

Jocuri pentru preșcolari



PSIHOLOG OCHIȘ MIRABELA CODRUȚA

Aprilie 2020

Importanța jocului în viața copiilor

Deși în aceste zile suntem adesea obosiți, aglomerați de griji sau de probleme, ar fi bine ca niciun moment să nu scăpăm din vedere faptul că alături de noi crește un copil. Unii copii par să nu se teamă de nimic și trec prin viață cu o mare ușurință. Alții, din contră, par a trăi doar experiențe terifiante, atât ziua, cât și noaptea. În timpul primilor ani de viață, toți copiii trec prin mai multe crize pline de neliniște și de neîncredere, dar unii dintre ei vor ieși din aceste crize mai destinși, mai încrezători și mai puternici pentru a înfrunța viața ce îi așteaptă. Pentru ceilalți care în această perioadă trec prin emoții, precum tristețe, anxietate și frică, trebuie să găsim modalități pozitive pentru a-i ajuta să își exprime emoțiile. Fiecare copil are propriul mod de a-și exprima emoțiile. Uneori implicarea într-o activitate creativă, cum ar fi jocul și desenul poate facilita acest proces.



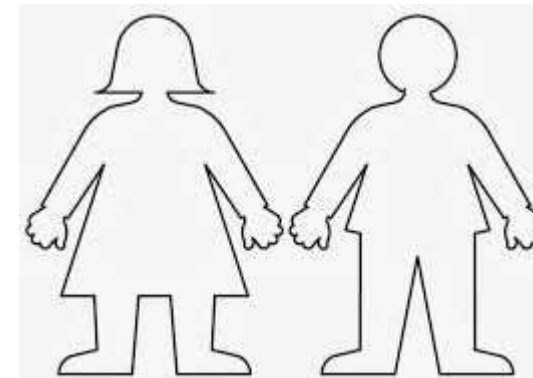
Joc pentru exprimarea sentimentelor(gânduri și emoții)

Jocul “Corpul meu”

Acest joc îl ajută pe copil să își privească “din afară” propriul corp. Jocul antrenează și capacitatea copilului de a surprinde întregul și părțile corpului, încercând la modul real separarea și asamblarea a ceea ce, în joc, reprezintă un substitut al corpului său.

Descrierea jocului

Copilul este întins pe un carton sau chiar pe un ziar, care trebuie să aibă cel puțin lungimea corpului său, și se trasează de către părinte cu un marker conturul corpului său . După ce copilul se ridică, va avea de sus perspectiva propriului său corp. Totodată, i se pot arăta separat segmentele care alcătuiesc corpul uman. Este indicat ca cel mic să fie lăsat să descopere și să denumească singur aceste segmente, adultul având rolul de a ghida jocul copilului și de a-l ajuta când este nevoie.



De urmărit

- Prima reacție a copilului când vede ce a rezultat în urma conturării cu marker-ul sau a învelirii în folie a propriului corp;
- Cum recunoaște părțile componente ale propriului corp;
- Cum descompune ansamblul în părți componente și cum reasamblează întregul;
- Măsura în care se implică în joc.

Joc pentru conștientizarea primelor semne de durere sau boală

În jocul de mai jos se urmărește proiectarea senzației de durere a copilului asupra jucăriei și verbalizarea acesteia cu mai mare ușurință.

Jocul “Jucăria e bolnavă”

Descrierea jocului

Copilul este învățat că și jucăria sa preferată suferă de aceeași boală ca și el, doar că jucăria vorbește numai cu el, așa încât e singurul care știe în ce moment jucăria simte prima durere.

Astfel, dacă vrea ca jucăria să nu plângă din cauza durerii, trebuie cât mai repede să o anunțe pe mămica și împreună să ajute jucăria. Dacă uită și spune prea târziu, jucăria nu mai poate lua medicamentele și atunci nu-i mai trece durerea. După ce anunță durerea jucăriei, i se poate spune copilului că trebuie să ia medicamentul împreună cu aceasta-fiindcă jucăriei îi este frică, dar el poate să-i dea un exemplu bun, fiindcă e mai mare și mai curajos.



De urmărit

- Frecvența cu care copilul declară că jucăria simte durere;
- Ce jucărie folosește pentru acest joc;
- Măsura în care ceea ce declară copilul se confirmă ulterior.

Joc pentru exprimarea sentimentelor legate de boală

Desenul este o modalitate de comunicare preferată de copii, deoarece le oferă posibilitatea de a se exprima într-un limbaj familiar și plăcut lor, iar nouă ne oferă posibilitatea de a cunoaște modul în care se percepe copilul în raport cu boala de care suferă.

Jocul “Știu să desenez”

Descrierea jocului

Copilului i se pun la dispoziție coli de hârtie de mărimi diferite și creioane colorate. I se spune: “Poți folosi foaia și culorile care îți plac cel mai mult, pentru a te desena pe tine. Poți să faci un tablou pe care după aceea îl punem pe perete în camera ta.”

După finalizarea desenului, copilul e rugat să povestească ce a desenat, de ce a desenat anumite elemente și ce simt personajele pe care le-a desenat, mai ales ce simte el în raport cu celelalte personaje prezente în desen. I se cere copilului să vorbească despre “el ca personaj din desen” și nu despre “el ca persoană”.

Dacă apar și alte personaje, îl rugăm să ne explice ce rol are fiecare: cine e, ce face.



De urmărit

- Culorile folosite în desen (Culorile vii, deschise reflectă o stare afectivă pozitivă, iar cele închise, o stare de tristețe, neîmpăcare sau neînțelegere a unor lucruri);
- Logica desenului (prezența tuturor componentelor corpului uman – se ține cont de vârsta copilului și poziționarea corectă a acestora);
- Descrierile verbale ale copilului.

Schimbarea perspectivei

În această perioadă este important să încercăm un limbaj comun cu copiii noștri, astfel încât lor să le fie mai ușor să se exprime, iar nouă să ne fie mai ușor să îi înțelegem.

Când vine vorba de copiii de vârstă preșcolară, este mai important să menținem un proces de învățare pozitiv și distractiv decât să vă faceți griji în privința păstrării abilităților academice ale acestora. Momentele plăcute, cum ar fi desenul și jucatul împreună, sunt modalități distractive de a continua învățarea fără a-i stresa prea tare pe cei mici.



BIBLIOGRAFIE

- Oana Benga- Jocuri Terapeutice, Editura , ASCR, Cluj –Napoca, 2012