

# Rola zabawy w życiu dziecka

Dzieciństwo kojarzy się z zabawą i poznawaniem świata. Jednak w dzisiejszych czasach wszyscy czują pęd życia i trudno znaleźć dorosłym czas na tak miłą czynność jak zabawa z dziećmi. Przeciętny dzień w rodzinie to praca rodziców oraz szkoła czy przedszkole dzieci. Wszyscy wracają do domu i zamiast odpocząć to gonitwa bo trzeba ugotować obiad, posprzątać, odrobić lekcje itd. To nic innego jak cały dzień w biegu. Jakby zapytać a kiedy czas na odpoczynek? Hmm, pewnie dopiero wtedy jak wszystkie obowiązki zostaną wykonane. Czyli kiedy?

Odpoczynek to inna forma aktywności czyli nie praca, szkolna nauka czy obowiązki domowe. To powinien być czas na przyjemności czyli dobrą zabawę i wspólnie spędzony czas. W końcu ważne są więzi rodzinne, które buduje się od małego a procentuje to w okresie dojrzewania czyli w życiu na co dzień z nastolatkiem.

Zabawa to nieodzowny element życia każdego człowieka od urodzenia. Dzieci uczą się przez zabawę a co jeszcze ważniejsze angażują w to wszystkie swoje zmysły czyli świat ma dla nich smak, zapach, jest obrazem, dźwiękiem czy ma różnorodną fakturę ( jest gładkie, szorstkie czy zimne). Patrząc na takie małe dziecko często widać rodziców, którzy z nim siedzą na dywanie i się bawią. Dają różne potrawy do spróbowania i cieszą się z każdej próby samodzielności dziecka. Uważają to za dobrą zabawę. Dlaczego ze starszymi dziećmi już tego nie robią lub robią rzadziej? Odpowiedź jest prosta- starsze dziecko już nie potrzebuje tyle zainteresowania, jest bardziej samodzielne i potrafi bawić się samo. Zgadza się, ale nadal potrzebuje rodzica, jego zainteresowania, wsparcia, spędzonego razem czasu.

Najlepiej wspólnie spędzony czas to zabawa, dla rodzica to czas odpoczynku i relaksu od pracy i domowych obowiązków a dla dziecka czas, kiedy zaspakajane są jego podstawowe potrzeby. Tu pewnie znowu pojawi się problem ze znalezieniem czasu na to. Najlepiej ten czas zaplanować np. wybrać konkretny dzień i godzinę i wtedy wszyscy wiedzą, że to czas dla rodziny i na zabawę. Najlepiej włączyć telefony, łąknąc komputery i odłożyć tablety. Spędzić ten czas kreatywnie, z dużą ilością śmiechu i radości oraz odrobina rywalizacji i szczerości.

Poniżej przedstawione zostaną funkcje jakie w życiu pełni zabawa (D.B. Elkonin, Psychologia zabawy, 1984):

- Kompensacyjna czyli zaspakajanie potrzeb dziecka np. bliskości, poczucia bezpieczeństwa czy akceptacji,
- Funkcjonalna czyli pozwalanie dziecku na samodzielność i podejmowanie własnych działań, co przekłada się na rozwój osobowości a także kształtuje rozwój społeczny,
- Kształcząca czyli kształtuje i rozwija zmysły, doskonali sprawność motoryczną (dużą i małą), wzbogaca wiedzę oraz chęć do poznawania nowych rzeczy ( co przekłada się w wieku szkolnym na chęć zdobywania wiedzy oraz motywację do nauki),

- Terapeutyczna czyli rozwija kompetencje związane z emocjami (pozwala na ujawnienie, opowiadanie czy przeżywanie ich),
- Projekcyjna pozwala na wchodzenie w różne sytuacje, pełnienie różnorodnych ról oraz wykonywanie przeróżnych zadań (co przekłada się na funkcjonowanie w grupie, społeczeństwie a później nawet pracy).

Niejednokrotnie trudno wskazać jak wiele funkcji pełni zabawa i raczej nie jest traktowana jako ważny element życia dziecka oraz rodziny. Jednak patrząc wyżej człowiek uświadamia sobie, że niby taka zwykła czy spontaniczna zabawa rozwija umiejętność społeczne i emocjonalne, zaspakaja potrzeby poznawcze czy samorealizacji. Poza tym obniża we wszystkich bawiących się osobach napięcie i stres, pozwala zbudować lepsze relacje, zwiększyć zaufanie w rodzinie, buduje asertywność i umiejętność komunikacji oraz pokazuje jak ważna jest współpraca między ludźmi.

Rodzice organizują zabawy małym dzieciom ale przedszkolu już opiekun nie jest tak bardzo potrzebny, dzieci potrafią bawić się już same. Należy pamiętać, że dzieci często bawią się poprzez naśladowanie innych czyli mogą przejmować role osób dla nich ważnych i bawić się w przedszkole, sklep czy policjantów. Im starsze dziecko tym ważniejsze jest to by pomagać wspierać przy wymyślaniu zabaw czy gier a nie organizować je. Spontaniczne zabawy są bardzo ważne bo jeszcze rozwijają kreatywność oraz umiejętność niestandardowego rozwiązywania problemów. W organizacji takiego czasu ważne jest zaangażowanie, zainteresowanie i obecność rodzica.

Kolejnym ważnym aspektem zabawy jest ocena samego siebie, budowanie obrazu własnej osoby, dostrzeganie swoich mocnych i słabych stron oraz możliwość postrzegania siebie na tle innych osób. To wpływa na kształtowanie się osobowości i własnej wartości jako człowieka.

Drodzy rodzice jeżeli chcecie by wasze dziecko rozwijało się prawidłowo, miało dobre relacje z wami oraz dobrze radziło sobie z własnymi emocjami i w sytuacjach społecznych bawcie się z nimi. A co z tego będzie miał rodzic- mniej stresu i napięć związanych z życiem codziennym, będzie cudownym człowiekiem w oczach dziecka, zadba o prawidłowe relacje w rodzinie, które zaprocentują później, zadba o dobrą motywację i chęć do nauki oraz prawidłowy rozwój swojej pociechy.

Życzę wielu wspaniałych i kreatywnych zabaw.

Patrycja Matyszczak