

Чи можна використовувати UNO в терапії?

Сьогодні хочемо поговорити про гру, яка змогла здобути любов дітей та дорослих у всьому світі - це UNO. Ви, напевно, вже грали у цю гру, але чи знаєте ви, яку величезну користь вона може принести у житті вашої дитини?

Чому важливо грати? Гра UNO – це не просто розвага, а й чудовий інструмент для розвитку різних навичок у дітей. Вона може використовуватися як у звичайних ігрових ситуаціях, так і в терапевтичних цілях.



Вона може використовуватися як у звичайних ігрових ситуаціях, так і в терапевтичних цілях.

Гра допомагає у розвитку комунікаційних навичок. Щоб виграти, дітям потрібно уважно слухати і вміти викладати свої думки. Вони вчаться обмінюватись інформацією, помічати реакції інших гравців та аналізувати ситуацію. Все це є ключовими аспектами успішної комунікації.

Гра вимагає від дітей планування та стратегічного мислення. Діти повинні знати, які карти залишились у них і в інших гравців, а також мати на увазі, які ходи можуть їх прибрати з гри.

UNO може показати дітям, як важливо управляти своїми емоціями. Вони вчаться перемогати з гідністю і приймати поразку з оптимізмом, адже гра - це лише розвага!

Граючи разом, діти вчаться співпрацювати, проявляючи терпіння та повагу до інших. Ці навички є основою для побудови дружніх відносин в майбутньому.

У світовій психологічній спільноті є чимало досліджень, які підтверджують позитивний вплив гри на дитячий розвиток.

Дослідження Керолін Ренс (2022) виявило, що спільні ігри між дорослими та дітьми зміцнюють емоційний зв'язок, який є критично важливим. Це дозволяє дітям відчувати підтримку та безпеку, що особливо важливо в часи неспокою, як війна.

Батьки та вихователі можуть стати не лише гравцями, але й справжніми спільниками у світі дитячих переживань. Залучайте дітей до гри, адже нічого не дарує дітям більше радості, ніж знати, що поруч завжди є дорослий, який готовий підтримати їх, посміятись і ділюватися моментами радості. Обговорюйте їхні переживання під час взаємодії, підтримуйте їх у важкі часи. Це не лише посилить ваш зв'язок, а й допоможе дітям стати впевненими, щасливими і соціально адаптованими особистостями.

1. Категоризація (Сортування за кольорами/числами)

Опис:

о Для найменших (2-3 роки):

- Розкладіть на столі по одній картці кожного кольору (червоний, синій, жовтий, зелений).
- Дайте дитині решту карток і попросіть її покласти кожну картку до відповідної кольорової стопки.
- Для початку використовуйте лише 2-3 кольори, поступово додаючи інші.
- Так само можна сортувати картки за числами, якщо дитина вже знайома з ними.



- Для старших дітей (4+ років):
- Ускладніть завдання, попросивши дитину сортувати картки за парністю/непарністю.
- Використовуйте картки для порівняння чисел (більше/менше).
- Можна створити "пазли", де дитина має зібрати картки в послідовність за кольорами або числами.

Забави:

- о "Кольоровий поїзд": діти по черзі додають картки до "поїзда", сортуючи їх за кольорами.
- о "Числові сходи": діти викладають картки з числами в порядку зростання або спадання.

- Цілі:

- Розвиток навичок класифікації та категоризації.
- Покращення уваги та концентрації.
- Розвиток розпізнавання кольорів та чисел.
- Для найменших: розвиток дрібної моторики.

2. Розпізнавання цифрових символів

● Опис:

- Приготуйте картки UNO (лише з числами) та перлини Монтесорі або інший лічильний матеріал.
- Розкладіть картки на столі.
- Дитина бере картку, називає число та викладає відповідну кількість перлин поруч.
- Можна ускладнити, попросивши дитину скласти прості математичні приклади з перлинами.



- Розпізнавання цифрових символів

Забави:

- "Збери намисто": дитина збирає намисто з перлин, кількість яких відповідає числу на картці.
- "Числовий магазин": дитина "купує" перлини, "розплачуючись" картками UNO.



Цілі:

- Розвиток розпізнавання цифрових символів.

- Встановлення зв'язку між числом та кількістю.
- Розвиток математичних навичок.
- Покращення координації рухів.

3. Гра "Меморі" (Пам'ять)

Чи знаєте ви, що ви також можете грати на пам'ять за допомогою карт UNO? Це дуже просто!

Опис:

- Розкладіть картки парами на столі (наприклад, 2 пари для маленьких дітей, більше для старших).
- Гравці по черзі відкривають по дві картки.
- Якщо картки однакові, гравець забирає їх.
- Якщо різні, гравець перевертає їх назад.
- Перемагає той, хто збере найбільше пар.



- **Цілі:**
 - Розвиток пам'яті та уваги.
 - Покращення концентрації.
 - Розвиток візуального розпізнавання.

4. Створення числових рядків

- **Опис:**
 - Дайте дитині набір карток з числами.
 - Попросіть її викласти картки в порядку зростання або спадання.
 - Можна створювати ряди з парних або непарних чисел.
 - Можна створити ряди, де кожна наступна картка буде більше або менше на задане число, наприклад на 2.

Ви також можете разом із дитиною створювати зростаючі або спадаючі послідовності з парних чисел:



Оскільки були послідовності парних чисел, не забудьте також створити послідовності непарних чисел:



- **Цілі:**
 - Розвиток розуміння числової послідовності.
 - Розвиток логічного мислення.
 - Розвиток математичних навичок.

5. Математичні операції (Додавання/Віднімання)

- **Опис:**
 - Попросіть дитину додати або відняти числа на картках.
 - Використовуйте лічильний матеріал для наочності.
 - Для дітей, які ще не вміють рахувати, можна показувати декілька варіантів відповідей, з яких дитина повинна вибрати правильний.



Що робити з молодшими дітьми, які ще не вміють додавати в умі? Використовуйте лічильні матеріали! Підійде все, що завгодно: спеціальні фішки, палички, гумки, ґудзики, помпони тощо.

Також можна використовувати кольорові намистини Монтессорі:



- **Цілі:**
 - Розвиток математичних навичок.
 - Розвиток логічного мислення.
 - Покращення розуміння математичних концепцій

Гра "Обведи крапки"

Опис:

- Намалюйте на папері багато крапок.
- Гравці по черзі беруть картку UNO та обводять відповідну кількість крапок.
- Перемагає той, хто обведе найбільше крапок.



- **Проблеми, які допомагає вирішити:**
 - Розвиток координації рухів.
 - Розвиток розпізнавання чисел.
 - Розвиток математичних навичок (додавання).
 - Так само ця гра допомагає розвивати навички роботи за правилами.

Як можна використовувати гру UNO в роботі з дітьми, особливо в контексті терапії.

1. Розвиток комунікативних навичок

- **Для дітей з аутизмом:**
 - Гра допомагає практикувати чергування, дотримання правил, очікування.
 - Можна використовувати картки для навчання розпізнавання емоцій, наприклад, "покажи, як ти почуваєшся, коли виграєш".
 - Гра сприяє розвитку вербальної комунікації, коли дитина називає кольори, числа, дії.
- **Для дітей з порушеннями мовлення:**
 - Гра стимулює використання мови, коли дитина називає картки, коментує свої дії.
 - Можна використовувати картки для навчання кольорів, чисел, простих фраз.

2. Робота з емоціями

- **Навчання розпізнавання емоцій:**
 - Використовуйте картки з різними кольорами для позначення емоцій (наприклад, червоний – гнів, синій – сум).
 - Обговоріть, які емоції виникають під час гри, як їх можна виразити.
- **Керування імпульсивністю:**
 - Гра вчить чекати своєї черги, контролювати бажання діяти швидко.
 - Обговоріть стратегії, як можна впоратися з розчаруванням, якщо не вдається виграти.

3. Розвиток емпатії:

- Гра вчить розуміти емоції інших гравців, співчувати їм.
- Обговоріть, як можна підтримати іншого гравця, якщо він програє.

3. Розвиток когнітивних навичок

- **Покращення пам'яті:**
 - Гра "меморі" з картками UNO.
 - Запам'ятовування, які картки вже були зіграні.
- **Розвиток уваги:**
 - Зосередження на правилах гри, діях інших гравців.
 - Розпізнавання кольорів і чисел.
- **Розвиток мислення:**
 - Аналіз карт, вибір стратегії.
 - Розуміння послідовності дій.

4. Робота з тривожністю

- **Відволікання від тривожних думок:**

- Гра допомагає зосередитися на процесі, відволіктися від негативних переживань.

- **Зниження стресу:**

- Гра створює позитивну атмосферу, сприяє розслабленню.
- Можна використовувати гру як частину релаксаційних технік.

5. Додаткові поради

- **Адаптація гри:**

- Спростуйте правила для молодших дітей або дітей з особливими потребами.

- Використовуйте більші картки або картки з тактильними позначеннями.

- **Використання додаткових матеріалів:**

- Лічильний матеріал для унаочнення математичних операцій.
- Картки з емоціями для навчання розпізнавання емоцій.
- Іграшки або предмети для створення ігрових ситуацій.

- **Створення позитивної атмосфери:**

- Хваліть дитину за її досягнення, підтримуйте її зусилля.
- Використовуйте гру як можливість для спілкування та зміцнення стосунків.