

Znaczenie czasu wolnego oraz spontanicznej zabawy w rozwoju dziecka, czyli o tym, że warto czasem odpuścić – sobie i dzieciom!

Chcesz, aby Twoje dzieci były kreatywne, z zapałem odkrywały otaczający je świat? Chcesz, aby rozwijały inteligencję emocjonalną, kreatywność i umiejętność rozwiązywania problemów? Chcesz, aby wyrosły na aktywnych dorosłych, świadomych swojej „sprawczości” ludzi, umiały samodzielnie organizować sobie czas?

Jeśli tak, to koniecznie to przeczytaj!

Osiągnięcie pełnego rozwoju dziecka o bardzo trudne zadanie, a jednocześnie proste! Aby wyzwolić całe pokłady kreatywności i pasji u dzieci, wystarczy po prostu dać im...czas! Dziecko mając do dyspozycji zupełnie wolny kawałek czasu, uczy się go wykorzystywać, poznaje w doświadczeniu, jak tym czasem zarządzać. Dziecko uczy się podejmowania decyzji i tego, że oprócz ponoszenia konsekwencji własnych wyborów, można też czerpać z nich korzyści. Podczas zajęć wykonywanych w czasie wolnym dziecko odpoczywa, zajmuje się tym, co je interesuje, a więc rozwija swoje zainteresowania, pobudza wyobraźnię, ale również uwrażliwia się na piękno i nowość. Działania te mają znaczenie zarówno w czasie spędzanym w samotności jak i w zabawie w grupie rówieśniczej, gdzie dzieci uczą się współpracy, porządku i zdyscyplinowania.

Czas na spontaniczną, niezorganizowaną zabawę jest ogromnie ważny. Pozwólmy się dzieciom ponudzić, pomarudzić, pobawić po swojemu, pozwólmy na swobodne poznawanie otaczającego świata w swoim czasie i swoim tempie, a jeszcze nie raz będziemy zaskoczeni kreatywnością i pomysłowością naszych dzieci.

Po pierwsze: Spontaniczna zabawa i jej przebieg wynika z wolnego wyboru, a więc jest przede wszystkim wyrazem wolności. Jest czymś, co chcemy robić, w przeciwieństwie do tego, co musimy robić. Dziecko może z niej zrezygnować w każdej chwili.

Po drugie: W tym przypadku środki są ważniejsze niż cele. Chodzi o to, żeby się bawić, a nie coś wykonać. Być „tu i teraz” i działać. Jak powiedział Peter Grey: „Dzieci budujące zamek z piasku nie byłyby szczęśliwe, gdyby przyszedł dorosły i powiedział: Możecie sobie odpocząć, ja zrobię ten zamek. To by zdecydowanie zepsuło całą zabawę”.

Po trzecie: Zabawa odbywa się bez ingerencji dorosłych (dorośli powinni jedynie czuwać nad bezpieczeństwem dzieci, aby one jak najmniej, a nawet możliwie nie zauważały ich „obecności”), jest to niezwykle istotny element – dzieci mogą wtedy swobodnie ustalać swoje zasady, modyfikować gry,

„sprzeczać się” i rozwiązywać konflikty, negocjować i szukać kompromisów. A tych wartości jest o wiele więcej!

Niezwykle cenne i rozwojowe są zabawy dzieci w grupach mieszanych wiekowo, gdzie starszy może uczyć się dbać o młodszego, a młodszy może czerpać z doświadczenia starszego. Cenne jest również to, że nieraz jedno dziecko jest „przeciwnikiem”, a innym razem kompanem z drużyny – ta dynamika i zmienność uczy współpracy, bo jeśli się nie dogadasz, np. kto jest z kim w drużynie, to zabawa się kończy. A przecież najlepsza na wszystko jest zabawa ...i nic tak nie smuci dzieci jak jej zakończenie!

To, co dla nas z perspektywy dorosłego może wydawać się błahe, dla dziecka jest bardzo znaczące. Zabawa służy bardzo ważnemu celowi – uczeniu się. Dla wielu dorosłych często to jakaś nieistotna aktywność, swoista dla wieku dziecięcego, dziecko bawi się, bo akurat nikt nie jest stanie zorganizować mu czasu. I tu dochodzimy do sedna sprawy!

**ZABAWA SPONTANICZNA, ZAINICJOWANA PRZEZ DZIECI,
WEDŁUG ICH WŁASNYCH USTALONYCH ZASAD, W WYBRANYM
PRZEZ NIE GRONIE I CZASIE, NIEKIEROWANA PRZEZ
DOROSŁEGO TO BARDZO WAŻNY OBSZAR AKTYWNOŚCI W
ŻYCIU KAŻDEGO Z NASZYCH DZIECI!**

Dzięki niej dziecko robi ogromny krok w swym rozwoju. Jej rola jest naprawdę duża, więc zamiast organizować po raz kolejny czas dziecku, mówić mu, w co i jak ma się bawić, idźmy po prostu na plac zabaw i czuwając nad bezpieczeństwem dziecka, ingerujmy tylko w koniecznych momentach, bo prawdziwa zabawa to przede wszystkim wolność, która pozwala dzieciom uczyć się i poznawać otaczający ich świat.

Badania wykazały, że w ciągu ostatnich 30 lat, czas spędzany przez dzieci w szkole jest bardzo długi i intensywny, a rodzice organizują im zbyt wiele zajęć poza szkołą. A przecież każdy z nas potrzebuje po prostu odpocząć, na własnych warunkach, także dzieci! Szczególnie po kilku godzinach zorganizowanych w klasie zajęć szkolnych. Dzieci potrzebują czasu, chwili wytchnienia, swobody, nawet nudy, aby po chwili powiedzieć: „*Mam pomysł! Pobawmy się w....*”

Nie podchodźmy więc do spontanicznej zabawy dzieci, jak do zmarnowanego czasu, nie wypełniajmy pociechom całego dnia zorganizowanymi zajęciami – choć oczywiście lepsze to niż tablet, nie martwmy się, widząc nasze maluchy bawiące się w szkole, w świetlicy czy w zerówce. **Wiedzy zdobytej w ten sposób nie zapomina się nigdy, daje ona dzieciom poczucie sprawstwa!**

Zabawy spontaniczne dzieci podejmują z potrzeby wewnętrznej po to, aby zgromadzić maksymalnie dużo doświadczeń niezbędnych do budowania schematów poznawczych, osvajania się z trudnymi sytuacjami żywymi i dla doskonalenia nabytych już umiejętności. Zabawa ma wpływ na rozwój mózgu, a stymulacja sensoryczna i aktywność ruchowa to podstawa. Szczególnie istotny jest tu ruch spontaniczny, czyli zabawa, podczas której dzieci robią, co chcą, kiedy chcą i jak chcą. Zabawa, jak mówiła o tym J. Ayres, rozwija umiejętności, może nie wszystkie będą natychmiast potrzebne dziecku, ale ich zdobycie na późniejszych etapach może okazać się niemożliwe, jeśli w dzieciństwie maluch nie doświadczył efektywnej zabawy, która wynika dokładnie z naturalnej chęci poznania i zdobycia wiedzy przez dzieci.

Pamiętajmy więc o tym, że często... „mniej znaczy więcej”, nuda może mieć ogromny potencjał oraz przede wszystkim o tym, że warto czasem odpuścić – sobie i dzieciom!

A dla chętnych, propozycja filmu, skłaniającego do przemyśleń w tym zakresie: **„Wyreżyserowane dzieciństwo”, Scott Harper (2011)**

Jest to amerykański film dokumentalny, który opisujący narastający trend panujący wśród rodziców, (ostatnio także częściowo w naszym polskim społeczeństwie, szczególnie dużych miastach i aglomeracjach), polegający na zapisywaniu swoich dzieci na jak największą ilość zajęć pozalekcyjnych. Ukazuje problem nieustannej chęci sprawdzania i namierzania gdzie są nasze dzieci, a także powolnego zanikania spontanicznej zabawy na "podwórku".

<https://www.youtube.com/watch?v=LRRwTRZV7vI>

Opracowała: Elżbieta Grajek

Bibliografia:

1. *„Bo najlepsza na wszystko jest zabawa ...”* Faustyna Rosińska:
<https://szkolasinierzewo.pl/bo-najlepsza-na-wszystko-jest-zabawa/>
2. *„Spontaniczna zabawa w ujęciu sensorycznym.”* Agnieszka Aleksanderek
<https://sukcesdziecka.pl/blog/spontaniczna-zabawa-w-ujeciu-sensorycznym/>
3. *Więcej niż edukacja, PODKAST: „O znaczeniu swobodnej zabawy i potencjale nudy.”*
Anna Marszałek
<https://wiecejniez edukacja.pl/wne-008-o-znaczeniu-swobodnej-zabawy-i-potencjale-nudy/>
4. *Znaczenie spontanicznej zabawy w wieku 6-10 lat w czasie wolnym, polemika z filmem: Wyreżyserowane dzieciństwo,* Izabela Bieńkowska, Jolanta Walaszek-Latacz:
<https://czasopisma.ignatianum.edu.pl/eetp/article/view/216/473>