

تعریف بازی

بازی پدیده‌ای طبیعی است که ابعاد روانی و اجتماعی خاصی دارد. در دین اسلام و دستورات بزرگان دین توصیه‌های زیادی در مورد بازی در سنین کودکی شده است. **زیمِل** بازی را فرایندی برای آماده ساختن کودکان جهت ایفای نقش‌های بزرگسالان می‌داند. **ویر** به رواج بازی در طول تاریخ انسانی اشاره می‌کند و بر مفهوم بازی به‌عنوان مجموعه اهدافی که غالباً حس آن‌ها را رهبری می‌کند تأکید می‌ورزد.

کایوا در تعریف بازی این شرایط را می‌گنجاند: فرد آزاد و مستقل باشد، پای‌بند به قیود خاصی نباشد، رسیدن به نتیجه‌ی خاصی را دنبال نکند، از قواعد از پیش مشخص شده‌ای تبعیت نکند. **دوتریو و لویس** می‌گویند: بازی به‌معنای حرکت به‌کار می‌رود و یکی از چهار انگیزه‌ی بنیادینی است که فعالیت انسان را رهبری می‌کند. این چهار انگیزه عبارت‌اند از: جنس، خود، تجمع و بازی.



بازی با کودک چه می‌کند؟

بازی از مهم‌ترین عوامل در تربیت اخلاقی کودک و یکی از راه‌هایی است که مفاهیم و ارزش‌های اخلاقی را به کودکان منتقل و سبب رعایت اصول اخلاقی به نحوی کامل‌تر نسبت به محیط خانه و مدرسه می‌شود. یکی از بهترین شیوه‌های آموزش غیرمستقیم به افراد و سبب کمک به کودک و شناخت و فهم او از دنیای اطراف خود و یادگیری تمایز میان واقعیت و تخیل می‌شود. کودک به هنگام بازی، ضمن کسب آگاهی درباره‌ی خود و دیگران، میزان توانایی‌های خود را با سایر افراد مقایسه می‌کند و به مفهوم روشن‌تر و واقع‌گرایانه‌تری از خود می‌رسد. او ضمن برقراری رضایت‌بخش‌ترین رابطه‌ها با دیگران و کسب لذت، نقش‌های متفاوت را بر عهده می‌گیرد. کودک از طریق بازی احساسات و ترس‌هایش را بیان می‌کند. یکی از نیازهای کودک در زندگی روزمره، علاوه بر کسب لذت، رهایی از نگرانی‌ها و فشارهای محیطی است و بازی بهترین وسیله‌ی رسیدن به این امر است. نقش بازی در پرورش و رشد عضلات کودک و صرف انرژی‌های اضافی و جلوگیری از هیجان عصبانیت و تندخویی، بسیار حیاتی است.

نقش بازی‌های دیروز در کودک دیروز

در گذشته، به‌دلیل نوع بازی‌های حرکتی، کودک توانایی‌ها و مهارت‌های بدنی فراوانی کسب می‌کرد و دایره‌ی ثروت حرکتی او گسترش می‌یافت، به گونه‌ای که الگوهای حرکتی فراوانی را فرا می‌گرفت و توانایی‌های حرکتی او افزایش می‌یافتند. بدین ترتیب، فرا گرفتن مهارت‌های حرکتی، چه در زمینه‌ی ورزش و چه در تحصیلات آموزشی، مانند مهارت نوشتن، نقاشی یا مهارت‌های اجتماعی، برایش آسان می‌شد. علاوه بر این فعالیت‌ها و بازی‌های حرکتی، آمادگی جسمانی، بهداشت عضو، ارتباط اجتماعی، تمرین قدرت رهبری، سلامت روان، مشارکت اجتماعی، یادگیری هنجارهای اخلاقی و اجتماعی را در پناه این گونه بازی‌ها کسب می‌کرد.

بازی‌های امروزی، فایده‌ها و آسیب‌ها

اسکندر حسین پور

دانشجوی دکتری تربیت‌بدنی دانشگاه تهران (دبیر درس تربیت‌بدنی)

حبیب‌الله ولی‌زاده

کارشناس ارشد تربیت‌بدنی



بازی‌های امروزی و شرایط کودک امروزی

امروزه به دلیل پیشرفت فناوری و وجود بازی‌های الکترونیکی و دنیای مجازی کارکرد بازی و سهمی که این گونه بازی‌ها در زندگی کودکان دارند، فراوان است. رایانه، دنیای مجازی و فناوری رو به پیشرفت، نقش غیرقابل انکاری در جامعه‌ی امروزی دارند، به گونه‌ای که کمتر خانواده‌ای را در جوامع می‌توان یافت که به رایانه و شبکه‌های اجتماعی بین‌المللی دسترسی نداشته باشند. بازی‌های رایانه‌ای نمادی از خلاقیت و توانمندی انسان در ایجاد دنیای مجازی هستند که به صورت روزافزون همه‌گیر می‌شوند و شاید بتوان علت این همه‌گیری را در نبود وقت کافی برای جست‌وجو در دنیای واقعی یا نبود امکانات برای ارضای حس کنجکاوی در دنیای بیرون دانست. بچه‌ها به این دلیل که بازی را با یک دستگاه تجربه می‌کنند و فضای طبیعی بازی‌های جمعی را در مدرسه، کوچه، پارک، محیط خانه و خانواده از دست می‌دهند، در نتیجه نسبت به آسیب‌های اجتماعی واکسینه نمی‌شوند. رشد سریع فناوری‌های اطلاعات تأثیرات بسیاری بر عرصه‌ی فرهنگی داشته است و بازی‌های رایانه‌ای نیز بخشی از فناوری‌های نوین‌اند که تأثیر پایداری بر فرهنگ، رشد و تکوین شخصیت افراد و روش‌های آموزشی گذاشته‌اند و به دلیل پر کردن بیشتر اوقات فراغت کودکان، نوجوانان و جوانان نیازمند توجه بیشتری هستند. این گونه بازی‌ها، اثرات مثبت اندک و آسیب‌های جسمی و روانی زیادی برای نسل آینده‌ی این مرزوبوم در پی دارند.

آسیب‌های بازی‌های امروزی

«**ضعف عضلانی و حرکتی:** که خود عاملی برای ابتلا به انواع بیماری‌ها نظیر چاقی، کمردرد، صدمه‌های چشمی، اسکلتی، پوستی، عوارض سیستم اعصاب مرکزی، تغییر در سوخت‌وساز بدن، واکنش‌های قلبی و عروقی، چاقی، تضعیف قوای فکری، عوارض گوارشی، خستگی مزمن و... است.

«**تقویت حس پرخاشگری:** مشخصه‌ی اصلی این بازی‌ها خشونت است. کودک باید با تمام توان خود پرخاشگر شود تا به مرحله‌ی بعد دست یابد. تکرار و استمرار چنین بازی‌هایی کودک را پرخاشگر و ستیزه‌جو بار می‌آورد.

«**انزوای طلبی:** یکی دیگر از آسیب‌هایی که این بازی‌ها دارد، ایجاد روحیه‌ی انزوای طلبی در کودکان است. کودک به دلیل جذابیت بازی‌های رایانه‌ای از جمع کناره‌گیری می‌کند تا وقت بیشتری را به بازی اختصاص دهد. روحیه‌ی انزوای طلبی باعث جدا شدن کودک از جمع هم‌سالان و حتی خانواده می‌شود و این امر تبعات و آسیب‌های دیگری در پی خواهد داشت.

«**تنبل شدن ذهن:** به دلیل ناتوانی دخیل و تصرف در این بازی‌ها، ذهن او تنبل می‌شود (برخلاف نظر والدین که این بازی‌ها را فکری می‌دانند) و از نظر حرکت جسمی، تنها چند انگشت را به کار می‌گیرد.

«**افت تحصیلی:** به دلیل وقت و انرژی زیادی که کودکان برای این بازی‌ها می‌گذارند، کودکان زمان کمتری را صرف تکالیف درسی خود خواهند کرد و دچار افت تحصیلی خواهند شد.

«**افت اخلاقی:** از دیگر عوارض این بازی‌ها افت اخلاقی و رفتاری در کودکان و نوجوانان است. هویتهایی که در این بازی‌ها به نمایش گذاشته می‌شوند، خالی از مهر، خشن، ستیزه‌جو و دروغ‌گویی هستند. این افراد معمولاً در مورد مدت‌زمان انجام بازی به دیگران و خانواده‌ی خود دروغ می‌گویند و یا حتی بسیاری از کارها و قرارهای خود را به دلیل انجام بازی به هم می‌زنند و برای دیگران دلایل دروغی می‌آورند.

«**تأثیر منفی در روابط خانوادگی:** کاهش ارتباط گرم و صمیمی بین اعضای خانواده.

«**عادات نادرست:** واژه‌ی عادات نادرست به وابستگی فرد به موضوع یا اشیا اشاره دارد که چنانچه فرد مدتی از آن‌ها دور بماند، تغییراتی در وی روی می‌دهد که تنها با حضور مجدد آن موضوع یا شیء آرام می‌شود.

راه‌حل

با توجه به اثرات منفی بازی‌های رایانه‌ای در بین دانش‌آموزان و اثرات سوء آن نظیر کم‌تحركی و چاقی و اثرات منفی این وضعیت در سلامت دانش‌آموزان و جامعه، **توجه به ساعت دانش‌آموزان و تربیت بدنی و بازی‌های ورزشی با تحرک کافی، ضرورتی انکارناپذیر است.** اهمیت دادن به ورزش در دوران کودکی امری مهم و حیاتی است. زیرا کودک همواره در حال رشد است و رشد مطلوب و همه‌جانبه‌ی او می‌تواند در زندگی آینده‌اش بسیار مفید و مؤثر واقع شود. اگر کودکان به‌طور منظم ورزش نکنند، عادت به این کار پیدا نخواهند کرد و هرچه بزرگ‌تر می‌شوند به نشستن پای تلویزیون یا انجام بازی‌های رایانه‌ای عادت می‌کنند. برنامه‌ریزی درس تربیت‌بدنی و ورزش در دبستان باید به گونه‌ای صورت گیرد که توجه خوبی به حرکت جسمانی، رشد و تکامل قوای جسمانی صورت گیرد. بنابراین، اطلاع‌رسانی و آگاهی دادن به آموزگاران درباره‌ی مزایای ورزش در دوران کودکی، به فرهنگ‌سازی در این امر کمک می‌کند و به داشتن نسلی شاداب و سالم منجر می‌شود.

- منابع در دفتر مجله موجود است.

