

Zabawy i gry ruchowe - fundamentem rozwoju

Prof. AWF dr hab. Michał Bronikowski
Zakład Metodyki Wychowania Fizycznego

Platon i Arystoteles

– zabawa w czasach starożytnych



Friedrich Schiller – autor najstarszej refleksji teoretycznej zabawy





Naukowe rozważania teoretyków na temat zabawy:

K. Gross – instynktowna teoria zabawy

J. Piaget – zabawa – czynnik rozwoju myślenia i inteligencji

R. Caillois – agon, alea, mimicry i ilinx

J. Huizinga – zabawa – Źródło rozwoju cywilizacyjnego

J. Śniadecki i H. Jordan – zabawa – naturalna potrzeba ruchu

F. Znaniecki – krąg zabawy

W. Okoń, Z. Gilewicz, R. Trześniowski – zewnętrzna struktura zabawy

Teorie pochodzenia zabaw

- Teoria nadmiaru energii
- Teoria samoekspresji
- Teoria socjalistyczna
- Teoria rekapitulacji
- Teoria zabawy jako zjawiska kulturowego



Zabawa → jedna ze składowych naszej kultury, tworząca podwaliny naszej cywilizacji podejmowana bez względu na wiek, płeć, jak i bez względu na warunki socjalno-bytowe. Podczas zabawy tworzy się szerokie spektrum sytuacji intencjonalnych i nieintencjonalnych, powodujących zaangażowanie emocjonalne uczestników, co sprawia, że jest ona działalnością o charakterze kreatywnym, wręcz kulturotwórczym. Stadia rozwojowe zabawy ludzkiej są skrótowym zapisem dziejów cywilizacji.

Podejmując się próby zdefiniowania zabawy, w tym jej odmian ruchowych, możemy powiedzieć, że jest ona specyficzną formą aktywności człowieka, której źródłem inspiracji staje się potrzeba przeżywania satysfakcji substytutatywnej wobec realnego życia, co wyraża się poprzez różne formy aktywności ruchowej i społecznej. Pozbawiona jakiegokolwiek elementu przymusu, zabawa nie ma na celu realizacji konkretnych użytecznych zadań, jest w konsekwencji rodzajem zadośćuczynienia wobec innych, niespełnionych w życiu „pozaludycznym” hedonistycznych potrzeb człowieka.

Cechy zabawy

- dobrowolność podejmowania aktywności ruchowej,
- bezinteresowność,
- czynnik emocjonalny – jest odbiciem stanu emocjonalnego i intelektualnego dziecka,
- ograniczenie w czasie i przestrzeni,
- przepisy i reguły pozwalają poznawać zasady i systemy wartości,
- element współzawodnictwa indywidualnego pozwalają na poznawanie swoich możliwości (i ograniczeń)
- odrębna specyfika wyimaginowanego fragmentu rzeczywistości rządzącej się własnymi regułami i tematyką (często od otaczającej rzeczywistości)

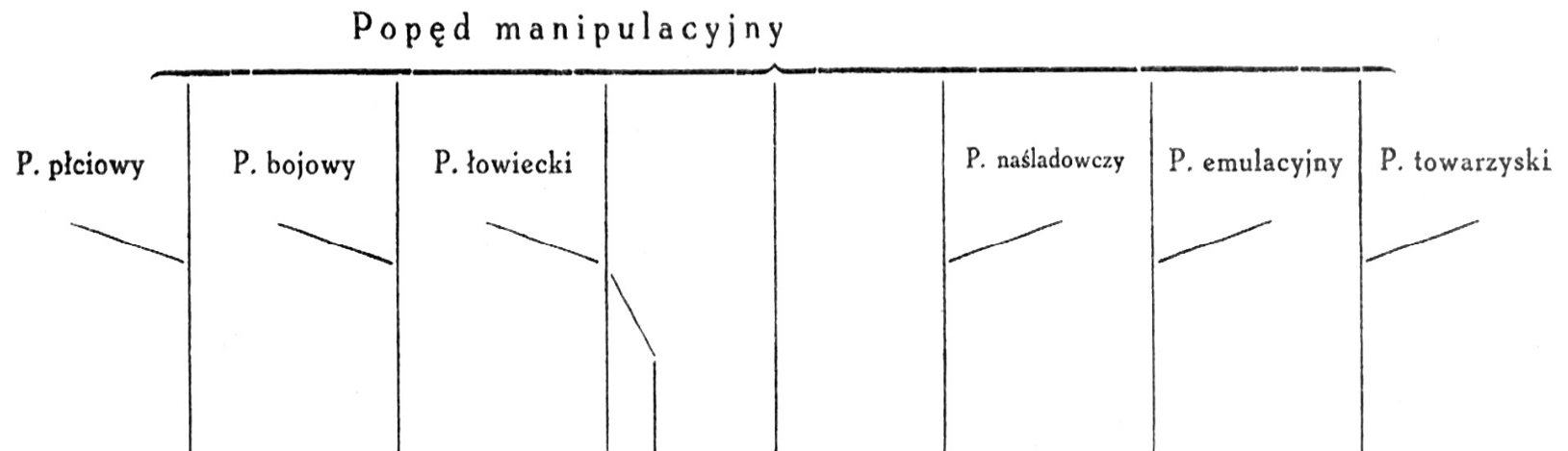
Funkcje zabawy

- f. kształcąca
- f. poznawcza
- f. socjalna (prospołeczna)
- f. wychowawcza
- f. hedonistyczna

Typologia zabaw i gier ruchowych wg Eugeniusza Piaseckiego:

- zabawy i gry o charakterze bojowym
- zabawy i gry o charakterze łowieckim
- zabawy i gry o charakterze naśladowczym
- zabawy i gry o charakterze panowania

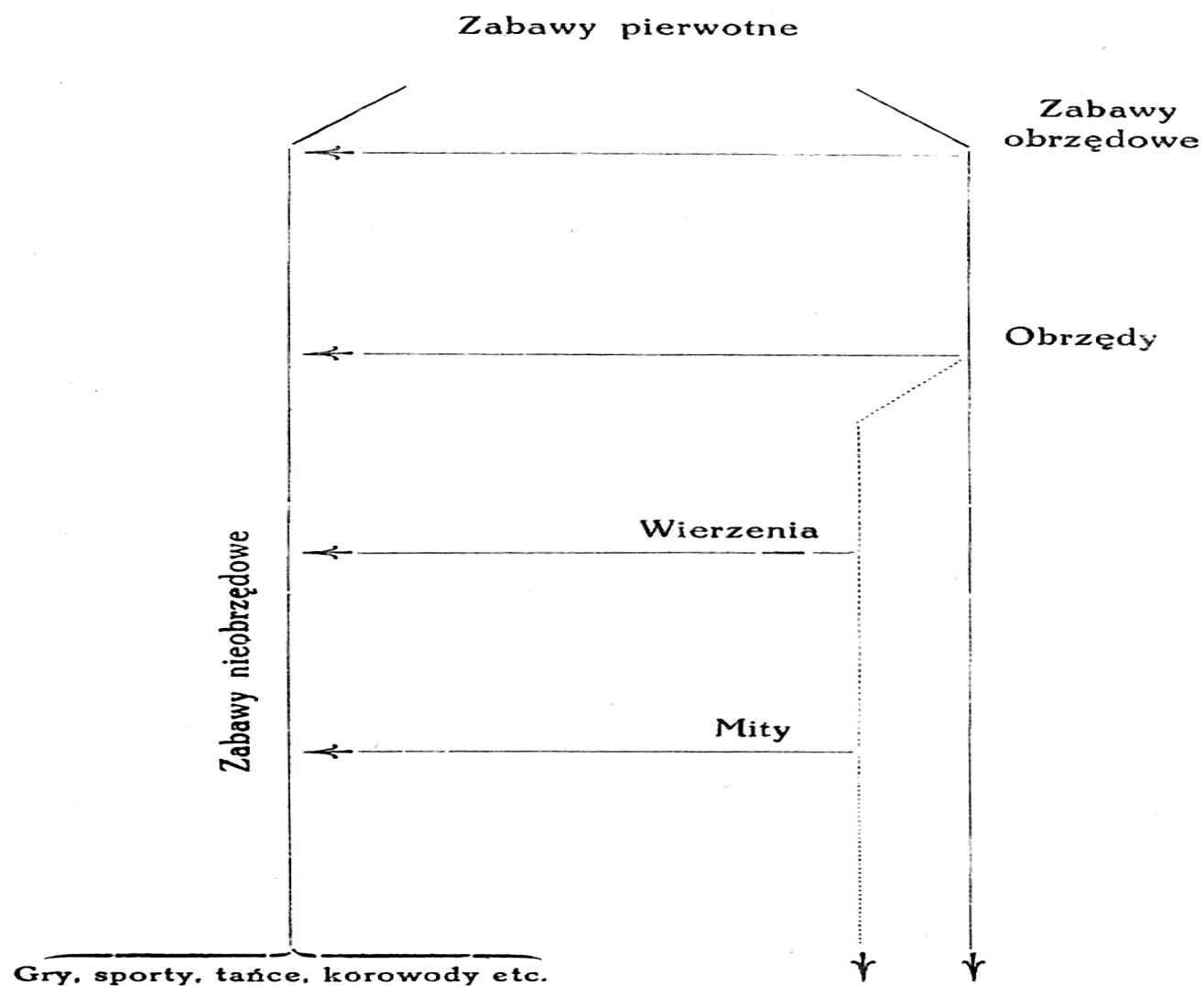
Próba naturalnej klasyfikacji zabaw ruchowych



Ewentualnie: zabawy obrzędowe lub obrzędy właściwe



Tradycja i obrzęd jako determinanty zabawy (zabawa – obrzęd – zabawa)



Wiemy dziś [...], że zabawa to nie tylko ujście dla nadmiaru energii . U dziecka i młodzieńca popęd do niej jest kardynalnym warunkiem rozwoju fizycznego, moralnego i umysłowego. Młodość – to okres zabawy. Ale i w wieku dojrzałym nie kończy się zadanie rozrywki. Człowiek dojrzały, nowoczesny jest c a ł y m c z ł o w i e k i e m tylko w zabawie [...] Lecz jeśli tak jest, to kwestya wyboru rozrywki nabiera wielkiego znaczenia. Jeśli zabawa dopiero okazuje nam całego człowieka – poznamy więc wartość jego, widząc czem i jak się lubi bawić.”

(E. Piasecki, Poznań 1911)

„Szafa Piaseckiego”

Mechanizmy powstawania zabaw wg Piaseckiego:

- *zabawy samorodne (zajęczki, łapanka)*
- *zabawy przekształcone (sobótką, mak, jawor)*
- *zabawy i gry naśladowcze (plinie, palant)*
- *zabawy oparte na ilustracji ruchowej (ojciec Wirgiliusz, wilk i gąski)*

Zabawy samorodne

- Punktem wyjścia całości jest tzw. **zrąb**, czyli ustawienie i ruch uczestników zabawy. Natomiast **fabuła** przejawiająca się w dialogach i pieśniach – jeśli w ogóle istnieje – dołączyła później. Zwykle zrąb ruchowy nie ulega zmianom, dzięki czemu zdolny jest do dalekich wędrówek w niezmienionej formie.
- Inaczej jest z fabułą, która ma skłonności do ciągłych zmian wywołanych między innymi różnicami w warunkach życia społecznego, które zabawę przejęło w wyniku wędrówki na przykład z kraju do kraju, z jednego obszaru kulturowego do drugiego.
- To fabuła decyduje o narodowym charakterze zabawy; fabuła, która w wielu przypadkach – jak twierdzi Piasecki – „doczepia się do przybyłego z obczyzny zrębu ruchowego i nadaje piętno swojskości, polegające na nawiązaniu do przyrody kraju oraz do dorobku kulturalnego jego ludności”.

(E. Piasecki, *Tradycyjne gry i zabawy ruchowe oraz ich geneza w: 40 lat od Katedry WF UP do WSWF w Poznaniu*, Poznań 1959, s. 109–110).

Zabawy przekształcone

- Charakterystycznym zjawiskiem występującym w zabawach przekształconych, czyli między innymi korowodowych, jest pierwiastek dramatycznego widowiska opartego na odpowiednio dobranej kompozycji. Poszczególne elementy ruchowe następują po sobie w określonej kolejności i przebiegają w ustalony sposób. Natomiast poziom kultury danego społeczeństwa wyznacza normy estetyczne wyrażające się w sposobie ubierania się i używania przyborów w czasie zabawy.

Zabawy i gry naśladowcze

- To nic innego jak imitacja życia dorosłych powielana przez dzieci. To naśladowanie czynności ludzkich w celu ochrony bezpieczeństwa jednostki lub grupy. Kiedy dokładniej przyjrzymy się i podejmiemy próbę analizy tych form aktywności ruchowej, zauważymy funkcjonujące w nich formy życia i normy etyczne istniejące już we wcześniejszych pokoleniach.
- Najwyraźniej zaznacza się to w grach, którymi rządzą odpowiednie przepisy i reguły określające konkretny sposób postępowania. Widoczne są tu również stałe formy wzajemnych stosunków panujących między uczestnikami, dążącymi do wygranej poprzez przewyciężenie losu, wyróżnianie się i dowartościowanie oraz zdobycie prymatu.

Współczesny podział zabaw

- Zabawy manipulacyjne
- Zabawy konstrukcyjne
- Zabawy twórcze (naśladowczo-tematyczne)
- Zabawy dydaktyczne
- Zabawy ruchowe (rozwijające współdziałanie, rywalizację zespołową, rywalizację indywidualną)

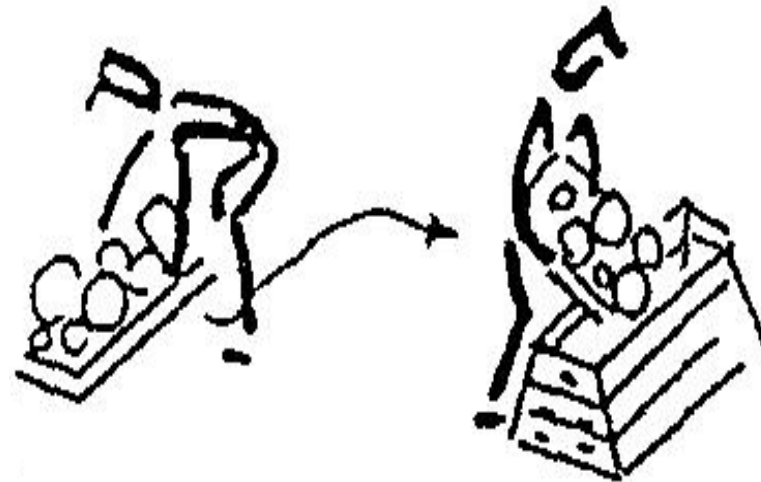
Przykłady zabaw (1)

PRZEŁADUNEK

- Połóż 10 różnych piłek na odwrócone wieko skrzyni gimnastycznej. Spróbuj teraz przenieść je wszystkie do ustawionej obok drugiej (otwartej) części skrzyni.
- Piłki, które po drodze upadną na podłogę, zostają uznane za stracone. Masz na to 3 próby.

OCENA

- | | | |
|------------|---|---------|
| • 1 Punkt | - | 4 piłki |
| • 2 Punkty | - | 6 piłek |
| • 3 Punkty | - | 8 piłek |



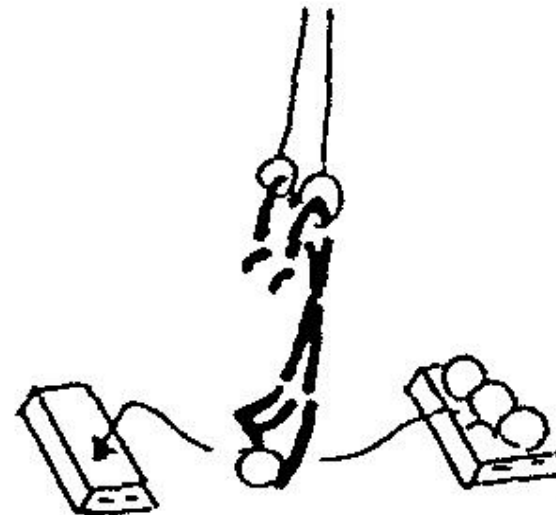
Przykłady zabaw (2)

WISZĄCA KOSZYKÓWKA

- Zawieś się na kółkach gimnastycznych na zgięciach podkolanowych – głową w dół, na takiej wysokości, by dotykać rękami podłoża, na którym znajduje się miękki materac gimnastyczny (w celu asekuracji). Z lewej i z prawej twojej strony znajduje się jedna część skrzyni gimnastycznej (rama). W jednej z nich znajduje się kilka piłek koszykowych.
- Spróbuj 3 razy wykonać zamachy całym ciałem i za każdym razem przenieść jak najwięcej piłek z jednej części skrzyni do drugiej. Piłki muszą zostać przeniesione dokładnie do ramy skrzyni, a nie obok na podłoże.

OCENA

- | | | |
|------------|---|---------|
| • 1 Punkt | - | 2 piłki |
| • 2 Punkty | - | 4 piłki |
| • 3 Punkty | - | 6 piłek |



Zabawy ekspresji ruchowej

Metoda Karla Orffa zakłada między innymi nawiązanie do tradycji ludowych, porzekadeł, legend, tańców, muzyki oraz form zabaw. Jako główny cel w tej metodzie stawia się wyzwolenie u dzieci chęci do ekspresji i rozwoju inwencji twórczej.

W metodzie tej można zastosować podział na dwie grupy.

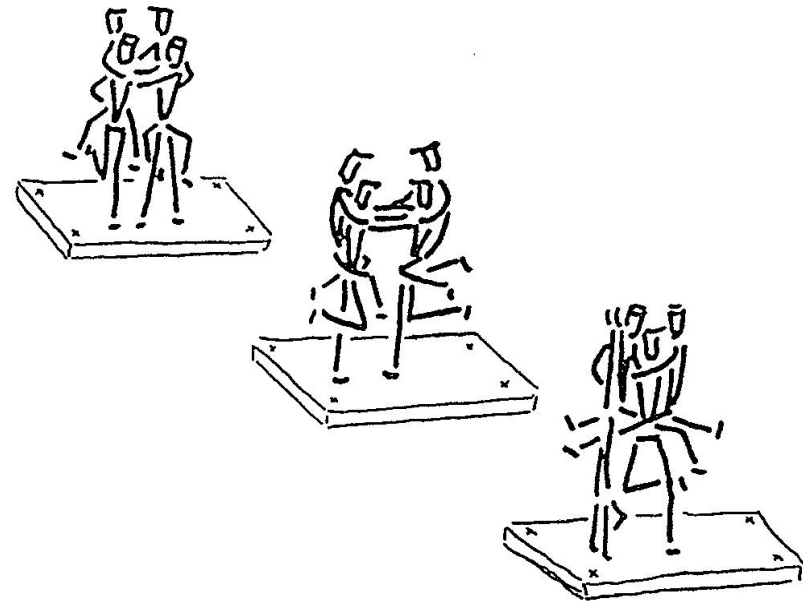
Część uczniów zaangażowana jest w wystukiwanie rytmu i wydobywanie najprostszych melodii za pomocą instrumentów perkusyjnych (grzechotka, tamburyn, bębenek), reszta – wykorzystując własne pomysły – porusza się w rytm muzyki, ilustrując fabułę ruchem.

Dzięki zajęciom prowadzonym tą metodą uczniowie odkrywają zakres własnych możliwości ruchowych w zadaniach wymagających fantazji, płynności ruchu, nie zapominając o zadaniu głównym, wyznaczonym przez nauczyciela.

- **Metoda Rudolfa Labana** opiera się głównie na ruchowej ekspresji twórczej. Pobudza uczniów do samodzielnego wyboru rozwiązania i wykonania, postawionego zadania ruchowego zgodnie z własną inwencją twórczą – podobnie jak w metodzie pierwszej. Rolą nauczyciela w tym przypadku jest pobudzenie kreatywności uczniów do wykonywania ruchów zgodnych z treścią fabuły. Charakterystycznym zjawiskiem tej metody jest brak schematu zajęć, a do jej realizacji wykorzystuje się najczęściej krótkie opowieści ruchowe w formie zabawowo-naśladowczej, inscenizacji czy ćwiczeń muzyczno-ruchowych.

Przykłady zabaw problemowych (1)

- **OCENA**
- **1 Punkt - 3 stopy dotykają do podłoża**
- **2 Punkty - 2 stopy dotykają do podłoża**
- **3 Punkty - jedna stopa i dwie ręce dotykają do podłoża**



- albo zabawa „Spacer potwora”

Przykłady zabaw problemowych

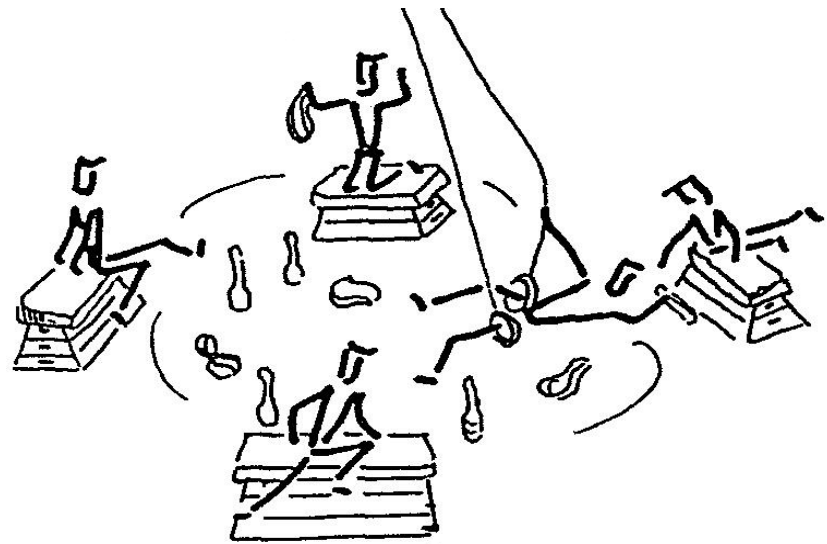
(2)

Łowienie ryb

- Na podłodze, między skrzyniami, leży 8 kręgów lub maczug gimnastycznych i 4 szarfy.
- Zadanie jest następujące: siedzący w kółkach gimnastycznych, bujając się na nich, powinien próbować zbierać z podłogi leżące na niej przedmioty i oddawać je siedzącym na skrzyniach. Wiszący na kółkach, przed wykonaniem zadania, powinien rozbujać się skacząc z jednej skrzyni na drugą, pomagają mu również przy tym stojący na skrzyniach współwiczacy.

OCENA

- 1 Punkt - wszyscy zebrali po 2 przedmioty
- 2 Punkty - trzech zebrali po 6 przedmiotów
- 3 Punkty - dwóch zebrali po 8 przedmiotów



Przykłady zabaw problemowych

(3)



Przykłady zabaw problemowych (4)

- Film z warsztatów Health(a)ware
- Film z warsztatów Dreams and teams „Sztafety pokoleń”
- Film z Healthy children in sound communities

- Obie metody najczęściej wykorzystywane są w pracy z dziećmi w wieku przedszkolnym oraz na etapie kształcenia zintegrowanego (klasy I-III szkoły podstawowej).

(Wychowanie fizyczne poprzez zabawy i gry ruchowe. M.Bronikowski, R.Śleboda, M.Janowska, M.Bronikowska, AWF Poznań 2007)

Metodyczne aspekty nauczania zabaw

- zapewnienie wszechstronnego rozwoju wszystkim uczestnikom,
- uwzględnianie największej liczby rodzajów zabaw i gier,
- umiejętne kierowanie grupą,
- wykorzystywanie zróżnicowanych warunków terenowych oraz sprzętu,
- właściwe organizowanie sytuacji wychowawczych,
- postawa prowadzącego (motywacja, ubiór, miejsce na sali)

Gra

Bardziej złożoną i rozwiniętą formą aktywności ruchowej, jest **gra**, zawierająca jednak w sobie elementy współzawodnictwa, a jej głównym celem jest osiągnięcie jak najkorzystniejszego wyniku końcowego w ramach rywalizacji przebiegającej zgodnie z przyjętymi przepisami. W grze wykorzystywane są bardziej złożone formy ruchu, wymagają wcześniejszego przygotowania zarówno fizycznego jak również w zakresie umiejętności sportowych oraz rozwiniętego poziomu motoryki.

Podział gier

- Gra ruchowa
- Gra drużynowa
- Zespołowa gra sportowa

Gry drużynowe:

- Pięstówka – zapoczątkowana w Galicji 1885
- Kiczka (z metami, z matkami) – najpopularniejsza na Górnym Śląsku w XIX/XX w.
- Kręgle polskie – najczęściej uprawiane na dworach polskich w Inflantach
- Piłka nożna polska – zaproponowana na początku XXw.

Propozycja gry w piłkę nożną polską:

- gra właściwa dla dziewcząt jak i dla chłopców
- pole gry jak do piłki nożnej lub mniejsze
- ilość zawodników: 5-11 (w drużynie)
- bramki jak w p. nożnej
- oznaczenie boiska identyczne z oznaczeniami w p. nożnej
- podania piłki dowolne
- zdobycie bramki sposobem dowolnym (dziewczęta), sposobem ustalonym przez nauczyciela (chłopcy)

Różnice pomiędzy zabawą a grą

Zabawa	Gra ruchowa	Gra drużynowa	Zespołowa gra sportowa
Dowolna liczba	Dowolna liczna, podział na równe grupy	Liczba uczestników dowolna, ale równa w drużynach	Liczba uczestników określona przez międzynarodowe przepisy
Dowolny czas trwania	Czas uzależniony od wykonania	Czas określony przez nauczyciela (lub liczbą punktów)	Czas określony ścisłymi przepisami międzynarodowymi
Dowolna liczba powtórzeń (zależy od bawiący)	Najczęściej jedno powtórzenie	Określony przepisami gry	Określony przepisami gry
Proste formy ruchu	Proste formy ruchu	Łączenie kilku prostych form w złożone kompleksy ruchowe	Specjalizacja w zależności od pozycji i zadań na boisku
Reguły (również fabuła) ustalana wspólnie przez bawiących	Zasady są ustalane przez nauczyciela (wynikają z zadań)	Przepisy są ustalone z góry, ale z możliwością modyfikacji	Przepisy ustalone przez międzynarodowe federacje
Oceniana jest dokładność wykonania oraz kreatywność rozwiązań	Oceniana jest dokładność i szybkość wykonania zadania przez cały zespół	Oceniana jest skuteczność – wynik, mogą być wyznaczane kary za naruszanie przepisów	Oceniana jest skuteczność gry - wynik, mogą być wyznaczane kary za naruszanie przepisów

Trzeba nam pamiętać, że gdziekolwiek powstały istotnie cenne i zdolne do ekspansji światowej zespoły tradycji tego rodzaju (Grecja, Anglia), były one owocem ciągłej ewolucji w przebiegu wielu stuleci. I nam też nie wystarczy wskrzeszać to, co było, lecz należy rozwijać i udoskonalać, dostosowywać do dzisiejszych potrzeb i warunków oraz do wymagań, jakie stawia postęp wiedzy”.

(E. Piasecki, 1935)

Kultura fizyczna będzie o tyle nasza,
o ile my zdołamy przyczynić się do jej
postępu.”

„Każdy nauczyciel winien by zacząć
nauczanie zabaw i gier od zbadania
ludowej tradycji regionalnej w tym
zakresie.”

(E. Piasecki)

Dziękuję za uwagę

- Mam nadzieję że było miło, ale nie zabawnie,
- Wesoło, ale nie śmiesznie,
- Twórczo, ale nie biernie!

Czyli było tak jak w zabawie być powinno

