

ZABAWA

TO WAŻNA SPRAWA



ZABAWA TO WAŻNA SPRAWA

Czas zabawy to bezcenny kapitał, z którego dziecko będzie czerpało przez całe życie.

Dzieci to urodzeni odkrywcy, mali badacze, którzy aktywnie, od urodzenia poznają świat i znaczną część swojej energii inwestują w zabawę. Spontaniczna i twórcza zabawa jest dla nich źródłem przyjemności i satysfakcji, gdyż pozwala stawiać czoła nowym doświadczeniom i wyzwaniom. Dzieci w naturalny sposób uczą się i poznają świat poprzez zabawę. Odkrywają przedmioty, zjawiska i procesy, zaczynają rozumieć i nadają swoim działaniom sens. Potrzebują czasu na zabawę, by samodzielnie stawiać pytania oraz szukać odpowiedzi i rozwiązań. Uczą się na zasadzie prób i błędów, bez obaw, że poniosą porażkę. Zdobywają wiele nowych doświadczeń i korzystają w największym stopniu ze swoich kompetencji. W zabawie dziecko mobilizuje wszystkie swoje zasoby i „wyrasta o głowę ponad swój rozwój”. Dzieci bawią się całymi sobą - angażują emocje, ciało, wyobraźnię, uwagę, mobilizują całą swoją energię fizyczną i umysłową. Naturalnie wybierają zabawy, które są dla nich ciekawe, adekwatne do aktualnych potrzeb, poziomu rozwoju, zainteresowań, nastroju.

Dzieci chętnie angażują się w zabawę z dorosłymi, lubią także bawić się samodzielnie i stopniowo zaczynają bawić się z innymi dziećmi: najpierw obserwują, bawią się obok, a później podejmują wspólne działania. Bliska relacja z opiekunem jest podstawą satysfakcjonującej zabawy. To opiekun odczytuje i interpretuje potrzeby dziecka oraz tworzy bezpieczne i inspirujące warunki do zabawy. Powinniśmy z jednej strony zachęcać dziecko do aktywnego działania i nowych doświadczeń, a z drugiej strony pamiętać, że dzieci lubią wracać do ulubionych zabaw i codziennych powtarzalnych aktywności.

CO ZABAWA DAJE TWOJEMU DZIECKU?

- Zabawa stwarza ogromne możliwości wszechstronnego rozwoju, jest środkiem do rozwijania sprawności motorycznych, kompetencji poznawczych i społeczno-emocjonalnych oraz odkrywania własnego Ja.
- Dzięki zabawie „rośnie” mózg. Za każdym razem, kiedy dziecko się bawi, w mózgu utrwalają się lub tworzą tysiące połączeń między komórkami nerwowymi, buduje się siatka połączeń nerwowych na całe życie; zabawa wspiera proces uczenia się.
- Zabawa pomaga rozwijać kluczowe kompetencje jak: odporność emocjonalna, optymistyczne nastawienie do świata, ciekawość poznawcza, radość z eksperymentowania i tworzenia, gotowość podejmowanie decyzji, radzenia sobie z konsekwencjami i frustracją.
- Zabawa jest idealnym sposobem na zacieśnianie więzi fizycznej i emocjonalnej między dzieckiem i dorosłym, to czas budowania bliskości i zaufania oraz rozwijania relacji.
- Zabawa wspiera rozwój społeczny, w czasie zabawy dziecko może uczyć się rozpoznawać swoje i innych potrzeby oraz różne punkty widzenia, rozwija współpracę, odkrywa i ćwiczy zasady oraz reguły, stopniowo uczy się radzić z konfliktami i trudnymi sytuacjami, odkrywa jak bogaty i różnorodny jest świat społeczny.
- Poprzez zabawę małe dziecko uczy się nie tylko świata zewnętrznego, ale również samego siebie - kim jest, jaką ma płęć, co lubi, czego nie, skąd pochodzi, czyli rozwija swoją indywidualność i tożsamość, doświadcza własnej odrębności, poczucia sprawstwa i wpływania na rzeczywistość.
- Zabawa zaspokaja naturalną w tym wieku potrzebę ruchu i aktywności, pomaga budować siłę, odporność, sprawność fizyczną oraz tworzyć dobre przekonania na temat działania, ruchu i aktywności.

ZABAWA TO WAŻNA SPRAWA

Drogi Rodzicu!

- Obserwuj dziecko i rozmawiaj z nim. Zobacz czym lubi i chce się bawić, co je fascynuje, intryguje i zajmuje.
- Dopasuj aktywności do aktualnych potrzeb dziecka, jego doświadczeń, poziomu rozwoju, zainteresowań, możliwości, nastroju.
- Od urodzenia baw się razem z dzieckiem, ponieważ wspólna zabawa z rodzicem jest równie ważna jak karmienie, przewijanie czy spacerowanie.
- Inicjuj zabawę, proponuj nowe doświadczenia, kieruj uwagę, zapraszaj, ale nie wywieraj presji, odpowiadaj chętnie na pomysły dziecka.
- Stwarzaj warunki do samodzielnej aktywności, wycofuj się, gdy dziecko bawi się, eksperymentuje i odkrywa.
- Umożliwaj samodzielne działanie, nie wyręczaj, nie poprawiaj, gdyż najważniejsze jest nie rezultat pracy, ale sama aktywność oraz wrażenie z którym dziecko zostanie (nie sam rysunek, ale radość z pomysłu, decydowania o kolorach, wspólnego z rodzicem rysowania, satysfakcja, że się coś samodzielnie tworzy).
- Daj odpowiednią ilość czasu, dziecko lubi wracać wielokrotnie do ulubionych aktywności, powtarzać je, rozbudowywać.
- Od urodzenia rozmawiaj z dzieckiem podczas zabawy, nazywaj, pytaj, wyjaśniaj, tłumacz, słuchaj odpowiedzi (niewerbalnych i werbalnych), buduj dialog między wami.
- Stopniowo stwarzaj okazje do zabawy z innymi dziećmi. Pozwól, aby dzieci mogły, zgodnie z własnymi potrzebami i preferencjami, obserwować się, naśladować, bawić się koło siebie, częściowo razem, a częściowo osobno. W razie trudności (np. konfliktu o zabawkę) pomagaj dzieciom zrozumieć sytuację i wspólnie znaleźć rozwiązanie.
- Włączaj dziecko w organizowanie zabawy (np. wybór zabawy, przygotowanie materiałów) oraz we wspólne sprzątanie i porządkowanie po jej zakończeniu (np. odłożenie zabawek na miejsce).
- Nie zastępuj czasu zabawy sprzętami elektronicznymi (telewizor, telefon, tablet, komputer). Według zaleceń Amerykańskiej Akademii Pediatricznej (2018) dzieci poniżej 2 roku życia nie powinny mieć dostępu do mediów, poza rozmowami video, a między 2-5 rokiem życia możliwe jest nie więcej niż 1 godzinę dziennie dobrej jakości programów/bajek. Oglądanie powinno się odbywać zawsze w towarzystwie dorosłego, który towarzyszy, wyjaśnia, tłumaczy.

CO JEST POTRZEBNE, BY POMÓC DZIECKU ROZWIJAĆ SIĘ POPRZEC ZABAWĘ?

- bezpieczna i inspirująca przestrzeń (w domu i poza nim), która zachęca dzieci do ruchu, obserwacji, badania, poszukiwania odpowiedzi na interesujące je pytania oraz „zanurzenia się” w zabawie i wielokrotnego powtarzania ulubionych aktywności;
- dobrej jakości sprzęty, przedmioty, zabawki:
 - chusty, hamaki, koce do bujania i kołysania; poduchy, podesty do wspinania się stopniowo coraz wyżej; wózki, rowerki, hulajnogi do przemieszczania się, zabawki do ciągnięcia i pchania;
 - materiały naturalne, np. kasztany, kamienie, muszelki, kawałki drewna, pnie drewniane, szyszki, korki, sznurek, papier;
 - materiały sensoryczne, np. pojemniki z fasolą, ryżem, soczewicą do przesypywania, woreczki wypełnione różnymi materiałami naturalnymi, płyny do przelewania, pojemniki z zapachami, kolorowe folie, klepsydry, dyski do ścieżki sensorycznej;
 - masy plastyczne, np. masa piankowa, piasek kinestetyczny, ciastolina, masa solna, slime do dotykania, ugniātania, lepienia, materiały plastyczne do rysowania, malowania pędzlami, rączkami, barwienia, naklejania;
 - przedmioty codziennego użyciu, np. lejki, łyżki, miski, łopatki, chochelki, sitka, garnki, koce;
 - sprzęty muzyczne gotowe typu grzechotki, dzwonki, bębenki, lub wykonane samodzielnie (np. bułeczka z kaszą, bębenek z kartonu);
 - kartony, poduchy, puffy, tuby, kločki do tworzenia dużych i małych konstrukcji, sortery, puzzle,
 - książeczki do czytania, oglądania, pokazywania, rysowania;
- swobodny dostęp do rzeczy potrzebnych w zabawie (dziecko powinno samodzielnie móc sięgnąć po każdą rzecz), np. poprzez niskie, otwarte półki, pudła czy koszyki, małe podesty;
- odpowiednia organizacja przestrzeni tak, aby dziecko samo orientowało się co jest w środku i gdzie rzeczy mają swoje miejsce, np. oznaczenia mebli, pudeł poprzez zdjęcia lub symbole graficzne;
- inni ludzie – dzieci i dorośli, z którymi można dzielić zabawę, bawić się w parach, mniejszych grupach czy w dużym zespole.

Copyright © 2020 by Instytut Małego Dziecka im. Astrid Lindgren.
Wszystkie prawa zastrzeżone. Publikacja przygotowana i wydana w ramach projektu
współfinansowanego ze środków Miasta Poznania.

POZnań*

Poznań 2020



INSTYTUT
MAŁEGO
DZIECKA
#ASTRID
LINDGREN