

# De ce jocul conteaza

Toată lumea se poate bucura de joc: bebeluși, copii în creștere și adulți.

Să ne distrăm împreună e important. Dar joaca nu este doar despre distracție. Când un copil privește fața unui adult sau îi ascultă vocea, el sau ea începe să învețe.

Când ne jucăm învățăm să:

Explorăm

Ne focalizăm

Ne concentrăm

Suntem atenți

Imităm pe cineva

Încercăm ceva nou

Facem același lucru de sute de ori

Aflăm despre propriile noastre sentimente

Ajungem să cunoaștem o altă persoană

Învățăm ce putem face

Facem cu rândul

Ne prefacem

Așteptăm

Ne imaginăm

...

**Fiind în ton, relaxați și jucăuși împreună ajutăm copiii să crească sănătoși și să se simtă în siguranță. Este bine și pentru părinți și îngrijitori: să ne jucăm împreună înseamnă să creștem împreună!**

**Vârste diferite - diferite tipuri de joc**

Copierea unui adult care își mișcă sprâncenele sau limba este un joc de care se pot bucura chiar și bebelușii foarte mici.

Jocuri de gădilat, cum ar fi 'Round and round the garden' (în jurul grădinii,) pot fi excitante pentru copiii în creștere. Observați atunci când copilul se uită în depărtare sau se oprește din răs - el sau ea poate avea nevoie de o mica pauză înainte de a fi gata pentru următoarea rundă de interacțiune.

'Peekaboo'(ne jucăm Cucu Bau) și "Hide and Seek" (jocul de-a v-ați ascunselea) sunt jocuri care îi ajută pe copii să gestioneze sentimentele despre oamenii care vin și pleacă... În curând vor fi gata să vă tachineze ascunzând ceva și urmărind să vadă cum reacționați.

Bebeluşilor le place să golească pungile și sertarele. Transformați acest lucru într-un joc de "În interiorul și în afara" de care vă puteți bucura împreună.

Puteți încuraja copilul să fie curios și să învețe despre lume într-un mod sigur, introducând câteva jucării pe rând și observând descoperirile copilului dumneavoastră.

Având un loc pentru joacă creativă cu acces la aluat pentru joacă sau plastilină, nisip, vopsea sau lipici, ajută copiii să se simtă încrezători în a încerca lucruri noi.

Îmbăierea este un moment excelent pentru explorare și experimente timpurii cu ceea ce face apa și unde se poate duce.

Joaca cu cuvinte care rimează și cântând cântece ajută copiii cu dezvoltarea limbajului și învățarea în general.

Joaca cu păpuși și animale mici este o modalitate pentru copii de a-și încerca ideile și de a vorbi despre sentimente.

## **7 Top Sfaturi pentru Priveste-mă cum mă joc!**

- Priviți-vă copilul cum se joacă - veți obține idei noi de la el sau ea.
- Aveți un "timp special de joacă" regulat cu copilul dumneavoastră – lăsați copilul să preia conducerea și așteptați să fiți invitați să vă alăturați.
- Încearcă jucării simple care îți lasă copilul să-și folosească imaginația.
- Încercați jucării simple care vă lasă copilul să-și folosească imaginația.
- Oferiți un spațiu silențios pentru joaca fără televizor sau computer.
- Ajutați-vă copilul să treacă la o activitate nouă cântând împreună un cântec.
- Păstrați desenele și picturile copilului într-un loc special sau într-un dosar.
- Dacă jucatul împreună vi se pare greu de realizat, vorbiti cu un alt adult din familie, sau cu medicul dumneavoastră de familie.

Traducere de Dr Mercedes Johnson / Translated by Dr Mercedes Johnson

Original leaflet by Jenifer Wakelyn

<https://tavistockandportman.nhs.uk/watch-me-play>