσέλι, Claude Monet, Vincent van Gogh, El Greco, κλπ.

### 4<sup>η</sup> Φάση

Καθένας μας διαλέγει μία κάρτα. Ξεκινάει ο πρώτος μια ιστορία με την κάρτα του. Η ιστορία συνεχίζεται σύμφωνα με τις κάρτες των υπολοίπων και σύμφωνα με την φαντασία καθενός από εμάς. [ηχογράφηση]

### 5<sup>η</sup> Φάση

Επαναλαμβάνουμε τις σωματικές ασκήσεις της πρώτης φάσης με μουσική. Καθόμαστε σε κύκλο και συζητάμε για αυτά που κάναμε προηγουμένως.

Χορεύουμε την χορογραφία «το όνομα μου».

## 3<sup>η</sup> ΜΕΡΑ LEONARDO DA VINCI

Στόχος: Κινητική εκπαίδευση, ασκήσεις προσανατολισμού στο χώρο. Γνωριμία με την ιστορία του Leonardo Da Vinci, ενεργοποίηση φαντασίας, συνεργασία, επικοινωνία.

### 1<sup>η</sup> Φάση

Ζέσταμα με τη χορογραφία «το όνομα μου». Ασκήσεις του σώματος για τη βελτίωση ισορροπητικής αντίδρασης, κιναισθησίας, συντονισμού και κινητικού ελέγχου, ρυθμού.

### 2<sup>η</sup> Φάση

Γίνεται ανάγνωση του παραμυθιού Leonardo Da Vinci από τη σειρά οι παιδικοί μου ήρωες και το Leonardo da Vinci της Catherine de Dube editions KATE'ART όπου γίνεται αναφορά στα έργα και στις εφευρέσεις του Da Vinci.

### 3<sup>η</sup> Φάση

Προσπάθεια δημιουργίας ομαδικού διαλογικού κειμένου «οι ήρωές μου» εμπνευσμένο από την ιστορία του Da Vinci [ηχογράφηση] Παιχνίδι ρόλων «οι ήρωές μου»

4<sup>η</sup> Φάση

Ζωγραφική έργων του Da Vinci από το coloring book του μουσείου Da Vinci, το οποίο βρίσκεται στη Φλωρεντία.

5<sup>η</sup> Φάση

Μουσικοκινητική παρέμβαση με τις ασκήσεις προσανατολισμού στο χώρο της πρώτης φάσης αυτή τη φορά με μουσική

Καθόμαστε στον κύκλο της ομάδας και κάνουμε απολογισμό της ημέρας.

4<sup>η</sup> ΜΕΡΑ EL GRECO- ΔΙΟΜΗΝΙΚΟΣ ΘΕΟΤΟΚΟΠΟΥΛΟΣ

Στόχος: Κινητική εκπαίδευση. Γνωριμία με την ιστορία του Δομίνικου Θεοτοκόπουλου, ενεργοποίηση φαντασίας, εξερεύνηση του σώματος και των δυνατοτήτων του, αυτοσχεδιασμός. Συνοχή, συνεκτικότητα λόγου και έκφραση συναισθημάτων με λόγο.

1<sup>η</sup> Φάση

Ζέσταμα με την χορογραφία των ονομάτων μας.

Ασκήσεις βελτίωσης της αδρής κινητικότητας και του ρυθμού στη βάδιση. Περπάτημα στα δάχτυλα, στις πτέρνες κλπ.

2<sup>η</sup> Φάση Ανάγνωση του παραμυθιού Δομίνικος Θεοτοκόπουλος Ελ Γκρέκο της Αγάθης Δημητρούκα σειρά χωρίς σωσίβιο εκδόσεις Πατάκης.

3<sup>η</sup> Φάση

Παιχνίδι ρόλων εμπνευσμένο από το παραμύθι.

4<sup>η</sup> Φάση

Χορεύω με τα συναισθήματα. Ελεύθερη χορευτική κίνηση. Μετά από παράγγελμα όλοι εκφράζουν συναισθήματα χαρά, λύπη.

5<sup>η</sup> Φάση

Επανάληψη των ασκήσεων βάδισης στον χώρο της πρώτης φάσης, με μουσική Κατασκευή κολάζ με φωτογραφίες μας, εκτυπωμένες με mini print. Γινόμαστε το συναίσθημα που νιώθουμε μιλάμε για αυτό και το χορεύουμε αυτοσχεδιαστικά . Η μέρα κλείνει με την χορογραφία «το όνομα μου»

5<sup>η</sup> ΜΕΡΑ ΠΑΙΖΟΥΜΕ ΠΟΙΗΣΗ

Στόχος: Κινητική εκπαίδευση, ενεργοποίηση φαντασίας, ρυθμός, αντανακλαστικά, συνεργασία, λεξιλογική ικανότητα

1<sup>η</sup> Φάση

Ζέσταμα με τη χορογραφία των ονομάτων μας.

Ασκήσεις μετακίνησης στο χώρο, βελτίωσης της κινητικής αντίδρασης reflex ισοτονικές ασκήσεις ισορροπίας με ζεύγη δυνάμεων.

2<sup>η</sup> Φάση

Γίνεται ανάγνωση του παρακάτω ποιήματος, το οποίο είναι απόσπασμα από το ποίημα Θεία Κωμωδία του Dante Alighieri σε μετάφραση Γιώργου Κοροπούλη.

Τα λόγια μου τραχιά τα έχω θελήσει  
σαν τα έργα αυτής της πέτρας που ομορφαίνει  
ολοένα, και σκληραίνει  
ολοένα –όποιος την είδε, το έχει νιώσει·  
το σώμα της με ίασπη έχει ντύσει  
κι ίσως γι' αυτό το λόγο ή γιατί μένει  
πάντοτε καλυμμένη  
σαΐτα δεν μπορεί να την πληγώσει·  
εκείνη όμως μπορεί να με σκοτώσει-  
και πώς να φυλαχτώ; τα βέλη αυτά  
σαν να 'χανε φτερά  
πετούν, συντρίβουν κάθε πανοπλία·  
κι ούτε που ξέρουν πώς δεν θα 'μουν λεία.  
Δεν βρίσκω ασπίδα να μην την ραγίζει,  
σπηλιά απ' το πρόσωπό της να χαθώ·  
σαν μίσχος τον ανθό,  
ο νους μου την κρατά και την υψώνει·  
κι αυτή, τη συμφορά μου υπολογίζει  
όσο το πλοίο τον ήρεμο καιρό·  
βουλιάζω, δεν θα βρω  
ρίμα το βάρος τούτο να σηκώνει.  
Σαράκι, που η ορμή σου δυναμώνει,  
βουβά με τρωσ και τη ζωή μου αδειάζεις·  
γιατί εσύ δεν δειλιάζεις  
να 'σαι μες στην καρδιά κρυφή πληγή

όσο εγώ να πω ποιος σ' οδηγεί;  
Γιατί η καρδιά μου τρέμει όταν σκεφτώ  
εκείνη ενώ τριγύρω με κοιτούν·  
τις σκέψεις μου μη δουν

φοβάμαι· ο θάνατος δεν με φοβίζει  
τόσο ή του Έρωτα το κοφτερό  
δόντι, που τις αισθήσεις μου εξαντλούν·  
οι αισθήσεις φυλλορροούν  
στη σκέψη της, και η ζωή ξεφτίζει.  
Ο έρωτας χτυπά και με γκρεμίζει·  
το ίδιο σπαθί είχε στρέψει στη Διδώ·  
κι εγώ εκλιπαρώ,  
δούλος του εγώ που έλεος αιτείται·  
μα η φύση του το έλεος το αρνείται.  
Και πάλι τώρα θέλει να χτυπήσει  
ο αχρείος, τη ζωή μου αψηφά·  
στο χώμα με κρατά  
και μ' έχει βρει πια τόσο κουρασμένο·  
πάει ένα ουρλιαχτό ν' ανηφορίσει  
στο νου μου και το αίμα, που κυλά  
στις φλέβες μου, χυμά  
προς την καρδιά μου κι άσπρος απομένω.  
Χτυπά στο μέρος της καρδιάς με μένος  
τέτοιο, που στην καρδιά μου αναπηδά  
ο πόνος. «μια φορά  
ακόμη», λέω, «αν το σπαθί του υψώσει,  
θα μ' έχει ο τρόμος ήδη αποτελειώσει.»  
Να χτύπαγε έτσι ολόισια στην καρδιά της  
αυτήν που την δική μου κομματιάζει!  
Κι αν θάνατο μου τάξει  
η ομορφιά της, μαύρος πια δεν θα 'ναι·  
σε ήλιο ή σε σκιά το χτύπημά της,  
της δόλιας φόνισσας δεν παραλλάζει.

Γιατί να μην ουρλιάζει  
 κι αυτή στις φλόγες που με τυραννάνε;  
 Αμέσως θα συνέτρεχα και θα 'τανε  
 χαρά μου, που πολλοί την έχουν νιώσει,

το χέρι να είχα απλώσει  
 στα ωραία μαλλιά, του έρωτα το υφάδι,  
 κι εκείνη θ' απολάμβανε το χάδι.  
 Αν είχα την ξανθή πλεξίδα αδράξει,  
 μαστίγιο και βέργα που ματώνει,  
 ενώ έξω ξημερώνει,  
 θα έπαιζα ως τ' απόδειπνο ν' αρχίσει·  
 κι όχι αβρά, μη βρέξει και μη στάξει,  
 μα σαν αρκούδα: παίζει και δαγκώνει·  
 και αν με μαστιγώνει  
 ο έρωτας, θα έπαιρνα εκδίκηση.  
 Τα μάτια της, που έχουν πυρπολήσει  
 ετούτη την καρδιά κι είναι νεκρή,  
 θα κοίταζα –κι αυτή,  
 που έστερξε να μ' αφήσει, θα κινδύνευε·  
 κι η αγάπη μου μετά θα τη γαλήνευε.  
 Τραγούδι μου, εσύ δράμε στη γυναίκα  
 που πήρε την καρδιά μου και με χώρισε  
 απ' ό,τι ο νους μου πόθησε.  
 πέτα, γίνε σαΐτα που βυθίζεται·  
 τιμή με την εκδίκηση κερδίζεται.

Πέτρινες Ρίμες, Dante Alighieri, μτφ. Γιώργος Κοροπούλης, εκδόσεις Άγρα.

### 3<sup>η</sup> Φάση

Από το ποίημα Πέτρινες Ρίμες, Dante Alighieri, σημειώνω συγκρατώ μερικές λέξεις που μου έκαναν εντύπωση και γράφω δικό μου ποίημα. (Καρακίτσιος, 2021: 236).

### Μουσικές καρέκλες

Παίζουμε μουσικές καρέκλες. Όταν αρχίζει η μουσική, όλοι σηκώνονται από τις καρέκλες τους, αρχίζουν να χορεύουν και ξανακάθονται όταν η μουσική σταματήσει. Πάντα υπάρχει μια

καρέκλα λιγότερη από τον αριθμό των μελών της ομάδας. Αυτός που περισσεύει καλείται να πει μία λέξη ανάλογα με τη σειρά. Η σειρά είναι η ακόλουθη: πρόσωπο, ρήμα, τόπος.

#### 4<sup>η</sup> Φάση

Φτιάχνουμε ποίημα χαι-κου /τρίστιχο 5-7-5 συλλαβές. (Καρακίτσιος, 2021: 237).

#### 5<sup>η</sup> Φάση

Επανάληψη των ισοτονικών ασκήσεων με ζεύγη δυνάμεων της πρώτης φάσης, με μουσική. Χορογραφία «το όνομά μου»

### 6<sup>η</sup> ΜΕΡΑ ΑΥΤΟΑΝΤΙΛΗΨΗ-ΑΠΟΔΟΧΗ Ι

Στόχος: Κινητική εκπαίδευση, συγκέντρωση, προσανατολισμός στο χώρο, άσκηση με την αίσθηση της αφής του σώματος του άλλου. Μη λεκτική επικοινωνία, γλωσσικές ικανότητες, ανάγνωση και περιγραφή εικόνας.

#### 1<sup>η</sup> Φάση

Ασκήσεις μετακίνησης και προσανατολισμού στο χώρο, ισορροπίες, σωματοαντίληψης. Ζέσταμα με τη χορογραφία των ονομάτων μας.

#### 2<sup>η</sup> Φάση

Μάντεψε τη φωνή

Τα παιδιά σχηματίζουν έναν κύκλο. Το κάθε παιδί εφευρίσκει ένα μοναδικό ηχητικό κάλεσμα π.χ. ένα μουρμουρητό ή ένα σφύριγμα. Όλη η ομάδα ακούει με τη σειρά τον καθένα να λέει πρώτα το μικρό του όνομα και μετά να παράγει τον ήχο που επέλεξε. Στη συνέχεια, ένα παιδί στέκεται στη μέση του κύκλου με τα μάτια δεμένα. Ο συντονιστής του παιχνιδιού επιλέγει αθόρυβα κάποιον από τα παιδιά που με την σειρά του παράγει το ηχητικό του κάλεσμα. Το παιδί που στέκεται στο κέντρο, προσπαθεί να θυμηθεί το όνομα του παιδιού που παράγει τον ήχο. Εάν το βρει, παίζει δεύτερη φορά.

#### 3<sup>η</sup> Φάση

Σιωπηλοί χαιρετισμοί

Όλα τα μέλη της ομάδας περπατούν αργά μέσα στο δωμάτιο και χαιρετιούνται μεταξύ τους φιλικά, χωρίς όμως να μιλούν. Για παράδειγμα, ο χαιρετισμός μπορεί να είναι ένας μικρός κυματισμός με τα χέρια, ένα χαμόγελο, ένα κοίταγμα. Δίνονται κάποια παραδείγματα στα παιδιά. Κατά την διάρκεια του παιχνιδιού, δεν επιτρέπεται η σωματική επαφή. Σκοπός του παιχνιδιού είναι να ανακαλύψουν τα παιδιά πόσοι διαφορετικοί τρόποι χαιρετισμού υπάρχουν.

#### 4<sup>η</sup> Φάση

Καθένας μας συνδυάζει τις προηγούμενες φάσεις και σηκώνεται στο κέντρο του κύκλου της παρέας και κάνει τον χαιρετισμό που του έκανε εντύπωση φωνάζοντας συγχρόνως το όνομά του. Οι υπόλοιποι χωρίζονται σε ζευγάρια και προσπαθούν ο ένας στο σώμα του άλλου να κάνουν τους γλύπτες δίνοντας στο σώμα το σχήμα του αντίστοιχου χαιρετισμού.

#### 5<sup>η</sup> Φάση

Όλα αλλάζουν

Ένα από τα παιδιά βγαίνει από την αίθουσα. Τα υπόλοιπα παιδιά, αλλάζουν κάτι στο γλυπτό τους. Το παιδί επιστρέφει και προσπαθεί να μαντέψει ποιος έχει αλλάξει τι (Σωματοαντίληψη κιναισθησία).

Τα υπόλοιπα παιδιά κάνουν ανάγνωση της ζωντανής εικόνας, δίνουν τίτλο στο γλυπτό και φτιάχνουν ομαδικά μια σύντομη ιστορία.

Αλάτι - πιπέρι

Με τη μέθοδο μίμησης προτύπου, οι παίκτες πρέπει να ακολουθήσουν τη συντονίστρια η οποία εκτελεί απλές κινήσεις, όπως το σήκωμα του ποδιού μπρος πλάι πίσω – ισορροπίες . Η συντονίστρια καθώς πραγματοποιεί αυτές τις κινήσεις, λέει και τις λέξεις αλάτι ή πιπέρι. Όταν λέει αλάτι οι παίκτες πρέπει να αντιγράψουν την κίνηση, ενώ όταν λέει πιπέρι όχι.

Γίνεται επανάληψη των ασκήσεων μετακινήσεων και προσανατολισμού στο χώρο, με μουσική.

Κλείσιμο της συνάντησης με τη χορογραφία «το όνομά μου»

### 7<sup>η</sup> ΜΕΡΑ ΑΥΤΟΑΝΤΙΛΗΨΗ- ΑΠΟΔΟΧΗ 2

Στόχος: Κινητική εκπαίδευση, αναγνώριση αριστερού δεξιού σε καθρέφτη. Ενεργοποίηση δημιουργικής φαντασίας, μη λεκτική επικοινωνία. Γλωσσική ικανότητα, αυτοέκφραση.

#### 1<sup>η</sup> Φάση

Ζέσταμα με τη χορογραφία των ονομάτων μας.

#### 2<sup>η</sup> Φάση

Αποτυπώματα δαχτύλων

Κάθε παιδί χρησιμοποιεί το δικό του μοναδικό δαχτυλικό αποτύπωμα ως αρχή για να σχεδιάσει ή να ζωγραφίσει ένα πρόσωπο. Κατόπιν, κόβει την φιγούρα που έχει δημιουργήσει και τη χρησιμοποιεί ως δαχτυλόκουκλα, η οποία λέει κάτι για τον εαυτό της στα υπόλοιπα μέλη της ομάδας (το κείμενο ηχογραφείται)



### 3<sup>η</sup> Φάση

Πες μου την ιστορία σου

Ο συντονιστής του παιχνιδιού επινοεί έναν τίτλο. Το παιδί για το οποίο γίνεται λόγος, ξεκινά να αφηγείται την ιστορία με συγκεκριμένη δομή χρησιμοποιώντας τα ρήμα Είμαι... Μου αρέσει αυτοέκφραση/ ηχογραφείται)

Τα υπόλοιπα μέλη της ομάδας τη συνεχίζουν, προσθέτοντας μία πρόταση το καθένα. Η ιστορία που θα προκύψει, μπορεί να είναι εντελώς φανταστική ή να έχει κάποια σχέση με αληθινά γεγονότα, τα οποία όλα τα μέλη της ομάδας γνωρίζουν ότι έχουν συμβεί στη ζωή του συγκεκριμένου παιδιού (η ιστορία ηχογραφείται)

### 4<sup>η</sup> Φάση

Διακόπτης γέλιου

Οι παίκτες χωρίζονται σε ζευγάρια και κάθονται αντικριστά. Επιλέγουν οι ίδιοι ποιος θα είναι ο παίκτης Α και Β. Πρέπει να κοιτάζονται συνεχώς με το πρόσωπό τους ανέκφραστο. Ο συντονιστής περιμένει έως ότου κάνουν όλοι ησυχία και μετά λέει «διακόπτης γέλιου». Τότε ο Α προσπαθεί με όποιον τρόπο μπορεί, να κάνει τον Β να γελάσει, χωρίς όμως να υπάρξει σωματική επαφή. Μετά από λίγη ώρα ο συντονιστής λέει ξανά «διακόπτης γέλιου» και αντιστρέφονται οι ρόλοι.

Καθρεφτίσματα

Τα παιδιά χωρίζονται σε ζευγάρια και κάθονται αντικριστά. Ο ένας παίκτης αντιγράφει τις κινήσεις των χεριών του άλλου όσο πιο πιστά μπορεί.

### 5<sup>η</sup> Φάση

Αλάτι - Πιπέρι

Γίνεται επανάληψη της κινητικής ροή της προηγούμενης συνάντησης «αλάτι - πιπέρι κατά την οποία η συντονίστρια κάνει απλές κινήσεις τις οποίες πρέπει να ακολουθήσουν οι παίκτες, όπως το σήκωμα του ποδιού. Καθώς πραγματοποιεί αυτές τις κινήσεις, λέει και τις λέξεις αλάτι ή πιπέρι. Όταν λέει αλάτι οι παίκτες πρέπει να αντιγράψουν την κίνηση, ενώ όταν λέει πιπέρι όχι.

Κλείσιμο της συνάντησης με τη χορογραφία «το όνομά μου».

## 8<sup>η</sup> ΜΕΡΑ ΦΤΙΑΧΝΩ ΜΟΥΣΙΚΗ ΚΑΙ ΚΙΝΟΥΜΑΙ

Στόχος: Κινητική εκπαίδευση, χρήση του σώματος ως εκφραστικό μέσο, χρήση της ζωγραφικής ως εκφραστικό μέσο, ανάπτυξη ρυθμού, προσανατολισμός στο χώρο. Ο λόγος ως μέσο έκφρασης των συναισθημάτων και των σκέψεων.

### 1<sup>η</sup> Φάση

Χορογραφία με τα ονόματά μας

### 2<sup>η</sup> Φάση

Χρησιμοποιούμε τα σύμβολα των ρυθμικών αξιών: τέταρτα, όγδοα εκτυπωμένα και να τα τοποθετήσουν στο πάτωμα σε διαφορετικά σημεία στον χώρο.

### 3<sup>η</sup> Φάση

Περπάτημα στον χώρο με συνοδεία μουσικής Κάθε φορά που η μουσική σταματάει και ανάλογα με το που βρίσκεται ο καθένας, εκτελεί μια πόζα και με σινιάλο της συντονίστριας κινείται μια σύντομη ροή με ρυθμό/tempo γρήγορο για το όγδοο και με αργό ρυθμό/tempo για το τέταρτο. Με την οδηγία της συντονίστριας επιστρέφει στην πόζα και περιγράφει αυτό που νιώθει (ηχογραφείται).

### 4<sup>η</sup> Φάση

Ανιχνευτής ήχου

Η συντονίστρια του παιχνιδιού περπατά στον χώρο, χτυπώντας αντικείμενα που παράγουν διαφορετικούς ήχους ή χρησιμοποιώντας συγκεκριμένα αντικείμενα.

Ο ένας παίκτης μετά τον άλλο, κλείνουν τα μάτια τους με ένα μαντίλι και προσπαθούν να καταλάβουν για ποιο αντικείμενο πρόκειται.

Μουσικές ζωγραφιές

Ο συντονιστής του παιχνιδιού, βάζει διαφορετικά είδη μουσικής και τα παιδιά ζωγραφίζουν ότι τους έρχεται στο μυαλό καθώς ακούνε διάφορες μουσικές, με διαφορετικό ρυθμό και ύφος. Από τις ζωγραφιές τους φτιάχνουν ομαδικά μια ιστορία.

Επιλέγουν μια από τις μουσικές και δημιουργούν με την βοήθεια της συντονίστριας μια χοροθεατρική σύνθεση πάνω στην ομαδική ιστορία.

### 5<sup>η</sup> Φάση

Περπάτημα με συνοδεία μουσικής στο χώρο σύμφωνα με τις οδηγίες του συντονιστή. Περπάτημα μπροστά- πίσω, άλμα εμπρός, άλμα πίσω, στροφή δεξιά, στροφή αριστερά. Στη συνέχεια τα παιδιά κλείνουν τα μάτια, εφόσον μπορούν και επαναλαμβάνουν την ίδια δραστηριότητα με μάτια κλειστά. Κλείνουμε με την χορογραφία των ονομάτων μας.

## ΚΛΕΙΣΙΜΟ ΤΗΣ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗΣ

Συζήτηση σχετικά με την εκτίμηση που οι συμμετέχοντες έχουν για την παρέμβαση.

Δημιουργία κολάζ με τα πρόσωπα των συμμετεχόντων και λεζάντα συμπυκνωμένη την άποψη τους για το πρόγραμμα.

Παρουσίαση και ανάλυση αποτελεσμάτων της έρευνας

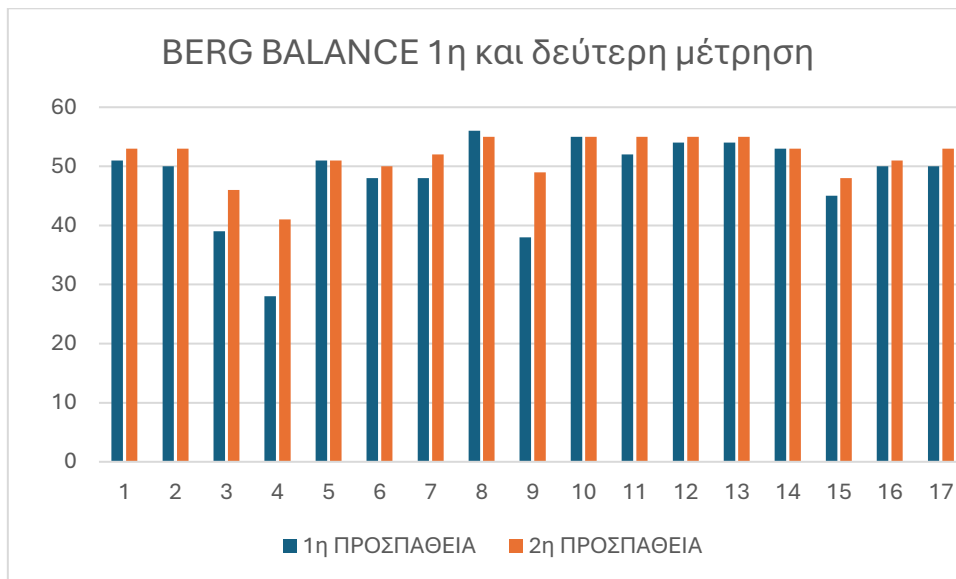
Παρουσίαση αποτελεσμάτων Κίνησης

Η εξέταση της κίνησης έγινε με τη χρήση του berg balance τεστ. Οι ωφελούμενοι συνολικά 17, 11 άντρες και 6 γυναίκες ηλικίας 25-50.

Ωφελούμενοι/ες	1 <sup>η</sup> Προσπάθεια	2 <sup>η</sup> Προσπάθεια
1.	51	53
2.	50	53
3.	39	46
4.	28	41
5.	51	51
6.	48	50
7.	48	52
8.	56	55
9.	38	49
10.	55	55
11.	52	55
12.	54	55
13.	54	55
14.	53	53
15.	45	48
16.	50	51
17.	50	53

Πίνακας 1

*Berg Balance αποτελέσματα 1<sup>ης</sup> και 2<sup>ης</sup> μέτρησης*



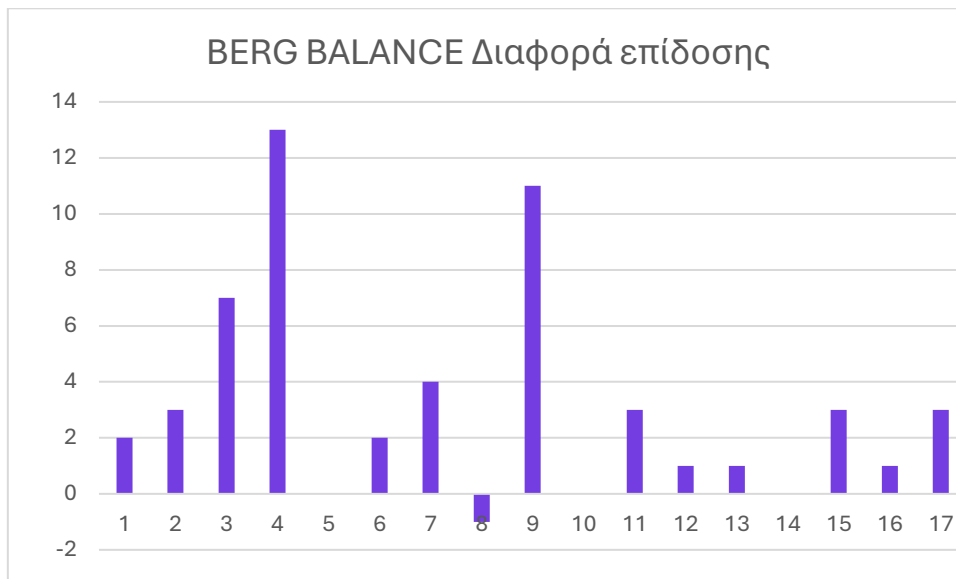
Γράφημα 1 *Berg Balance* αποτελέσματα

Το Γράφημα 1 απεικονίζει συγκριτικά και τις δύο προσπάθειες των ωφελούμενων.

Η άριστη βαθμολογία στην πρώτη μέτρηση στο τεστ είναι 56 την οποία κατάφερε μόνο ένα άτομο. Από τους υπόλοιπους, 11 άτομα έπιασαν βαθμολογία από 50 και πάνω. Από αυτά 3 είχαν βαθμολογία 50, 2 βαθμολογία 51, 1 βαθμολογία 52, μόλις 1 είχε βαθμολογία 53, 2 βαθμολογία 54 και 1 βαθμολογία 55.

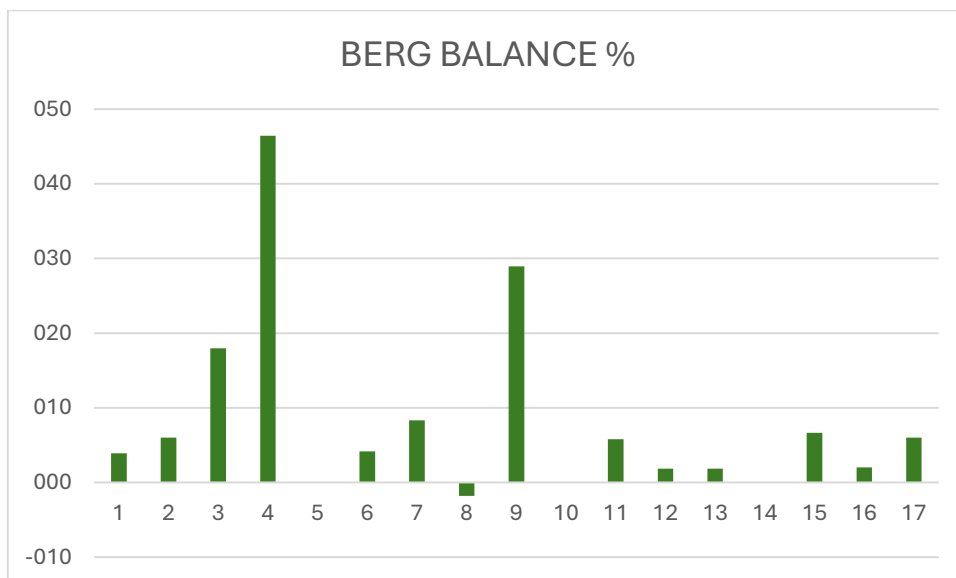
Στη δεύτερη μέτρηση 13 άτομα είχαν βαθμολογία πάνω από 50 και συγκεκριμένα 1 άτομο 50, 2 άτομα 51, 1 άτομο 52, 4 άτομα 53, και 5 άτομα 55.

Το πρόγραμμα της παρέμβασης σχεδιάστηκε όσο αφορά στο κινητικό κομμάτι, με έμφαση στον κινητικό έλεγχο και στις ισορροπιστικές αντιδράσεις μέσα από απλές κινητικές δεξιότητες με πολλές επαναλήψεις. Παρατηρήσαμε ότι οι ωφελούμενοι ανταποκρίνονταν καλύτερα όταν οι δραστηριότητες εκτελούνταν αρχικά από την ερευνήτρια δεδομένης της ικανοποιητικής δυναμικής της οπτικής τους μνήμης.



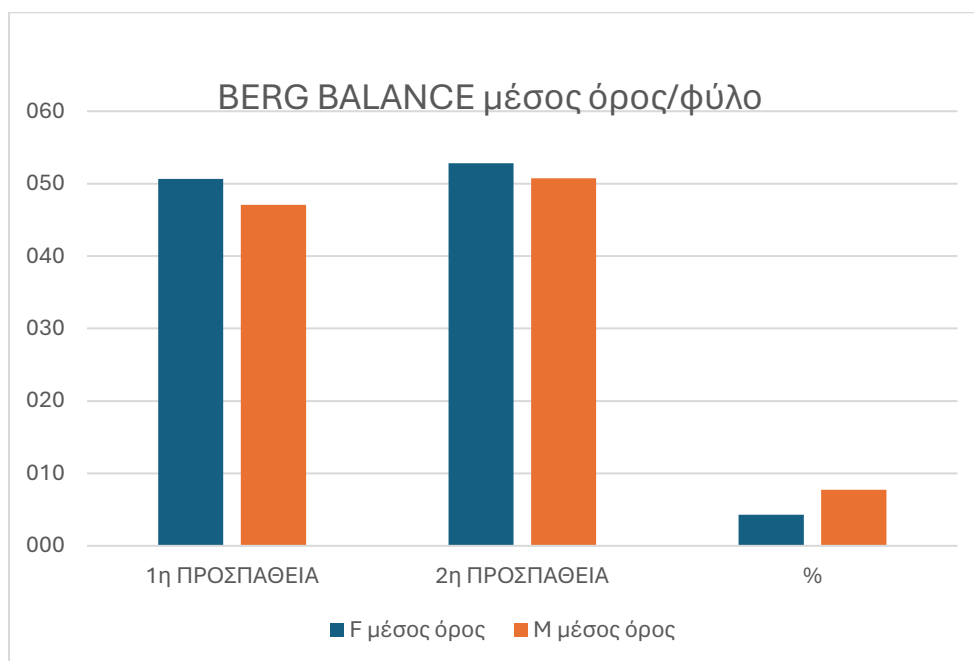
Γράφημα 2 *Berg Balance Διαφορά επίδοσης ωφελούμενων*

Όπως φαίνεται στο γράφημα 2 η επίδοσή τους στην δεύτερη προσπάθεια ήταν βελτιωμένη και κυμαίνεται από 1-13 μονάδες.



Γράφημα 3 *Berg Balance Διαφορά επίδοσης ωφελούμενων %*

Στο Γράφημα 3 , παρατηρούμε τη συνολική επί τοις εκατό (%) απόδοση των ωφελούμενων, η οποία είναι βελτιωμένη και κυμαίνεται από 3,92%- 46,43% με εξαίρεση μία αρνητική τιμή -1,29.



Γράφημα 4 *Berg balance test* διαφορά επιδόσεων ανά φύλο

Στο γράφημα 4 απεικονίζεται η συνολική % απόδοση των ωφελούμενων στο τεστ ισορροπίας. Για τις γυναίκες η απόδοση και για τις δύο μετρήσεις κυμαίνεται μεταξύ 50,66 – 52,83 ενώ για τους άντρες μεταξύ 47,09 – 50,72. Είναι εμφανής η διαφορά βελτίωσης ανάμεσα σε άντρες (7,72%) και γυναίκες (4,27%). Οι άντρες παρόλο που και στις δύο προσπάθειες είχαν χαμηλότερα αποτελέσματα, εντούτοις είχαν μεγαλύτερη βελτίωση στα αποτελέσματα. Κατά τη διάρκεια των συναντήσεων η συμμετοχή των αντρών ήταν περισσότερο ενεργή και έδειχναν ιδιαίτερη ευχαρίστηση στις δοκιμές δύσκολων για τις ικανότητές τους κινητικών δεξιοτήτων.

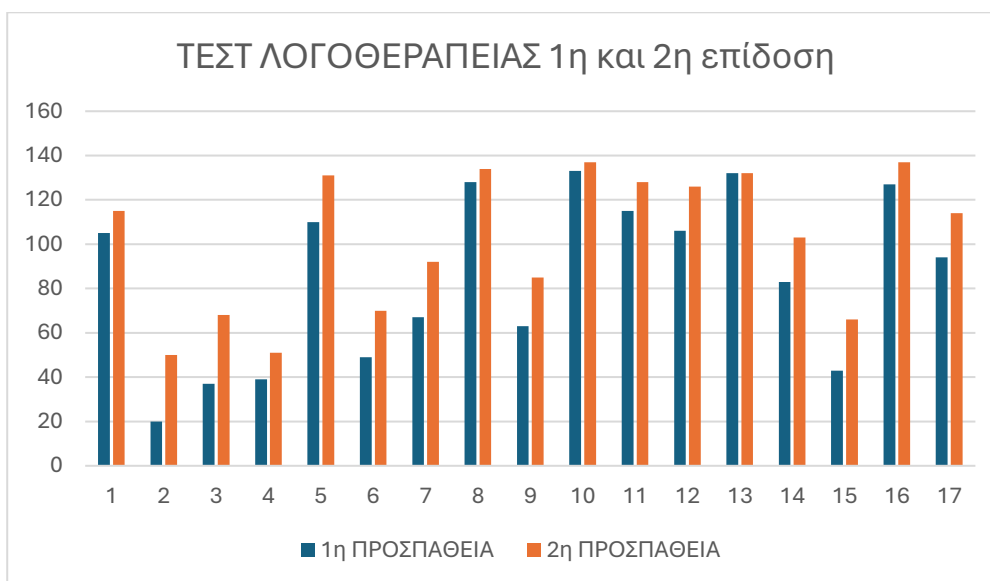
Παρουσίαση αποτελεσμάτων γλωσσικών δεξιοτήτων

Η εξέταση έγινε με σκοπό να αξιολογηθεί ο εκφραστικός και περιγραφικός λόγος των ωφελούμενων.

Ωφελούμενοι/ες	1 <sup>η</sup> ΠΡΟΣΠΑΘΕΙΑ	2 <sup>η</sup> ΠΡΟΣΠΑΘΕΙΑ
1	105	115
2	20	50
3	37	68
4	39	51
5	110	131
6	49	70
7	67	92
8	128	134
9	63	85
10	133	137
11	115	128
12	106	126
13	132	132
14	83	103
15	43	66
16	127	137
17	94	114

Πίνακας 2

*Γλωσσικές δεξιότητες 1η και 2η μέτρηση*



Γράφημα 5 Γλωσσικές δεξιότητες 1<sup>η</sup> και 2<sup>η</sup> μέτρηση

Στο γράφημα 5 απεικονίζονται οι δύο μετρήσεις των ωφελούμενων, πριν και μετά τις συναντήσεις. Στην πρώτη μέτρηση η επίδοση των ωφελούμενων κυμαίνεται από 20-133 μονάδες. Από αυτούς οι 8 σημείωσαν επίδοση πάνω από 100 μονάδες και οι υπόλοιπες βαθμολογίες κυμάνθηκαν από 20-94. Στην δεύτερη μέτρηση η βαθμολογία εμφανώς βελτιωμένη κυμαίνεται από 50-137 μονάδες. Από αυτούς τα 10 άτομα πέτυχαν βαθμολογία πάνω από 100 μονάδες και οι υπόλοιποι από 50-92.



Γράφημα 6 Γλωσσικές δεξιότητες διαφορά επίδοσης ωφελούμενων

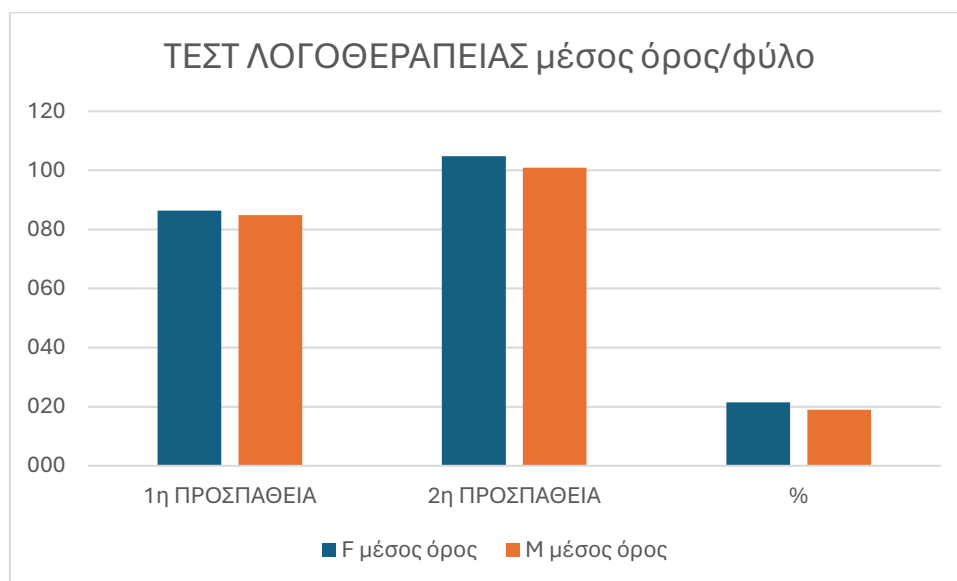


Όπως βλέπουμε στο γράφημα 6 η διαφορά επίδοσης κυμαίνεται από 4-31 μονάδες γεγονός που αποδεικνύει την βελτιωμένη προσπάθεια των ωφελούμενων στη δεύτερη μέτρηση.



Γράφημα 7 Γλωσσικές δεξιότητες διαφορά επίδοσης ωφελούμενων %

Στο γράφημα 7 απεικονίζεται η συνολική % επίδοση των ωφελούμενων, η οποία κυμαίνεται από 0%- 150%. Ξεπέρασαν σχετικά με ευκολία τις όποιες δυσκολίες συνάντησαν και ανταποκρίθηκαν με μεγαλύτερη διάθεση και επιτυχία στη δεύτερη μέτρηση. Συγκρίνοντας τη συνολική απόδοση και στα δύο τεστ, εύκολα μπορούμε να διαπιστώσουμε ότι οι ωφελούμενοι έχουν καλύτερο επίπεδο στη επικοινωνία από ότι στην κίνηση και συγκεκριμένα στην ισορροπία.



Γράφημα 8 Γλωσσικές δεξιότητες διαφορά επιδόσεων ανά φύλο

Στο γράφημα 8 παρατηρούμε τη συνολική απόδοση των ωφελούμενων ανά φύλο στις γλωσσικές δεξιότητες. Στην πρώτη μέτρηση οι γυναίκες είχαν επίδοση 86,4% και οι άντρες 84,8%. Στη δεύτερη μέτρηση οι γυναίκες είχαν επίδοση 104,8% και οι άντρες 100,9%.

Και στα δύο τεστ, σε όλες τις προσπάθειες οι άντρες έχουν χαμηλότερα αποτελέσματα. Παρόλα αυτά έχουν μεγαλύτερη βελτίωση στον εκφραστικό και περιγραφικό λόγο, ενώ οι γυναίκες έχουν μεγαλύτερη βελτίωση στην ισορροπία. Συμβάλλει σε αυτό ότι οι γυναίκες είχαν παρακολουθήσει στο παρελθόν αρκετά μαθήματα χορού και διάφορων αθλημάτων.

Τα αποτελέσματα και των δύο τεστ εξαρτήθηκαν από τις δυνατότητες των ωφελούμενων αλλά και από την ψυχολογική τους κατάσταση και από τη διάθεση συνεργασίας που είχαν την ημέρα της εξέτασης.

#### Ανάλυση αποτελεσμάτων Κίνηση

Στον πίνακα 1 παρατηρούμε βελτίωση των επιδόσεων των ωφελούμενων με εξαίρεση ενός ωφελούμενου.

Από τον Πίνακα 1 «*Berg Balance αποτελέσματα 1ης και 2ης μέτρησης*» καθώς επίσης και από το γράφημα 1 γίνεται αντιληπτό ότι παρατηρείται πρόοδος. Η επίδοση των ωφελούμενων στην πρώτη προσπάθεια κυμαίνονταν από 28 που ήταν η χαμηλότερη βαθμολογία έως 55 που ήταν η μέγιστη βαθμολογία.

Πιο αναλυτικά, στην πρώτη προσπάθεια μόλις 8 ωφελούμενοι έπιασαν βαθμολογία πάνω από 100. Από τους υπόλοιπους ωφελούμενους μόλις δύο είχαν βαθμολογία πάνω από 80

και οι υπόλοιπες βαθμολογίες ήταν κάτω από 70. Αυτό μας δίνει την εικόνα του επιπέδου κίνησης των ωφελούμενων.

Από το Γράφημα 3 όπου παρατηρούμε τη συνολική επί τοις εκατό (%) απόδοση των ωφελούμενων, στο Berg Balance test, (με εξαίρεση μία αρνητική τιμή -1,29) διαπιστώθηκε βελτίωση η οποία έχει ένα αρκετά μεγάλο εύρος (κυμαίνεται από 3,92%- 46,43%). Σε αρκετές από τις επιδόσεις της υπό διερεύνηση, δεξιότητας κυμάνθηκε κάτω του 10% και σε κάποιες τα αποτελέσματα παρέμειναν σταθερά.

Από το Γράφημα 4 Berg Balance test όπου παρατηρούμε τη διαφορά επιδόσεων % ανά φύλο η απόδοση των γυναικών στην 1<sup>η</sup> μέτρηση εκκινεί από ψηλότερες επιδόσεις από αυτές των ανδρών, ενώ των ανδρών εκκινεί από χαμηλότερες επιδόσεις από αυτές των γυναικών. Η επί τοις εκατό βελτίωση (% διαφορά 1<sup>ης</sup> και 2<sup>ης</sup> μέτρησης) ωστόσο των ανδρών είναι μεγαλύτερη από αυτή των γυναικών. Αυτό επιβεβαιώνει την καθολική αποδοχή στο πεδίο της Φυσικής Αγωγής ότι όσο πιο ψηλή είναι η κινητική επίδοση τόσο πιο μικρό είναι το περιθώριο της βελτίωσης. Στην επιστήμη της φυσικοθεραπείας όταν η εκκίνηση γίνεται από ψηλότερη κινητική επίδοση τότε η αναμενόμενη βελτίωση αφορά στην ποιότητα της κίνησης. Στην περίπτωση του Berg Balance test η μέτρηση είναι ποσοτική.

Βασική μέθοδο στην έρευνα αποτέλεσε η συστηματική παρατήρηση, η οποία επιβεβαιώνει τα αποτελέσματα της ανάλυσης των δεδομένων του τεστ.

Από τις πρώτες συναντήσεις παρατηρήθηκε ότι οι περισσότεροι ωφελούμενοι είχαν δυσκολία κυρίως σε δραστηριότητες στην όρθια στάση, που απαιτούσαν περισσότερη συνέργεια όλων των μυικών ομάδων του σώματος, στατικό έλεγχο και κινητικό διαχωρισμό. Δραστηριότητες σε θέση βηματισμού ή μονοποδικής ήταν ιδιαίτερα απαιτητικές για τους ωφελούμενους γεγονός που μας οδήγησε στην κατάστρωση ενός εκπαιδευτικού πλάνου των συναντήσεων με έμφαση σε δεξιότητες ισορροπίας.

Κατά την διαδικασία και στο τέλος των συναντήσεων παρατηρήθηκε βελτίωση στον κινητικό έλεγχο των δραστηριοτήτων. Εξασκήθηκαν στη συνεργασία ιδιοδεκτικότητας και κιναισθησίας (κινητική νοημοσύνη), σε συνδυασμό με κινητικό αυτοσχδιασμό. Μέσα από τις κινητικές δεξιότητες ανέπτυξαν τον κινητικό διαχωρισμό άνω και κάτω άκρων ωμικής ζώνης/λεκάνης, δεξιάς-αριστερής πλευράς καθώς και στη συμμετρική κατανομή βάρους. Οι ισορροπιστικές αντιδράσεις με την ισοτονική και ισομετρική άσκηση ανταγωνιστικών μυικών ομάδων μέσα από τις δραστηριότητες των γλυπτών βοήθησαν στη βελτίωση του στατικού ελέγχου καθώς και στην αύξηση της ποικιλίας κινητικών αντιδράσεων μετά από ερέθισμα.

Επίσης η παρατήρηση έδειξε ότι όσο αφορά την λεπτή κινητικότητα οι δραστηριότητες είχε επίδραση :

- Στον συντονισμό άνω άκρων
- Στον οπτικοκινητικό συντονισμό
- Στην αντίληψη (σε μικρότερο βαθμό)
- Στη σωματογνωσία
- Στον προσανατολισμό στο χώρο

Στο τέλος κάθε μέρας οι ωφελούμενοι κατάφεραν να εκτελέσουν την αναπαράσταση μιας κίνησης έχοντας ροή και φτιάχνοντας μια χορογραφία. δεδομένης της δυσκολίας κατανόησης παραγγελμάτων, οι κινήσεις εκτελέστηκαν αρχικά από την «επιβλέπουσα». Η μίμηση προτύπου αποτέλεσε ένα εργαλείο πολύ βοηθητικό στην εξέλιξη όλων των συναντήσεων. Εξασκήθηκαν με συχνές επαναλήψεις γεγονός που οδήγησε στην αφομοίωση των κινητικών δεξιοτήτων. Σε επόμενες συναντήσεις και έχοντας αφομοιώσει μέρος ή όλες τις κινητικές δεξιότητες κατάφεραν και δημιούργησαν τη δική τους ιστορία, την οποία μπόρεσαν να χορέψουν.

#### Ανάλυση αποτελεσμάτων Λόγου

Από το γράφημα 5 διαπιστώνουμε ότι οι ωφελούμενοι κατά τη διάρκεια των συναντήσεων κατάφεραν να βελτιώσουν τον εκφραστικό και τον περιγραφικό τους λόγο. Στην πρώτη μέτρηση η επίδοση των ωφελούμενων κυμαίνεται από 20 έως 133 μονάδες. Από αυτούς οι οκτώ σημείωσαν επίδοση πάνω από 100 μονάδες και οι υπόλοιπες βαθμολογίες κυμάνθηκαν από 20 έως 94. Στην δεύτερη μέτρηση η βαθμολογία εμφανώς βελτιωμένη κυμαίνεται από 50 έως 137 μονάδες. Από αυτούς τα δέκα άτομα πέτυχαν βαθμολογία πάνω από 100 μονάδες και οι υπόλοιποι από 50 έως 92. Συνολικά μόνο ένας κατάφερε την άριστη βαθμολογία 137, εννέα είχαν βαθμολογία πάνω από 100 και 6 είχαν βαθμολογία από 50 έως 102.

Στο γράφημα 7 «Γλωσσικές δεξιότητες διαφορά επίδοσης ωφελούμενων %» διαπιστώθηκε επίσης όπως και στο Berg Balance test, βελτίωση η οποία έχει ένα πολύ μεγάλο εύρος (κυμαίνεται από 0% έως 150%). Στις περισσότερες από τις επιδόσεις της υπό διερεύνηση δεξιότητας κυμάνθηκε κάτω του 20% και σε μια τα αποτελέσματα παρέμειναν σταθερά. Αυτό οφείλετε στο ότι οι ωφελούμενοι δεν ανήκουν στο ίδιο είδος συνδρόμου Down (Τυπική Τρισωμία 21, Μωσαϊκισμός, Μετάθεση) κυρίως όμως δεν έχουν το ίδιο επίπεδο φυσικής, και νοητικής ανάπτυξης. Η πρόσληψη και αφομοίωση της μαθησιακής εκπαίδευσης εξαρτάται από το δυναμικό που έχει το κάθε άτομο ως φυσική, βιολογική, νοητική οντότητα.

Στο Γράφημα 8 «Γλωσσικές δεξιότητες διαφορά επιδόσεων ανά φύλο» όπου παρατηρούμε τη διαφορά επιδόσεων % ανά φύλο, η απόδοση των γυναικών στην 1<sup>η</sup> μέτρηση

εκκινεί από ελαφρά ψηλότερες επιδόσεις από αυτές των ανδρών ενώ των ανδρών εκκινεί από χαμηλότερες επιδόσεις από αυτές των γυναικών (η διαφορά αυτή είναι μικρότερη από αυτήν που παρατηρήθηκε στο Berg Balance test της κίνησης). Η επί τοις εκατό βελτίωση (% διαφορά 1<sup>ης</sup> και 2<sup>ης</sup> μέτρησης) των γυναικών στο test Λογοθεραπείας είναι μεγαλύτερη από αυτή των ανδρών. Στο γλωσσικό τεστ, διαφορετικά από αυτό που παρατηρήθηκε στο Berg balance test της κίνησης, φαίνεται ότι η πιο ψηλή απόδοση δεν επιδρά στο περιθώριο της βελτίωσης.

Η διαδικασία της καταγραφής των παρατηρήσεων ως επικουρική τεχνική συλλογής δεδομένων και στη συνέχεια η επεξεργασία και ερμηνεία των δεδομένων της άμεσης, δική μας παρατήρηση, μας επέτρεψε να αντλήσουμε εξαιρετικά ενδιαφέρουσες πληροφορίες για το θέμα ώστε να αναπροσαρμόσουμε τον σχεδιασμό του προγράμματος και να επιβεβαιώσουμε τα αποτελέσματα του τεστ. Οι περισσότεροι ωφελούμενοι είχαν δυσκολία έκφρασης λόγω φτωχού λεξιλογίου ενώ κάποιοι ήταν κατανοητοί με δυσκολία λόγω της προβλημάτων στην άρθρωση. Γι αυτό δόθηκε έμφαση στην περιγραφή εικόνων καθώς και στη σύνθεση ποιημάτων και ιστοριών κατά την οργάνωση των δραστηριοτήτων της παρέμβασης. Οι διπλές εντολές δυσκόλευαν τους περισσότερους για αυτό και περιοριστήκαμε σε απλές δεξιότητες λόγω χωρίς συνδυασμό πολλών και διαφορετικών σύνθετων εντολών. Στη συνέχεια κι ενώ χρησιμοποιούσαν λάθος λέξεις μπόρεσαν να αφομοιώσουν τις καινούριες ορθές όταν τις έκαναν ταύτιση με εικόνα.

Με το πέρασμα των ημερών οι μετέχοντες απέκτησαν αισθήματα ευχαρίστησης και ικανοποίησης δεδομένου ότι ενδυναμώθηκαν οι μεταξύ τους σχέσεις, επικοινωνήσαν και ανέπτυξαν οικειότητα με την με την ερευνήτρια και μπόρεσαν να εκφραστούν δημιουργικά και με μεγαλύτερη διάθεση.

Κατάφεραν να χρησιμοποιήσουν απλές αλλά πιο ολοκληρωμένες προτάσεις. Τα γραμματικά τους και συντακτικά τους λάθη δεν βελτιώθηκαν δεδομένου ότι το πρόγραμμα της παρέμβασης δεν συμπεριέλαβε αυτούς τους στόχους. Μέσα από τη συγγραφή ιστοριών και παραμυθιών πέτυχαν να ξαναθυμηθούν κατηγορίες λέξεων όπως πρόσωπα, ζώα, πράγματα και με ρυθμό διαφορετικό για το κάθε παιδί κατάφεραν να σχηματίζουν περισσότερες προτάσεις με τη χρήση ρημάτων.

Στόχος μας ήταν να συγκεκριμενοποιήσουμε την συμπεριφορά των ωφελούμενων τόσο σε επίπεδο κίνησης όσο και σε επίπεδο της επικοινωνίας και της μεταξύ τους σχέσεις.

Όλες οι δραστηριότητες της διαδικασίας που χρησιμοποιήθηκαν κατά τη διάρκεια του προγράμματος είχαν επίδραση στην επικοινωνία και τον λόγο των ωφελούμενων, και από την άμεση ανταπόκριση σε κάθε παράγγελμα παρατηρήθηκε βελτίωση στην κατανόηση του λόγου.

Παρατηρήθηκε βελτίωση της χρήσης του προφορικού λόγου και αυτό ήταν ιδιαίτερα εμφανές στην αρχή και στο τέλος των συναντήσεων όπου οι ωφελούμενοι εμφάνιζαν έντονη διάθεση για επικοινωνία, πολλές φορές με συζητήσεις από προσωπικές τους εμπειρίες.

Ξεπέρασαν τις δυσκολίες που περιόριζαν την έκφρασή τους και έδειξαν ιδιαίτερη προτίμηση στην περιγραφή των συναισθημάτων και σκέψεων τους. Οι συναντήσεις είχαν θετική επίδραση στη συνεργατικότητα μεταξύ των ωφελούμενων με αποτέλεσμα να επικοινωνούν αποτελεσματικότερα μεταξύ τους σε επίπεδο φιλικό.

Κατά τη διάρκεια των συναντήσεων καλλιεργήθηκε η δημιουργική τους έκφραση, άρχισαν να ακούν και να εκφράζουν τις απόψεις τους με περισσότερη σαφήνεια, να βελτιώνουν, λίγο ή περισσότερο, τον λόγο τους και καταφέραμε να λειτουργούμε σαν μία ομάδα. Μέσα από τις δραστηριότητες πέτυχαν:

- Βελτίωση στις σχέσεις και την επικοινωνία
- Ανταλλαγή σκέψεων σε ασφαλές περιβάλλον
- Έκφραση και αποκάλυψη των προσωπικών τους χαρακτηριστικών, των αδυναμιών και των δυνατοτήτων του.
- Το να είναι ορατοί, να ακούγονται, να κατανοούνται και vice versa -να βλέπουν τον άλλον να τον ακούν, να τον κατανοούν.

Επιπρόσθετα οι δραστηριότητες της διαδικασίας που χρησιμοποιήθηκαν κατά τη διάρκεια του προγράμματος είχαν επίδραση στο ψυχολογικό επίπεδο των ωφελούμενων. Κατάφεραν να αναγνωρίσουν την αξία τους και τις δυνατότητές τους και να αναπτύξουν αισθήματα αυτοεκτίμησης, αυτοεπίγνωσης και αυτοαποδοχής.

Η δημιουργική – ελεύθερη έκφραση (σωματική και λεκτική) η κατάργηση σωστού - λάθους προσέφερε αισθήματα χαράς ευχαρίστησης, τους έκανε περισσότερο ενεργούς.

## Συμπεράσματα της έρευνας και Προτάσεις

Σε επίπεδο προσωπικής εμπειρίας η διαδικασία της έρευνας με τους ενήλικες μέλη του Συλλόγου Συνδρόμου Down Ελλάδος, Θεσσαλονίκης ήταν μια παραγωγική και τελεσφόρος συγγραφική πρακτική. Μαζί δουλέψαμε, περάσαμε όμορφα, γελάσαμε, χορέψαμε, ασκηθήκαμε. Πάνω από όλα γίναμε μια ομάδα. Νιώθω ότι απόκτησα καινούριους πολύτιμους φίλους που μέσα από τις λέξεις τους, μέσα από το βλέμμα τους βοήθησαν στην ολοκλήρωση αυτών των συναντήσεων με τρόπο δημιουργικό και αποδοτικό.

Παραθέτουμε τα κυριότερα συμπεράσματα από τη μελέτη μας. Στην παρούσα εργασία, επικυρώνεται πρακτικά η σύζευξη της Δημιουργικής γραφής με το χοροθέατρο σε μια αρμονική συνύπαρξη η οποία δημιουργεί έναν νέο τόπο όπου μπορεί να ευοδώσει η προσπάθεια σύνδεσης των κινητικών, του λόγου και επικοινωνιακών αναγκών ενός ενήλικα με σύνδρομο Down με τα οφέλη που μπορούν να κερδηθούν από τη συμμετοχή του σε πρόγραμμα δημιουργικής γραφής σε συνδυασμό με το χοροθέατρο. Οι μετέχοντες δημιουργούσαν μια αρχική «κειμενική κατασκευή», και με τη βοήθεια της συζήτησης και της σωματικής εκφραστικής δράσης οδηγούνταν στην «δημιουργία του δικού τους κειμένου, χρησιμοποιώντας συνειδητά ή ασυνείδητα προσωπικές εμπειρίες και συναισθηματικά βιώματα. (Κωτόπουλος, 2016, σ. 356).

Όλες οι δραστηριότητες της διαδικασίας που χρησιμοποιήθηκαν κατά τη διάρκεια του προγράμματος είχαν επίδραση στις κινητικές δεξιότητες των ωφελούμενων, στην κατανόηση του λόγου, και τη βελτίωση της χρήσης του προφορικού λόγου συνέβαλαν στο άνοιγμα για την περιγραφή των συναισθημάτων και σκέψεων τους.

Στα ευρήματα της έρευνας διαπιστώθηκε μικρή βελτίωση σε αρκετές από τις, υπό διερεύνηση, δεξιότητες και σε κάποιες τα αποτελέσματα παρέμειναν σταθερά. Οι δραστηριότητες Δημιουργικής Γραφής του προγράμματος τους βοήθησε να μαθαίνουν να επικοινωνούν αποτελεσματικότερα, να ακούν και να εκφράζουν τις απόψεις τους με περισσότερη σαφήνεια, να βελτιώνουν, λίγο ή περισσότερο, τον λόγο τους. Η δημιουργία της ομάδας, οι σχέσεις και η επικοινωνία που αναπτύχθηκαν στο πλαίσιο της λειτουργίας της, η ανταλλαγή σκέψεων των μετεχόντων δημιούργησε ένα ασφαλές περιβάλλον για έκφραση και αποκάλυψη των προσωπικών τους χαρακτηριστικών, των αδυναμιών και των δυνατοτήτων του. Τα αποτελέσματα αυτά επιβεβαιώνονται και από άλλες έρευνες. Σύμφωνα με την έρευνα, «DAS| εισαγωγής προγράμματος χοροθεάτρου στην εκπαίδευση», «Από το χοροθεατρικό αυτοσχεδιασμό στη δημιουργική γραφή» η χοροθεατρική αγωγή σε αλληλεπίδραση με τη δημιουργική γραφή

συμβάλλει στην προσωπική ανάπτυξη, καλλιτεχνική έκφραση και συνεργατική στάση των παιδιών, αποτελεί επίσης σημαντική εκπαιδευτική προσέγγιση στο πλαίσιο της αποδοχής των μαθητών ΑμεΑ, αλλοδαπών ή χαμηλής σχολικής απόδοσης από τους υπόλοιπους μαθητές του σχολείου καθώς στο πλαίσιο του προγράμματος DAS τα παιδιά από τις συγκεκριμένες ομάδες μπορούσαν να εκφράσουν το δυναμικό τους καλύτερα από ότι στο απαιτητικό πλαίσιο των υπόλοιπων μαθημάτων. (Γαλάνη 2016, 2017). Το να είσαι ορατός, να ακούγεται, να κατανοείται και vice versa -να βλέπεις τον άλλον να τον ακούς, να τον κατανοείς- μπορεί να βοηθήσει κάποιον να αναγνωρίσει την αξία του και τις δυνατότητές του να ενισχύσει την αυτοεκτίμηση, αυτοεπίγνωση και αυτοαποδοχή. Το χαλαρό, φιλικό κλίμα της ομάδας, η δημιουργική – ελεύθερη έκφραση (σωματική και λεκτική) και η κατάργηση σωστού - λάθους προσέφερε στους μετέχοντες αισθήματα χαράς και ευχαρίστησης, καθιστώντας τους περισσότερο ενεργούς. Παρότι η μελέτη δεν στοχεύει στην γενίκευση των αποτελεσμάτων, καθώς το δείγμα της είναι ολιγάριθμο και ο χρόνος διάρκειας της παρέμβασης μικρός (έρευνά μας θα έδινε πιθανά περισσότερα αποτελέσματα στην περίπτωση περισσότερων και συχνότερων συναντήσεων λόγω της περιορισμένης βραχύχρονης μνήμης των ωφελούμενων) ωστόσο μας δόθηκε η δυνατότητα να εντοπίσουμε αξιοσημείωτα αποτελέσματα ώστε να προτείνουμε τη λειτουργία τέτοιων προγραμμάτων καθώς και την έρευνα με μεγαλύτερης διάρκειας παρέμβαση, τουλάχιστον 24 συναντήσεων με μεγαλύτερο δείγμα.

Ολοκληρώνοντας, πρέπει να τονιστεί ότι είναι αναγκαία η περαιτέρω έρευνα στο θέμα «Δημιουργική Γραφή και χοροθέατρο ως μέσο ανάπτυξης κινητικών δεξιοτήτων, επικοινωνίας και λόγου» προκειμένου να υπάρξουν προτάσεις εφαρμογής ερευνών σε διαφορετικά περιβάλλοντα (μη τυπικής, τυπικής εκπαίδευσης, ειδικής αγωγής κλπ) και σε διαφορετικές ηλικίες. για μεγαλύτερο διάστημα και με περισσότερες συναντήσεις παρέμβασης. Να επιλεχθούν κατάλληλα εργαλεία αξιολόγησης κινητικών και γλωσσικών δεξιοτήτων τα οποία εμπεριέχουν και καταμετρούν περισσότερες παραμέτρους.



## ΜΕΡΟΣ Γ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΟ ΤΜΗΜΑ ΤΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Αφορά τη δημιουργική απόδοση των συναισθημάτων και των σκέψεων που προκάλεσαν οι συναντήσεις αυτές στη γράφουσα.

### *ΚΟΙΤΑ ΝΑ ΜΑΘΑΙΝΕΙΣ!*

Για όλες τις φορές  
 που τα πρόσωπα  
 αποτύπωσαν στο βλέμμα  
 δυσπιστία..

Για όλες τις στιγμές  
 που οι σκέψεις  
 κολύπησαν  
 σε νερά ταραγμένα,  
 θυελλώδη,  
 ανήλια, γεμάτα τρικυμίες...

Για κάθε λέξη  
 που θέλησε την ύπαρξη να κρύψει..

Για κάθε σύννεφο,  
 που θέλησε  
 για τα σκοτάδια να μας πείσει ...

Για κάθε δικαίωμα που δεν αναγνωρίστηκε...

Για κάθε " δεν μπορείς" ..

Για κάθε " δεν γίνεται" ..

Για κάθε " είναι δύσκολο" ..

Για τις λέξεις τις ανείπωτες  
 που την καρδιά ματώσαν..

Για όλες τις ματιές τις λυπημένες,  
 που το βλέμμα θέλησαν να κρύψουν...

Για τις σκέψεις που στέκουν φυλακισμένες ..

Κοίτα να μαθαίνεις!

Κοίτα να μαθαίνεις!

Κοίτα!

τη ζωή που χτίσαμε...

Κοίτα!

τα δικαιώματα που κερδίσαμε..

Κοίτα,

κοίτα να μαθαίνεις!

Κοίτα να μαθαίνεις!

Όσα καταφέραμε..

Όσα κερδίσαμε..

Κοίτα να μαθαίνεις!

Από τους φίλους μας..

Από τους έρωτές μας..

Κοίτα να μαθαίνεις!

Όσα καταφέραμε!

Κοίτα να μαθαίνεις!

Όσα κερδίσαμε!

Κοίτα να μαθαίνεις!

Κοίτα να μαθαίνεις!

*Να ξαναγεννηθώ..*

Να ξαναγεννηθώ!

Από το ξύλο που φτιάχτηκα.

Αυτό που με τα χέρια τους, γνωστοί και άγνωστοι

Πελέκησαν

Και με έφτιαξαν.

Κι έγινα αυτό που είμαι τώρα.

Αυτό που αγαπώ.

Και μισώ ταυτόχρονα.

Να ξαναγεννηθώ.

Μέσα από τις στάχτες της φωτιάς μου.

Της φωτιάς που κήκα.

και έκαψα

ότι αγάπησα  
κι ότι ίσως  
ποτέ δεν αγαπήσω.  
Να ξαναγεννηθώ.  
Και να φτιάξω μονοπάτι.  
Να ταξιδέψω.  
Σε μέρη αλλοτινά.  
Σε μέρη άγνωστα.  
Να βρω την αγάπη.  
Και τον έρωτα που για αυτόν γεννήθηκα.

Από ξύλο φτιάχτηκα.  
Και δίπλα μου μια καλή νεράιδα.  
Πάντα.  
Φύλακας άγγελος και οδηγός.  
Φως στους δρόμους τους σκοτεινούς.  
Αγκαλιά στις μέρες τις μοναχικές.  
Με φροντίδα κι αγάπη  
Με βοήθησε να μεγαλώσω και να δω τα λάθη μου,  
τα ψέματά μου,  
τις ενοχές μου.  
Να ξαναγεννηθώ.  
Μόνο που για να γίνει αυτό  
Να ταξιδέψω πρέπει.  
Βαθιά  
Στα της ψυχής μου άδυτα.  
Κι ακόμα πιο βαθιά  
Να ψάξω αυτό που είμαι τώρα.  
Να με γνωρίσω και να με γεννήσω  
Ξανά από την αρχή.  
Το ξέρω πως είναι μακρύς ο δρόμος να φτάσω στην Ιθάκη μου!  
Ανηφόρες  
Κατηφόρες θα περάσω.

Σε απόκρημνους γκρεμούς  
Από ότι βρω μπροστά μου θα πιαστώ  
Μη και της ισορροπίας τα νερά ταράζω.  
Το τρίτο μάτι θα γίνω εγώ στο παραμύθι της ζωής μου αυτό.  
Θα περάσω μπροστά από τα κάστρα που έφτιαχνα μικρή στην άμμο πάνω.  
Κι από τις σπηλιές τις σκοτεινές  
Που μου μάθαιναν γρίφους άλυτους να λύνω.  
Θα δω της μάνας μου την αγκαλιά  
Να περιμένει  
Ανοιχτή  
Μέσα της να χωθώ.  
Και του πατέρα τις λέξεις τις στοργικές  
Που μ' ανέβαζαν ψηλά στα σύννεφα  
Σαν να 'μουν κάτι το μοναδικό.  
Θα δω τα χέρια τα αδελφικά  
Που στα χέρια με κράτησαν  
Σα να 'μουν πολύτιμο πετράδι.  
Και του κλέφτη έρωτα τα χέρια θα δω.  
Κάθε φορά που ψηλά με σηκώναν  
Και πλημμύριζα  
Ενθουσιασμό  
Καρδιοχτύπι.  
Και τα δάκρυα τα πρώτα θα δω.  
Αυτά που από τα μάτια μου κύλησαν  
Τότε που το πρόσωπο της απογοήτευσης  
Για πρώτη φορά συνάντησα.  
Κορίτσι εγώ μικρό, τα' βλεπα όλα όμορφα,  
τραγούδησα τον έρωτα,  
τον ακούσαν τα πουλιά,  
τον ακούσαν τα λουλούδια,  
όλη η φύση το τραγούδησε το τραγούδι του έρωτά μου.  
Τί περίεργο ταξίδι το ταξίδι αυτό!  
Συνάντησα τρικυμίες,

θάλασσες ταραγμένες,  
θάλασσες απάνεμες,  
λιμάνια εξωτικά,  
μέρη με χρώματα,  
του ήλιου τα χρώματα ζωγραφισμένα.  
Και θα πάω στα μέρη αυτής της πόλης,  
της πιο πολύ από όλες αγαπημένη,  
δίπλα, εκεί στον Άρνο ποταμό,  
εκεί που το ποτάμι αγκαλιάζει τα σύννεφα και γίνεται ένα.  
Ένα τοπίο με τα χρώματα από τα σπίτια να φεγγίζουν πάνω στο ποτάμι,  
κι εγώ εκεί, ανοίγω τα φτερά και πετώ.  
Ω! της ζωής μου ταξίδι μοναδικό!  
Πόσα μέρη  
Πόσα πρόσωπα τα μάτια αντικρύσανε.  
Ω! της ζωής μου ταξίδι μοναδικό.  
Πόσα εσύ μου έμαθες.  
Και πόσα ακόμη μου μαθαίνεις.  
Κατεβαίνω τη σκάλα της ψυχής.  
Αργά προχωράω  
Προσεκτικά.  
Διστακτικά.  
Μη ταράξω το απάνεμο λιμάνι της.  
Μη και δω αυτά που θέλω να ξεχάσω.  
Αγγελιοφόροι θα γίνουνε τραυμάτων  
Που να επουλώσω θέλω.  
Πως γίνεται λοιπόν Θεέ μου  
Να ξαναγεννηθώ.  
Μέσα από τα τραύματα  
Μιας ζωής ολόκληρης.  
Μέσα από τον πόνο τόσων ανθρώπων που  
Στα χέρια μου τα δυο  
Εμπιστεύτηκαν  
Οτι πολυτιμότερο είχαν.

Τον λόγο της ύπαρξής τους.  
 Αυτόν που όλοι μας σαν σε καθρέφτη  
 Αλλάζοντας ρόλους  
 Καμαρώνουμε.  
 Αγαπάμε.  
 Λατρεύουμε.  
 Ρόλους αλλάζουμε συχνά.  
 Μα του παιδιού  
 Της μάνας  
 Του πατέρα  
 Πιο σημαντικό  
 Θαρρώ πως δεν θα βρούμε  
 Σε ολάκερη τη ζήση.  
 Θα ξαναγεννηθώ  
 Ακόμη κι αν από τα δάκρυά μου καώ.

*Γενέθλια με τον παππού*

Στη Φωτεινή μου...

...Ήταν δεν ήταν ένα απόγευμα γιομάτο χιονονιφάδες. Όχι από αυτές που ζωγραφίζουν τα παιδιά τα Χριστούγεννα, αλλά από αυτές που παίρνουν όψεις αγαπημένες και κρατούν στην αγκαλιά τους, ότι θα μπορούσε να αγαπήσει πιότερο ο άνθρωπος. Τις λέξεις! Κι έτσι αγκαλιά όπως ήτανε, χόρευαν, χόρευαν ασταμάτητα κι αφήνανε τις λέξεις να μούνε μόνες τους σε σειρά Κι όλα τα παιδιά να τις κοιτάζουν με μάτια ανοιχτά...

-Αχ παππού τί ωραία που είναι η φωνή σου όταν μας λες παραμύθια, είπε η Σουλτάνα και χώθηκε μέσα στην αγκαλιά του μπάρμπα -Χρήστου όπως αποκαλούσαν όλοι τον παππού της. Μεγάλος παραμυθάς ο μπάρμπα -Χρήστος! Σχολείο δεν είχε τελειώσει, κι όμως ήταν τόσα πολλά αυτά που γνώριζε.

-Τελείωσα το σχολείο της ζωής, πάντα τους έλεγε προσπαθώντας να κρύψει τη λύπη του για το ανολοκλήρωτο όνειρό του, το σχολείο. Όμως παρόλο που η εποχή των παιδικών του χρόνων

τον ανάγκασε να δουλεύει από πολύ μικρός, ο μπάρμπα -Χρήστος κατάφερε μόνος του να γράφει και να διαβάζει. Τόνοι οι εγκυκλοπαίδειες που είχε στη βιβλιοθήκη του! Από ιστορικά, ιατρικά μέχρι και ποιήματα διάβαζε. Ποιήματα βέβαια έγραφε κι ο ίδιος! Όμορφα ποιήματα που δυστυχώς έμειναν αδιάβαστα και χαμένα για λόγους που σήμερα δεν θα σας πω.

Κι αυτό γιατί σήμερα είναι μια ξεχωριστή μέρα. Η βοσκούλα, όπως την έλεγε ο παππούς είχε τα γενέθλιά της και κάθε τέτοια μέρα ο μπάρμπα -Χρήστος της έκανε δώρο ένα παραμύθι γραμμένο όπως έλεγε με τις λέξεις της ψυχής και της καρδιάς του. Σήμερα η έκπληξη ήταν διπλή αφού στην παρέα τους ήρθε κι ο αγαπημένος της φίλος, ο Παυλίτος. Ποτέ δεν κατάλαβε η Σουλτάνα γιατί δεν πηγαίνουν στο ίδιο σχολείο αφού έχουν την ίδια ηλικία. Ποτέ δεν κατάλαβε γιατί ο φίλος της μιλούσε με διαφορετικό τρόπο. Δεν την ένοιαζε κ πολύ όμως γιατί οι δυο τους περνούσαν φανταστικά.

-Ο Παυλίτος σήμερα είναι λίγο ανυπόμονος παππού. Έχει πάρει θέση στο κιλίμι δίπλα στο τζάκι κ περιμένει.

-Ε ας μην τον αφήσουμε να περιμένει κι άλλο είπε με πονηρό χαμόγελο ο παππούς σαν να ετοίμαζε κάτι ξεχωριστό.

Πήραν λοιπόν όλα τα παιδιά της παρέας τη θέση τη γνωστή για να μπορέσει το παραμύθι επιτέλους να ξετυλιχτεί....

« Μια φορά κι έναν καιρό ήταν μια μεγάλη οικογένεια χρωμοσωμάτων.. Πολύτεκνη! Η μαμά, ο μπαμπάς και 44 παιδιά. Στην πραγματικότητα ήταν 22 ζευγαροπαίδια και ο μπαμπάς με τη μαμά. Και αυτό γιατί όλοι τους ζούσαν σε μικρές ομάδες των δύο μέσα στην πόλη ανθρώπινο σώμα, σ' ένα περίεργο σπίτι που το έλεγαν κύτταρο. Κάθε σώμα έχει πολλά τέτοια κύτταρα. Εκατομμύρια. Κάθε ομάδα είχε όνομα έναν αριθμό εκτός από τα δύο τελευταία που είχαν όνομα το χ και το γ. Ζούσαν πολύ ευτυχισμένα και δούλευαν πάρα πολύ όλοι τους. Τα χρωμοσώματα μάζευαν και κρατούσαν κάτι μικρούλκα ανθρωπάκια τα γονίδια και έτσι μπορούσαν να φροντίσουν για πολλά από τα χαρακτηριστικά που θα αποκτούσαν κατά τη διάρκεια μιας εγκυμοσύνης τα μωράκια. Για να γίνει αυτό χωρίζονταν για να βρουν στην συνέχεια άλλα χρωμοσώματα για να γίνουν ζευγάρι.

Μια μέρα, κι ενώ όλα τα χρωμοσώματα ήταν μαζεμένα σπίτι τους, ακούστηκε ένας πολύ έντονος θόρυβος. Σαν ήχος από γυαλί που σπάει. Παντού επικρατούσε μια αναταραχή που όμοιά της δεν έχει ζήσει κανένα χρωμόσωμα. Ο θόρυβος ήταν βαθύς, σαν να γκρεμίζονταν το σπίτι τους.

-Σεισμός! Σεισμός! Ακούγονταν δικαιολογημένα οι φωνές των χρωμοσωμάτων από τα άλλα σπιτάκια.

Ξαφνικά και ενώ όλοι προσπαθούσαν να διαχειριστούν τον τρόμο τους για όλα αυτά που εκτυλίσσονταν μπροστά στα μάτια τους, εμφανίστηκε μια ψηλή νεράιδα ντυμένη με πολύχρωμα ρούχα, η Ίρις. Η Ίρις κρατούσε στα χέρια της ένα ραβδί στολισμένο με κουδουνάκια. Μέσα του είχε μια περίεργη σκόνη που λαμπύριζε. Κάθε φορά που η νεράιδα κουνούσε το ραβδί της ακούγονταν ένα τραγουδάκι.

Με το ένα, με το δύο, με το τρία

Χρωμοσώματα ζεύγη 23

Με την χρωματόσκονη να λουστούν

Και νέα σπίτια θα φτιαχτούν.

Τα χρωμοσώματα αγαπούσαν πολύ τη νεράιδά τους. Κάθε φορά που την συναντούσαν τους έδινε υπέροχα δώρα και έπαιζαν πολλά ξεχωριστά παιχνίδια. Σήμερα όμως ήταν μια ‘άλλη μέρα. Η καλή νεράιδα δεν πρόσεξε ότι την παρακολουθούσε η Έρις.

Η Έριδα είναι μια νεράιδα άτακτη και κρατούσε στα χέρια της ένα ραβδί γεμάτο μαύρους σπόρους. Ήταν τόσο άτακτη που αναγκάστηκαν να την διώξουν από το κυτταροχωριό . Από τότε έγινε ορκισμένη εχθρός της Ίριδας. Την ζήλευε τόσο πολύ που δεν έχανε ευκαιρία να ρίχνει στον αέρα τους μαγικούς σπόρους της ώστε να προκαλέσει πόνο και θλίψη στην Ίριδα. Εμφανιζόταν ξαφνικά μπροστά της και προσπαθούσε να χαλάσει ότι έφτιαχνε η Νεράιδα.

-Χα! Για να δούμε τώρα πως θα τα καταφέρεις, μονολογούσε.

Έτσι και σήμερα. Εμφανίστηκε την ώρα που η Ίριδα έπαιζε με τα χρωμοσώματα. Ο θυμός της ήταν τόσο μεγάλος, που άρχισε να τους φυσάει με όλη της τη δύναμη. Το αποτέλεσμα ήταν τα χρωμοσώματα να φύγουν από τη θέση τους και να αιωρούνται σαν έρμια του αέρα που εκτόξευε από το στόμα της η κυρία άτακτη.

-Βοήθεια! Έχασα την σειρά μου! Φώναζε ένα χρωμόσωμα.

-Βοήθεια, σεισμός, φώναζε ένα άλλο.

Για λίγη ώρα επικρατούσε πανικός. Τα χρωμοσώματα δεν ήξεραν ποιος αποχωρίζεται ποιον. Ούτε κατάλαβαν μέσα σε όλη αυτή την αναταραχή το πως φτιάχτηκε το καινούριο σπίτι. Ίδιο με το δικό τους! Όλα τα χρωμοσώματα φοβήθηκαν πάρα πολύ. Όλα εκτός από ένα ζευγάρι πολύ ιδιαίτερο. Το ζευγάρι 21.

Τα χρωμοσώματα αυτά βρήκαν καταφύγιο το ένα στην αγκαλιά του άλλου. Έμοιαζαν σαν να υπήρχε ανάμεσά τους ένας μαγνήτης που τους κρατούσε αγκαλιασμένους.

Κι έτσι αγκαλιασμένοι όπως ήταν, ξεκίνησαν για το μεγάλο ταξίδι της αναπαραγωγής. Ξέχασαν όμως ότι έπρεπε να αποχωριστούν. Πως μπορούσαν να το θυμηθούν άλλωστε με όλα αυτά που συνέβησαν. Κατάλαβαν το λάθος τους όταν στον δρόμο συνάντησαν το καινούριο τους ταίρι και από δύο έγιναν τρία. Μάταια προσπάθησαν να αλλάξουν τα πράγματα. Ο χρόνος



δεν μπορούσε να γυρίσει πίσω. Έτσι το πήραν απόφαση ότι θα ζούσαν και τα τρία μαζί. Στην πραγματικότητα αυτή η αλλαγή τους άρεσε γιατί από την αρχή δεν ήθελαν να αποχωριστούν.

Όλοι τους πείραζαν και τους έλεγαν « η παρέα με την τρισωμία». Τα τρία χρωμοσώματα όμως ήταν τόσο πολύ χαρούμενα, που καθόλου δεν έδιναν σημασία στο τί έλεγαν οι άλλοι. Μια φορά μάλιστα σε μια οικογενειακή φωτογραφία, τον καρυότυπο, ήταν τόσο εμφανής η χαρά τους. Όλα τα χρωμοσώματα σκυθρωπά και μόνο αυτά γελούσαν.

Και έτσι κύλησε ο καιρός με τους τρεις φίλους να ζουν απίθανες στιγμές γεμάτες γέλια, μουσική, χορό και τραγούδι. Κι όσο αυτά διασκέδαζαν το ταξίδι της αναπαραγωγής έφτασε στο τέλος του και στα χέρια της οικογένειας ήρθε ο Παυλίτος. Ο Παυλίτος είναι ξανθούλης, πονηρούλης και πολύ όμορφος. Τα στρόγγυλα ματάκια του συμπληρώνουν σαν ζωγραφιά το προσωπάκι του που το χαρακτηρίζει η μικρή μύτη, το μικρό στόμα και η λίγο μεγαλύτερη γλωσσίτσα. Ο Παυλίτος είναι ένα παιδί διαφορετικό. Έχει στο DNA του την ομάδα με τα τρία χρωμοσώματα<sup>21</sup>. Ο μαιευτήρας είπε στους γονείς ότι είναι παιδί με σύνδρομο Down. Μπορεί να μην τον έλεγαν Παυλίτο και να το έλεγαν Αναστάση ή Στυλιανό, μπορεί να ήταν κορίτσι και να το έλεγαν Αννούλα ή Φωτεινούλα. Όπως και να το λένε, το σίγουρο είναι ότι είναι ένα παιδί διαφορετικό αλλά συγχρόνως ένα παιδί σαν όλα τ' άλλα. Με τις ίδιες ανάγκες και με την ίδια όρεξη να αγαπήσει και να αγαπηθεί. Μεταξύ μας; Μάλλον έχει μεγαλύτερη όρεξη για αγάπη. Είναι πάντα γελαστός, παιχνιδιάρης, χωρίς να τσιγκουνεύεται φιλιά και αγκαλιές.

Από την πρώτη μέρα της ζωής του ο Παυλίτος προσπαθεί καθημερινά για να αποκτήσει μια ουσιαστική θέση στην κοινωνία. Μια προσπάθεια που δεν θα μπορούσε να γίνει χωρίς την βοήθεια των πιο δικών του ανθρώπων. Του μπαμπά του και της μαμάς του. Θα περπατήσει και θα μιλήσει πιο αργά σε σχέση με τα συνομήλικα παιδιά. Θα δυσκολευτεί στη γραφή και στην ανάγνωση. Οι δυσκολίες θα φοράν τα πιο πολύπλοκά τους ρούχα για κάθε καινούριο στόχο του μικρού μας φίλου. Όσο για αυτό το τριπλό χρωμόσωμα, θα γίνει το άλλο μισό του Παυλίτου. Ντυμένοι με τα χρώματα της δύναμης, της επιμονής, της υπομονής και της αποφασιστικότητας και αγκαλιά με το πείσμα που τους χαρακτηρίζει, θα κατακτήσουν κάθε μικρό και μεγάλο αγώνα σε τούτη τη ζωή. Μαζί θα καταφέρουν να κάνουν τα αδύνατα δυνατά. Μαζί θα βγουν στο τέλος μπροστά για να βροντοφωνάξουν ένα δυνατό μπορώ. Δύσκολα και με τον τρόπο μου αλλά μπορώ να τα καταφέρω και θα τα καταφέρω!.... »

Μόλις τελείωσε την αφήγηση ο παππούς, στο δωμάτιο δίπλα στο τζάκι το μόνο που μπορούσε κανείς να ακούσει ήταν η σιωπή.

Πόσο δυνατή μπορεί να γίνει καμιά φορά η σιωπή!

Και τα παιδιά αμίλητα και ακούνητα έμειναν να θωρούν το φωτεινό προσωπάκι του φίλου τους, που δεν μπορούσε να τους μιλήσει, κι όμως έλεγε τόσα πολλά.

Η σιωπή έσπασε με την περήφανη φωνή της Σουλτάνας.

-Ωωω παππού ήταν το ωραιότερο δώρο που θα μπορούσες να κάνεις για τα γενέθλια μου!

-Αυτός παιδιά, είπε στους φίλους της, είναι ο παππούς μου και η ιστορία που μόλις ακούσατε είναι η ιστορία του αγαπημένου μας φίλου.

-Συγκινήθηκα!

-Πόσο σε ευχαριστώ!

-Πόσο σ' αγαπώ παππού!

-Κι εγώ σ' αγαπώ βοσκούλα μου. Ώρα όμως για να σβήσεις τα κεράκια σου.

Κι εκείνος, όσο περιμένανε τη μαμά και τον μπαμπά να φέρουν την τούρτα, χαρούμενος έδινε τις δικές του ξεχωριστές ευχές για τα γενέθλια της εγγόνας του.

-Η ΣΟΥΛΑ Η ΒΟΣΚΟΥΛΑ  
ΤΑ ΓΕΝΕΘΛΙΑ ΤΗΣ ΕΧΕΙ  
ΚΙ ΑΠ'ΤΗ ΧΑΡΑ ΤΗΣ ΤΗΝ ΠΟΛΥ  
ΣΑΝ ΤΟ ΖΑΡΚΑΔΙ ΤΡΕΧΕΙ

ΟΛΟΥΣ ΜΑΣ ΕΧΑΙΡΕΤΗΣΕ  
ΜΑΣ ΦΙΛΗΣΕ ΤΟ ΧΕΡΙ  
ΚΑΙ ΜΕΙΣ ΤΗΣ ΕΦΩΝΑΞΑΜΕ  
ΜΙΚΡΟ ΜΑΣ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙ

ΚΑΙ Ο ΠΑΠΠΟΥΣ ΤΗΣ ΕΥΧΕΤΑΙ  
ΧΡΟΝΙΑ ΠΟΛΛΑ ΝΑ ΖΗΣΕΙ  
ΤΟ ΓΕΛΙΟ ΑΠ'ΤΑ ΧΕΙΛΗ ΤΗΣ  
ΠΟΤΕ ΝΑ ΜΗΝ ΤΗΣ ΣΒΗΣΕΙ

ΧΠ

### Φωτεινή

Κοντά μου σε κρατάω ζωή  
Χεράκι μικρό κι αγαπημένο

Εσύ για πάντα της καρδιάς μου πνοή  
κι ας γεννήθηκες από σώμα ξένο

Σε πήρα στα χέρια μου πρώτη φορά  
Κι όταν τα μάτια σου αντίκρισα  
Ένωσα την καρδιά να χτυπά σφοδρά  
Κι όλο το βράδυ για σε ξαγρύπνησα.

Ποτέ μου δεν κατάλαβα τα χέρια  
Που μπόρεσαν και σ'άφησαν μονάχη  
Χωρίς φροντίδα ούτε καν εν τάχει  
Εκεί για τρία καλοκαίρια  
Τις χειμωνιές σου μόνη να ζεσταίνεις.  
Σε δωμάτια άχρωμα βουβαίνεις  
Τώρα μαζί μου μένεις  
Κι όλα τ'άσχημα είναι περασμένα  
Και τα χέρια μας πάντα ενωμένα

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. Αραβαντινού Β. & Γεωργιτσάκη Μ. & Μπράχο Ε., Αξιολόγηση προφορικού λόγου στα παιδιά με σύνδρομο Down, 2019
2. Bambang Suharto, A.W., 2022, pp. 168-169.
3. Vicari, Caselli, Gagliardi, Tonucci, & Volterra, 2002.
4. (Γκουτζιαμάνη-Σωτηριάδη, 1993).
5. Stray-Gundersen, 1995.
6. Thompson & Thompson, Ιατρική Γενετική, Πανεπιστημιακές εκδόσεις Κρήτης, 1992, σελ.249-253.
7. American Association for Clinical Chemistry, 2012.
8. Croce, 1990.
9. Ζεϊμπέκη φ. , πτυχιακή εργασία, Σύνδρομο Down-Μελέτη περιστατικών και ο ρόλος της λογοθεραπευτικής παρέμβασης σε άτομα με τρισωμία 21, Ιωάννινα 2012.
10. Rynders & Horrobin, 1996.
11. Τσιρλίδη Ε., μεταπτυχιακή εργασία, Κινητικές και αντιληπτικές δεξιότητες παιδιών με σύνδρομο Down, Θεσσαλονίκη, 2014.
12. Cole M. & Cole S. R., μετ. Σόλμαν Μ., η ανάπτυξη των παιδιών, τυπωθήτω, 2000).
13. Illingworth R. το φυσιολογικό παιδί, μετ. Αθανασιάδης Δ. , Επιστημονικές εκδόσεις Γρ. Παρισιάνος, 1990).
14. Γεωργοπούλου-Καρόκη Α. & Καραγιάννης Π. , Αξιολόγηση λόγου και ομιλίας με βάση το μοντέλο Stackhouse & Wells σε ενήλικες με σύνδρομο Down, Πάτρα, 2017).
15. Karen Stray-Gundersen, Babies with Down Syndrome, Woodbine House, 1995.
16. Jean A. Rondal PhD, DLing Alberto Rasore-Quartino MD Salvatore Soresi DPsy Adult with Down Syndrome. A new challenge for society. (American Association for Clinical Chemistry, 2012 (Croce, 1990)
17. Καμπανάου Ουρανία & Αναγνωστάκου Καλλιόπη, πτυχιακή εργασία «το σύνδρομο down και η εξέλιξή του, από τη παιδική ηλικία έως την ενηλικίωση του ατόμου και περαιτέρω. σύγχρονη νοσηλευτική προσέγγιση, σπουδαστές: Πάτρα, 2021.
18. Δαραής, 2002.
19. Mark Selikowitz, The facts, Oxford university press, 1997.
20. Maryanne Bruni, Fine motor skills in children with Down Syndrome, BSc OT, Woodbine House, 1998.
21. Patricia C. Winders, P.T, Gross motor skills in children with Down Syndrome, Woodbine House 1997.
22. Κοντάκης Α., κινητικός έλεγχος, 2002. σελ. 291-297.
23. Anne Shumway-Cook & Marjorie Woollacott, Σιώκης, 2000.
24. Τσιρλίδη Ειρήνη, Μεταπτυχιακή εργασία, κινητικές και αντιληπτικές δεξιότητες παιδιών με σύνδρομο down).
25. Libby Kumin, Ph. D, CCC-SLP, Communication skills in children with Down Syndrome, Woodbine House ,1994.
26. Παριντάς Νικόλαος , Γλωσσική ανάπτυξη των παιδιών με σύνδρομο down και σύγκριση με τα φυσιολογικά παιδιά, Ιωάννινα 2015.
27. Callahue Ozmun, 1995.
28. Debra Rose, κινητική μάθηση και κινητικός έλεγχος, university studio press, 1998.
29. Kumin, 1994.

30. Κωτόπουλος, Η. Τ. , , Η «νομιμοποίηση» της Δημιουργικής Γραφής, Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα 2012.
31. Γρόσδος σ. , Δημιουργικότητα & δημιουργική Γραφή στην εκπαίδευση, , εκδόσεις πανεπιστημίου Μακεδονίας, 2014.
32. Τσαρουχάς Ν.-Θ. (2021). Η δημιουργική γραφή στην εκπαίδευση: πεδία εφαρμογών, τρόποι δράσεων και σύγχρονες-καινοτόμες εκπαιδευτικές πρακτικές. Πανελλήνιο Συνέδριο Επιστημών Εκπαίδευσης, 1(1), 137–145. <https://doi.org/10.12681/edusc.3378>
33. Σουλιώτης, Μ. , Αλφαβητάριο για την ποίηση. Θεσσαλονίκη: Δεδούση, 1995.
34. Κωτόπουλος, Τ. (2014). Πράξη και διδασκαλία της «Δημιουργικής Γραφής» στη σύγχρονη ελληνική πραγματικότητα, Πρακτικά Ε' Επιστημονικού Συνεδρίου Συνέχειες, ασυνέχειες, ρήξεις στον ελληνικό κόσμο (1204- 2014), οικονομία, κοινωνία, ιστορία, λογοτεχνία, Ευρωπαϊκή Εταιρεία Νεοελληνικών Σπουδών, 2- 5 Οκτωβρίου 2014, Θεσσαλονίκη, Α' τόμος, σσ. 801-822.
35. Βακάλη Α.& Ζωγράφου Μ. & Κωτόπουλος Τ, η δημιουργική γραφή στο νηπιαγωγείο, επίκεντρο, 2013:21.
36. Ακριδέλη Σ. , μικρό εγχειρίδιο δημιουργικής γραφής, αρχέτυπο, 2016.
37. Βαρβαρήγος Δ. , μεθοδολογία δημιουργικής γραφής, 24 γράμματα, 2021.
38. Καρακίτσιος Α., Δημιουργική Γραφή, Παίζουμε λογοτεχνία, Ζυγός, 2021:2.
39. Φράγκου Χριστίνα, πτυχιακή εργασία Δημιουργική γραφή και παιχνίδι: Φλώρινα, 2022.
40. Γρόσδος, Σ., Εικόνα και Δημιουργική Γραφή έργα ζωγραφικής, εικόνες της λογοτεχνίας, κόμικς, φωτογραφίες, Πανεπιστήμιο Μακεδονίας, 2017.
41. Amabile & Pillemer, 2012, pp.14-15.
42. Λυκεσάς Γ. , Η διδασκαλία των ελληνικών παραδοσιακών χορών στην Πρωτοβάθμια Εκπαίδευση με τη μέθοδο της μουσικοκινητικής αγωγής, , 2002.
43. Σερδάρης Παναγιώτης, ψυχολογία των διαταραχών του λόγου, university studio press, 1998:51-55).
44. Τζερτζεμέλη Άρτεμις, πτυχιακή εργασία «Τυπική Γλωσσική Ανάπτυξη και Καθυστέρηση Λόγου και Ομιλίας: Έγκαιρη Διάγνωση και Πρώιμη Παρέμβαση, 2017».
45. Αναστασία Θανάσaina, πτυχιακή εργασία, σύγκριση διδασκαλίας παραδοσιακού σύγχρονου χορού, σελ15
46. Κόκλα Μ. Η δημιουργική γραφή ως εναλλακτικός τρόπος προσέγγισης των μαθησιακών δυσκολιών Φλώρινα, 2021.
47. M. Bejarts, Μια στιγμή στη ζωή κάποιου άλλου, 1981.
48. Κυπριανίδου Μ, Εισάγοντας χοροθεατρικές πρακτικές στην πρωτοβάθμια εκπαίδευση ως μέσο καλλιέργειας της δημιουργικής έκφρασης και συνεργατικότητας των παιδιών: Μια έρευνα δράσης σε δημοτικό σχολείο της Πάτρας Ναύπλιο 2021.
49. Δαμιανίδου Μ. , Πτυχιακή εργασία, τα οφέλη του χορού στον ανθρώπινο οργανισμό, 2013.
50. Παπαϊωάννου Χριστίνα, Ο ρόλος του χορού στα θρησκευτικά δρώμενα της κλασικής αρχαιότητας, μεταπτυχιακή διατριβή, Θεσσαλονίκη, 2009).
51. Anya Peters on Royce, η ανθρωπολογία του χορού, νήσος 2005.
52. Δερμάτη Α. , Η Αριστοτελική σκέψη για το θέατρο και τον χορό: Σύνδεση με το σήμερα, 2017.
53. Ιστορία του Αρχαίου κόσμου, Α Λυκείου, Ινστιτούτο Τεχνολογίας Υπολογιστών και εκδόσεων Διόφαντος.
54. Σαβράμη Κ. , Εισαγωγή στην ιστορία του χορού, συνοδευτικές σημειώσεις, Πάτρα, 2010.
55. Γαλάνη, 2011

56. Σοκορέλη Ε. , Διαδραστικό θέατρο και γλωσσική έκφραση μια πρόταση διαδραστικού θεάτρου για τη γλωσσική έκφραση σε παιδιά προσχολικής και πρώτης σχολικής ηλικίας μεταπτυχιακή διπλωματική εργασία Ιωάννινα 2021.
57. Αριστοτέλης, 1999.
58. Φύλλης Χάρτνολ, Ιστορία του θεάτρου, μτφ. Πατεράκη Ρ., Υποδομή 1980).
59. Τσολακίδης Ε. , Ο αυτοσχεδιασμός στο θέατρο, Εξάντας 2013.
60. Σιδέρης Γ. ,Ιστορία του νέου ελληνικού θεάτρου 1794-1944, Καστανιώτη, 1999).
61. Fraud, 2013.
62. Hogue, C L. 1980. "Commentaries In Cultural Entomology .1. Definition Of Cultural Entomology." Entomological news 91, 33–36
63. A. Tabaki & W. Puchner, Theatre and Theatre Studies in the 21st Century. Proceedings Athens, Ergo 2010).
64. Μουρκογιάννη, 2019
65. Berrol, Ooi, & Katz, 1997.
66. Γαλάνη Μ. 2016 DAS| πρόταση εισαγωγής προγράμματος χοροθεάτρου στην εκπαίδευση Πρακτικά [σ.σ.. 12 - 22] 1ο Επιστημονικού Συμποσίου Παραστατικές Τέχνες στην Εκπαίδευση Συλλογικότητα κα Παρηγορία, Πανεπιστήμιο Πατρών.
67. Παρίση Ι. & Μουρατίδου Κ. , & Καρατζά Σ. , Δημιουργικότητα και Δημιουργικός Χορός: Ένα Καινοτόμο Πρόγραμμα Δημιουργικής Σκέψης με Πρακτική Εφαρμογή σε Καλλιτεχνικά Σχολεία.
68. Ρέππα Γ. , διδακτορική διατριβή Η επίδραση της δημιουργικής κίνησης και του αυτοσχέδιου παιχνιδιού στην αυτοαποτελεσματικότητα για άσκηση και τα εσωτερικά κίνητρα μαθητών/τριών 4ης τάξης δημοτικού σχολείου, Ιανουάριος ,2014).
69. Γαλάνη Μ., ο χορός στην εκπαίδευση, έλλην, 2010, σελ.36-41.
70. Αγγελάκη, 2018.
71. Dalby J., Newlove J., 2004, σελ.19.
72. Κουτσούμπα Μ., Σημειογραφία της χορευτικής κίνησης, Προπομπός, 2005, σελ. 45).
73. Laban for all, Jean Newlove & John Dalby, Nickn Hern Book, 2004.
74. Gallahue, D.2002.
75. Stinson. S 1993.
76. Joyce. M. 1994.
77. Σιαμέτη Βικτώρια, πτυχιακή εργασία, η μουσική ως ερέθισμα κινησιολογικής έκφρασης, Ιδέα και Μορφή στην Performance, Θεσσαλονίκη, 2016.
78. Λάμπρου Ζ. , πτυχιακή εργασία ,Αισθητικές και κοινωνικοπολιτικές πλευρές του χορού: Από τον 20ο στον 21ο αιώνα, Βόλος, Ιούνιος 2018.
79. Βουνελάκη Κ. , Σώματα αλλιώς, σελ.26.
80. Perkins, 1994
81. Perkins, 1992.
82. Nikolajeva Scott, 2006.
83. Χοντουλίδου, 1999.
84. Charman L. η διδακτική της τέχνης, 1993
85. Pina Bausch, una santa sui pattini a votelle, Leonetta Bentivoglio, Edizioni Clichy,2022.
86. Dario Cestaro & Franca Lugato, ,Le Meraviglie di Firenze, Marsilio Editori, 2014.
87. Coloring tour.
88. Firenze color
89. Uffizi color.
90. Οι παιδικόι μου ήρωες, Λεονάρντο Ντα Βίντσι, σελ.23.
91. Catherine de Duve, Leonardo da Vinci, editions Kate' art.
92. Leonardo da Vinci coloring book, Prestel.

93. Δημητρούκα Α. , Δομήνικος Θεοτοκόπουλος Ελ Γκρέκο, Πατάκη, 2014.
94. Τσιλούνη-Τζίκα Δ. , επί σκηνής, Αρμός 2018.
95. Κουρετζής Λ. ,το θεατρικό παιχνίδι, Καστανιώτη, 1990.
96. Κρόκος Μ.& Δενεζάκη Λ., παραμυθοκάρτες, ιστορίες από καμβά.
97. Pie Corbett, έλα να φτιάξουμε μια ιστορία, Πατάκη,2014.
98. Καρακίτσιος Α. ,Δημιουργική γραφή «παίζουμε Λογοτεχνία», Ζυγός, 2021 ΣΕΛ 237-245.
99. Γκόβας Ν. ,για ένα νεανικό δημιουργικό θέατρο, ασκήσεις παιχνίδια τεχνικές, μεταίχμιο
100. Χολέβα Ν., εσύ όπως κι εγώ εξερευνώντας τη διαφορετικότητα μέσα από το θέατρο, Πανελλήνιο δίκτυο για το θέατρο στην εκπαίδευση, 2010.
101. Κωτόπουλος, Η. Τ. (2014). Πράξη και διδασκαλία της «Δημιουργικής Γραφής» στη σύγχρονη ελληνική πραγματικότητα. Ανάκτηση Αύγουστος 28, 2023, από [https://www.eens.org/EENS\\_congresses/2014/kotopoulos\\_triantafyllos.pdf](https://www.eens.org/EENS_congresses/2014/kotopoulos_triantafyllos.pdf)
102. Κωτόπουλος, Η.Τ. (2015, Νοέμβριος). Δημιουργική γραφή και εκπαίδευση. Δελτίο Εκπαιδευτικού Προβληματισμού και Επικοινωνίας(55). Ανάκτηση Αύγουστος 08, 2023, από <https://impschool.gr/deltio-site/?p=62>
103. Κωτόπουλος, Η.Τ. Αναγνώστου, Ν. (2015). Η Παιδαγωγική της Δημιουργικής Γραφής. Στο Ν. Β. Κωτόπουλος Η. Τ. (Επιμ.), Πρακτικά του 2ου Διεθνούς Συνεδρίου Δημιουργική Γραφή, Β, σσ. 62-76. Κέρκυρα.
104. Κωτόπουλος,Τ. (2011). Από την ανάγνωση στη λογοτεχνική ανάγνωση και την παιγνιώδη διάθεση της Δημιουργικής Γραφής. Στο Τ. Γ.Παπαντωνάκης, Τα ετεροθαλή (σσ. 21 36). Ίων.
105. Κωτόπουλος, Τ. (2013). Η Δημιουργική Γραφή ως γνωστικό αντικείμενο: οι ιδιαιτερότητες του εργαστηρίου. Στο Α. Κ.–Π. Δημήτρης, Καλλιεργώντας τη Φιλαναγνωσία. Πραγματικότητες και προοπτικές (σσ. 519-525). Αθήνα: Διάδραση.
106. Κωτόπουλος, Τ. Η. (2012). Η «νομιμοποίηση» της Δημιουργικής Γραφής . KEIMENA για την έρευνα, τη θεωρία, την κριτική και τη διδακτική της Παιδικής και Εφηβικής Λογοτεχνίας. doi:<https://doi.org/10.26253/heal.uth.ojs.kei.2012.543>
107. Κωτόπουλος Τ. & Βακάλη Α.& Γεωργιάδης Γ. & Καλαιτζή Χ. & Κουλούκαση Α. & Σταμπουλίδου Α. , θεωρία και πράξη της δημιουργικής γραφής στη δευτεροβάθμια εκπαίδευση, Πατάκη, 2023.
108. Γαλάνη Μάρω, δημιουργική μέθοδος θεατρικού παιχνιδιού, Ίων, 2010.
109. Γαλάνη Μάρω, Εκπαιδευτικό πρόγραμμα για τη Δημιουργική Γραφή σε σχέση και αλληλεπίδραση με άλλες μορφές έκφρασης: από τον χοροθεατρικό αυτοσχεδιασμό στη δημιουργική γραφή, στο βιβλίο και στην οπτικοακουστική έκφραση Γαλάνη , Πρακτικά [σσ. 137 – 144] 3ο Διεθνές Συνέδριο Δημιουργική Γραφή 6-8 Οκτωβρίου 2017 Ιόνιο Πανεπιστήμιο Κέρκυρα <https://www.openbook.gr/praktika-3oy-diethnoys-synedrioy-dimioyrgikis-grafis/>.
110. Γαλάνη Μάρω, PERFORMANCE WRITING, IMAGE, BODY and WORD: από την παρωθητική αφόρμηση της φωτογραφίας στην περιπλάνηση της επιτέλεσης που εγγράφεται, και στο κείμενο που δρα, μεταπτυχιακή διπλωματική εργασία, 2019.

## ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

### ΤΑ ΚΕΙΜΕΝΑ - ΠΑΡΑΓΟΜΕΝΑ ΚΑΙ ΟΙ ΚΙΝΗΤΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΗΣ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗΣ

2ης μέρας

Ιστορία

Μια φορά κι έναν καιρό ένας πράσινος άντρας που το πρόσωπό του ήταν γεμάτο φρούτα πήγε σε ένα χωριό. Ήθελε να μάθει για τα φυσικά φαινόμενα.

Οι κάτοικοι του χωριού δεν γνώριζαν πολλά πράγματα. Το μόνο που γνώριζαν ήταν τα κύματα της θάλασσας που μπορούσαν να παρασύρουν τα πάντα.

Μια μέρα ένας άντρας με ένα πράσινο μήλο στο στόμα ζήτησε να δει τον πράσινο άντρα.

Ρώτησε δυο αρλεκίνους που συνάντησε στο δρόμο, αν ήξεραν και αυτοί του απάντησαν στο δέντρο της ζωής, αλλά ο άντρας με το πράσινο μήλο στο στόμα δεν κατάλαβε τί ήθελαν να πουν.

Έπειτα ρώτησε τον ήλιο αν ήξερε που βρίσκεται ο πράσινος άντρας και αυτός απάντησε στις νότες της μουσικής του βιολιού αλλά ο άντρας με το πράσινο μήλο στο στόμα πάλι δεν κατάλαβε τί ήθελε να πει.

Λίγες μέρες αργότερα συνάντησε μια κοπέλα που διάβαζε ένα βιβλίο και την ρώτησε αν ήξερε που βρίσκεται ο πράσινος άντρας κι εκείνη του αποκρίθηκε πως βρίσκεται στις κινήσεις του χορού μιας μπαλαρίνας. Πάλι όμως ο άντρας με το πράσινο μήλο στο στόμα δεν κατάλαβε τί ήθελε να πει.

Μέρες πολλές περπάτησε κι ανέβηκε ψηλά σε ένα βράχο. Είδε το σπίτι του που στο τραπέζι ήταν γεμάτο φρούτα. Είδε το χωριό του που ήταν γεμάτο πράσινα δέντρα. Άκουσε τα πουλιά που τραγουδούσαν το αγαπημένο του τραγούδι. Είδε τα σύννεφα που έπαιζαν κρυφτό με τον ήλιο. Τότε κατάλαβε τί εννοούσαν οι αρλεκίνοι ότι ο πράσινος άντρας ήταν στο δέντρο της ζωής. Ήταν στο δέντρο της ζωής γιατί ήταν η ίδια η ζωή και η αγάπη που είχε για την φύση και τις χαρές που απλόχερα μας έδινε.

Κινητικές δεξιότητες

Βάδιση σε διάταξη εμπρός

Βάδιση σε διάταξη εμπρός με τα χέρια ανοιχτά.

Μεγάλος διασκελισμός μπροστά.

Πηδάω μπροστά.



Επαναλαμβάνουμε τις ίδιες κινήσεις ο ένας μετά τον άλλο με συνοδεία μουσικής

3ης μέρας

Παιχνίδι ρολών εμπνευσμένο από διάλογο του βιβλίου που διαβάστηκε. ( Οι παιδικοί μου ήρωες, Λεονάρντο Ντα Βίντσι, σελ.23).

Ιστορία

ΛΕΟΝΑΡΝΤΟ: Μετά από τόσα χρόνια στη δούλεψη τόσων ευγενών, είναι τιμή μου [που ο τελευταίος είναι ένας βασιλιάς.

ΒΑΣΙΛΙΑΣ ΦΡΑΓΚΙΣΚΟΣ Α: Η τιμή είναι δική μου, δάσκαλε Λεονάρντο.

ΛΕΟΝΑΡΝΤΟ: Πώς μπορείτε να το λέτε αυτό υψηλότε;

ΒΑΣΙΛΙΑΣ ΦΡΑΓΚΙΣΚΟΣ Α: Η ιστορία γνώρισε πολλούς βασιλιάδες, αλλά μόνο έναν Λεονάρντο.

Κινητικές δεξιότητες

Σηκώνω το πόδι ψηλά εμπρός με λυγισμένο γόνατο.

Σηκώνω το πόδι ψηλά εμπρός με τεντωμένο γόνατο.

Σηκώνω στο πλάι το πόδι με τεντωμένο γόνατο.

Σηκώνω πίσω το πόδι με τεντωμένο το γόνατο.

Επαναλαμβάνω τα ίδια και με το άλλο πόδι.

Επαναλαμβάνω τις κινήσεις εναλλάξ και στα δύο πόδια με συνοδεία μουσικής.

4ης μέρας

Παιχνίδι ρολών Εμπνευσμένο από το βιβλίο της Δημητρούκα Αγαθής, Δομήνικος Θεοτοκόπουλος, Ελ Γκρέκο, σελ 3-6).

Δομήνικος: ζωγραφιά στην άμμο ( παντομίμα)

Κύμα: Σβήνει τη ζωγραφιά( παντομίμα με ήχο)

Παιδί 1: για πάντα! (κοροϊδευτικά).

Παιδί 2: ποτέ! (Κοροϊδευτικά).

Δομήνικος: ζωγραφιά στην άμμο.(παντομίμα).

Για πάντα! ( χαρούμενος)

Ποτέ! ( λυπημένος)

Κινητικές δεξιότητες

Τρέχω στην αίθουσα χαρούμενος.

Τρέχω στην αίθουσα λυπημένος.

Χόπλες μέσα στην αίθουσα.

Περπατάω σιγά λυπημένος

Τρέχω προς τα πίσω.

5ης μέρας

Ποίημα

Οι λέξεις που χρησιμοποιήθηκαν είναι:

Λόγια, ομορφαίνει, νιώσει, σώμα, χαθώ, πλοίο, καρδιά, σκέψεις, έρωτας, ζωή, χαρά, μάτια.

Κι αν το σώμα ομορφαίνει

Μόλις τα ωραία λόγια νιώσει,

Εγώ σε ένα πλοίο θα χαθώ.

Θα πάρω την καρδιά

Γεμάτη από έρωτα σκέψεις

Και θα αφήσω τη χαρά της ζωής

στα μάτια να φανεί.

Χαι-κου

Μια γάτα ξανθή

Παίζει στον μικρού σπιτιού

Μέσα την αυλή.

Φίλος παιδικός

Περπατάει γελαστός

Σε μια πλατεία.

Κινητικές δεξιότητες

Σε όρθια θέση εκτελώ βαθύ κάθισμα. Λυγίζω τεντώνω γόνατα.

Βαθύ κάθισμα και πήδημα ψηλά.

Βαθύ κάθισμα και πήδημα ψηλά με χρήση των α/α σε κάμψη.

Από όρθια θέση πλάγια κάμψη κορμού αριστερά με απαγωγή δεξιού α/α.

Από όρθια θέση πλάγια κάμψη κορμού δεξιά με απαγωγή αριστερού α/α.

Εξελικτικά εναλλαγή πελμάτων από στήριξη στο πάτωμα σε στήριξη στις μύτες.

6ης μέρας

Ιστορία

Ο σούπερμαν ήρθε και στάθηκε έξω από το παράθυρο της τάξης μας.

Μας έδειξε τον ήλιο.

Ήρθε η Άνοιξη είπε.

Ελάτε να τρέξουμε παρέα στη φύση.

Η ζωή είναι ωραία και πρέπει να τη χαιρόμαστε.

Κινητικές δεξιότητες

Αλάτι-πιπέρι

Δείχνω κινήσεις και τα παιδιά τις επαναλαμβάνουν.

Αρχικά μεμονωμένες και στη συνέχεια όλες μαζί. Φτιάχνουμε μια χορογραφία με ροή.

Βαθύ κάθισμα

Χτυπάω παλαμάκια

Στροφή

Πόζα ( ο καθένας τη δική του)

Πόδια σε διάσταση με άλμα

Κλείνουν τα πόδια με άλμα και παλαμάκια.

Πόδια σε διάσταση με άλμα και χέρια σε ανάταση.

Κλείνουν πόδια με άλμα και παλαμάκια.

7ης μέρας

Ιστορία

Είμαι ο Στυλιανός και μου αρέσει η μπάλα.

Είμαι η Φωτεινή και μου αρέσουν τα τραγούδια.

Είμαι η Φλώρα και μου αρέσει να ζωγραφίζω.

Είμαι ο Γιώργος και μου αρέσει να σας πειράζω.

Είμαι ο Λευτέρης και μου αρέσει να χορεύω.

Είμαι η Φρατζέσκα και μου αρέσει η ρυθμική γυμναστική.

Είμαι η Νατάσσα και μου αρέσει το θέατρο.

Είμαι ο Ορφέας και μου αρέσει το θέατρο.

Είμαι η Λένα και μου αρέσει ένα αγόρι.

Είμαι η Μαρία και μου αρέσει να βάφομαι.

Είμαι ο Δημήτρης και μου αρέσει η εκκλησία.

Είμαι ο Χρήστος και μου αρέσουν τα ταξίδια.

Είμαι ο Άκης και μου αρέσει να είμαι με τον μπαμπά μου.

Είμαι ο Γκόνοσ και μου αρέσουν τα βιβλία.

Είμαι η Σοφούλα και μου αρέσει να μιλάω μόνη μου.

Είμαι ο Αντώνης και μου αρέσουν τα τραγούδια.

Είμαι ο Σπύρος και μου αρέσει η Μάρω Λύτρα.

Κινητικές δεξιότητες

Επανάληψη της προηγούμενης μέρας αλάτι-πιπέρι.

8ης μέρας

Ιστορία

-Νιώθω ότι το σώμα μου είναι έτοιμο να πετάξει.

- θα έρθω μαζί κι εγώ!

- χαχαχα εγώ νιώθω ότι είμαι σε μαγαζί και πουλάω καπέλα.

-σήμερα είμαι χαρούμενος πολύ

- είναι ωραία που παίζουμε παρέα

- τί να πω; Δε ξέρω. Μου αρέσει που είμαστε εδώ.

-είμαστε μια ωραία παρέα

- Σ' αγαπώ

- χαμόγελο και νοήματα με το χέρι του

- Δεν θέλω να πω τίποτα

- περνάω ωραία

- Να βάλουμε Μάρω Λύτρα να χορέψουμε

- πολύ ωραία

- έχει πολύ πλάκα σήμερα

- θέλω το ποτήρι μου

- καλάαααααα

- λεωφορείο;

