

SPOSÓB NA JESIENNE WIECZORY

GRY PLANSZOWE



Dni robią się coraz krótsze i chłodniejsze. Dzieci już nie spędzają tyle czasu na dworze, częściej pada deszcz, wieje wiatr i ogólnie nie jest zbyt przyjemnie. Rowerki i zabawki ogrodowe zostają odłożone, przynajmniej do wiosny. Ale to nie znaczy, że nasze pociechy muszą się nudzić. Jest wiele sposobów, by spędzić miło czas w domu.

Istnieje dużo gier i zabaw, które umilą nam czas w domowym zaciszu. Z pewnością należą do nich także gry planszowe. Będą jak znalazł na długie jesienne i zimowe wieczory.

Odpowiednio dobrane gry planszowe, to nie tylko niesamowita zabawa, ale również możliwość rozwoju na wielu płaszczyznach. Choć mogłoby się wydawać, że cieszące się niegdyś doskonałą reputacją „planszówki”, zostają brutalnie wypychane przez gry komputerowe, ich popularność nie maleje! Wciąż pozostają doskonałą, edukacyjną rozrywką dla całej rodziny, a sklepowe półki, aż uginają się od różnorodnych opakowań gier planszowych!

GRY PLANSZOWE – POPULARNE OD TYSIĄCLECI

Tak, to wcale nie przesada. Gry planszowe towarzyszą człowiekowi od tysiącleci. Urozmaicają mu czas od powstania pierwszych starożytnych cywilizacji. W dobie faraonów grały w nie ważne osobistości. Do jednej z najstarszych planszówek zalicza się Senet. Została uwieczniona w hieroglifach. Do dziś toczą się spory na temat jej zasad. Istnieją różne hipotezy. *Lecz my wspominamy o niej jedynie w ramach ciekawostki. To ciekawe, okazuje się, że pewne upodobania człowieka nie zmieniają się tak bardzo mimo upływu tysięcy lat.* Dotyczy to formy spędzania wolnego czasu. Gry planszowe nie straciły na znaczeniu. Grają w nie ludzie bez względu na to, skąd pochodzą czy, ile mają lat. Często dzieci zasiadają do nich wspólnie z dorosłymi.

ZALETY GIER PLANSZOWYCH

Zaletom gier planszowych można by poświęcić cały obszerny artykuł. Tutaj natomiast skupimy się tylko na najważniejszych. Okazuje się, że gry planszowe to nie tylko sposób na zabicie nudy, wypełnienie czymś czasu – ale i droga do tego, by być zdrowszym i szczęśliwszym. Na czym to polega?

ŚMIECH I ENDORFINY

Kiedy gramy, zwłaszcza w dużym gronie, pojawia się wiele okazji do śmiechu. Różne nieporozumienia, pomyłki czy też niezwykle zwroty akcji wywołują w nas wesołość. Wystarczy, że jedna osoba wybuchnie śmiechem, a pozostali zaraz do niej dołączą. Śmiech jest przecież zaraźliwy. I bardzo dobrze! Bardzo dobrze, bo – czego dowiedli naukowcy – wyzwala on w naszych organizmach endorfiny, nie bez powodu nazywane “hormonami szczęścia”. Graj i śmieć się, a pójdzie Ci to na zdrowie.

REDUKCJA STRESU POPRAWA PAMIĘCI

Gry planszowe redukują także stres. I to również zostało dowiedzione poprzez rzetelne badania i eksperymenty. Przy tego rodzaju zabawie odprężamy się. Zarazem jesteśmy tak zaangażowani, że zapominamy o mniejszych i większych troskach. Znajdujemy się w nieco innym świecie. Powracamy do rzeczywistości z energią i nowymi pomysłami.

Dodatkowo wiele gier planszowych usprawnia naszą pamięć oraz rozwija zdolności poznawcze. Uczymy się łączyć ze sobą fakty i wyciągać z nich logiczne wnioski.

ROZWÓJ DZIECKA

Mówi się, że na naukę nigdy nie jest za późno. To prawda, ale najlepiej zacząć w bardzo młodym wieku. Dlatego też gry planszowe polecane są naszym najmłodszym pociechom. Taki sposób spędzania wolnego czasu gwarantuje dzieciom prawidłowy rozwój. Pielęgnię u siebie m.in. werbalne oraz komunikacyjne umiejętności.

CZAS SPĘDZONY Z RODZINĄ

Rozrywka przy grze planszowej to wspaniała okazja, aby wspólnie spędzić czasu. Bardzo dużo zestawów jest przeznaczonych zarówno dla dzieci jak i dorosłych. A czemu do stołu nie mieliby dołączyć dziadkowie, wujkowie, ciocie? Dla każdego znajdzie się miejsce. Miło się integrować przy emocjonującej rozgrywce.

Warto odejść od komputera czy konsoli, odłożyć smartfona, aby dołączyć do rodzinnej zabawy!