

بازی‌ها چگونه به رشد کودکان کمک می‌کنند؟

پژوهشی از مرکز مطالعات خانواده و رشد انسانی وابسته به دانشگاه ایلینوی کارادو ترجمه: محمد مهري - کارشناس مشاوره و راهنمایی

ضمن مطالعه این مطالب شما باید بدانید که کودکان باهم متفاوتند. هنگامی که بازی‌های آنها را مشاهده می‌کنید این را می‌فهمید و مشاهده می‌کنید بین بچه‌هایی که تقریباً هم سن و سال هستند نیز تفاوت‌هایی وجود دارد. ممکن است کودکی که اصلاً نمی‌تواند توپ پرت کند در آینده بتواند بهتر از هر کسی با توپ بازی کند و این یک مسیر عمومی از رشد است که بچه‌ها آن را دنبال می‌کنند، درحالی‌که سرعت رشد آنها مثل هم پیش نمی‌رود. مدت سینه‌خیز رفتن بسیاری از نوزادان طولانی می‌شود در حالی‌که سایر نوزادان ممکن است بدون اینکه مدت سینه‌خیز آنها طولانی شود بایستند و راه بیفتند. حتی دوقلوها در موقعیت‌های مختلف به شیوه‌های متفاوت عمل می‌کنند. فهمیدن تفاوت‌های فردی بازی‌ها در چهار جهت به رشد کودکان کمک می‌کند:

جسمانی (Physically)، ذهنی (Mentally)، اجتماعی (Socially)، و عاطفی (Emotionally)

بازی و رشد جسمانی:

هنگام بازی بچه‌ها یاد می‌گیرند از ماهیچه‌های خود استفاده کنند. وقتی بازی‌های حرکتی ماهیچه‌های درشت بدن را به حرکت می‌اندازد، ماهیچه‌های کوچک نیز به کار می‌افتند، ماهیچه‌های بزرگ مانند بازوها و ماهیچه‌های ران قوی‌تر می‌شوند و بهتر کار می‌کنند، در نتیجه کودکان بهتر می‌توانند بدوند، جست و خیز کنند و از جایی بالا بروند. وقتی ماهیچه‌های کوچک در انگشتان دست و پای کودک بیشتر تحت کنترلش در می‌آید می‌تواند از تمام دستش به خوبی استفاده کند. این کودکان می‌توانند در سن ۴ سالگی به راحتی قطعات ریز را جمع‌آوری نمایند.

هماهنگی و تعادل (Coordination) نیز با پیاده روی روی لبه پیاده‌روها، بالا رفتن از درختان و جاهای بلند، له کردن پای همدیگر در بازی‌های لی‌لی به وجود می‌آید. موقعی‌که قسمتی یا قسمت‌هایی از بدن با هم کار می‌کنند به طوری که بدن به طور موزون حرکت می‌کند و یک فعالیت به انجام می‌رسد، به آن ((هماهنگی)) گفته می‌شود.

بازی‌ها و سرگرمی‌ها باید تا حدی مشکل‌باشند که کودک را به چالش وادار نمایند و سادگی آنها تا اندازه‌ای توصیه می‌شود که از شکست آنها جلوگیری نمایند و نگذارد محرومیت در انجام یک فعالیت طولانی شود. بچه‌ها از اسباب بازی‌ها و سرگرمی‌هایی که بسیار آسان هستند خسته می‌شوند. چالش در انجام بعضی از فعالیت‌ها یک مسأله را به وجود می‌آورد (مثلاً قسمتی از یک پازل) و ساختن و دوباره سازی بعضی از اشیاء به رشد کودکان منجر می‌شود.

کودکان انرژی زیادی دارند، بنابراین باید به آنها فرصت بیشتری بدهیم تا انرژی‌شان به مصرف برسد در این صورت آنها بهتر به رشد خود ادامه می‌دهند. در هر مقطع سنی هماهنگی حرکتی بستگی به تجربه بازی دارد و اگر کودکان شانس کافی برای انجام نقاشی و طراحی نداشته باشند به اندازه کودکانی که تجربه چنین بازی‌هایی را داشته‌اند پیشرفت نخواهند کرد.

موقعی‌که کودکان راه رفتن را یاد می‌گیرند، تمایل دارند اشیاء را در سراسر اتاق جابه‌جا کنند همچنین آنها مشتاقند که یخ را در لیوان لمس کرده و مزه سوپ را بچشند. کودکان پیش‌دستانی از چکش چوبی استفاده می‌کنند تا یک میخ چوبی را بکوبند، سوار سه‌چرخه می‌شوند و از بلندی‌ها بالا می‌روند. آنها یک پازل به هم ریخته را برداشته و به کمک هم آن را می‌سازند در حین چنین فعالیت‌هایی آنها یاد می‌گیرند چگونه از انگشتانشان استفاده کنند. کودکان در سنین مدرسه به رشد خود ادامه داده و کودکان ۷-۶ ساله از باستل و قیچی استفاده می‌کنند تا مهارت‌های رنگ‌شناسی و برش زدن کاغذ را یاد بگیرند در ۸ و ۹ سالگی می‌توانند با چوب به یک توپ ضربه بزنند، دوچرخه برانند، از روی طناب بپرند و بولینگ بازی کنند.

بازی و رشد ذهنی:

هنگامی که کودکان بازی می کنند یاد می گیرند که از فکرشان استفاده کنند. (زان پیازه)) روان شناس معروف کودک که درباره رشد کودکان مطالعه کرده به ما کمک نموده تادرباره نحوه یادگیری کودکان چیزهای زیادی بدانیم .

کودکان هنگام بازی از حواس خود استفاده می کنند ، به وسیله چشیدن ، جویدن ، دیدن ، حس کردن و شنیدن چیزهای مختلف ، رنگها ، اندازه ها ، ترتیب و چیدمان ، وزن و . . . را یاد می گیرند. این گونه مواجهه در مراحل پایین تر منجر به بالا رفتن مهارت های استدلال و منطق برای سنین بالاتر می شود .

کودکان در ضمن بازی تجربه های زیادی به دست می آورند . آنها کشف می کنند بوی تعفن نامطبوع است و می فهمند بسیاری از اسباب بازی ها پُر تحرک تر از دیگران است . آنها نام رنگها را یاد گرفته و بعضی از چیزهایی که به آنها آسیب می رساند را شناسایی می کنند ، کودکان نحوه الگو برداری از رفتار دیگران و مشارکت در فعالیت ها را می آموزند . آنها دوست دارند به شدت درباره کارهایی که انجام می دهند فکر کنند و از عقاید شخصی خود خارج شوند . آنها می توانند به حل مسأله بپردازند و به وسیله بلوک های متعددی که دارند سازه ای بلند به وجود آورند . قطعات پازل را در مکان خود درست می چینند و لباس های عروسک را درآورده و می پوشانند . این گونه فعالیت ها که حل مسأله می باشد برای کودکان خوشایند است و به هماهنگی ذهن و بدن منجر می شود که کودک می تواند یک فعالیت را به پایان برساند .

تصورات خلاقانه کودکان هنگامی که آنها با اشیاء مختلفی که وسایل متعدد را به وجود می آورد آشنا می شوند به راه می افتد . یک کودک تصمیم می گیرد با وسایلی مانند بلوک ها، ماسه ، کاغذ ، آب ، جعبه ها ، رنگها ، مداد رنگی ها ، خمیر بازی و آلات ریتمیک چه می تواند بسازد ، ملزومات مغازه داری را فراهم می کند یا لباسی برای پوشیدن عروسک تهیه می کند . واقعیت جالب این است که آماده کردن کودکان برای بهره مندی از خلاقیت با انجام دادن بعضی از کارها به سادگی به وجود می آید .

بازی و رشد اجتماعی :

نحوه برقراری ارتباط کودک با دیگران را رشد اجتماعی می گویند . هر کسی که در زمینه بازی های کودکان مطالعه کرده باشد می داند که بچه ها با توجه به سنشان به روش های متفاوتی با دیگران رابطه برقرار می کنند .

بازی های اولیه (نوزادی) (Early Play Lintant) : اغلب بازی نوزادان با والدین و سایر اعضای خانواده است . نوزادان این بازی ها و احساس خوشی را که از طریق آن به دست می آورند را دوست دارند . شما می توانید برای نوزادان آواز بخوانید ، دستشان را حرکت بدهید ، پاهایشان را به هم بزنید و شکمشان را با دهان قفلک بدهید ، آنها مشتاقانه می خندند و قهقهه می زنند . موقعی که نوزاد کمی بزرگ تر می شود بازی های ساده مانند درآوردن صدای حیوانات برایش جالب است . نوزادان دوست دارند احساسات خوشی که به وسیله صحبت کردن با آنها به وجود می آید ادامه پیدا کند .

بازی های انفرادی (کودکان نوپا) (Solitary Play Toddler) : کودکان نوپا دوست دارند به تنهایی بازی کنند . در این سن هرچند آنها ممکن است دور کودکان هم سن و سال خود بچرخند و راه بروند ولی دوست دارند به تنهایی بازی کنند در حدود ۲/۵ سالگی آنها شروع به برقراری ارتباط با هم سن و سالان خود از طریق لمس کردن و صحبت با آنها می کنند .

بازی های موازی (قبل از دبستان) (Pre School) (Paralel Play) : در این سنین کودکان تمایل دارند که با هم باشند ولی تعامل بین آنها محدود است . آنها پهلو به پهلو می روند . به همدیگر گوش می دهند ، همدیگر را تماشا می کنند و بعضی از اوقات ممکن است بر سر اسباب بازی هایشان با هم بجنگند .

بازی های اشتراکی (قبل از دبستان)

(Associative play) (Pres school)

در این سنین کودکان هنوز به خود مشغولند . اغلب کودکان فعالیت های دیگر کودکان را تقلید می کند ولی آنها باهمدیگر تعامل زیادی انجام نمی دهند .

بازی های مشارکتی (قبل از دبستان) (Pre School) (Cooperative Play):

هنگامی که مهارت های صحبت کردن و گوش دادن رشد می یابد کودکان می توانند جامعه پذیر شوند . آنها برنامه ریزی می کنند و کارهایی که می خواهند انجام دهند را به هم می گویند و فعالیت هایی که انجام می دهند در

پاسخ به کارهایی است که دیگران انجام می دهند . کودکان از طریق وانمود سازی دست به یک بازی خانگی مثل بازی ((پدر و مادر)) می زنند و سعی می کنند از ارتباط اولیه شان خارج شوند.

_ بازی های پایانی (مدرسه) (School) (Later Players) : بچه ها در سنین مدرسه توسط نقش و محدوده زمانی که دارند به بازی ها ساختار می دهند . در هنگام بازی از هم انتظار دارند که بی طرفانه و زیبا بازی کنند . آنها طرف هایشان را مشخص کرده و تیم تشکیل می دهند و بدین ترتیب با هم معاشرت می کنند .

بازی و رشد عاطفی (Play and emotional development) :

نقاشی , طراحی و موسیقی به کودکان کمک می کند خودشان را ابراز نمایند. بازی به کودکان کمک می کند که احساس بهتری داشته باشند و یاد می گیرند که عمل و حرکاتشان را کنترل کنند . آنها وقتی که یاد می گیرند از زیبایی رنگها , ریتم آهنگ ها , بازی با عروسک ها , حیوانات پارچه ای و ابزار نجاری لذت ببرند خوشحال می شوند. آنها اغلب احساسات و عواطفی را که نمی توانند در زندگی روزمره شان نشان بدهند از طریق بازی ابراز می کنند. کودکان دریازی های خلاق بدون هیچ گونه هراسی ابراز امیدواری می کنند . هنگامی که آنها تشویق می شوند زندگی روزمره شان را تعریف کنند یا تصویری را بکشند , می توانند بر احساساتشان غلبه کنند و دنیای درونی خودشان را بسازند . آنها بهتر قادر می شوند که به آرزوها و رؤیاهایشان بپردازند بدون حمایت جدی از بازی های کودکان رویاهایشان کمرنگ می شود , بلند پروازی ها و خود حمایتی ها کم می شود , راحت بودن کودک به تدریج زنگار می گیرد, امنیت خاطر آنها از دست رفته و دچار ضربه روحی می شوند.

ماخذ: فصلنامه بیک بازی - شماره ۲