

Игра - наша стихия

У людей в любом возрасте игра напрямую связана с развитием префронтальной коры головного мозга- отдела, отвечающего за организацию наших мыслей и чувств, планирование, исполнительские функции, за устремленность к цели и принятие решений. У всех детенышей животных и у наших детей тоже количество времени, проводимого за игрой, тесно связано с развитием и качеством роста мозжечка, в котором содержится больше нейронов, чем в остальных отделах головного мозга. Мозжечок отвечает не только за контроль над моторикой и координацию, но и за внимание и лингвистические процессы. Потребность в игре является такой же базовой, как и потребность в еде или сне. Игра - основной фактор развития четырех навыков 21 века: креативности, критического мышления, коммуникабельности, навыков сотрудничества. Однако не все игры одинаковы. Например, игра в футбол- сильно структурированная спортивная игра по правилам, а игра в прятки- это переживание опыта: дети радуются тому, что могут быть самостоятельными, автономными, но потом они также радуются, когда их ищут и наконец- то находят. В этот момент они утверждают в своем желании быть нужными и любимыми. Эта игра их учит тому, как важны взаимоотношения и связи с другими людьми.

Игра — высшая форма исследования.
Альберт Эйнштейн

Если вы хотите, чтобы ваш ребенок рос умным, дайте ему возможность играть. Если вы хотите, чтобы ваш ребенок умел справляться со своими эмоциями, дайте ему возможность играть. Если вы хотите, чтобы ваш ребенок мог работать в команде, дайте ему возможность играть. Это не значит, что ребенка надо отдать куда -то, чтоб он там играл, нанять кого- то, кто научит его играть, заставлять ребенка играть... Если вы хотите, чтобы ваш ребенок получил доступ к самому важному и мощному инструменту здорового развития и повышения интеллекта, все, что вам нужно сделать, это отойти с дороги и дать ему возможность играть.

Итак, игры бывают разные. Они задействуют разные типы мышления: конвергентное и дивергентное. Дивергентная игра свободна, не структурирована, во время игры происходит исследование. Нет правил и верных ответов. Конвергентная игра менее креативна, в ней есть правила. Вы удивитесь, но современный вариант Лего относится к конвергентным играм. Национальный институт игры описывает несколько форм игры:

- игра основанная на телодвижениях;
- игра с объектами;
- игра с участием воображения;
- социальная игра: созвучная, жестко- контактная, праздничная (ритуальная), игры- сочинения.

Матушке- природе так важно, чтобы мы играли, что она вознаграждает нас в этот момент порцией дофамина. Ученые считают, что если бы головной мозг не выделял столько дофамина, то человечество вообще бы не выжило как вид. На примере крыс: если не давать им в юном возрасте устраивать «мышиную возню» (именно так выглядят их игры), то они не в состоянии реагировать на мгновенные социальные сигналы, ведут себя по отношению друг к другу или слишком агрессивно, или слишком пассивно. Не проявляли любознательность.

Игра позволяет нам приспособливаться к новым условиям. Она дарит нам гибкость мышления, необходимую для адаптации к любым обстоятельствам в любой ситуации.

Недостаточный игровой опыт в детстве имеет очень серьезные последствия во взрослой жизни, в частности низкую продуктивность, отсутствие креативности, депрессии, зависимостям.

Что же делать? К счастью, дефицит игры можно восполнить, так же как и дефицит сна. Разрешите детям играть, создайте условия (время и выключенные гаджеты). Как только игра появляется в жизни ребенка исчезает СДВГ, ребенок начинает соблюдать границы, улучшаются эмоциональные, социальные и когнитивные навыки.

И несколько игр в вашу родительскую копилку.

Игры нашего детства.

Холодно-горячо

Самая распространенная и очень интересная игра, когда один участник прячет определенный предмет в доме, а второй его ищет, руководствуясь подсказками. Направлять можно по мере удаления или приближения к объекту, говоря «холодно» или «горячо» соответственно. Задействуйте свои актерские способности, придав словам «прохладно» и «ты не замерз?» нужную интонацию. Еще более интересной станет игра, если спрятать не только сам предмет, но и подсказки. Сначала находится первая подсказка, где может быть рисунок или указатель верного направления, затем вторая и т.д. Попробуйте так же спрятать сюрприз – ребенок будет в восторге!

Игры на внимание, развитие воображения, фантазии.

Историческое путешествие

Разместите по квартире разные предметы и дайте им определенные названия. Например, миска – это море, подушка – горы, а большой надувной матрас – пустыня Гоби. Расскажите ребенку историю, где он является главным героем, а затем отправляйтесь в путешествие, проходя дремучие леса в виде ряда стульев и покоря вершину мягкого Эвереста. В качестве героя-путешественника можно взять машинку или куклу, а также разнообразить игру, нарисовав самую настоящую карту сокровищ с указанием нужного маршрута.

Ролевые игры ***Дочки-матери наоборот***

Дети обожают ролевые игры. Они обыгрывают ситуации, взятые из жизни, что имеет и познавательный и развивающий характер. Но есть небольшие различия в восприятии ролевой игры в раннем и в дошкольном возрасте. Ребенок в раннем возрасте просто копирует поведение взрослого и для него ролевая игра — это большей мерой действие, а не сама роль, как такова. Игрушки же — лишь вещи, заменяющие те, которые используют взрослые. Поэтому, если Вы будете играть с ребенком во врача, то не требуйте от него, слишком многого. Он будет Вас проверять, лечить, но вживаться в роль он, ни в коем случае не будет. Если же ребенок старше, то действия для него уже не будут столь важны. Главное — распределить роли и прожить то, с чем сталкиваются ежедневно взрослые.

Отличная ролевая игра для детей любого возраста — «дочки-матери» наоборот. Вы должны будете сыграть дочку или сына, а Ваше чадо — родителя. Это отличная возможность для вас побывать на месте друг друга. Вы можете капризничать и баловаться. Ребенок же в свою очередь узнает, что Вы чувствуете, когда он сам не слушается. Таким образом, дети будут лучше Вас понимать, а возможно у них еще и появится интерес к домашним делам!

Игра на развитие творческих способностей, мелкой моторики. ***Сделай красоту!***

Выдайте ребенку различные предметы: пуговицы, ракушки, лоскуты, оберточную бумагу, пенопласт, бусины, картон, клей, пластилин... Предложите создать из всего этого что-то очень красивое. Не вмешивайтесь в работу: ни советов, ни идей. Помогайте лишь крепить, держать, вырезать, сгибать.

(по материалам книги Шими Канг «Путь дельфина»)