



Zeit zum Spielen

Herbstzeit ist Spielezeit!

Neben den goldenen Herbsttagen, an denen es draußen bei buntem Herbstlaub überall so schön unter den Füßen raschelt und einem die Sonne ins Gesicht scheint, gibt es auch die trüben, stürmischen und nassen Tage des Herbstes.

Die beste Gelegenheit für einen gemütlichen Spielenachmittag im Kreise der Familie oder mit Freunden und eine schöne Möglichkeit, um gemeinsam Zeit zu verbringen und Spaß zu haben. Es gibt für alle Altersgruppen verschiedene Gesellschaftsspiele bzw. Spieltypen wie:

- Würfelspiele
- Kartenspiele
- Brettspiele
- Strategiespiele
- Spieleklassiker

Spielen hat eine Vielzahl von Auswirkungen auf den einzelnen Menschen und auf die Gesellschaft, sowohl auf körperlicher als auch auf geistiger Ebene und damit auf das menschliche Verhalten. So zum Beispiel:

- Spielen bringt Spaß, dient der Unterhaltung und liefert eine Freizeitgestaltung, die den Zusammenhalt fördert (ob als Familienzeit oder Zeit mit Freunden)
- Spielen ermöglicht motorische Fähigkeiten zu entwickeln, kognitive Fähigkeiten zu verbessern, soziale Verhaltensweisen zu trainieren und Vorstellungskraft, Phantasie und Kreativität zu fördern. Auch das strategische Denken sowie Teamarbeit wird trainiert.
- Spielen kann positive Emotionen wie Freude, Aufregung und Erfüllung hervorrufen -wir fühlen uns lebendig
- Spielen fördert die soziale Interaktion, indem es Kommunikation, Zusammenarbeit, den Wettbewerb ermöglicht und Erfahrungen für negative Emotionen beim Verlieren bietet.

Spielen macht uns glücklich, gesund und schlau!