

# Játék az első életévben – főbb játékeszközök csecsemőkorban

---

„Csak a sokat és jól játszó kisgyerek tud majd jól és elmélyülten gondolkozni.” (Vekerdy, 2020)

A csecsemők játszva, játékos tapasztalatok útján ismerik meg a világot, az érdekes ingerek, tárgyak, játékok felfedezésre, környezetük egyre aktívabb és önállóbb megismerésére ösztönzik őket. A baba- és gyerekjátékok egyre bővülő kínálatából azonban igazi kihívást jelent manapság kiválasztani, mi az, amire gyermekünknek szüksége van, mit érdemes beszerezni fejlődésük támogatásához. A csecsemőkori játéktevékenység vázlatos, az átlagos fejlődésmentre jellemző áttekintésével ehhez szeretnénk némi segítséget, támpontot biztosítani (kizárólag a játékeszközökre fókuszálva, a mondókákról, dalokról, ringató és ölbéli játékokról nem esik szó, ugyanakkor szeretnénk hangsúlyozni ezek kiemelt szerepét a gyermekek testi-lelki-szellemi fejlődésében).

Általános alapelvként tekinthető, hogy mindig tudatosan, a gyermek képességeihez igazodó és teljesen biztonságos játékokat kínáljunk gyermekünknek. Ne halmozzuk el túl sok játékkal! Érdemes a játékokat cserélni, hogy ne vegye egyszerre túl sok körbe a gyermeket. Ingergazdag, de nem túlingerlő környezetre törekedjünk, ahol a gyermek nyugodtan és biztonságos körülmények között fedezheti fel az őt körülvevő világot. Érdemes azt is a szemünk előtt tartani, hogy sokszor a hétköznapi, egyszerű használati tárgyak a legérdekesebbek a babák, kisgyermek számára, és ezeket is felkínálni, elérhetővé tenni számukra.

A születést követő első 1-2 hónapban a babák főleg még hátukon fekszenek, mozgásaik még többnyire akaratlanok. Hallásuk, tapintásuk jól működik, arcukhoz közel vitt tárgyakat észrevesznek, megfigyelnek. Ebben az időszakban a szülők jelenléte, arca, hangja, érintése jelenti a legfőbb ingert. Ezeken túl, első játékeszközként pedig a különböző *zenélő, felhúzható játékokkal*, az ágy fölé helyezett *zenélő körforgókkal*, föléjük lógatott puha, kapálózás közben könnyen megmarkolható, csörgő-zörgő *textiljátékokkal* kelthetjük fel a figyelmüket, biztosíthatunk számukra ingereket. Látási figyelmüket ebben az időszakban leginkább az *arcok* és a *kontrasztos ábrák* keltik fel.



Az ezt követő hónapokban mozgásaik már egyre tudatosabbá válnak. Felfedezik a kezeiket, amiket lassan, 3-4 hónapos koruk körül megtanulnak középre hozni, összeérinteni, majd a tárgyakat megfogni, szájukhoz vinni, ezzel a világról újabb nagyon fontos tapasztalatokat szerezni. Már látják, hallják, tapintják és megkóstolják a dolgokat (az első életévben a babák mindent a szájukhoz visznek, a száj ekkor a legérzékenyebb eszközük a megismerésre, ezért a játékok kiválasztásánál ezt mindig tartsuk szem előtt). Ahogy egyre többet tesszük hasra a csecsemőt, nyak- és hátizmaik folyamatosan erősödnek, képessé válnak fejüket egyre tovább emelni, fordítani, így környezetüket még jobban megfigyelni. Fontos, hogy minél több időt töltsön a baba a talajon, a fölé lógatott *babatornázatot* egyre inkább váltsák fel a hason fekvés közben megszerezhető játékok. Érdemes lehet beszerezni egy könnyen tisztán tartható, biztonságos anyagból készült *baba tornaszőnyeget*, ami nem puha és süppedős, nem gyűrődik össze a kisbaba alatt, lehetővé teszi számára a helyzetváltoztató mozgásokat (4 hónapos koruk körül hason fekve alkarjukra feltámaszkodnak, háton fekvésből pedig oldalukra fordulnak, 5-6 hónapos koruk körül hason fekvéssel tenyerükre feltámaszkodnak). Ebben, a körülbelül 3 hónapos kortól kezdődő időszakban, azok a játékok hasznosak, amiket nyúlás után könnyen meg lehet fogni, hangadásra bírhatók, csörögnek, zörögnek, sípolnak, így egyre tudatosabban is el szeretné érni őket a baba. Segítségükkel megtanulja, hogy hatni tud a környezetére, megérti ezt az elemi ok-okozati összefüggést (megnyomom és sípol, megrázom és csörög stb.). A csecsemők általában nagyon szeretik tükörképüket nézegetni, ezért érdemes egy biztonságosan letehető *tükröt* a hasaló babával szemben elhelyezni (ezzel a kedvelt tevékenységükkel a hason fekvés idejét is növelhetjük).



Mikor a babák már képessé válnak a helyzetváltoztató mozgásokra - 6 hónapos kor körül a forgásra, 8 hónapos kor körül a kúszásra, 9 hónapos kor körül a mászásra -, érdemes olyan játékokat is biztosítani, amik minél inkább mozgásra ösztönöznek, elmozdulnak, elgurulnak, ilyenek például az *esőbot* típusú játékok, különböző *babalabdák*, és könnyen megfogható, *gurítható járművek*.



A stabil ülést gyakran a mászással egyidőben, 9 hónapos kor sajátítják el a babák. Az ezt követő, 9-12 hónapos kor körüli időszakban igen jelentős fejlődés figyelhető meg a játéktevékenységben. Az ülő helyzet lehetővé teszi a kezek felszabadulását, a játékokkal való aktív manipulálást. Ekkor jelenik meg a csipentő fogás is, lehetővé téve már az apró tárgyakkal való precíz, finommotoros mozgást. Mind ez az új testhelyzet, mind kezeik ügyesedése, mind figyelmük tartósságában, gondolkodási, észlelési képességeikben bekövetkező változások új játéktevékenységeket tesznek lehetővé a babák számára. Ebben az időszakban nagyon szeretnek pakolászni, rakosgatni, egyik dolgot a másikra ráhelyezni vagy a másikba beletenni, beledobni, beilleszteni. Így ebben az időszakban hasznos játékok, eszközök a különböző *dobozok, kisvödrök, tálak*, a puhább típusú *építőkockák, Montessori jellegű tornyok és poharak, egyszerűbb formabedobók és formabeillesztő táblák*. A nyomásra hangot adó játékok mellett megjelenhetnek a *babahangszerek*. Valamint továbbra is kedvelt játéktevékenység a *járművek* tologatása, *labdák* gurítása. Képesé válnak a keménylapú könyvek lapozására is. Sok csecsemő már egész hosszasan élvezi a *képeskönyvek, leporellók* nézegetését a szülővel közösen. Ezek az első keresgélésre, mutogatásra, megnevezésre szolgáló könyvek jó, ha a mindennapi életet ábrázolják, szöveg nélküliek vagy rövid mondókák kísérik a képeket. Az üléssel együtt eljön a *fürdőjátékok* ideje is, még élvezetesebbé téve a fürdést vagy éppen elősegítve annak megszeretését. Fürdőjátékok tekintetében is hatalmas választékkal találkozhatunk, ugyanakkor természetesen számtalan otthoni eszköz is használható ilyen célra (üres flakonok, kis műanyag poharak, tálak pl.).



Az egyre aktívabban helyet változtató csecsemők mellett elengedhetetlen a biztonságos tér kialakítása. Érdeemes lehet a szobán belül, ahol mi is tartózkodunk napközben, egy játszósarkot is létrehozni, és jó, ha néhány fiókot, polcot gyermekünk számára elérhetővé teszünk, hogy tudjanak pakolászni, illetve a nyitott polcokon önállóan is elérhetőek legyenek játékaik.

Az első életév során a babajátékok közül tehát olyan biztonságos, könnyen tisztítható, mosható eszközöket válogassunk, amik különböző érzékszervekre hatnak, minél több ingert, információt hordoznak (különböző anyagú, felületű, keménységű, többféle zörejt, hangot adó, eleinte kontrasztos, majd színes játékok), de ne ingereljék túl az idegrendszert (ne zenéljenek, villogjanak, mozogjanak pl. egyszerre). Illetve mindenképpen vegyük figyelembe gyermekünk egyéni sajátosságait, szükségleteit, hol tart a fejlődésben és mik azok a játékok, amikkel számára igazán örömtelivé tehetjük a világ megismerését.

mottó:

Vekerdy Tamás (2020): Kicsikről nagyoknak. Kisgyerekkortól iskoláskorig. Kulcslyuk Kiadó, Budapest. 46. o.

fényképek:

a korai fejlesztő munkacsoport saját képei