

# Dzieciom potrzebna jest zabawa!

*Generalnie uważa się, że zabawa jest dla dzieci tym, czym praca dla dorosłych. Dzieci podczas zabawy „ciężko pracują” ponieważ często same muszą ustalić reguły wymyślonej przez siebie gry. Zabawa to nie tylko przyjemność, ale to również czas, podczas którego można się wiele nauczyć. Oto kilka uwag na temat zabawy, które warto zapamiętać.*

☀ „Zabawą” może być każda spontaniczna forma aktywności, która sprawia dzieciom przyjemność.

Spontaniczność zabawy polega na tym, że dzieci bawią się wtedy, kiedy mają na to ochotę np. gdy organizują grę w piłkę, wystawiają przedstawienie lub bawią się w chowanego. Spontaniczna zabawa ma inny charakter niż zorganizowane zajęcia, na które dziecko uczęszcza takie, jak na przykład gra w drużynie piłki nożnej lub lekcje tańca. Najlepsze dla dzieci będzie zachowanie właściwych proporcji między ich udziałem w zajęciach zorganizowanych, prowadzonych przez dorosłych, a zajęciami, które dzieci wymyślają sobie same.

☀ Zabawa może być skuteczną i przyjemną formą rozwijania różnych umiejętności takich, jak np.:

- *Umiejętności językowe* — podczas gier i zabaw dzieci używają różnych nazw i określeń, śpiewają piosenki, powtarzają słowa wierszyków i rymowanek wzbogacając w ten sposób swoje słownictwo
- *Umiejętność logicznego* myślenia rozwija się podczas budowania konstrukcji z klocków, poznawania reguł gry lub wtedy, gdy trzeba złożyć fragmenty układanki w jedną całość
- *Mniejsze mięśnie rozwijają* się podczas nawlekania koralików na żyłkę, lepienia figurek z gliny i podczas używania nożyczek
- *Większe mięśnie rozwijają* się podczas gry w piłkę, biegania lub jazdy na wrotkach.
- *Kreatywność rozwija się*, gdy dzieci wymyślają historyjki, wystawiają przedstawienia kukielkowe lub bawią się w przebieranki.
- *Umiejętność interakcji* z innymi ludźmi rozwija się podczas gier zespołowych, ustalania reguł gry w karty, obsadzania ról w przedstawieniu teatralnym.

☀ Aby zapewnić dziecku wystarczającą ilość spontanicznej zabawy należy pamiętać o tym, żeby wyeliminować:

*Nadmiar zorganizowanych zajęć.* Jeżeli czas wypełniony jest zbyt dużą ilością zorganizowanych zajęć sportowych lub dodatkowych lekcji, to dzieciom może go zabraknąć na własne spontaniczne zabawy.

*Nadmiar telewizji.* Oglądanie programów telewizyjnych zabiera czas, który mógłby być przeznaczony na inne, bardziej wartościowe zajęcia. Dzieci, które spędzają dużo czasu przed telewizorem odgrywają później sceny zapamiętane z filmów lub naśladują postacie filmowe lub telewizyjne (lub też z gier wideo lub gier komputerowych).

☀ Gdy dziecko mówi „nudzi mi się” może to oznaczać, że potrzeba mu więcej czasu na spontaniczną zabawę.

Rodzice często słyszą, że dzieci narzekają na nudę wtedy, gdy nie mają zorganizowanych zajęć. A dzieciom potrzebny jest również czas, który mogą spędzić tylko we własnym towarzystwie. W takich właśnie momentach rozwija się kreatywność i wyobraźnia, a zabawa taka daje dzieciom najwięcej korzyści.

---

English Title: Young Children Need to Play!



29 Children's Research Center  
51 Gerty Dr. • Champaign, IL 61820-7469  
Telefon: 217-333-1386 • Fax: 217-244-7732  
Za darmo: 877-275-3227 (Voice/TTY)  
Email: iel@uiuc.edu  
Internet: <http://illinoisearlylearning.org>

Illinois State Board of Education

Więcej stron z poradami możesz znaleźć pod adresem <http://illinoisearlylearning.org>