بازی و رشد و تکامل کودک من

«بازی، زندگی کودک است، با زندگی کودک بازی نکنیم»

تألیف

دکتر سهیلا خزاعی

فوق تخصص بیماری‌های عفونی کودکان

عضو هیأت علمی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

دکتر سعید خزاعی

پزشک خانواده

کتاب ارجمند

بازی و رشد و تکامل کودک من
فروست: ۷٤۷
تألیف: **دکتر** سهیلا خزاعی
دکتر سعید خزاعی
ناشر: کتاب ارجمند
صفحه‌آرا: آیدا روستا
طراح جلد: احسان ارجمند
چاپ: سامان، صحافی: روشنک
چاپ اول، آذر ۱۳۹۲ ، ۱۱۰۰ نسخه
شابک: ۰-۲۸٦-۲۰۰-٦۰۰-۹۷۸

www.arjmandpub.com

این اثر، مشمول قانون حمایت مؤلفان و مصنفان و هنرمندان مصوب ۱۳٤۸ است، هر کس تمام یا قسمتی از این اثر را بدون اجازه مؤلف، ناشر، نشر یا پخش یا عرضه کند مورد پیگرد قانونی قرار خواهد گرفت.

سرشناسه: خزاعی، سهیلا، ۱۳٤٦ -
عنوان و نام پدیدآور: بازی و رشد و تکامل کودک من: بازی، زندگی کودک است. با زندگی کودک بازی نکنیم /
تألیف سهیلا خزاعی، سعید خزاعی.
مشخصات نشر: تهران: کتاب ارجمند، ۱۳۹۲.
مشخصات ظاهری: ۲۷۲ ص، قطع: رقعی
شابک: ۰-۲۸٦-۲۰۰-٦۰۰-۹۷۸
وضعیت فهرست‌نویسی: فیپا
موضوع: بازی، زندگی کودک است. با زندگی کودک بازی نکنیم؛ بازی‌های کودکان؛ بازی‌های کامپیوتری – جنبه‌های روان‌شناسی؛ کودکان – رشد.
شناسه افزوده: خزاعی، سعید، ۱۳۵۲ -
رده‌بندی کنگره: ۱۳۹۲ ۲ب٤خ/GV۱۲۰۳
رده‌بندی دیویی: ۷۹۰/۱۹۲۲
شماره کتابشناسی ملی: ۳۱۱٤۷۸۵

مرکز پخش: انتشارات ارجمند
دفتر مرکزی: تهران بلوار کشاورز، بین خ کارگر و ۱٦ آذر، پلاک ۲۹۲، تلفن ۸۸۹۸۲۰٤۰
شعبه اصفهان: خیابان چهارباغ بالا، پاساژ هزارجریب، تلفن ٦۲۸۱۵۷٤-۰۳۱۱
شعبه مشهد: ابتدای احمدآباد، پاساژ امیر، طبقه پایین، انتشارات مجد دانش، تلفن ۸٤٤۱۰۱٦-۰۵۱۱
شعبه بابل: خ گنج افروز، پاساژ گنج افروز، تلفن ۲۲۲۷۷٦٤-۰۱۱۱
شعبه رشت: خ نامجو، روبروی ورزشگاه عضدی، تلفن ۳۲۳۲۸۷٦-۰۱۳۱
شعبه ساری: بیمارستان امام، روبروی ریاست، تلفن: ۰۹۱۱۸۰۲۰۰۹۰
شعبه کرمانشاه: خ مدرس، پشت پاساژ سعید، کتابفروشی دانشمند، تلفن ۷۲۸۲۰٤٤-۰۸۳۱

بها : ۹۰۰۰ تومان

با ارسال پیامک به شمارهٔ ۵۹۹ ۵۹۹ ۰۰۰ ۰۰۰ ۱ در جریان تازه‌های نشر ما قرار بگیرید:

ارسال عدد ۱ : دریافت تازه‌های نشر پزشکی به صورت پیامک
ارسال عدد ۲: دریافت تازه‌های نشر روان‌شناسی به صورت پیامک
ارسال ایمیل: دریافت خبرنامهٔ الکترونیکی انتشارات ارجمند به صورت ایمیل

مقدمه

اولین تلاقی نگاه‌ها، اولین لبخندها، بوی تن کودک، اولین آواهای او، لذت در آغوش گرفتنش، اولین قدم‌ها، یک «ماما» و «بابا» گفتن با زبان کودکانه، بازی‌های کودکانه و... قسمتی از جنبه‌های مثبت و لذت‌بخش زندگی مشترک با کودک است که بیشتر وقت‌ها در زیر غباری از گرفتاری‌های روزمره از دیده پنهان می‌ماند. در نخستین لحظات، ماه‌ها و سال‌های اوّل زندگی، هر لمس، حرکت و ارتباط عاطفی در زندگی یک کودک، بر چگونگی تکامل مغز تأثیر می‌گذارند. عمده دوره تکامل مغز طی هشت سال ابتدای زندگی، اتفاق می‌افتد و پایه ای برای عملکرد هوشی، هیجانی، عاطفی، فیزیکی و اجتماعی کودک می‌شود. تجارب کودک طی این مدت، زیربنایی برای یادگیری‌های بعدی، تحصیلات و مهارت‌های اجتماعی می‌باشد.

از زمان نخستین تقسیم سلولی جنین، تکامل مغز حرکتی موزون میان ژن‌ها و محیط است، در حالی‌که ژن‌ها مراحل تکامل طبیعی را در مغز برنامه‌ریزی می‌کنند، کیفیت این تکامل توسط عوامل محیطی تعیین می‌شود. چنین عواملی نظیر تغذیه مناسب، سلامت کافی، محیطی امن و سرشار از محبت، بازی و ... به شیوه‌ای ظریف در شکل‌گیری مغز کودک و توانمندی‌های وی در آینده، مؤثرند.

دوران کودکی، دارای ظرایف پیچیده‌ای است که نمی‌توان به‌راحتی به کشف و درک لایه‌های عمیق آن دست یافت. برای شناخت این دوران شگفت انگیز تنها می‌توان از خود کودکان در موردش آموخت.

کودکان، یگانه و مینیاتوری از انسانیت و انعطاف‌پذیری‌اند. آنان به شیوه‌ای خلاقانه با جهان اطراف خود مواجه می‌شوند و تمایل ذاتی به رشد و بالندگی دارند.

زبان طبیعی آنان تنها بازی است و برای این که بـه سـلامت بـزرگ شـوند لازم نیست تنها نوشتن و خواندن بیاموزد. آن‌ها قطعـاً نیـاز دارنـد، بداننـد کـه چگونه بازی کنند.

بازی کودکان، صرفاً تفریح و سرگرمی نیست بلکه سرشـار از معنـا اسـت. می‌توان به دنیای عاطفی آنان با بازی راه پیدا کرد و ارتباطی قـوی بـا رازهـای ذهنی آنان برقرار نمود.

دغدغه شخصی کودکان تنهـا حیـرت اسـت و تماشـا، حیـرت از شـناخت جهان هستی و آدمیان آن، تنها شیوه موجود در رویارویی با ایـن جهـان، بـرای کودک خلق بازی است و این همهٔ پنجره ارتباطی دنیـای کودکانـه بـا واقعیـت بیرونی زندگی و تنهـا فرصـت پـرورش خلاقیـت نـاب در ذهـن یـک انسـان خردسال و کودک است.

بازی، پاک‌ترین و روحانی‌ترین تجربه در تمام دوران کودکی بشر است. بـه گونه‌ای که یک تصویر پیشین و یا تقلیدی از زندگی آینده اوست.

بازی، همه آن رضایت درونـی، لـذت و آزادی اسـت کـه یـک کـودک در زندگی‌اش تجربه می‌کند و از بودن خویش احساسی ارزشمند پیدا می‌کند.

یادمان باشد کافی نیست کودکی فقط شکمش سیر، جایش تمیز و محیطش گرم باشد. پرندگان پرواز می‌کنند، ماهی‌ها شنا می‌کنند و بچه‌ها بازی می‌کنند.

فهرست

فصل ۱ : تعاریف و نظریه‌های بازی ۹
تعریف بازی ۹
بازی فعال و بازی ایستا ۱۴
بازی کودکان را جدی بگیریم ۱۵
نظریه‌های بازی ۱۷
گروس: ارزش انطباقی ۱۷
فروید: بازی وسیله‌ای است برای کامروایی ۱۷
اریکسن: بازی به‌عنوان درمان ۱۸
پیاژه: بازی برای درون‌سازی و تحکیم ۱۸
طبقه‌بندی بازی‌ها از دیدگاه سایر روان‌شناسان ۱۹
مشخصه‌های بازی کودکان ۲۴
مراحل رشد بازی در کودکان ۲۵
مرحله اول: تولد تا سه سالگی ۲۵
مرحله دوم: سه تا شش سالگی ۲۶
مرحله سوم: ۶ تا ۱۲ سالگی ۲۷
چهار دوره بازی ۲۷
بازی در جریان افزایش سن کودک ۲۸
بازی و سازگاری اجتماعی کودک ۲۹
اثرات شناخته شده بازی بر سلامت ۲۹
دیدگاه‌های دانشمندان اسلامی در زمینه بازی ۳۰
نظریه‌های سنتی در مورد بازی کودکان ۳۴
فصل ۲: فواید بازی و ترویج بازی‌های سالم ۳۹
نقش حیاتی بازی در آموزش‌های دوران کودکی ۳۹
ماهیت بازی ۴۰
پیشرفت بازی ۴۴
فواید اجتماعی، احساسی، و فکری بازی ۴۷
فقدان بازی و سلامت کودکان ۵۲
ترویج بازی‌های سالم در کلاس‌های پیش‌دبستانی و مهدکودک ۵۴

انجام بازی‌های سالم در خانه ۵۸
فصل ۳: محیط بازی و انواع بازی‌های سالم ٦٢
مشخصات فضای بازی کودکان در پارک‌ها ۶۲
الف) پوشش گیاهی (تاج و برگ درختان) ۶۵
ب) محیط پارک، آرامش آب و حیوانات ۶۷
ج) هدف پارک رفتن و تعداد دفعات پارک رفتن ۶۹
انواع بازی کودکان ۷۰
بازی‌های جسمی ۷۰
بازی‌های تقلیدی ۷۰
بازی‌های نمایشی ۷۲
بازی‌های نمادین ۷۴
بازی‌های تخیلی ۷۷
وسایل و لوازمی که به کودکان در بازی‌های تخیلی کمک می‌کند ۸۰
وسایل لازم برای بازی‌های تخیلی ۸۰
بازی‌های آموزشی ۸۰
بازی‌های ورزشی ۸۱
بازی‌های رایانه‌ای و تأثیرات آنها در کودکان و نوجوانان ۱۰۵
عوارض نامطلوب ناشی از بازی‌های رایانه‌ای ۱۰۶
مزایای بازی‌های رایانه‌ای ۱۱۵
فصل ٤ : فعالیت‌های حرکتی و ورزشی کودکان ۱۱۷
بهبود کیفیت فعالیت‌های حرکتی کودکان ۱۱۷
ورزش در سال‌های ابتدائی دبستان ۱۱۸
چگونگی فعالیت‌های ورزشی کودکان ۱۱۹
آسیب‌های ورزشی کودکان ۱۱۹
ورزش در سنین ۱۱ الی ۱۴ سالگی ۱۲۰
خصوصیات جسمانی و روانی اجتماعی نوجوانان ۱۲۱
کیفیت فعالیت حرکتی در سنین ۱۱ تا ۱۴ سالگی ۱۲۲
مرحله تخصصی شدن ورزش در ۱۵ تا ۱۸ سالگی ۱۲۳
خصوصیات جسمانی و روانی در مراحل تخصصی شدن ۱۲۴
کیفیت فعالیت‌های حرکتی در سنین ۱۵ تا ۱۸ سالگی ۱۲۴
چگونگی استفاده از تمرین هوازی در کودکان ۱۲۷
کیفیت فعالیت‌های حرکتی کودکان ۱۲۸

ورزش کودکان از دیدگاه دانشمندان ۱۲۹
افکار غلط نسبت به بازی ۱۳۱
فصل ۵: نظارت بر بازی و اسباب‌بازی‌های کودکان و لزوم آن..... ۱۳۲
لزوم نظارت اولیاء بر بازی کودکان..... ۱۳۲
بازی و نقش آن در رشد شخصیت کودکان ۱۳۴
رشد هوشی..... ۱۳۷
رشد اجتماعی..... ۱۴۰
رشد اخلاقی..... ۱۴۱
رشد حسی ۱۴۲
تمیز کردن اسباب بازی‌های کودکان و مشخصات اسباب‌بازی‌ها..... ۱۴۳
نکات قابل توجه در هنگام تهیه اسباب بازی ۱۵۱
رابطه بین بازی و بلوغ اجتماعی کودکان ۱۵۹
بازی با کودکان ۱۶۳
اسباب بازی‌های خطر آفرین ۱۶۷
راهنمای تهیه اسباب بازی کودک..... ۱۷۰
نکاتی درباره تهیه و نگهداری اسباب بازی ۱۷۱
فصل ٦ : بازی و رشد و تکامل توانمندی‌های کودکان ۱۷٤
بازی، حیات کودک..... ۱۷۴
بازی و شناخت ۱۷۵
بازی و گویش..... ۱۷۷
بازی و نظم ۱۷۸
فواید عاطفی..... ۱۷۸
فواید اجتماعی ۱۸۰
فواید فیزیکی..... ۱۸۱
نقش عروسک در بهداشت روانی کودک..... ۱۸۲
عوامل مؤثر در بازی کودکان ۱۸۶
تأثیر سن..... ۱۸۶
تأثیر جنس..... ۱۸۹
تأثیر محیط ۱۹۱
تأثیر هوش..... ۱۹۲
چهره‌های بازی..... ۱۹۹
طراحی اتاق بازی ۲۰۲

فواید گِل‌بازی کودکان.....۲۰۳
چه نوع بازی‌هایی مناسب کودک است؟.....۲۰۶
محرومیت از بازی.....۲۱۰
فصل ۷ : بازی درمانی.....۲۱۳
جایگاه بازی درمانی در آموزش مهارت‌ها و درمان اختلالات رفتاری کودکان ۲۱۳
اهمیت محل بازی کودکان و تأثیر مثبت چشمه‌های مصنوعی در محل بازی کودکان.....۲۱۸
خصوصیات ضروری محیط بازی کودک.....۲۱۹
استفاده از طبیعت.....۲۱۹
ساخت چشمه‌های طبیعی در محل بازی و پارک‌ها.....۲۲۰
نکات ایمنی محل بازی کودکان.....۲۲۲
آب بازی و جاذبه سحرآمیز آن برای کودکان.....۲۲۴
رشد توانایی‌ها و مهارت‌های مختلف کودکان از راه آب بازی.....۲۲۴
مکان آب بازی.....۲۳۲
رعایت نکات ایمنی در آب بازی.....۲۳۲
رعایت قوانین و مقررات در آب بازی کودکان.....۲۳۵
راه‌های بازی با آب.....۲۳۵
بردن کودک به استخر.....۲۳۷
دنیای پرنیانی بازی کودکان را خراب نکنیم.....۲۳۸
روش‌های تربیتی والدین.....۲۴۳
عروسک بازی.....۲۴۵
تأثیر و نقش بازی والدین با کودکان.....۲۵۲
نقش درمانی بازی.....۲۵۸
کاربرد و اصول بازی درمانی.....۲۶۰
نقش بازی در شادی و مسئولیت‌پذیری کودکان.....۲۶۶

فصل ۱

تعاریف و نظریه‌های بازی

تعریف بازی

طبیعت «سرگرم کننده» بازی کودکان، اغلب باعث می‌شود که اهمیت خود بازی پنهان نگاه داشته شود. بازی، علاوه بر این‌که یک سرگرمی است و اوقات را لذت‌بخش می‌کند، متضمن انواع مهمی از رفتارهایی است که کار ویژه آن‌ها، کمک به جنبه‌های با اهمیت پیشرفت اجتماعی، احساسی و هوشی کودک است. در حقیقت، ظهور گسترده بازی در قلمرو حیوانات و پیچیده‌تر شدن آن در انسان‌ها این ایده را تأیید می‌کند که بازی باید دارای برخی ارزش‌های ماندگار برای همه گونه‌هایی که بدان مبادرت می‌کنند، باشد. برای کشف این که ارزش‌های مورد نظر چه هستند، شناخت اشکال مختلف بازی که کودکان عموماً انجام می‌دهند، از مراحل نخستین که هنوز کودک جذب دستگاه تلویزیون نشده است، تا اشکال پیشرفته آن که ممکن است توسط تصاویر تلویزیونی به نمایش گذاشته شود، مفید است.

جست‌وجوی کور مال و غریزی کودک و حس‌های چشایی و بویایی وی، که در نخستین سال زندگی به‌طور فزاینده‌ای معنادار می‌شوند، می‌توانند به‌عنوان مراحل آغازین بازی نگریسته شوند و به کودکان کمک می‌کنند که نخستین درک خود را از خودشان، در ارتباط با محیطشان کسب کنند. کودکان با آشکارسازی جستجوگری بدون اراده و مبتنی بر غرایز درونی خود، شروع به تشخیص و فرق‌گذاری بین خود و والدینشان و در

سطح گسترده‌تر، با جهان می‌کنند و درک و یادگیری برخی چیزها را درباره محیط اطراف خود آغاز می‌کنند.

به علاوه، فراهم کردن شناخت‌های اولیه برای کودکان، از طریق بازی‌ها و تجاربی که از سر می‌گذراندند، این امکان را برای آن‌ها فراهم می‌کند که دست به مهارت‌های بدنی مهم‌تری در روند رشد خود بزنند. به‌عنوان مثال، کودک برای گرفتن یک اسباب‌بازی، هماهنگی میان چشم و دست خود را توسعه می‌بخشد، توانایی که اهمیت پایداری دارد.

نوزادان نه تنها از طریق لمس کردن، چشیدن و یا بوییدن، دست به کشف می‌زنند، بلکه از لحاظ زبانی نیز کلمات نامفهوم ادا می‌کنند و صداهای مختلفی درمی‌آورند. کودکی که کلمات نامفهوم ادا می‌کند، آشکارا مهارت‌های لفظی را تمرین می‌کند و صدا را به شیوه معناداری ایجاد می‌نماید؛ به‌گونه‌ای که این کار، نفع آشکاری را هم در نتیجه و هم در روند انجام آن، برای وی دارد. این تجارب لفظی، در مراحل بعدی به‌عنوان مقدمه فراگیری زبان، مهم هستند.

شکل دیگر بازی، متضمن تقلید است. کودک حتی قبل از فرا رسیدن نخستین سال تولدش، حرکت‌ها و ژست‌های مشخص بزرگسالان را در بازی‌اش تقلید می‌کند (والدین دستانشان را به هم می‌زنند و کودک هم کف می‌زند). این بازی‌های تقلیدی، اولین فرصت‌ها را برای ایجاد ارتباط دو جانبه حقیقی، حتی قبل از آنکه سخن گفتن را بیاموزد، فراهم می‌کند. کودکان از این طریق، پیشرفت خود را آغاز می‌کنند و از یک وضعیت دریافت کلی به یک وضعیت رابطه‌ای پا می‌گذارند که در آن حالت، آن‌ها قادرند این دریافت را جداگانه از خود یا هر چیز دیگر داشته باشند. بازی تقلیدی همچنین شامل مرحله مهم دیگر فراگیری زبان نیز می‌شود، مرحله‌ای که طی آن، کودکان از حالت ایجاد صداهای تصادفی به حالت تقلید تعمدی و سنجیده صداهایی که توسط افراد اطرافشان ایجاد می‌شود، وارد می‌گردند. نهایتاً، بازی کودکانه، زندگی باقی مانده وی را رنگ می‌زند

و این تأثیر حتی پس از گذشت سال‌ها و فاصله گرفتن از دوران کودکی ادامه می‌یابد.

ادوارد نوربک، انسان‌شناس، می‌نویسد «هدف بنیادین و اولیه بازی، اهمیت بیشتری را برای هر فرد دارد. انگیزه بازی کردن کودکان، ابتدائاً به خاطر لذت بردن از زندگی است. این برجستگی عمده هر گونه بازی است، زیرا بدون لذت‌مند کردن زندگی، سال‌های طولانی بزرگسالی می‌تواند ملال‌آور و خسته‌کننده باشد».

تعریفی جامع و فراگیر از بازی که مورد تأیید همه نظریه‌پردازان روان‌شناسی باشد، وجود ندارد. هر صاحب نظری، براساس تجارب، مشاهدات، اعتقاد و دیدگاه خود، بازی را به نوعی تعریف کرده، و هر یک از این تعاریف، با برجسته‌سازیِ جنبه‌ای از بازی، نگرشی ویژه را ارائه کرده است. میان تعاریفی که از بازی ارائه شده است وجوه اشتراک و تشابه بسیاری وجود دارد.

هارلوک در تعریف بازی می‌نویسد: «بازی» عبارت است از هرگونه فعالیتی که برای تفریح و خوشی، و بدون توجه به نتیجه نهایی، صورت می‌گیرد. انسان به طور داوطلبانه به این فعالیت می‌پردازد و هیچ نیروی خارجی یا اجباری در آن دخیل نیست.

«کار» عبارت از نوعی فعالیت برای رسیدن به هدف است. شخص این فعالیت را نه تنها به‌خاطر آن که از آن لذت می‌برد، بلکه چون خواهان نتیجه نهایی آن است، به انجام می‌رساند. کار ممکن است به‌طور داوطلبانه یا غیرداوطلبانه انجام گیرد.

پیاژه، روان‌شناس معروف سویسی، برای تمیز و تشخیص بازی از کار، پنج معیار را به‌عنوان شاخص‌های بازی معرفی می‌کند:

۱. بازی دارای هدف ویژه خود است.
۲. بازی اختیاری است، نه اجباری.

۳. بازی دلپذیر و خوشایند است.
٤. بازی ترتیب و سازمانی ندارد.
۵. بازی از قید کشاکش و پرخاش آزاد است.

لازاروس: بازی را فعالیتی فی‌نفسه آزاد، بی‌هدف، سرگرم کننده یا تفریحی می‌داند.

به عقیده **گروس**، بازی، تمرین غریزی و بی‌هدف کارهایی است که در زندگی آینده نقش اساسی دارند.

سی شور، بازی را آزادانه ابراز وجود کردن برای کسب لذت مترتب بر آن معنا کرده است.

شانر، آن را فعالیتی در جهت تداوم شادمانی می‌داند.

و از نظر **نیومن**، معیارهای بازی از کنترل درونی، واقعیت درونی و انگیزه باطنی تشکیل می‌شوند.

به طور کلی نمی‌توان فعالیتی را به‌طور مطلق بازی و یا کار نامید. اینکه فعالیتی متعلق به کدام یک از این دو دسته است بستگی به فعالیت ندارد بلکه بستگی به انگیزه و نظر شخص در مورد آن فعالیت دارد. مثلاً نقاشی را می‌توان به‌عنوان یک فعالیت دلپذیر و لذت بخش (بازی) در نظر گرفت که منظور شخص کسب لذت از آن است، ولی وقتی انگیزه فرد از نقاشی این

باشد که از طریق نقاشی امرار معاش کند نقاشی نوعی کار محسوب می‌شود نه بازی.

بازی‌ها و ورزش‌ها برای خردسالان بازی محسوب می‌شود، چون هدف آن‌ها تفریح و لذت بردن از آن است.

به طورکلی می‌توان گفت، بازی عبارت است از هرگونه فعالیت جسمی یا ذهنی هدف‌دار که به صورت فردی یا گروهی انجام شود و موجب کسب لذت و برآورده شدن نیازهای کودک گردد. کودکان، نقاط قوت و ضعف خود از جمله تمایل به فرمان دادن یا فرمان بردن، تهاجم یا تسلیم، اجتماعی بودن یا منزوی بودن و همچنین احساسات دوستانه یا خصمانه، افسردگی یا شادی، امیال و نیز آرزوهای خود را از طریق بازی نشان می‌دهند. کودکان به بازی‌های متفاوتی می‌پردازند که هر کدام از بازی‌ها نشان‌دهنده یکی از احساسات آن‌ها می‌باشد. آن‌ها برای بیان رفتارهای پرخاشگرانه خود به بازی‌هایی می‌پردازند که در آن بتوانند با حمله و تخریب پدیده‌های عادی و معنوی راهی برای بروز خشم خود پیدا کنند. همچنین برای بیان آرزوها و امیال خود به رؤیا و تخیل می‌پردازند و برای رسیدن به هرآنچه که آرزو

دارند خود را با بازی‌های تخیلی سرگرم می‌کنند و سرانجام برای ساخت و پیدا کردن نقش مورد علاقه خود به بازی‌های تقلیدی می‌پردازند.

در واقع بازی، فرایندی است همراه با تحرک، احساس آزادی در انتخاب، لذت‌بخش و بدون هدف مادی، که در اکثر حیوانات و انسان‌ها وجود دارد. از جمله مظاهر عمده و کاملاً مشخص رشد اجتماعی و رشد ذهنی شناختی بازی است. به این معنی که کودک کیفیت و هر دو نوع رشد خود و سایر جنبه‌ها، مخصوصاً جنبه حرکتی را در بازی‌هایش منعکس می‌کند.

شاید به همین سبب است که از قدیم گفته‌اند کودکی که خوب می‌خورد، خوب می‌خوابد و خوب بازی می‌کند یقیناً سالم است. بازی فرایندی است که تقریباً در اکثر حیوانات و در همه افراد تا پایان عمر ادامه دارد که چند و چون آن بر حسب مراحل رشد و تکامل و تحت تأثیر عوامل مختلف است.

با توجه به نقش محوری بازی در یادگیری و تکامل دوران کودکی و فراوانی شواهد علمی تأثیر بازی در سلامت کودک توجه ویژه به این موضوع ضرورت دارد.

بازی‌های کودکان را کلاً به بازی‌های فعال یا پویا و بازی‌های منفعل یا ایستا تقسیم می‌کنند.

بازی فعال و بازی ایستا

در بازی‌های فعال لذت از عملی که فرد انجام می‌دهد، ناشی می‌شود. مانند بازی دویدن یا ساختن چیزی. بازی‌های کودکان بزرگسال و نوجوان عمدتاً فعال هستند. در بازی‌های ایستا یا سرگرمی‌ها و تفریحات، لذت از فعالیت‌هایی که دیگران انجام می‌دهند، ناشی می‌شود. مانند تماشای بازی دیگران یا حیوانات در تلویزیون و سینما.

بازی کودکان را جدی بگیریم

بازی همه چیز کودکان است. کودکان در بازی یاد می‌گیرند، به یاد می‌آورند و از یاد می‌برند. بازی عرصه زندگی کودک است لذا تا می‌توانید موقعیت‌ها و امکانات بازی را برای کودکان فراهم کنید و از همراهی با آن‌ها لذت ببرید و از آن‌ها انرژی بگیرید. بازی کودکان حد و مرزی ندارد و وسایل خاصی نمی‌خواهد هر چند داشتن وسایل، سرگرم شدن بیشتری را به همراه می‌آورد. بازی‌های انفرادی یا دسته جمعی، بازی‌های ایستاده با دامنه جابه‌جایی اندک، بازی‌های پویا به همراه تحرک و جابه‌جایی زیاد و بازی‌های خیالی و... همه و همه می‌تواند کودکان را در برقراری ارتباط با شما یاری دهد. البته وجود برخی وسایل برای طراحی بازی و ایجاد ساعاتی برای آرامش و لذت بردن و گاهی کسب تجربه بیشتر می‌تواند کمک کننده باشد. گاه بهتر است از تفسیر و تعبیر و مداخله‌های غیرضروری در بازی کودکان بپرهیزید. سعی کنید متناسب با فرهنگ کودکان و اهداف بازی وسایلی از قبیل تکه‌های چوب، چسب، قیچی، کاغذها و نوارهای رنگی، خمیربازی، انواع عروسک، وسایل پزشکی و... را در اختیار کودک قرار دهید. در جای جای کار با کودکان، با کمی خلاقیت می‌توان از هر موقعیتی و از همه مهم‌تر بدون هیچ وسیله‌ای بازی‌های هدفمندی را طراحی

و اجرا کرد. البته وجود خود کودکان منبع بسیار مناسبی برای طراحی بازی-هاست. از آن‌ها بخواهید بازی‌هایی را که آموخته‌اند بـه شـما بگوینـد و بـه یکدیگر هم یاد بدهند.

پیاده روی روی خاک و ماسه، آب بازی، درست کردن انواع کاردسـتی، کار با گل، درست کـردن و نقاشـی روی بادبـادک و فرفـره... همـه و همـه فعالیت هایی است کـه مـی‌توانـد بـا خلـق لحظـات فـرح بخـش، ارتبـاط ملموس‌تر و قوی‌تری بین اعضای گروه هم سـالان برقـرار کنـد. هـم‌چنـین می‌توان برای بالا بردن اعتماد به‌نفـس، ایجـاد روحیـه سـرزندگی و امیـد و یاری دادن گروه هم سالان و همکاری بـا دیگـران، در جـای جـای بـازی، گفت‌وگو و بحث و طرح سؤال و هم فکری‌هایی را گنجاند که افراد آشنا با علم روان‌شناسی کودک می‌توانند به طور هدفمند و مفید از ایـن فعالیـت‌هـا بهره بگیرند. بازی یکی از نیازهای اساسی کودکان به شمار مـی‌رود. بـازی، مهم‌ترین و اساسی‌ترین فعالیت کودک است کـه در عـین سـرگرم کـردن او کارکردهای مهم دیگری را داراست که هر یک از این کارکردها بـه جنبـه‌ای از زندگی کودک مربوط می‌شوند و او را برای ورود بـه زنـدگی بزرگسـالی آماده می‌سازند. از این لحاظ شرایط بازی، آزادی کـودک در بـازی، اسـباب بازی‌های مورد استفاده کودک و مدت زمانی که به بازی با کودک اختصاص داده می‌شود، اهمیت شایان توجهی دارد.

خیلی از آموزش‌های تربیتی را می‌توان در خلال بازی‌ها به کودک نشان داد و به‌راحتی کودک را در مسیر درست تربیت نمود. همان‌طور که از خلال بازی‌های کودک نیز می توان به شرایط عاطفی، احساسات و افکار او پی برد. بنابراین لازم است که والدین و مربیان به اهمیت بازی در زندگی کودک توجه داشته و شرایط لازم را برای بازی‌های مناسب فراهم سازند.

نظریه‌های بازی

گروس: ارزش انطباقی

گروس، شاید نخستین نظریه‌پرداز درباره بازی باشد که در سال ۱۸۹۸ مشاهداتش را از بازی‌های انسان و متأثر از نظریه تکاملی داروین منتشر ساخت. او معتقد بود، بازی انسان از بازی حیوانات دیگر پیچیده‌تر است. بازی را دارای ارزش انطباقی می‌داند و می‌گوید، بازی به کودکان فرصت می‌دهد که فعالیت‌های بزرگسالان را تمرین کنند و هدف خاصی از آن ندارند. کودکان ابتدا به بازی‌هایی می‌پردازند که به رشد و تکامل مهارت‌های حسی و حرکتی آن‌ها می‌انجامد و بعداً به بازی‌هایی علاقمند می‌شوند و اقدام می‌کنند که روابط اجتماعی آن‌ها را تسریع می‌کنند.

فروید: بازی وسیله‌ای است برای کامروایی

زیگموند فرید، معتقد است که بازی به کودکان امکان می‌دهد، کامروا شوند و مؤثرترین وسیله برای این افراد است. هنگامی که شخص بزرگسال بین نهاد (هدایت شده بوسیله اصل لذت) و خود (هدایت شده بوسیله اصل واقعیت) تعارض را تجربه می‌کند، ناکام می‌شود و برای حل این تعارض و رفع ناکامی (آگاهانه یا ناآگاهانه) به راه‌حل‌هایی متوسل می‌شود. وقتی یک کودک با چنین تعارضی مواجه می‌شود، می‌تواند با رسیدن به آرزوها یا امیالش در ضمن بازی، تعارض پیش آمده را حل کند، مثلاً با بازی کردن

نقش افرادی که دوست می‌دارد (از قبیل والدین)، میل و آرزوی خود (مثل آن‌ها شدن) را ارضا می‌کند.

اریکسن: بازی به‌عنوان درمان

اریکسن از تحقیقات متعددش درباره بازی کودکان (دختر و پسر)، دریافت که پسران به ساخت‌هایی علاقمندند که ایشان را فعال کنند. در حالی که دختران به مرتب کردن ساخت‌های ایستا تمایل دارند. هر چند که این تعبیر و تفسیر اریکسن مورد انتقاد قرار گرفته است، لکن هنوز هم جنبه درمانی بازی مورد توجه است. کودک ضمن بازی می‌تواند افکار و خواسته‌هایش را منعکس و بیان کند و درمانگر می‌تواند با توجه به نوع و کیفیت بازی‌های کودک، مسائل او را دریابد و به کاهش تنش او کمک کند.

پیاژه: بازی برای درون‌سازی و تحکیم

در نظریه رشد و تکامل پیاژه، بازی از جمله اصول پایه برجسته نظریه او از مراحل رشد شناختی است. به نظر پیاژه انطباق از تأثیر متقابل (فعل و انفعال) درون‌سازی و برون‌سازی ناشی می‌شود. کودک در فرایند درون‌سازی تجربه‌ها را در طرحواره یا روان موجود ادغام و یکی می‌کند و روشی که برای این امر بکار می‌برد به مرحله رشد شناختی وی بستگی دارد. مثلاً کودکان در مرحله حرکتی، بازی‌هایی را تمرین می‌کنند که با فعالیت بدنی رضایت‌بخش همراهند. در سطح پیش عملیاتی به‌تدریج از بازی‌های عملی به بازی‌های نمادی (سمبولیک) منتقل می‌شوند. به این ترتیب کودک می‌تواند محیط طبیعی را به شکل نماد درآورد و سرانجام به بازی‌های وانمودی برسد که به نظر بعضی از روان‌شناسان، این مرحله با زمان ورود به مدرسه هماهنگ است.

طبقه‌بندی بازی‌ها از دیدگاه سایر روان‌شناسان

کارل کروس و جمعی دیگر با پذیرفتن این ملاک که بازی عبارت است از یک «پیش تمرین عمومی» معتقدند بازی‌ها را می‌توان به دو دسته اساسی تقسیم کرد:

۱. بازی‌هایی که کنش‌های عمومی در آن‌ها مطرح هستند.
۲. بازی‌هایی که نشان دهنده کنش‌های اختصاصی هستند. به نظر گروس، این فعالیت‌ها روزی بصورت فعالیت‌های سازش یافته درخواهند آمد. تمام بازی‌هایی که به کنش‌های عمومی و سازش یافته منتهی می‌شوند، مانند کشتی گرفتن، غریزه مبارزه را در فرد تقویت می‌کنند تا در آینده بتواند از این عمل سازش یافته استفاده کند. یا مثلاً عروسک بازی در دختران برای تحکیم غریزه مادری در آن‌هاست.

«**کرا**» در طبقه‌بندی خود به کنش‌های ارثی، تقلیدی، و تخیلی اشاره می‌کند. به نظر وی کودک بازی می‌کند چون در بازی او امکان تجسم یا تصور صحنه‌ها وجود دارد و می‌تواند موقعیت و وضعیت خارج را بدون این که نسبت به آن‌ها سازش یافته باشد برای خود مجسم کند. ممکن است بازی‌های کودکان جنبه تقلیدی داشته باشد، مثلاً بازی‌هایی که در حد یک تقلید ساده‌اند و در آن کودکان صحنه‌های غذا خوردن را تقلید می‌کنند. این صحنه‌ها در حد محدود جنبه تقلیدی دارند و هیچ نوع دنباله و ادامه‌ای در کار نیست. در عمل وقتی بازی‌های تقلیدی و تخیلی را از هم جدا کنیم می‌بینیم که آنگونه از هم جدا نیستند و پاره‌ای از بازی‌های تقلیدی منتهی به بازی‌های تخیلی می‌شوند. بدین صورت کودک ابتدا امور سازش یافته‌ای را می‌پذیرد و بعد، از موارد دلخواه برای ادامه بازی استفاده می‌کند.

*«**پرز**» بازی‌ها را به سه دسته تقسیم می‌کند:*

الف- بازی‌های منظم که دارای قواعدی است.

ب- بازی‌های نامنظم که در آن‌ها هیچ قاعده‌ای رعایت نمی‌شود و جنبه تمرینی دارد.

ج- بازی‌های مهارتی که مهارت ساختن در آن‌ها مطرح است مانند ساختن یک برج، این بازی‌ها در نهایت متضمن جنبه خلاقیت هستند.

«**استرن**[1]» در طبقه‌بندی خود مسأله ساخت بازی‌ها را مطرح می‌کند. بازی‌ها از نظر او به دو گروه فردی و اجتماعی یا گروهی تقسیم می‌شوند. بازی‌های فردی جنبه تخریبی، جنبه ساختن و جنبه فتح اشیاء و فتح بدن (تسلط بر اعضاء و اشیاء) دارند. فرد با این نوع بازی‌ها، رابطه خود با اعضاء بدن و همچنین با اشیاء را تحکیم می‌کند.

بازی‌های گروهی سه دسته هستند: ۱- تقلید یک بازیگر از بازیگر دیگر ۲- ایفای نقش‌های تکمیلی ۳- بازی‌هایی که جنبه مبارزه و جنگ دارند.

«**شارلوت بوهلر**[2]» مطالعات جامعی از نظر تحول اجتماعی کودکان دارد و بازی کودکان را به چهار دسته تقسیم می‌کند.

الف- بازی‌های کنشی ب- بازی‌های تخیلی ج- بازی‌های آفرینشی د- بازی‌های اجتماعی.

رابرت[3]، **آرت**[4] و **بوش**[5] بازی‌ها را به سه دسته تقسیم می‌کنند: ۱- بازی‌های همراه با مهارت فیزیکی ۲- بازی‌هایی که در آن‌ها نقش‌های اجتماعی آموخته می‌شوند. ۳- بازی‌هایی که در آن‌ها مسؤولیت و کسب موفقیت آموخته می‌شود.

از نظر **کای لویس**[6] بازی‌ها به چهار دسته تقسیم می‌شوند:

الف- بازی‌هایی که حالت مبارزه و جنگ‌جویی دارند. ب- بازی‌هایی که نقش عمده آن‌ها را شانس یا تصادف در بر می‌گیرد. ج- بازی‌هایی که تقلیدی از رفتارها و اعمال دیگران هستند و بازی‌هایی که هیچ هدف خاصی ندارند و صرفاً برای وقت گذرانی هستند، مانند چرخیدن کودک دور خودش.

1.Stern
2.Ch.Buhler
3.Robert
4.Arth
5.Bush
6.Caillois

ساتون، اسمیت و رابرتس سه نوع بازی را از هم تفکیک می‌کنند:

الف- بازی‌هایی که مهارت بدنی در آن‌ها اهمیت دارد. فعالیت حرکتی در این نوع بازی‌ها نقش عمده‌ای را ایفا می‌کند. ب- بازی‌هایی که مهارت شناختی و عقلی در آن‌ها نقش اساسی دارد. ج- بازی‌هایی که حاصل شانس یا تصادف هستند.

*«**ترنر**» بازی‌ها را به صورت زیر طبقه‌بندی می‌کنند:*

۱. بازی‌های اکتشافی: این بازی‌ها از ٤-۳ ماهگی آغاز می‌شوند، توجه کودک در این سن به بدن خودش است. کودک با توجه به بدن خودش و از مکیدن انگشت‌های خودش لذت می‌برد. کودک در می‌یابد که انگشت جزئی از بدن خودش است و این امر به تحول «مفهوم خود[1]» که کمک می‌کند.

۲. بازی‌های دستی و مهارتی: وقتی کودک بتواند به طور ارادی با دست‌هایش حرکاتی را انجام دهد بازی‌های مهارتی یا دستی شروع به شکل‌گیری می‌کنند. هنگامی‌که کودک دست‌هایش را بر روی زمین، تختخواب یا میز می‌کوبد، نوعی از بازی مهارتی را نشان می‌دهد.

۳. بازی‌های ساختی: کودک با مهره یا اسباب بازی‌های دیگری که در اختیار دارد یک ساختمان یایک برج می‌سازد و با این‌که می‌داند گذاشتن قطعه چوب با مهره‌ای دیگر بر روی ساختمان یا برج، آن را در هم می‌ریزد. باز هم این کار را می‌کند فقط به این خاطر که مجدداً آن را بسازد. در واقع کودک تمام آنچه را که ساخته است تخریب می‌کند تا دوباره آن را بسازد و یا زمانی‌که پس از صرف وقت بسیار طرحی را می‌کشد، لحظاتی بعد آن را سیاه یا به کلی از صفحه پاک می‌کند تا مجدداً آن طرح را ترسیم کند. این نوع بازی‌ها به کودک کمک می‌کنند تا از کنش‌های درونی رهایی یابد.

1.Self-Concept

٤. بازی‌هایی که در نتیجه تعامل با دیگران شکل می‌گیرند: نوعی بازی که در آن کودک لبخندی می‌زند و از مادر یا فرد دیگر می‌خواهد که او هم‌چنین همین کار را انجام دهد. تکرار این رفتار لبخند زدن و انتظار واکنش از بزرگسالان، بازی‌های دیگر کودک را هدایت می‌کنند. در اینجا کودک به تأثیر رفتار خود نسبت به محیط اطراف پی برده است.

واینر[1] بازی‌ها را به دو دسته تقسیم می‌کنند: ۱- بازی‌های تخیلی[2] ۲- بازی نقش[3]

بازی‌های تخیلی انعکاس خواسته‌ها و نیازهای کودک هستند. در این بازی‌ها کودک به اشیاء اطراف خود جان می‌بخشد، این بازی‌ها به کودک در درک بهتر خود و دنیای اطراف او کمک می‌کنند.

بازی نقش‌ها، اغلب تقلیدی از رفتارهای بزرگسالان است. کودک نقش دیگران را در بازی به عهده می‌گیرد و مانند آنان رفتار می‌کند، مثلاً خود را به جای مادر، دکتر، افسر پلیس، معلم و... تصور می‌کند. در این نوع بازی‌ها خلاقیت نقش بسیار مهمی دارد و کودک اغلب از تجارب گذشته خود سود می‌برد.

مهارت‌های اجتماعی و شناختی کودک از طریق بازی نقش نمایان می‌شود.

1.Winner
2.Imaginative Play
3.Sociodramatic Play

اسمیلانسکی[1] *بازی‌ها را به چهار گروه تقسیم می‌کند:*

۱- بازی‌های کنشی ۲- بازی‌های ساختی ۳- بازی‌های تخیلی ٤- بازی‌های قاعده‌دار.

از نظر پیاژه بازی‌ها به سه گروه تقسیم می‌شوند: الف- بازی‌هایی که هیچ نوع ساختی در آن‌ها وجود ندارد و بیشتر جنبه تمرینی دارد، ب - بازی‌هایی که نظام آن‌ها را ساخت رمزی تشکیل می‌دهد. ج- بازی‌هایی که قاعده‌دار هستند و طبق قواعدی انجام می‌گیرند.

بازی‌های تمرینی از ساخت خاصی تبعیت نمی‌کنند و بیشتر جنبه لذت بخشیدن به کودک را دارند. یعنی فعالیت روانی آن‌ها به جای این‌که بین درون‌سازی و برون‌سازی تعادل برقرار کند طوری عمل می‌کند که بیشتر جنبه درون‌سازی دارد.

بازی‌های رمزی از سن یک سال و نیم آغاز می‌شود و ساخت رمزی، نظام آن‌ها را تشکیل می‌دهد. زمانی که دستگاه ذهنی به حدی از تحول رسیده باشد که کودک بتواند اموری را که ادراک کرده در غیاب آن‌ها مجسم کند با این نوع بازی‌ها مواجه می‌شویم. بازی‌های قاعده‌دار از سن سه تا چهار سالگی که کودک اندک اندک با دستورهای اخلاقی و قواعدی که بزرگسالان تعیین می‌کنند، آشنا می‌شوند، بصورت ساده و کاملاً ابتدایی شروع می‌شوند و بعدها کودک بصورت دستورات اخلاقی از آن‌ها پیروی می‌کند.

1.Smilansky

مشخصه‌های بازی کودکان

روان‌شناسان معاصر مشخصات زیر را در بازی‌های کودک کشف کرده‌اند.

- بازی، یک نیاز درونی است نه یک نیاز فیزیولوژیک یا خواسته اجتماعی.
- بازی با پرسش من با این شی چه می‌توانم بکنم؟، هدایت می‌شود. بنابراین بازی غیر از کاوش است. زیرا در کاوش این سؤال مطرح است: این شئ چیست و با آن چه می‌توان کرد؟
- در بازی بیشتر به کاربرد اشیاء توجه می‌شود.
- بازی با آزادی از مقررات خارجی تحمیلی مشخص می‌شود.
- بازی متضمن فعالیت است.
- بازی کودکان تحت تأثیر سنت است، به این معنا که در بازی‌های خود از بزرگسالان تقلید می‌کنند.
- بازی از الگوی قابل پیش‌بینی رشد و تکامل با توجه به سن کودک، پیروی می‌کند.

بازی بهترین وسیله است که کودکان به آنچه شخصاً دوست دارند، بپردازند. مقررات لازم را شخصاً وضع کنند. احساس هویت و استقلال کنند. مقدار وقت لازم و حتی زمان و مکان را شخصاً انتخاب کنند. آنچه را که می‌خواهند تجربه کنند، کشف کنند، و بیاموزند. به تبادل عاطفی با همسالان خود بپردازند. به میزان نیازشان لذت ببرند و خوشحال شوند. مسائل زندگی را در خود تجربه کنند، به درون‌سازی و برون‌سازی بپردازند. امیال سر کوفته خود را ارضا کنند، نگرانی‌های خود را کاهش دهند و از بین ببرند. مهارت‌های حسی حرکتی خود را رشد و گسترش دهند. در دنیای خیالی خود فرو روند. نقش‌های جنسی خود را دریابند، به خلاقیت برانگیخته شوند. با انضباط‌های لازم جهت زندگی جمعی آشنا شوند و خود را در خویشتن، رشد و گسترش دهند.

مراحل رشد بازی در کودکان

مرحله اول: تولد تا سه سالگی

در این مرحله یعنی سه سال اول بازی کودک جنبه فردی و انفرادی دارد. حرکت نخستین مظهر بازی است. چنان که نوزاد با حرکت دادن دست‌ها و پاهایش بطور منظم و دائم بازی می‌کند. در دو سه ماه اول زندگی، شیرخوار برای ارتباط با محیط، فعالیت چشمگیری از خود نشان می‌دهد. بعد از آن فعالیت‌های وی افزایش می‌یابد و در حدود شش ماهگی با اشیایی که در دسترس اوست بازی می‌کند. اسباب بازی‌ها را به دهان می‌برد و آن‌ها را تکانی می‌دهد. و از صدای آن‌ها لذت می‌برد. کودک حتی از شنیدن صدای خود نیز لذت می‌برد، بنابراین صدا می‌کند، جیغ می‌کشد و از مشاهده رنگ‌های براق و نورهای درخشان خوشحال می‌شود. بطور کلی شیرخوار تا یک سالگی با هر وسیله‌ای که در اختیارش قرار بگیرد بازی می‌کند و از لحاظ زبری، نرمی، طعم، صدا و امثال آن مورد بررسی قرار می‌دهد.

با راه افتادن کودک و همچنین حرف زدن وی، بازی‌های او نیز رنگ دیگری به خود می‌گیرد.

کودک دوساله دوست دارد بیشتر تنها یا با یک بزرگتر آشنا بازی کند ولی کم کم به تماشای بازی دیگران نیز علاقه‌مند می‌شود. در دو سالگی بازی‌ها بایستی موجب تقویت عضلات بزرگ شوند بنابراین در این سن بازی‌هایی نظیر تاب خوردن، اسباب بازی‌های سوارشدنی، اسباب بازی‌های کشیدنی و فشاری می‌تواند مناسب باشد. از طرف دیگر موارد بازی بایستی موجب تقویت حس‌های گیرنده کودک شود. در این مورد نقاشی با انگشت، بازی با آب، بلوک، کتاب، عروسک و حیوانات خمیری می‌تواند مفید و مؤثر واقع گردد.

مرحله دوم: سه تا شش سالگی

بازی و حرکات بدنی کاملاً در کودک آشکار می‌شود، در اواخر این مرحله معمولاً نیروی خیال کودک شدت می‌یابد و در بازی‌های او منعکس می‌شود. کودک به تحلیل و ترکیب اشیاء، کسب اطلاعات، علاقمندی به رقابت و تقلید از هر چه می‌بیند و می‌شنود، متمایل می‌گردد. در این دوره کودک علاقه شدیدی به بازی با گِل و خاک دارد نباید او را از این عمل بازداشت بلکه فقط باید گل و خاک تمیز در اختیار او گذاشت و بعد از بازی وی را به شستن دست‌ها ترغیب نمود.

در این سن کودک اسباب بازی‌های خود را می‌شکند تا به محتویات آن‌ها پی ببرد. همچنین در این مرحله به هیچ نوع قید و قاعده‌ای در بازی معتقد نیست. برای سه سالگی وسایل بازی از قبیل وسایل برای بازی‌های خیالی مثل لوازم کهنه و اسقاطی، اسباب بازی‌های کوچک از لوازم زندگی، پازل، بازی‌های کارتی ساده، مواد هنری مثل لوازم نقاشی می‌تواند مفید و مناسب باشد. کالسکه یا سه چرخه و چرخ بزرگ، وسایل برای نقاشی، رنگ کردن، طراحی، کارهای چوبی، تاب خوردن، نخ کردن مهره، کتاب‌هایی با موضوعات در مورد دنیای واقعی کودکان می‌تواند برای کودک چهارساله لذت بخش و مؤثر باشد. خمیربازی، بازی‌های کارتی و بازی‌های جدول که در آن‌ها قاعده‌های محدود حاکم است و نتایج آن بیشتر براساس شانس است و بازی‌های فکری برای سنین پنج سالگی مناسب و مفید می‌باشد. در پایان این مرحله کودک به سوی واقعیت گرایی و تفکر منطقی متمایل می‌شود. بنابراین مواد بازی نیز باید یاری دهنده این ویژگی کودک باشد.

مرحله سوم: ۶ تا ۱۲ سالگی

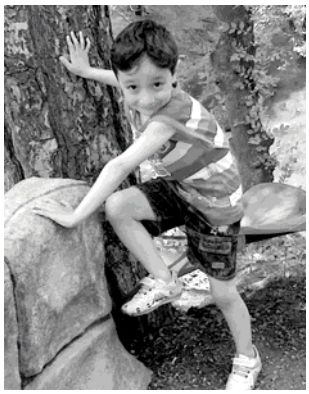
در این دوره کودک بیشتر به بازی‌هایی مایل می‌شود که با حرکات زیاد توأم است و می‌خواهد سرعت، قدرت و مهارت خود را نشان دهد، چون میان عضلات و اعصاب ارتباط برقرار می‌شود. بدین سبب می‌تواند به بازی‌هایی که مستلزم مهارت هستند مشغول شود. همچنین کودک به بازی‌های دسته جمعی علاقه‌مند می‌شود و می‌خواهد در هر بازی رفیق و شریکی داشته باشد تا به او کمک کند یا به مبارزه و مباحثه با او بپردازد. زیرا در این مرحله است که میل به رقابت ظاهر می‌شود و دوام و شدت می‌یابد چون در این سن نیروهای گوناگون بدنی و ذهنی کودک رشد می‌کند و او می‌تواند عضلاتش را کنترل کند و نیز به علت تربیت حواس و کسب مهارت و تجربه، بازی‌های گوناگون را به سرعت و قدرت و دقت انجام می‌دهد (در صورتی‌که قبلاً از انجام آن‌ها عاجز بود). این دوره سال‌های حساس برای زندگی نوین کودک است. او در این سن در محیطی رسمی تربیتی قرار می‌گیرد و از او انتظار می‌رود تا به قوانین آموزش رسمی گردن نهد. بازی کودکان در این مرحله ترکیبی از بازی‌های آموزشی و تقلیدی آزاد است.

چهار دوره بازی

برای کودکان چهار دوره یا مرحله برای بازی نام می‌برند که به قرار زیر است:

- **مرحله کاوشی:** که تا حدود ۳ ماهگی است و بازی کودکان عمدتاً عبارت است از: نگاه کردن به اشخاص و اشیاء و احیاناً کوشش برای گرفتن اشیایی که جلو چشمشان می‌گیرند. بعد از آن کودک سعی می‌کند همه چیز را بگیرد، زیرا می‌تواند حرکات اعضای بزرگ بدنش را تا حدی کنترل کند.

- **مرحله اسباب‌بازی:** از یک سالگی آغاز و بین ۵ و ٦ سالگی به اوج خود می‌رسد. در این دوره، کودک با اسباب‌بازی‌ها را جاندار می‌پندارد و با آن‌ها صحبت می‌کند و آن‌ها را تنبیه یا تشویق می‌کند.
- **مرحله بازی حرکتی و نمایشی:** معمولاً پس از ورود به مدرسه، بازی‌های کودک، عمدتاً حرکتی و نمایشی است، جز هنگام تنهایی که ممکن است به اسباب‌بازی‌های خود پناه ببرند. در این مرحله کودک به بازی‌های ورزشی و جمعی می‌پردازد.
- **مرحله بازی رؤیایی:** که حدود بلوغ شروع می‌شود و کودک دیگر به اسباب بازی علاقه نشان نمی‌دهد و بیشتر اوقاتش را در بازی‌های رؤیایی صرف می‌کند.



بازی در جریان افزایش سن کودک

تعداد فعالیت‌های بازی با افزایش سن بیشتر می‌شود. البته وجود امکانات و همبازی‌ها در این اصل مؤثر است. با افزایش سن، بازی شکل اجتماعی پیدا می‌کند و کودک از خودمحوری بیرون می‌آید. تعداد همبازی‌ها با افزایش سن بیشتر می‌شود. بازی روز به روز خاصیت جنسیتی پیدا می‌کند و کودکان خردسالی که بازی‌ها و اسباب‌بازی‌های دخترانه و پسرانه برایشان فرقی نمی‌کرد، با افزایش سن، به بازی‌ها و اسباب‌بازی‌های گروه جنسی

خود متمایل می‌شوند که طبعاً عامل فرهنگ جامعه در این تمایل بسیار مؤثر است. تقریباً نزدیکی‌های بلوغ علاقه به بازی‌های فعال به حداقل می‌رسد و نوجوان بیشتر به بازی‌های سرگرمی و تفریحی علاقمند می‌شود، از قبیل گردآوری مجموعه‌های مختلف.

بازی و سازگاری اجتماعی کودک

بازی، سازگاری کودک را پیش‌بینی می‌کند. نوع بازی، تنوع فعالیت‌های بازی و مقدار زمانی که کودک در بازی صرف می‌کند، همگی وضع سازگاری شخصی و اجتماعی او را نشان می‌دهد. مثلاً کودکی که عمدتاً به بازی‌های انفرادی و انزوایی می‌پردازد، در حالی‌که همسالانش با همدیگر بازی می‌کنند، معمولاً سازگاری ضعیفی دارد. در بازی کودکان تنوع محسوسی وجود دارد.

اثرات شناخته شده بازی بر سلامت

اثرات بازی بر سلامت کودکان را می توان از سه جنبه بررسی کرد:

- **اثرات جسمی**: تقویت عضلات، کاهش چاقی، خواب بهتر، تغذیه متعادل‌تر و مقوی‌تر
- **اثرات روانی**: مهارت حل مشکل، اعتماد به‌نفس، تقویت تفکر

- **اثـرات اجتمـاعی**: مهـارت‌هـای ارتبـاطی بـین فـردی (گـوش دادن، مهارت‌های استدلالی)، جامعه و گروه‌پذیری، مهـارت مـذاکره، رعایـت حقوق دیگران، همکاری و شراکت، ایجاد ارتبـاط مانـدگار بـا والـدین، درک بهتر هنر، موسیقی، ریاضیات و علوم

به‌طور کلی بازی کودکان به‌عنوان شغل آن‌ها محسوب شده و اگـر ایـن شغل به آن‌ها داده شود و امنیت آن حفظ شود این کودکان:

۱. از سلامت جسمی بهتر به‌دلیل تناسب انـدام، وزن متعـادل‌تـر و خـواب راحت‌تری برخوردارند.
۲. سلامت روان بهتری دارند چرا که مهارت‌های زندگی بیشتر و زودتـری را تمرین کرده‌اند و بیماری‌های خلقی کمتـری را در بزرگسـالی شـاهد خواهیم بود.
۳. سلامت اجتماعی بهتری دارند چراکه تمـرین ارتباطـات بـین فـردی در بازی، جامعه‌پذیری، رعایت حقوق دیگران و شـراکت سـالم‌تـری را در آن‌ها رشد می‌دهد.

دیدگاه‌های دانشمندان اسلامی در زمینه بازی

در اسلام به مراحل رشد انسان از کودکی تا پیری توجه خاصی شده اسـت. آن چنان‌که پیامبر اکرم (ص) در دوران زندگانی خود و به‌خصوص با وجود شرایط دشوار صدر اسلام، با ظرافت ویـژه‌ای، کودکـان توجـه داشـتند کـه باعث شد آینده سازان جامعه اسلامی پرورش یابند.

عطوفت و مهربانی به کودکان بارها از طرف پیـامبر اکـرم (ص) توصـیه شده است. آن حضرت کودکان را بسیار دوست می‌داشت و همواره توجه و احترام به شخصیت آن‌ها را توصیه می‌کردند و رفتار و تربیت کودکان را بـا توجه به سن و سال و مراحل رشد آن‌ها ضروری می‌دانستند. آن حضرت در حدیثی می‌فرمایند «هر کس کودکی دارد باید مانند کودک با او رفتار کند».