



تهیه و تنظیم
سید نظام مسینی
دبیر ورزش شهرستان لنگرود



دوره هشتم - شماره ۱
پاییز ۱۳۸۶

مقدمه

یکی از نیازهای کودک در رابطه با رشد جسمانی و سلامت روان، «بازی» است. استقبال کودک از بازی، بیشتر به خاطر لذت و سرگرمی است و از طریق آن، اجتماعی را که نمادی از ظرفیت انسان برای تعامل با دیگران است، می‌شناسد. بازی تجربه‌ای است که کودک را در خود غرق می‌کند و برای او حتی بیشتر از کار برای بزرگسال اهمیت دارد. علاقه‌ی کودک به بازی امری فطری است و یکی از نیازهای جسمی و روحی او، بازی و حرکت است. کودک عاشق بازی است و شاید شدیدترین محرومیت برای او آن باشد که از بازی محروم شود. فعالیت و علاقه‌مندی کودک به بازی، نشانه‌ی سلامت اوست تا جایی که اگر کودک بازی نکند، باید به جست‌وجوی علل آن پرداخت. کودک بسیاری از رفتارها را در بازی می‌آموزد. در هر بازی خوب، قبل از هر موضوعی، تلاش و کوشش مغزی است که اهمیت دارد. بازی باید مغز کودک را فعال کند و او را به تفکر وادارد.

نیست و در حقیقت باید آن را جدی‌ترین کار ایشان دانست. کودک قادر نیستند، آن‌چه را که فکر می‌کنند و می‌بینند، شرح دهند. توجه به بازی آن‌ها کمک می‌کند، زبان آن‌ها را بهتر بفهمیم و از منویاتشان آگاه شویم.

میان بری است برای دسترسی به مسائل دنیا. جزو طبیعت کودکان و در حکم نیازی غیرزی است. تقریباً تمام ساعات بیداری کودکان خردسال صرف بازی می‌شود و بیش‌تر تجارب کودکان، از نظر خود آنان جزئی از بازی است. بازی کودکان تفریح

بازی و آثار آن در پرورش کودکان

بازی جنبه‌های وسیعی را در برمی‌گیرد و از این‌رو تعاریف متفاوتی از آن ارائه شده است. بازی به فعالیت‌هایی اطلاق می‌شود که برای منظور خاصی انجام نمی‌گیرند و به عبارت دیگر، فعالیتی غیر جدی و راه

آثار سودمند بازی برای رشد کودکان



کودک عاشق بازی است و شاید شدیدترین محرومیت برای او آن باشد که از بازی محروم شود

انواع بازی کودکان

شناسایی انواع متفاوت بازی‌هایی که نشانگر پیشرفت در سطوح متفاوت رشد هستند و بر کودک تأثیر می‌گذارد، امکان‌پذیر است. نظریه‌های گوناگون کوشیده‌اند، اجزای بازی را طبقه‌بندی کنند. دکتر شرایدن، بازی‌ها را این‌گونه طبقه‌بندی کرده است:

● **بازی فعال:** این بازی به خصوص برای رشد فیزیکی از اهمیت زیادی برخوردار است، به طوری که استفاده از سر، بالاتنه و دست‌ها و پاها را در نشستن، خزیدن، ایستادن، دویدن، بالا رفتن، پریدن، پرتاب کردن، لگزدن و گرفتن در بر می‌گیرد. این بازی‌ها ممکن است بازی‌های دشوار و کله‌معلق‌زدن را نیز در بر بگیرد و به معنای کسب قدرت، چابکی و هماهنگی است. کودکان، از همان زمانی که کنترل سر، دست‌ها و پاهاشان را آغاز می‌کنند، به این‌گونه بازی‌ها می‌پردازند.

● **بازی اکتشافی و مهارتی:** اهمیت این نوع بازی در رشد حسی، حرکت‌های درست و هماهنگی دست و چشم

کسب می‌کند و به تدریج محیط خود را می‌شناسد. در اواخر دوره‌ی کودکی نیز، واقعیات را از تخیلات تمیز می‌دهد و به قابلیت‌ها و توانایی‌های خود پی می‌برد. از طریق بازی است که کودک فرصت بروز عواطف خود را به دست می‌آورد و بسیاری از فشارهای درونی خود را که حاصل برآورده نشدن تمایلات و نیازمندی‌های اوست، ابراز می‌کند. همین امر موجب می‌شود، از شدت ناکامی‌های او کاسته شود.

فواید جسمی بازی برای کودکان

الف) جنبه‌ی جسمی
بازی منشأ تکامل و رشد جسمی و ذهنی کودک است و در سایه‌ی آن، عضلات نیرومند و استخوان‌ها محکم می‌شوند، در نگاه و لمس مهارت پدید می‌آید، تمرکز حواس شکل می‌گیرد، و اعضای بدن ورزیده و ماهر می‌شوند. در بازی، همه‌ی اعضا در فعالیت هستند: دست، چشم، گوش و همه‌ی حواس. این امر زمینه‌ی خوبی را برای رشد کودک فراهم می‌کند.

در واقع بازی جزئی از زندگی انسان از بدو تولد تا مرگ است. به کودک فرصت ابراز خود را می‌دهد، بدون آن‌که کودک احساس ترس کند. اهمیت بازی در رشد و پرورش کودکان به قدری زیاد است که حضرت علی (ع) فرمود: «کسی که شیفته‌ی بازی شد، سعادتمند خواهد شد.» و امام صادق (ع)، هفت سال اول زندگی را موسم بازی اطفال می‌داند و به والدین و مربیان توصیه می‌فرماید: «فرزند خود را آزاد بگذارید که تا سن هفت سالگی بازی کند.»^۵ فروبل معتقد است: «بازی وسیله‌ای برای ارائه‌ی پیام آموزش و پرورش در دوره‌ی پیش‌دبستانی و دبستانی است.» از دیدگاه وی، بازی پاک‌ترین و صادقانه‌ترین فعالیت فرد در این مرحله، و نیز نمودی از زندگی و طبیعت درونی انسان در کل است، و به هیچ وجه امری سطحی و بیهوده نیست.

کودک به هنگام بازی با وسایل و اشیاء، و دنیایی از رنگ‌ها، شکل‌ها، حجم‌ها و... آشنا می‌شود. اطلاعات فراوانی درباره‌ی خصوصیات اشیاء



است.
● **بازی تقلیدی:** وقتی کودکان به طور مکرر اجرای عملی را ببینند، آن را نمونه برداری می کنند و این جنبه ی مهمی از رشد اجتماعی، شناختی و نمادی است.

● **بازی سازنده:** این بازی، ترکیبی از حرکت های درست، توانایی حسی، و



درک شناختی و نمادی را می طلبد.
● **بازی نمادی:** از طریق مشاهده و تقلید، کودک کشف موقعیت هایی را که خودش می خواهد، آغاز می کند. بازی نقش می تواند، بهترین کاربرد را با استفاده از کمترین وسایل فراهم کند.

● **بازی با قاعده:** بازی های با قاعده، درجه ای از درک درباره ی مشارکت، نوبت گرفتن، بازی منصفانه، مقررات بازی ها و ثبت درست نتایج بازی را در بر می گیرد.

ارزش بازی

فقط با نگاه کردن به بازی بچه های کوچک تر، به راحتی می توانیم ببینیم که بازی غالباً برانگیزنده و پاداش دهنده است، و این که بچه ها از بازی کردن رضایت هیجانی زیادی به دست می آورند. هر چند که تفاوت ها همیشه

مشخص یا به راحتی قابل درک نیستند، اما این امکان وجود دارد که کارکردهای مجزایی را که بازی برای کودک دارد، شناسایی کنیم. مری شرایدن، این کارکردها را «کارآموزی»، «جست و جو»، «کاردرمانی» و «تفریح» می نامد.

کارآموزی: هم چنان که بچه ها بزرگ تر می شوند، به تدریج قابلیت انجام وظایف روزانه شان افزایش می یابد؛ از طریق لباس پوشیدن یا جواب دادن به تلفن. بازی می تواند اکتساب و تمرین چنین مهارت هایی را فراهم کند.

جست و جو: کودکان محیط پیرامون خود را از طریق مشاهده، کشف، حدس و اکتشاف در می یابند. برای مثال، کودک در مورد خواص آب چیزهایی یاد می گیرد؛ از جمله این که بعضی از اجسام شناورند و بعضی دیگر فرو می روند. بازی کردن فرصت های فراوانی را برای این نوع یادگیری های غیررسمی مهیا می سازد.

کاردرمانی: بازی می تواند اثر آرام کنندگی یا سرگرم کنندگی داشته باشد و راهی برای فرار از کسالت و بی حوصلگی؛ به این معنا که توجه را منحرف کند یا باعث شود که کودک بپذیرد، بعضی از چیزها از لحاظ جسمی یا عاطفی نامطبوع هستند؛ مثل درد.



تفریح: کارکرد تفریح در بازی، شاید نکته ای باشد که بلافاصله به ذهن بیاید. بچه ها خودشان را در خلال بازی سرگرم می کنند. آن ها به راحتی از خودشان و داشتن شادی و سرگرمی لذت می برند.

ب) جنبه ی ذهنی و روانی

بازی، حس کنجکاوی کودک را برمی انگیزد و قدرت او را به کار می اندازد. کودک در بازی با برخی از رفتارها آشنا می شود، در خود قدرت مقاومت ایجاد می کند، و روح تازه ای در او دمیده می شود. بازی، تمرینی برای استقلال اراده و احیای فکر اوست.

ج) جنبه ی عاطفی

هنگامی که کودک فرصت مناسبی به دست می آورد، مهر یا خشونت خود را نشان می دهد که به این وسیله می توان احساسات کودک را متعادل گرداند. کودک در حین بازی است که مهرورزی، همکاری، حق جویی، تعاون و... را می آموزد.

آثار تربیتی بازی در کودکان

بازی و آموزش شیوه ی زندگی فردی: بازی وسیله ای برای برآوردن نیازها و عواطف، و تحت کنترل درآوردن آن ها است. به کودک نظم و ترتیب یاد می دهد و به او آموزش می دهد که برای وصول به یک هدف، چگونه نقشه بکشد.

بازی و شیوه ی رفتار اجتماعی: بازی باعث می شود که کودک بتواند، با دیگران رابطه ی صحیح برقرار سازد و تظاهرات خود را متعادل کند. از راه آن، دوست داشتن و همکاری در فعالیت های گروهی را می آموزد و

کودک در حین بازی است که مهرورزی، همکاری، حق جویی، تعاون و... را می آموزد



تمرین می کند.

بازی و آموزش قانون و مقررات:

در بازی، قواعد و مقرراتی وجود دارد که کودک ناگزیر باید به آنها تن در دهد و نیز اصولی در انضباط وجود دارد که او ناگزیر باید آنها را بپذیرد.

بازی و آموزش نقش های اجتماعی: طفل از راه بازی می تواند، با نقش های متعدد جامعه از قبیل نقش یک کارگر، کشاورز، مدیر، فروشنده، پزشک، معلم، پلیس و... آشنا شود.

بازی و کسب آگاهی از جهان خارج: از طریق بازی می توان افق های وسیعی را در زمینه آگاهی های مربوط به این جهان در برابر چشم کودک گشود و اطلاعات مورد نیاز برای زندگی بعدی را در اختیارش گذاشت. کودک از طریق بازی، جهان خود و اجزای آن را می شناسد و با مسائل و دشواری های آن آشنا می شود.

بازی و آموزش اخلاق: بازی، ارزش های اخلاقی را شکوفا می سازد و مسائل و ابعاد آن را پیش چشم کودک قرار می دهد. از طریق بازی می توان، فعالیت ها و اندیشه های نادرست کودک را اصلاح کرد و آنها را به سوی صلاح و خیر سوق داد. دشمنی های بین اعضای گروه را از بین برد و آنها را به سوی گروه های بیگانه سوق داد. از سوی دیگر، از این طریق می توان به کودک درس دفاع از خود، تلاش برای احیای حق، اصلاح و پاک کردن محیط و... را یاد داد.

نتایج مخالفت با بازی کودکان

مخالفت با بازی کودکان نتایج سوئی دارد که در این جا به هفت مورد آن اشاره می کنیم:

- سبب اختلال در رشد جسمانی کودک می شود.
- شادابی و طراوت را از کودک می گیرد.
- قوه خلاقیت، ابتکار و کنجکاوی را در کودک خفه می کند.
- کودک را وابسته بار می آورد، به طوری که از شرکت کردن در جمع هراس دارد و بیشتر زندگی حاشیه ای را انتخاب می کند.
- حواس کودک به طور متوازن و متعادل به کار نمی افتد و مهارت های لازم را کسب نمی کند.
- کودک نمی تواند توانایی های خود را بیازماید.
- باعث بروز اختلال در منش و رفتار دوران بزرگ سالی می شود.

پیشنهادهایی در خصوص بازی کودکان به والدین

- به منظور آگاهی والدین از فواید و اثرات مثبت و سازنده ی بازی و تربیت صحیح کودکان، راهبردهای زیر به آنان پیشنهاد می شوند:
- ۱. با مطالعه و حضور در کلاس های آموزش خانواده، آگاهی های لازم را در زمینه انواع بازی و کارکردهای آن کسب کنید.
- ۲. بازی را از ضروریات زندگی کودکان بدانید و از آن به عنوان بهترین

و مؤثرترین وسیله ی تربیتی استفاده کنید.

۳. کودکان را در بازی کردن هدایت و راهنمایی کنید، اما قانون گذار زمان و نوع بازی برای آنها نباشید.

۴. در زندگی مربی و هم بازی کودکان باشید.

۵. هرگز به طور مستقیم در بازی های آنها دخالت نکنید.

۶. کودکان را در بازی کردن آزاد بگذارید و اجازه دهید، آنان با دوستان خود بازی کنند، از آنها یاد بگیرند و خود به دیگران بیاموزند.

۷. اگر در آپارتمان زندگی می کنید، محیطی آماده سازید که کودک بتواند بدود، سر و صدا کند و بپرد؛ زیرا همه ی این امیال باید ارضا شوند.

۸. با ریخت و پاش کودکان مخالفت نکنید، زیرا ریخت و پاش، قوه خلاقیت و استعداد ذهنی را پرورش می دهد.

۹. و سرانجام، برای جابه جایی و مرتب کردن وسایل بازی کودک جعبه هایی در نظر بگیرید تا او با احساس مالکیت، نظم و انضباط را نیز بیاموزد.



منابع

۱. دفتر برنامه ریزی و تألیف کتب درسی. روش تدریس تربیت بدنی در مدارس ابتدایی (برای سال دوم دانش سرای تربیت معلم). کد ۱۰۳۲. شرکت چاپ و نشر ایران.
۲. مراد حاصل، مهدی. چند پیشنهاد مفید و مؤثر درباره ی تغییر رفتار کودکان و نوجوانان. انتشارات سی زان. ۱۳۸۱.
۳. نساجی زواره، اسماعیل. «بازی های کودکان، اشتباه های والدین». مجله ی تربیت (ماه نامه ی پرورشی وزارت آموزش و پرورش). شماره ی ۹. خردادماه ۱۳۸۵.
۴. شرایدن، ماری. «بازی های خردجوش و رشد شخصیت». ترجمه ی لعبا نجمه عراقی. مجله ی تربیت (ماه نامه ی پرورشی وزارت آموزش و پرورش). شماره ی ۸. اردیبهشت ۱۳۸۳.
۵. گرجی، رقیبه. «بازی و اهمیت آن در پرورش کودکان». مجله ی تربیت (ماه نامه ی پرورشی وزارت آموزش و پرورش). شماره ی ۱۰ و ۱۱. تابستان ۱۳۸۴.