mgr Maria Michalska, psycholog PPP nr 1 w Gdyni

Jak i w co bawić się z przedszkolakiem?

Wierzę, że z każdej – nawet bardzo trudnej sytuacji – da się wyciągnąć coś pozytywnego. W przypadku obecnej pandemii jest to możliwość spędzenia większej ilości czasu z naszymi dziećmi, lepszego ich poznania i zacieśnienia więzi. Oczywiście zdaję sobie sprawę z tego, że zamknięcie z najbliższymi w czterech ścianach w obliczu panującego na zewnątrz zagrożenia generuje także szereg trudności psychologicznych, ale to temat na odrębny artykuł. Sytuacja jest dla każdego z nas zupełnie nowa i pewne jest tylko to, że większość naszych dzieci będzie ją pamiętać do końca życia – tak, jak wielu z Państwa pamięta np. wprowadzenie stanu wojennego. Naszym zadaniem – jako rodziców – jest sprawić, by wspomnienia te nie wywoływały w nich lęku, ale właśnie pozytywne skojarzenia z ciepłem rodzinnym, bliskością i wspólną zabawą.

Jak się bawić?

„Zabawa jest dla dziecka najlepszym sposobem poznania świata, języka, innych ludzi i własnych emocji. W trakcie zabawy dziecko najczęściej samodzielnie rozwiązuje zadania, które znajdują się w danym momencie w jego strefie najbliższego rozwoju, robi krok w nieznane". Autorem tego zdania jest słynny psycholog zajmujący się teorią rozwoju tzw. „wyższych funkcji psychicznych" u dzieci – Lew Wygotski. Dla Wygotskiego zabawa była elementem kluczowym w nauce i rozwoju, bo to właśnie dzięki zabawie dziecko nabywa nowych umiejętności i doświadczeń, staje się uspołecznione, kreatywne i samodzielne, uczy się nazywać i wyrażać swoje emocje. Zaś najcenniejsza dla rozwoju poznawczego jest zabawa spontaniczna, wypływająca z inicjatywy samego dziecka.

Lew Wygotski wprowadził do psychologii rozwojowej bardzo ważny termin, czyli tzw. „strefę najbliższego rozwoju". Oznacza ona „potencjał dziecka" - taki rodzaj zadań, których nie jest w stanie wykonać samodzielnie za pierwszym razem, ale przy wsparciu osoby dorosłej może je wykonać. To właśnie w tej strefie dziecko zdobywa najwięcej nowych umiejętności i wiedzy. Zadania, które dziecko rozwiązuje bez problemu, nie stanowią wyzwania. Nie oznacza to, że dziecko nie powinno ich wykonywać, bo czyniąc to, utrwala nabyte już umiejętności, czyli tzw. „strefę aktualnego rozwoju". Bardzo ważna jest jednak rola dorosłego, który musi dopasować działania edukacyjne do strefy rozwojowej, by zadania nie były ani zbyt łatwe, ani zbyt trudne. Rzecz w tym, by elastycznie zmieniać poziom trudności, dostosowując go do dynamiki rozwoju dziecka. Umiejętność rozwiązywania problemów we współpracy z drugą osoba jest ważnym elementem warunkującym przystosowanie do życia w społeczeństwie. Dorośli często psują zabawę dzieciom, bawiąc się z nimi nieumiejętnie – bawiąc się „na własnych zasadach" lub robiąc coś „za dziecko" (np. budując model z klocków Lego praktycznie bez jego udziału), przez co maluch nabywa postawy wyuczonej bezradności, a po 15 minutach odchodzi znudzony, przekonany, że nie sprostał naszym oczekiwaniom. Natomiast nam powinno zależeć na tym, by kształtować w dzieciach samodzielność, kreatywność i umiejętność pokonywania trudności. W jaki sposób możemy pracować w „strefie najbliższego rozwoju":

1) Zademonstrujmy sposób rozwiązania zadania, a następnie obserwujmy, czy dziecko umie wykonać je samodzielnie (np. jak składa się koszulkę, jak należy wyciąć coś lub przykleić)
2) Zacznijmy rozwiązywać jakieś zadanie i pozwólmy, by dziecko je dokończyło (np. nawlekać koraliki, nakrywać do stołu czy wkładać naczynia do zmywarki)
3) Powierzmy dziecku trudne zadanie, które ma rozwiązywać wraz ze starszym kolegą lub rodzeństwem (budowanie z klocków, układanie puzzli)
4) Stawiajmy pytania naprowadzające (np. jak myślisz? Który klocek jest zielony? Od której strony zaczynamy pisać cyfry? Gdzie musi dojść dziewczynka? Ile oczek jest na kostce? Od czego zaczniesz rysunek?)
5) Wyjaśnijmy zasadę rozwiązania zadania (np. gry logicznej, planszowej)
6) Dzielmy zadania na etapy (np. samodzielne ubieranie się czy sprzątanie pokoju)

Warto pamiętać także o kilku następujących zasadach:

- Zacznijmy od bacznej obserwacji zabawy dziecka – zastanówmy się, czym lubi się bawić, jaki jest jego zasób słów, możliwości manipulacyjne, jak wyraża emocje, w jaki sposób interpretuje świat.
- Starannie dobierajmy rodzaje zabawy i zabawki do wieku dziecka - zadania zbyt łatwe po dłuższym czasie nudzą, a zbyt trudne – zniechęcają.
- Pozwólmy dziecku bawić się zgodnie z jego preferencjami – możemy zaproponować, ale nie powinniśmy za wszelka cenę narzucać; czasami warto pozwolić dziecku wybrać zabawę, która najbardziej mu odpowiada, by mogło poczuć się niezależne, traktowane po partnersku, zdolne do podejmowania ważnych decyzji i kreatywne. Ważne jest też rozwijanie u dziecka umiejętności negocjowania zasad zabawy.
- Zadbaj o przestrzeń do zabawy – dziecko musi mieć miejsce, gdzie swobodnie będzie mogło np. malować (bez obawy, że coś pobrudzi), hałasować (nie będąc upominanym, że komuś przeszkadza), skakać lub tańczyć (bez obawy, że coś zbije lub zrobi sobie krzywdę), czy wyciszyć się i skupić (bez zbędnych bodźców i konieczności odrywania się od zadania); posiadanie takiego miejsca buduje poczucie bezpieczeństwa, a także pomaga zrozumieć pojęcie zasad, granic i prywatności.
- Zaplanuj jeden dzień bez telewizora i urządzeń multimedialnych – może się okazać, że będzie to trudniejsze doświadczenie dla rodzica niż dla dziecka i pozwoli się przekonać, w jak dużym stopniu sami jesteśmy uzależnieni od tego typu urządzeń. Tym czasem jeśli chcemy, by nasze dzieci umiały spędzać czas w sposób kreatywny, musimy pokazać im, że sami też posiadamy taką umiejętność, bo dzieci uczą się głównie przez modelowanie. W taki dzień nie musimy wszystkiego robić wspólnie z dzieckiem, ale pokażmy mu, że przyjemnie jest usiąść samemu i np. poczytać książkę, ułożyć pasjansa, narysować coś lub chociażby rozwiązywać krzyżówki.

„W co się bawić, w co się bawić?"

Po pierwsze ruch…

Dzieci uwielbiają zabawy ruchowe. W obecnym czasie jest to szczególnie ważne. Sama jestem mamą przedszkolaka, który bez możliwości codziennego wyjścia na plac zabaw i bawienia się z kolegami w „policjantów i złodziei" po prostu nie wytrzymuje i potrafi biegać wzdłuż całego mieszkania od okna do balkonu po kilkanaście razy (2 dni temu pierwszy raz przyszła do nas sąsiadka, skarżąc się na „tupot małych stóp"). Przedszkolaki baaardzo potrzebują aktywności ruchowej. Dobrym rozwiązaniem byłaby bieżnia przypominająca kółko dla chomika. Ale skoro takowej nie posiadamy, trzeba sobie radzić w inny sposób.

Warto zaproponować malcowi wspólną gimnastykę. Możemy nawiązać do tego, czego nauczył się w przedszkolu i umówić się, że ćwiczenia proponuje raz jedna a raz druga osoba (w ten sposób bardziej się w nie zaangażuje). Liczenie wykonywanych skłonów czy przysiadów na głos może utrwalić kolejność cyfr, ale należy je dostosować do umiejętności dziecka (jeśli liczy do 3, możemy spróbować razem liczyć do 5 i wykonywać po 5 serii określonych ćwiczeń). Pamiętajmy o zakończeniu ćwiczeniami oddechowymi, które skutecznie uwalniają od napięcia (zarówno dorosłych, jak i dzieci).

Jeśli mamy w domu materiałową lub dmuchaną piłkę (albo „słodziaka" z „Biedronki"), możemy z 4-5-latkiem ćwiczyć jej rzucanie i łapanie, które bardzo dobrze wyrabia koordynację ruchową i refleks. Ze starszym dzieckiem (5-6 lat) można liczyć, kto więcej razy złapie piłkę. Balony także nie powinny narobić wielu szkód, a już 3 letnie dzieci chętnie angażują się w ich odbijanie i dbanie, by balon nie spadł na podłogę.

Zachęcam też do wspólnego tańca przy muzyce – jest to nie tylko dawka aktywności fizycznej, ale sposób na wspólne powygłupianie się (pamiętajmy, że śmiech obniża napięcie emocjonalne) oraz rozwijanie poczucia rytmu. W przedszkolu na rytmice dzieci klaszczą, tupią i maszerują w rytm muzyki. Mogą robić to także w domu razem z mamą lub tatą.

Fajna zabawą ruchową jest wykonywanie konkretnych gestów według kodu pokazanego na kartce. Najpierw uczymy dziecko, co oznacza konkretna figura, np. koło - klaśnięcie w dłonie, trójkąt - podskok w górę, serce – obrót, kwadrat – cokolwiek rodzic wymyśli. Następnie rysujemy figury na kartce w dowolnej kolejności np.:

i prosimy by dziecko wykonywało określone gesty, wskazując palcem kolejne figury. Dla dzieci 3 i 4-letnich wystarczą 2-3 znaki, najlepiej kolorowe, by dzieciom było łatwiej je zapamiętać (należy je wcześniej dobrze przećwiczyć). Natomiast 5-6 latkom można wprowadzić więcej znaków i coraz bardziej skomplikowane ich kombinacje. Zabawę można urozmaicić włączając drugiego rodzica lub wymyślając ciągi znaków z dzieckiem na zmianę, dzięki czemu będzie mogło przejąć inicjatywę i poczuje się docenione (przy okazji maluch ćwiczy także rysowanie).

Po drugie gry…

Kolejną formą aktywności, po jaka warto sięgnąć są najróżniejsze gry. Gry uczą dzieci czekania na swoją kolej i przestrzegania zasad, co stanowi jeden z zasadniczych aspektów procesu socjalizacji. Pamiętajmy, że maluch będzie chciał grać, jeśli doświadczy sukcesu, dlatego powinno się czasem dawać dziecku „fory". Nie róbmy tego jednak za każdym razem, bo właśnie dzięki przegrywaniu dzieci uczą się oswajać z porażką i nabierają większej motywacji do rywalizowania (muszą się przecież odegrać;), a tym samym lepiej rozwijają konkretne umiejętności. Jeśli grę podejmuje kilka osób, dobrze, by tylko jedna osoba była tym, kto „wygrał". Dziecku łatwiej oswoić się z „niewygraniem" niż np. uzyskaniem ostatniego miejsca, więc nie kontynuujmy gry do ostatniego gracza. W przypadku, gdy maluch przeczuwając przegraną w złości rozrzuca grę, powinniśmy wykazać empatię – powiedzieć, że rozumiemy, że jest zły, że na pewno zależało mu na wygranej, ale zabawa polega na tym, że raz się wygrywa, a raz przegrywa i tylko pod warunkiem zaakceptowania tej zasady będzie mógł brać w niej udział następnym razem. Możemy zagrać bez udziału dziecka (np. tata z mamą lub rodzic pozostałe dzieci) i pokazać, że choć każdy chce wygrać, nikt nie rozpacza z powodu przegranej, ale gratuluje osobie, która zwyciężyła. Jeśli chodzi zaś o konkretne gry, po które warto sięgnąć, mam kilka takich, które zawsze się sprawdzają (być może są i w Państwa zasobach).

Bardzo lubię wszelkiego rodzaju gry typu memory, bo świetnie ćwiczą pamięć wzrokową. Do gry z 3-latkiem najbardziej nadaje się gra z dużymi kartami, a z dziećmi w wieku 4-6 lat można grać w zwykłe memory. Grając z młodszym dzieckiem możemy po prostu zredukować ich liczbę (np. do 5-8 par) i stopniowo ją powiększać, gdy będziemy widzieli, że maluch dobrze radzi sobie z wyszukiwaniem.

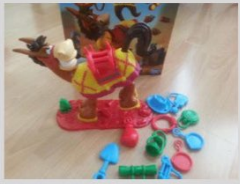
Pamięć wzrokową doskonale rozwija także gra „Dobble", w którą można z powodzeniem grać już z 4-latkiem. Dostępne są różne wersje w zależności od wieku, zainteresowań i warto przed ewentualnym zakupem zorientować się, czy nasze dziecko będzie umiało nazwać konkretne obiekty na kartach. „Dobble" ćwiczy także percepcję wzrokową, płynność słowną oraz szybkość reakcji.

Kolejna gra, w którą można zagrać już z 3 latkiem to domino. Opiera się na prostych zasadach. Jeśli mamy wersję z obrazkami, możemy grać z 3-latkiem, ćwicząc jego percepcję wzrokową. Z dziećmi 4-5-letnimi dobrze jest grać też w domino klasyczne z kropkami, bo dzięki temu ćwiczą naukę liczenia. Jeśli dysponujemy grą z dużą ilością elementów możemy również pokazać dziecku, jak ustawia się je jeden za drugim i wytłumaczyć na czym polega tzw. efekt domina. Ustawianie takie dobrze ćwiczy cierpliwość i umiejętność znoszenia ewentualnych porażek, ale to raczej zabawa dla 6-latka.

Ulubioną grą planszową moich dzieci było zawsze „Grzybobranie". To klasyczna planszówka opierająca się na prostych zasadach. Lubię gry z kostką, bo po pierwsze wprowadzają element losowości (więc przedszkolak może wygrać nawet z „najmądrzejszym tatą na świecie", co z pewnością pozytywnie wpływa na samoocenę dziecka☺), a po drugie maluch na kostkach do gry z łatwością uczy się liczyć. Jeśli gramy z 3-4-latkiem, możemy pomóc mu z odczytywaniem ilości oczek. Natomiast 5-6-latek z powodzeniem sam może ją odczytywać i przesuwać pionek po planszy.

Umiejętność liczenia i szacowania oraz przestrzegania zasad dobrze rozwijają też proste gry karciane. Większość 5-6-latków można z powodzeniem nauczyć grać w wojnę, w której także mamy element losowy i wygrana zależy od szczęścia, co daje maluchowi spore szanse.

Zarówno w pracy, jak i w domu chętnie sięgam po gry zręcznościowe, które wymagają precyzyjnych ruchów. Nie tylko przyczyniają się do doskonalenia koordynacji wzrokowo-ruchowej, ale też ćwiczą koncentrację uwagi i zdolność hamowania reakcji. Mogą w nie grać już 3-latki, ale z doświadczenia wiem, że maluszki o ograniczonej sprawności manualnej i niskich zasobach cierpliwości nie zawsze chętnie po nie sięgają. 5-6-latki natomiast bardzo je lubią. Bierki to gra stara jak świat, ale nadal ciesząca się dużym powodzeniem (raczej dla 5-6 latków). Natomiast gry typu: Szalony osiołek („Buckaroo"), „Jenga" czy „Mistakos" cieszą się dużym



powodzeniem także ze względu na końcowy efekt, jakim jest „spektakularna katastrowa", powodująca zwykle gromki śmiech i uwolnienie od napięcia emocjonalnego.

Umiejętność kategoryzowania i spostrzegawczość możemy rozwijać dzięki grze w skojarzenia. Dziecko musi wyszukać elementy, które pasują do siebie ze względu na łączące je właściwości, zastosowanie itd. Młodszym dzieciom 3-4-letnim warto pomóc szukać (są też łatwiejsze wersje, w których pasujące elementy mają ten sam kolor, ale nie jestem ich zwolenniczką, bo odciągają uwagę dziecka od obiektu). Dzieci starsze 5-6-letnie - nie mają już takiego problemu z wyszukiwaniem, natomiast warto wprowadzić utrudnienie polegające na tym, by słownie uzasadniły swój wybór, co będzie przyczyniać się także do rozwijania zdolności definiowania (umiejętności słownego opisania najważniejszych z punktu widzenia danej kategorii cech obiektu).

Zdolność kategoryzowania i logicznego myślenia można rozwijać także grając w „Zgadnij, kto to?". Dziecko musi dojść do tego, o jakiej osobie (lub zwierzątku) myśli drugi gracz, ale w każdej kolejce można zadać tylko jedno pytanie o jedną cechę, na które otrzymuje się odpowiedź „tak" lub „nie" – np. „Czy ta osoba ma brązowe włosy?", „Czy ta osoba nosi okulary?" itd. Dzieci bardzo lubią tę grę i już 5-latki bez problemu rozumieją jej reguły, ale w praktyce nadaje się raczej dla 6-latków, bo ograniczeniem jest umiejętność czytania liter drukowanych (by malec mógł przeczytać imię osoby z obrazka).

Ostatnią grą, o której chciałam wspomnieć i którą zostawiłam sobie niejako „na deser", jest mój ukochany „Dixit". Wprawdzie zasady są dość skomplikowane (dlatego nie będę ich tu tłumaczyć) i jest on przeznaczony dla dzieci w wieku od 8 lat, ale z mojego doświadczenia wynika, że niektóre 5-6-latki są w stanie grać przy wsparciu dorosłych. Nawet, jeśli nasz przedszkolak nie będzie potrafił zagrać w grę zgodnie z zasadami, warto zapatrzeć się w nią i wykorzystywać jej niezwykłe i wieloznaczne karty do pobudzania kreatywności, wyobraźni dziecka, a także odczytywania jego lęków czy sposobu interpretowania świata. Możemy bawić się z dzieckiem, po prostu nazywając czy opisując obrazki lub losując 2 dowolne karty i wymyślając wspólnie historię, która połączy je w związek przyczynowo-skutkowy.

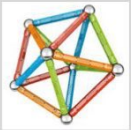
Po trzecie klocki…

Zabawa klockami rozwija koncentrację uwagi, koordynację wzrokowo-ruchową i wyobraźnię przestrzenną. Przedszkolaki z reguły je uwielbiają. Także rodzice chętnie budują z klocków, choć

problemem jest ograniczona wyobraźnia dorosłych, która każe sztywno trzymać się schematów. Jeśli dziecko chce zbudować z nami domek, upieramy się, że musi mieć dach na górze, a okna wychodzące na różne strony, by światło wpadało do środka i kiedy maluch usiłuje zamontować drzwi na dachu, poprawiamy go i przekładamy klocek. A przecież to doskonała okazja, by nasze dziecko na chwilę stało się architektem na miarę Gaudiego. Niech wymyśla! W zabawie nie obowiązują żadne formalne ograniczenia. Pozwólmy mu zostać kierownikiem budowy. Pytajmy, gdzie jego zdaniem powinniśmy umieścić kolejny klocek. Chwalmy nietypowe i oryginalne konstrukcje.

I kolejna kwestia. Często kupujemy zestawy klocków, służące do zbudowania jakiegoś konkretnego obiektu. Odtwarzanie takiej konstrukcji z wzoru świetnie rozwija zdolności wzrokowo-przestrzenne, ale ogranicza możliwość rozwijania wyobraźni. Nie trzymajmy się sztywno schematów. Do budowania z instrukcji każde dziecko dorasta stopniowo. Jeśli nasz maluch sam wyraża chęć zbudowania obiektu z obrazka, starajmy się instruować, ale nie budujmy za niego. Często bowiem takie zabawy kończą się podobnym scenariuszem: dziecko odchodzi, bo nie czuje się potrzebne ani kompetentne, a tatuś siedzi spocony nad zestawem Lego za 200 zł, sfrustrowany brakiem zainteresowania dziecka. Im bardziej tata jest podenerwowany, tym bardziej dziecko nie ma ochoty uczestniczyć w zabawie.

Proponuję, by nie ograniczać się do klocków Lego, ale korzystać z całego asortymentu dostępnego w sklepie. Dobrze sprawdzają się zwykłe drewniane różnokształtne klocki. Lubią je dzieci małe i duże, a ich zaletą jest to, że dają pełna dowolność tworzenia. Z rzeczy mniej staroświeckich, w przypadku mojego synka świetnie sprawdzają się np. klocki-słomki, z których można budować różne duże konstrukcje - bramy, domki, mebelki, rakiety itp. Ważne, żeby kupić możliwie jak największy zestaw, aby elementów wystarczyło na spore konstrukcje. Bardzo fajnym, choć kosztownym wynalazkiem są różnego rodzaju klocki magnetyczne, zarówno w postaci różnych kształtów geometrycznych, jak i te, które składają się wyłącznie z patyczków i kuleczek (uwaga na małe dzieci, które lubią wkładać różne rzeczy do buzi, bo kulki znakomicie nadają się do połknięcia;). Przedszkolaki chętnie bawią się też klockami popularnie nazywanymi „waflami". Można je kupić w różnych rozmiarach. Młodsze dzieci pewnie chętniej wybiorą większe plastykowe elementy, natomiast 5 i 6-latki z powodzeniem mogą przystąpić do budowania z klasycznych niewielkich gumowych kratek. Ostatni wynalazek w dziedzinie klocków, który zdobył moje serce, to klocki „jeżyki", które poza zwykłymi zaletami klocków, dodatkowo stymulują i masują małe dziecięce paluszki, czym pośrednio mogą przyczyniać się także do lepszego rozwoju mowy. Mogą też temu pełnić ważną funkcję w terapii dzieci z nadwrażliwością dotykową, choć trzeba zaznaczyć, że nadwrażliwy dotykowo maluch nie od razu je pokocha i będzie się musiał przyzwyczaić do nich stopniowo.



Po czwarte puzzle…

Chyba nikogo nie trzeba przekonywać do tego, że warto podsuwać przedszkolakom wszelkiego rodzaju układanki i puzzle. Jest to ten rodzaj popularnych zabawek, który najlepiej ćwiczy funkcje wzrokowe – w tym spostrzegawczość i pamięć wzrokową. Najintensywniejszy rozwój percepcji wzrokowej ma miejsce między 3 a 7 rokiem życia, a prawidłowe jej funkcjonowanie umożliwia dziecku naukę czytania, pisani, wykonywania zadań arytmetycznych oraz wielu innych umiejętności nabywanych w toku edukacji szkolnej. Jeśli nasz przedszkolak niechętnie sięga po puzzle, warto zastanowić się dlaczego. Możliwe, że podsuwamy mu zbyt trudne układanki lub popełniamy jakieś błędy bawiąc się z nim (np. układamy za dziecko, zamiast jedynie naprowadzać i pomagać mu szukać elementów) i nie nabył w tym zakresie poczucia kompetencji. Niechęć do tego typu zabawy może też wskazywać na problemy w zakresie percepcji wzrokowej (zwłaszcza jeśli dziecko ma też problemy np. z wyszukiwaniem wyraźnych różnic na obrazkach). Wówczas tym bardziej powinniśmy zachęcać dziecko do tego rodzaju aktywności, sięgając po prostu po mniej skomplikowane układanki, by mogło doświadczyć sukcesu i nabrać wprawy. Od dziecka 3-letniego wymagamy jedynie, by ułożyło obrazek składający się z 2-3 elementów, a od 4-latka – z 4 elementów. Nie należy więc bezkrytycznie sugerować się jedynie opisem na pudełku, ale raczej podążać za możliwościami dziecka.

Po piąte… kreatywność!

Należy pamiętać, że wiele zabaw nie wymaga od nas wydawania pieniędzy, a jedynie kreatywności. Dzięki nim możemy kształtować kreatywność i wyobraźnię u naszych dzieci, co w pewien sposób nawiązuje do wstępu niniejszego artykułu, ponieważ właśnie tego typu zabawy Lew Wygotski uważał za szczególnie wartościowe i rozwijające.

Najbardziej oczywistym sposobem pobudzania kreatywności jest aktywność plastyczna. Nie ograniczajmy jej jednak do rysowania kredkami. Starajmy się używać różnorodnych materiałów i technik. Zastanówmy się 3 razy, zanim wyrzucimy do śmieci jakieś zużyte opakowanie. Czasem warto je zachować i wykorzystać w twórczy sposób. Znajdźmy w domu miejsce na karton, do którego będziemy wrzucać rzeczy na pozór nieprzydatne. Brak zdolności plastycznych nie jest żadną przeszkodą. Warto poszperać w Internecie i poszukać natchnienia. Ponownie apeluję jednak, by nie trzymać się wzorów i schematów w sposób sztywny. Jeśli nasz maluch ma jakiś pomysł, podążajmy za nim, a nie wyprzedzajmy go i nie narzucajmy własnej wizji pracy. W twórczości obowiązuje wręcz pełna dowolność. Warto wybrać coś, co nasze dziecko będzie w stanie wykonać. Wybór zbyt trudnej techniki skończy się tym, że mama będzie siedzieć i kleić, a dziecko

odejdzie od zabawy z poczuciem znudzenia i niekompetencji. Aktywność twórcza pełni ważna funkcję terapeutyczną - tworząc, wyrażamy siebie i uwalniamy nagromadzone napięcie emocjonalne. Stworzenie jakiejś nowej jakości poprawia też samoocenę, dlatego ważne jest, by nasza pociecha mogła pochwalić się reszcie domowników własnoręcznie wykonaną pracą, a nie tym, że ma uzdolnioną mamę. Fakt, że coś będzie krzywo wycięte lub krzywo przyklejone nie powinien nam przeszkadzać.

Jak jeszcze możemy rozwijać kreatywne myślenie? Sposobów są setki. Proponuję np. narysowanie na kartce 10 kółek i poproszenie, by dziecko uzupełniło rysunek, wymyślając, czym te figury mogłyby się stać – np. uśmiechniętą buźką, jabłkiem, słoneczkiem… im więcej pomysłów, tym lepiej. Z dziećmi 3-4-letnimi, które mają niższą sprawność manualną, ćwiczenie można przeprowadzić ustnie, prosząc, by znalazło koła w przestrzeni wokół siebie – maluch może wówczas wskazywać piłkę, klosz od lampy, krawędź kubka itd.

Inną zabawą, którą lubię, bo można przy niej wykonywać różne codzienne czynności (np. gotować obiad), jest wyszukiwanie porównań. Zabawa ta przyczynia się także do rozwijania kompetencji językowych. 3-4-latki mogą mieć z tym problem, ale 5-6-latki na ogół mają już swoje pomysły. Mówimy np. „zielony jak… trawa". Można bawić się, nawiązując do jednego przymiotnika na przemian (raz mama, raz dziecko) lub zadawać dziecku kolejne pytania np.:

- Pachnący jak……
- Kolorowy jak……
- Zimny jak……
- Gorący jak……
- Słodki jak……
- Szybki jak……
- Mokry jak……
- Groźny jak……
- Kwaśny jak……
- Czarny jak……
- Biały jak……
- Ciepły jak……
- Ostry jak……
- Tłusty jak……
- Słony jak……

Możemy też poprosić dziecko, by podało przeciwieństwa określonych przymiotników:

- Pełny
- Duży
- Długi
- Brzydki
- Prosty
- Lekki
- Wesoły
- Ciemny
- Łatwy
- Słodki
- Daleki
- Szybki
- Wczesny
- Kwaśny
- Mokry
- Smutny
- Mały
- Zdrowy
- Zły
- Wolny
- Piękny
- Zimny
- Czarny

Zadawanie zagadek rozwija umiejętność myślenia logicznego, koncentrację i pamięć; dziecko musi przeanalizować cechy, dopasować je do określonej kategorii obiektów i przypomnieć sobie jego nazwę. Jest to zabawa, w którą możemy się bawić zarówno z 3-latkiem, jak i z 6-latkiem, dostosowując poziom jej trudności do indywidualnych możliwości naszych dzieci. W Internecie można znaleźć mnóstwo zagadek-rymowanek, np.

- Wszyscy do mnie zaglądają, co o wygląd schludny dbają. (lusterko)
- Śnieżną buzię ma i siedmiu krasnali zna. (Królewna Śnieżka)
- Choć ma rogi i nogi nie ruszy z podłogi. (stół)
- Choć posiada pancerz, wcale nie wojuje. Choć ma cztery nogi wolno spaceruje. (żółw)
- Kiedy w nim kipi woda, gwiżdże jak lokomotywa? (czajnik)
- Dobre ma zwyczaje ludziom mleko daje. (krowa)
- Skacze w parku po drzewach, żaden orzech nie jest dla niej trudny do zgryzienia. (wiewiórka)
- W lecie jest krótka a długa w zimie. Jak jej na imię. (noc)
- Mrugają, mrugają, choć oczek nie mają. Widać je na niebie, gdy czas spać na ciebie. (gwiazdy)
- To raz utyje, to znowu schudnie. Gdy noc przychodzi świeci nam cudnie. (księżyc)

Natomiast ja najczęściej na bieżąco wymyślam treść zagadki, bo po pierwsze wiem, o czym ostatnio słyszał mój synek lub czego się nauczył i mogę to wówczas jakoś wykorzystać, a po drugie chcę, aby on także skonstruował zagadkę dla mnie, bo musi w tym celu wykonać dość skomplikowane operacje umysłowe. Zagadki mogą mieć różny stopień trudności, w zależności od wieku i możliwości konkretnego dziecka, np.:

- Jemy nią zupę
- Szklane naczynie, z którego pijemy herbatę
- Biały puch występujący zimą
- Jeden ze sztućców, na który nadziewamy mięso
- Część pomieszczenia, po której chodzimy
- Górna część pomieszczenia, na której zwykle zawieszona jest lampa
- Coś, co występuję zwykle w tubce i czym myjemy zęby
- Przedmiot służący do mycia ciała w czasie kąpieli
- Urządzenie, dzięki któremu możemy oglądać m.in. filmy lub bajki
- Urządzenie, w którym trzymamy jedzenie, żeby się nie zepsuło
- Jeden ze sztućców, którym kroimy mięso
- Przedmiot, którym myjemy zęby

Jedną z zabaw, które doskonale ćwiczą umiejętność logicznego rozumowania jest układanie serii. Dzieci bardzo lubią zabawy z użyciem przedmiotów, które na co dzień mają inne zastosowanie, dlatego można użyć guzików lub koralików, jeśli mamy odpowiednią ilość z każdego koloru i kształtu Układamy w rzędzie np. 2 guziki czerwone, 1 zielony, 2 czerwone, 1 zielony i pytamy, który guzik powinien być następny. To samo można zrobić , rysując kolorowe kropki lub określone kształty na kartce papieru, np.: .....?

Umiejętność kategoryzacji można ćwiczyć prosząc dziecko by wskazało, które ze słów nie pasuje do pozostałych, np.:

- Łyżka, kubek, wieszak, miska
- Sałata, mąka, papryka, pomidory

- Pociąg, motor, dom, samochód
- Pies, kot, piłka, zając
- Długopis, masło, kredka, ołówek
- Czapka, rower, rękawice, szalik
- Oko, ucho, kalendarz, nos
- Kasia, Ola, Ewa, słoń
- Jezioro, rzeka, pierścionek, morze
- Czarny, uśmiechnięty, brązowy, granatowy,
- Pączek, drożdżówka, dżemik, babeczka

Każdy z nas w dzieciństwie bawił się w „ciuciubabkę". Zachęcam do przypomnienia sobie tej zabawy i dodawania różnych elementów według własnych pomysłów. Oczywiście najpierw należy zabezpieczyć przestrzeń, by nikomu nie stała się krzywda. Proponuję wersję zabawy, w której jedna osoba z zawiązanymi oczami poszukuje ukrytego przedmiotu, a druga wskazuje jej drogę. W zależności od wieku dziecka można wydawać różne komendy, np. „idź 3 kroki do przodu/ do tyłu/ w bok" lub „w prawo/ w lewo" (co jest szczególnie przydatne dla starszych dzieci, które mają zaburzoną orientację w schemacie ciała), można też prosić o dotknięcie lewą ręką prawego kolana, itd. Zawiązanie oczu powoduje, że wyostrzają się inne zmysły – słuch, węch, dotyk, ale też lepiej zaczynamy odczuwać bodźce płynące z wnętrza ciała. Dlatego ćwiczenie to jest dobrym sposobem uczenia pojęć związanych kierunkiem i orientacją.

Dobrym sposobem na ćwiczenie wyobraźni wzrokowo-przestrzennej jest korzystanie z map i ich rysowanie. Możemy więc schować jakiś przedmiot w pokoju lub w mieszkaniu i narysować maluchowi mapę dojścia do niego. Starsze dziecko także może schować coś przed nami i narysować mapkę. Ważne, by w rysunkach w miarę możliwości korzystać z prostych symboli.

Na koniec chciałam też zachęcić Państwa serdecznie do słuchania muzyki wraz z dziećmi, ponieważ po pierwsze rozwija to funkcje słuchowe i zdolność koncentracji uwagi, a po drugie muzyka bardzo silnie oddziałuje na emocje i może pełnić funkcję terapeutyczną. Najlepiej zaopatrzyć dziecko w duuużą kartkę papier, kredki, puścić muzykę i poprosić je, by narysowało to, co słyszy. Mogą to być konkretne postacie czy obiekty, ale także kropki, kreski, czy bazgroły. Takie ćwiczenie bardzo dobrze uwalnia od napięcia emocjonalnego, którego na pewno często doświadczają nasze dzieci w obecnej sytuacji – nawet nie rozumiejąc w pełni jego źródła.

To jedynie kilka prostych zabaw, które mogą się przyczynić do rozwoju naszego dziecka, a które wypróbowałam zarówno w pracy, jak i w domu. Zachęcam serdecznie do wymyślania nowych.