

Znajdź pomysł na zabawę z dzieckiem

Edukacja i terapia dzieci jest znacznie skuteczniejsza, jeśli rodzice są w ten proces zaangażowani bo według wspaniałego polskiego lekarza psychiatry Antoniego Kępińskiego: „Zabawa jest dla dziecka najlepszą szkołą życia.”

Zabawa może przybierać różne formy: dziecko może bawić się swobodnie, pozwalając sobie na pełną fantazję, jak również rodzic może zaproponować dzieciom konkretny sposób bawienia się. Obie wersje przyczyniają się do rozwoju intelektualnego, ponieważ każda z nich uczy czegoś nowego. Nauka poprzez zabawę to przede wszystkim frajda i angażowanie emocji. A kiedy zaangażujemy emocje, szybciej się uczy. Zatem zabawa może być doskonałą okazją do przyswajania nowej wiedzy i umiejętności. Jednak zabawa musi być przede wszystkim dobrowolna. W momencie, gdy jesteśmy do niej zmuszani, traci swój sens. Zabawa jest dobra wtedy, kiedy jest atrakcyjna, wzbudza zainteresowanie, przykuwa uwagę i dostarcza radości. Oprócz wzbudzania poczucia przyjemności, zabawa pełni również inne funkcje, m.in. kształcącą, wychowawczą czy terapeutyczną.

Dorośli powinni zrozumieć, że (cytuując za A. Brzezińską) „dziecko nie bawi się, dlatego, że jest dzieckiem, ale bawi się, dlatego, by stać się dorosłym”. Obserwując dzisiejszych kilkulatek można odnieść wrażenie, że zabawa to pojęcie zupełnie zapomniane. My dorośli nie rozumiemy koncepcji zabawy, która wydaje się nie mieć żadnego sensu. Kult produktywności mówi nam, że wszystko, co robi dziecko, musi mieć konkretny cel. A więc zamiast kilkugodzinnych harców na placu zabaw z kolegami – lekcja baletu lub karate. Zamiast godziny spędzonej z kartką i pudełkiem kredek – profesjonalny kurs rysowania. Grafiki zajęć dzieci często pęka w szwach, dzieciństwo i zabawa niestety się w nim nie zmieściły. Czy zabawa odchodzi zatem do lamusa? Mam Nadzieję, że nie.

Jak wspólnie spędzać czas z dziećmi – kilka wskazówek

- **przeorganizować domowy grafik**
Chcąc wygospodarować trochę czasu trzeba stworzyć ramowy plan dnia. To uporządkuje ich dzień i da im poczucie bezpieczeństwa.
- **włączyć domowników do obowiązków**
- **sprawić by zwykłe czynności były okazją do dobrej zabawy i rozmowy.**
Zakupy mogą stać się okazją do ćwiczenia liczenia, czytania, porównywania. Jazda samochodem to dobry czas na żarty, łamigłówki i grę w skojarzenia. Wspólne gotowanie - pieczenie pizzy, krojenie sałatki, wymyślanie deserów to okazja do tego by dziecko poczuło się jak odkrywca. Kuchnia może zamienić się w laboratorium gdzie nasze dziecko z wypiekami na twarzy będzie obserwować działanie temperatury, zmiany gęstości. Zabawą stać się może sortowanie sztuczków w szufladzie na czas, zmywanie naczyń, zgniatanie zużytych butelek plastikowych czy sortowanie prania, jeśli tylko podejmiemy do tego z dystansem i humorem.
- **lepiej zaangażować się na 100% w 10 minut zabawy niż na godzinne udawanie, że uwielbiamy bawić się lalkami czy gormitami.**
Tak być nie może. Dzieci wyczuwają nasze nastawienie i nie mają pełnej satysfakcji z takiej zabawy. Lepiej jest odłożyć wszystko, umówić się z dzieckiem na zabawę, która interesuje obie strony i się w nią zaangażować.
- **podzielić się pasjami**
Wprowadźcie dziecko w świat swoich fascynacji, być może zarazicie go swoją pasją. Lubicie szachy – nauczcie swoje dziecko w nie grać, lubicie czytać – chodźcie razem do klubokawiarni na wspólny przegląd prasy, lubicie gry logiczne, wspinaczkę, samochody, czy robienie biżuterii pokażcie się dziecku od tej strony. Pozwólcie pokazać sobie pasje swojego dziecka, będziecie mieli okazje lepiej je poznać. Dzielenie pasje tematów do rozmowy już wam nie zabraknie.

Spędzając czas z dzieckiem, rodzic przechodzi na chwilę ze swojego świata do świata dziecka, co bardzo zbliża. Wspólny czas daje okazję do kreowania sytuacji, by przekazać dzieciom ważne dla nich wartości i postawy. W zabawie łatwiej poruszyć tematy, o których niełatwo rozmawiać rodzicom z dziećmi wprost.

Pamiętajmy, że dziecko w swoich zabawach naśladuje to, co widzi wokół siebie, to, czego doświadcza. Przyglądanie się zabawom dzieci jest dla dorosłych jak spoglądanie w lustro. Warto pamiętać, że dla naszych dzieci ważna jest nie ilość czasu z nimi spędzona, ale jego jakość. Jako dorośli nie będą pamiętały ilości godzin razem spędzonych, ale wspólne gotowanie, rozmowy, razem wykonaną biżuterię, rozwiązywanie łamigłówek czy wyprawę do lasu. Czas spędzony razem

sprawi, że wasze dziecko będzie się lepiej rozwijać, a wy będziecie mieli satysfakcje z umacniania więzi z nimi

Przykłady zabaw z dziećmi:

Weźmy pod lupę trzy typowe sytuacje z życia rodzica. **Pierwsza** – wracasz z pracy i marzysz tylko o tym, żeby gdzieś zalec, nie ruszając ani jednego mięśnia swojego ciała. Słyszysz jednak: „Mamooo, pobaw się ze mną!” **Druga** sytuacja – masz kupę roboty. Ugotować, posprzątać... „Mamusiu pobawmy się!”. No i trzecia – właściwie to nie masz nic wielkiego do roboty i nie dokucza ci zmęczenie, ale na myśl o udawaniu kolejnego bohatera albo tysięcznym układaniu tych samych puzzli robi ci się słabo. Znasz wszystkie te scenariusze?

Pomysły na zabawy - Gdy masz czas i siły... ale zabawy dziecięce cię nużą (prawie śmiertelnie):

- **Gdy planszowe** -zaczynając od prostego „grzybobrania” albo „chińczyka”, poprzez wszelkie inne – dopasowuj gry do poziomu wieku dziecka.
- **Kalambury** -o ile spora część zabaw dziecięcych nuży tym bardziej, im dłużej trwa, o tyle z kalamburami jest odwrotnie. Na początku ci się nie chce, ale potem zabawa się rozkręca. Zaczynaj od prostych pomysłów („Miau! Miau!”) i obserwuj, jak radzi sobie dziecko.
- **Tworzenie zwierzątek z rolek po papierze toaletowym** -co najbardziej nudzi dorosłych w zabawach dziecięcych? Brak celu! Dlatego wszystko, co będzie wymagało od ciebie kreatywności i będzie prowadziło do czegoś ładnego, będzie zwyczajnie ciekawe.
- **Monetą do ściany** - wystarczy wam moneta, zasady są proste – pstrykaniem palców albo po prostu energicznym ruchem ręki popychacie ją w stronę ściany. Czyja moneta będzie bliżej, ten wygrywa.
- **Wyklejanie zdjęć w albumie** -dla każdego dziecka oglądanie i komentowanie zdjęć to wielka radość, a dla rodzica – przyjemne zajęcie.
- **Zabawy plastyczne** - Waszym "płótnem" może być wszystko: duży arkusz szarego papieru, kartonowe pudło, papierowe talerze, a nawet własna łydka albo cudze plecy (polecam łatwo zmywalne kredki kąpielowe). Możecie malować pędzlem, palcami. Pięknie wyglądają pieczątki robione dłońmi.
- **Szukanie skarbów** -chowasz przed dzieckiem skarb, później ono robi to samo dla ciebie. Kiedy malec szuka – ty sprzątasz, zmywasz, ścierasz.
- **Pieczenie ciasteczek** -kiedy wyrobisz ciasto, zrób jedno ciasteczko na wzór, a resztę niech kończy dziecko. Ty w tym czasie rób to, co masz do zrobienia. Tylko pod żadnym pozorem nie narzekaj na kształt/ozdobienie ciasteczek



Pomysły na zabawy z dzieckiem - Gdy masz coś do zrobienia...

- **Segregowanie prania, skarpetek** – dziecko segreguje pranie kolorami, dobiera skarpetki w pary.
- **Klamerki nie tylko do wieszania**



- **Praca w ogrodzie** - dziecko może pomóc w tych pracach i z całą pewnością będzie przy tym szczęśliwe. Trzy- czy czterolatkowi wystarczy powiedzieć: „Wyrwij wszystko to, co tu widzisz, a mama będzie wyrywać tam. Kto będzie miał większą kupkę, ten wygrywa. Start!”
- **Sianie ziół** - możesz więc kupić np. nasiona ziół, przygotować „doniczki” z pojemników po jogurcie i pokazać dziecku, co ma robić. Ono będzie miało zajęcie (oczywiście zerkaj co jakiś czas na efekty), a ty chwilę na inne obowiązki.

Pomysły na zabawy dla dzieci - Gdy chcesz tylko usiąść i zająć się „nicnierobieniem”

- **Zabawa w „ciepło – zimno”** Ty, drogi rodzicu, leżysz na kanapie i odpoczywasz. Jednocześnie każesz dziecku szukać jakiejś rzeczy w pokoju, w którym przebywacie. Aby ułatwić malcowi zadanie, mówisz: „ciepło – zimno”. Chcesz wydłużyć grę? Wprowadź system nagród, np. chrupki kukurydziane.
- **Zabawa w szpital** - Leżysz sobie na dywanie/kanapie i narzekasz na ból głowy. Mały doktor cię bada, leczy, a ty... oczywiście odpoczywasz, bo przecież ciężko chorujesz!
- **Fryzjerka/kosmetyczka** - Daj dziecku kolorowe kosmetyki albo szczotki i klamerki. Zarządź, że jesteś klientem salonu kosmetycznego lub fryzjerskiego i ciesz się leżeniem oraz przyjemnym dotykiem małych rączek na swojej głowie lub twarzy. Przygotuj się na późniejszy szok, ale pamiętaj – przecież wszystko da się rozczesać i zmyć.
- **Zabawa w zgaduj zgadula!** - Wymyślcie sobie kategorię, np. „zwierzęta”. Dziecko zadaje ci pytania np. „czy to ma rogi?”, które w końcu naprowadzą je na dobrą drogę.
- **„Przynieś mi coś...”** Znowu – ty sobie siedzisz, a dziecko ćwiczy rozwój poznawczy ;-). Mówisz np. „Twoje zadanie to znalezienie czegoś niebieskiego i małego.
- **Seans bajkowy** - Czym innym jest po prostu posadzenie dziecka przed bajkami, a czym innym seans z prawdziwego zdarzenia. Przygotuj popcorn, sok, zróbcie sobie wygodne poślanie z wieloma poduszkami, włączcie pełnometrażową bajkę i po prostu oglądajcie przytuleni. Komentuj z dzieckiem, wyjaśniaj, rozmawiajcie, cieszcie się spędzonym czasem... i odpoczynkiem.
- **Forty podstołowe** - czyli narzucenie na stół koc/prześcieradła/innej szmaty i powkładanie pod utworzony w ten sposób namiot poduszek, zabawek i jedzenia – dziecko się chowa tam czasem na pół dnia.
- **Paleontolog** - otwierasz zamrażarkę bo jesteś przezorna i jakiś czas temu wsadziłaś do niej plastikowy pojemnik wypełniony wodą i... małymi zabawkami. Wręczasz dziecku zamrożone pudło i dowolny zestaw akcesoriów, który uznasz za bezpieczny i jednocześnie zdalny do dłubania w lodzie i patrzysz jak dziecko kombinuje.



Życzę miłej zabawy w gronie rodzinnym.
Ewa Jędrzejczyk-pedagog szkolny