

Aktywność zabawowa w wieku przedszkolnym

W wieku przedszkolnym wyraźny jest wzrost sprawności motorycznej. Dziecko doskonali ruchy, a proste ruchy łączą się w nowe kombinacje charakteryzujące się coraz większą harmonią, płynnością i rytmicznością. „Głód ruchu” charakterystyczny dla tego wieku powoduje, że dziecko jest pełne energii, aktywne. Aktywność dziecka w tym wieku jest głównie ukierunkowana na zabawę i to w zabawie dokonuje się przede wszystkim jego rozwój - zarówno motoryczny, jak i poznawczy, społeczny oraz emocjonalny. Zabawa wraz z rozwojem dziecka również ulega przekształceniu - od zabawy *na serio* do zabawy *na niby*, rozwijającej wyobraźnię, i od swobodnej zabawy tematycznej do zabawy w role i zabawy z regułami, przygotowujących dziecko do pójścia do szkoły i uczenia się pod kierunkiem dorosłego, a więc akceptowania i respektowania wprowadzanych zasad.

Ruch to zdrowie

Okres przedszkolny to czas szczególnie intensywnego wzrostu i rozwoju umiejętności dziecka. W tym czasie kształtuje się jego motoryczność. Niektórzy określają go jako „złoty wiek” dla rozwoju dziecięcej motoryki. Organizm przedszkolaka dojrzewa pod wpływem bodźców biologicznych, zmienia się budowa ciała, doskonalą się narządy, wzmacniają układy, a w wyniku treningu w repertuarze zachowań pojawiają się nowe, jakościowo odmienne rodzaje aktywności, które w dalszych okresach życia są jedynie udoskonalane. Rozwijają się także możliwości poznawcze, dzięki czemu wpływ dziecka na otoczenie jest coraz bardziej celowy, a informacje zwrotne płynące od otoczenia coraz bardziej zrozumiałe.

Aktywność jest zatem odpowiedzią na sygnały płynące z wewnątrz dziecka - jest odpowiedzią na silną potrzebę ruchu. Chęć zaspokojenia tej potrzeby jest motorem dalszego rozwoju we wszystkich sferach funkcjonowania dziecka. Jako że aktywność dzieci w tym okresie to głównie eksploracja, badanie i tworzenie, ruch jest głównym środkiem zbierania informacji na temat otaczającego je świata.

Dla zdrowia przedszkolaka i jego prawidłowego rozwoju psychoruchowego ważne jest więc optymalne zaspokojenie potrzeby ruchu. Nie jest to trudne, gdyż dzieci w tym okresie życia ustawicznie szukają okazji do zaspokojenia tej naturalnej potrzeby. W ich aktywności pojawiają się różne „nowości ruchowe”. Dzieci zaczynają grać w piłkę, skakać na skakance, jeżdżą na hulajnodze, uczą się jeździć na rowerze i huśtać na huśtawce. Obecność różnego rodzaju zjeżdżalni, tuneli, lin, drabinek oraz innych elementów, stanowiących wyzwanie do pokonania dla przedszkolaka, jest tutaj jak najbardziej wskazana. Odpowiednie przygotowanie przedszkola, np. wystarczająco duża swobodna przestrzeń na sali zajęć, jest zatem ważnym czynnikiem wpływającym na rozwój i samopoczucie dzieci. Ważniejsze jest jednak odpowiednie oddziaływanie wychowawcze respektujące prawidłowości rozwoju dzieci, ukierunkowujące właściwie aktywność dziecka, a nie tłumiące jej.

Aby aktywność tego rodzaju była dla dziecka przyjemnością, należy także zadbać o odpowiednią atmosferę prowadzonych zajęć - atmosferę wsparcia, życzliwości, radości z wykonywanych ćwiczeń oraz wyrozumiałości dla innych. Najbardziej odpowiednią formą realizacji wyżej wymienionych aspektów jest zabawa. Dziecięca, spontaniczna, beztroska, pełna radości i emocji.

Aktywność zabawowa nie jest tylko czynnikiem umożliwiającym rozwój dziecka, sytuacją, w której dziecko się rozwija, ale jest także skutkiem prawidłowego rozwoju różnych sfer, stąd ciągły rozwój i przekształcanie się zabaw. Dziecko wchodzi w wiek przedszkolny z pewną umiejętnością zabawy. Od pierwszych miesięcy uczyło się zabawy manipulacyjnej (sensomotorycznej), a w drugim r. ż. - zabawy konstrukcyjnej. Do tej pory dziecko bawiło się *na serio* - naśladowało czynności zaobserwowane u dorosłych. Przedmioty spełniały swoją rzeczywistą rolę

- tak więc do zabawy w przyjęcie urodzinowe potrzebne były talerzyki, łyżeczki i filiżanki.

W wieku przedszkolnym pojawia się zabawa *na niby*. Dziecko, powoli, przestaje używać do zabawy przedmiotów, które pełnią taką samą rolę w życiu codziennym. Coraz częściej w zabawie chce „udawać”, że przedmioty pełnią inną rolę - np. patyczek jest łyżeczką, a duży klocek filiżanką lub garnuszkiem. Wkrótce przedmioty nie muszą w ogóle istnieć, aby się nimi bawić, np. dziecko może bawić się z niewidzialnym kotkiem lub gdy leżakuje obserwować na suficie gwiazdy.

Dziecko wchodzi też w zabawie w nowe role - jest piratem na morskim okręcie czy rozbitkiem na bezludnej wyspie. Stąd w tym wieku tak bardzo lubiana jest gra tematyczna

- w lekarza, w dom czy w teatrzyk, w którym dzieci mogą podejmować najróżniejsze role. To wszystko jest możliwe dzięki dynamicznemu rozwojowi wyobraźni. Dziecko ćwiczy ją w zabawie, jednocześnie mając świadomość, że to tylko zabawa, potrafi ją już odróżniać od sytuacji, która zabawą nie jest.

Główne różnice pomiędzy zabawą *na serio*, a zabawą *na niby* ukazuje tab. 1.

Poza zabawą *na niby* w późniejszym wieku przedszkolnym rozwija się także umiejętność gry z regułami. Po raz pierwszy pojawiają się razem nie tylko reguły, ale także wyraźna, zaplanowana struktura działania i cel, którym jest wygrywanie. Podstawą gry z regułami jest akceptowanie i respektowanie wcześniej ustalonych reguł - w tej zabawie wszystkie dzieci muszą podporządkować się zasadom. Gdy ktoś łamie reguły, przestaje być uczestnikiem gry. Poza podporządkowaniem się regułom dziecko uczy się w nich także wygrywać oraz przegrywać, czyli radzić sobie z silnymi, często skrajnymi emocjami w sytuacji publicznej.

1. Różnice pomiędzy zabawą *na serio* a zabawą *na niby*

Rodzaj zabawy	Zabawa <i>na serio</i>	Zabawa <i>na niby</i>
Dominujący okres rozwojowy	Wczesne dzieciństwo: 2-3 r. ż.	Średnie dzieciństwo (wiek przedszkolny): 3-6 r. ż.
Podstawowy proces	Naśladownictwo	Udawanie
Zabawki	Przedmioty spełniają swoją rzeczywistą funkcję (łyżka jest łyżką, grabki są grabkami). Zabawki powinny jak najbardziej przypominać rzeczywiste przedmioty.	Przedmioty pełnią nową rolę (łyżka może stać się telefonem, kamienie mogą być nieniedźmi, za które można kusić niewidzialne lody). Zabawki nie muszą przypominać rzeczywistych przedmiotów.
Sytuacja zabawy	Nie jest odróżniana od sytuacji realnej.	Jest odróżniana od sytuacji nie będącej zabawą.

Po co zabawa?

L. S. Wygotski pisał o tym, że zabawą jest pewnego rodzaju paradoksem. Dziecko w zabawie *na niby* operuje oderwanymi znaczeniami, ale w rzeczywistej sytuacji - bo przecież zabawa w lekarza czy rycerza ratującego królową - odbywa się tu i teraz, w przedszkolu. Kolejny paradoks dotyczy istoty działania dziecka. Następuje w nim połączenie tego, co przyjemne, z tym, co pożyteczne. Dziecko w zabawie działa po linii najmniejszego oporu, tzn. robi to, na co ma ochotę, gdyż zabawa związana jest z odczuwaniem przyjemności, a jednocześnie uczy się działać po linii największego oporu - podporządkowując się regułom, odraczając osiągnięcie satysfakcji, pośrednio przygotowując się do pełnienia ról życiowych.

Zatem wszystkie pojedyncze działania tworzą jedną całość, w której łączy się to, co zewnętrzne z tym, co wewnętrzne. Dziecko bowiem pragnąc - realizuje, a myśląc - działa. Są to pierwsze kroki dziecka w kierunku myślenia abstrakcyjnego oraz rozwoju wyobraźni. Tabela 2. ukazuje osiągnięcia związane z pojawieniem się i rozwojem zabawy, a także próbę określenia jej znaczenia.

Zabawa odgrywa także ważną funkcję terapeutyczną w rozwoju dziecka. Dzięki niej dziecko opanowuje swoje przyszłe role, np. rolę ucznia. Sytuacja zabawy sprzyja jej testowaniu w całkowicie bezpiecznych warunkach. Przećwiczenie sytuacji zaś prowadzi do obniżenia napięcia emocjonalnego związanego z nową rolą. Rozwiązując swoje wewnętrzne konflikty, dziecko kompensuje więc i uzupełnia rzeczywistość przez fikcję, budując swój własny obraz świata.

Jak pisał L. S. Wygotski *dziecko nie bawi się dlatego, że jest dzieckiem, ale bawi się dlatego, by stać się dorosłym* - zabawa jest aktywnością rozwijającą, uczącą nowych umiejętności. To w zabawie mały człowiek rozwija sprawność motoryczną, zdobywa wiedzę o świecie dorosłych i rówieśników, poznaje role społeczne, rozwija wyobraźnię, ćwiczy kreatywność i pomysłowość, uczy się współpracy, uwzględniania punkt widzenia inny niż własny oraz podporządkowania się regułom. Obok pomocy w wypełnianiu codziennych obowiązków i postępowaniu zgodnie z wymaganiami otoczenia, zabawa, w której dziecko próbuje nowych ról i innych niż codzienne sposobów działania, jest istotnym krokiem na drodze ku samodzielności, w efekcie ku dorosłości.

Obszar rozwoju	Charakterystyka	Znaczenie
Obszar: motoryczny	Rawiac się - szczególnie w zabawy ruchowe - dziecko rozwija sprawność i prędkie ruchów oraz koordynację wzrokowo-ruchową.	- Dziecko coraz szybciej i sprawniej się przemieszcza. • Zdolności manipulacyjne pozwalają na coraz sprawniejsze naciąganie się przrządami nicarskimi - Większa wytrzymałość fizyczna wpływa na pojawienie się nowych form zabaw i gier zespołowych - Ruchliwość i sprawność fizyczna często sprawiają, że dziecko wyróżnia się w gronie, przejmując np. rolę lidera.
Rozwój poznawczy	- Rawiac się dziecko zdobywa wiedzę o świecie od dorosłych i od rówieśników - poznaje różne role społeczne - Zabawa jest drogą do rozwoju myślenia abstrakcyjnego.	- Dziecko wie coraz więcej i działa coraz pewniej - Rozwój zabawy prowadzi do rozwoju kolejnych stadiów w rozwoju myślenia - aż do planowania operacji formalnych - Zdobywana wiedza rozszerza wiadomości o świecie ludzi i przedmiotów • Informacje są coraz lepiej organizowane i przetwarzane.
Obszar: wyobraźni	Zabawa jest drogą do myślenia twórczego.	- Rozwój wyobraźni stanowi początki różnicowania świata realnego i świata fikcji • Wyobraźnia wzrasta z wiekiem dziecka - Wyobraźnia stymuluje dziecko do podejmowania nowych działań i stanowi pole jego marzeń - Wyobraźnia spełnia też funkcję terapeutyczną.
Obszar: społeczny	W zabawie dziecko rozwija swoją kreatywność i samodzielność Doświadcza poczucia sprawstwa - samo jest autorem realnych pomysłów, nie naśladuje lecz kreuje sytuację.	- Nawiązywanie kontaktów rówieśniczych stanowi źródło satysfakcji i radości - które kształtują pozytywny obraz świata dziecka - Jako uczestnik zabaw czuje, że przynależy do grupy, uczy się współpracy - Balansowanie pomiędzy kontrolą nad przebiegiem zabawy a podporządkowaniem się regułom stanowi postawę uczenia się ról społecznych - zawodowych, itp. - Doświadczenie poczucia sprawstwa wpływa pozytywnie na procesy radzenia sobie dziecka w podobnych sytuacjach.
Rozwój emocjonalny	Dziecko odrywa przeżycia bohatera - a jednocześnie samo przeżywa odrywanie ról - dzięki czemu uczy się regulować stany emocjonalne i rozumieć przeżycia innych.	- Rozumienie własnych i cudzych stanów emocjonalnych jest ważnym elementem funkcjonowania społecznego. • Dzięki tym umiejętnościom kształtują się u dzieci uczucia empatii rozszerzając zakres zachowań międzyludzkich - i ułatwiają im nawiązywanie kontaktów społecznych. • Emocjonalne odgrywanie obniża napięcie.
Obszar: samokontroli	- Dziecko uczy się samonagrania - czucia podporządkowywania się regułom, panowania nad impulsami - Wypełnianie reguł jest dla niego źródłem przyjemności.	- Rozwój samokontroli prowadzi do coraz bardziej świadomego i celowego działania - Umiejętność odraczania gratyfikacji staje się źródłem jeszcze większej satysfakcji i powoduje utrwalenie postawy samodzielności w przyszłości.