١٤ أكتوبر - العدد ٨٠٨٩
٨ أغسطس ١٩٩٠م ص٤

اطفالنا وأوقات الفراغ

علوي عبد الله طاهر

دقات قلب المرء قائلة له ان الحياة دقائق وثوان ومعنى هذا البيت ان دقات القلب التي تنبض باستمرار والتي لا نعباء بها ولا بحركتها الدائمة تقول لكل واحد منا تنبه ، فالوقت قصير ، والزمن يمضي بسرعة فكل دقيقة او ثانية تمر انما هي من عمرك ايها الانسان فالحياة ماهي الا دقائق وثوان لابد من استغلال كل دقيقة او ثانية فيما هو مفيد ونافع

ان الوقت هوالحياة، وتنظيم الوقت عادة مكتسبة ، مرن عليها الانسان منذ الطفولة فاذا مادرب الطفل على تنظيم وقته ، ومرن على حسن استغلال فراغه ، فانه لاشك سيكتسب عادة حميده تفيده في مستقبل حياته ، حين يكون بحاجة الى توزيع وقته بين العمل واللعب واللهو ، وحين يجد فراغا لايعرف كيف يستغله .

كان الفراغ في العصور القديمة مقصورا على النبلاء والاثرياء ، كان ترفا لايحصل عليه الفقراء من الناس ، وصار الفراغ اليوم مشاعا ، بفضل الالات الحديثة التي سهلت العمل ، واراحت العمال من كثير من متاعب الشغل التي كانت الالات الإبدائية ترهق كاهلهم ولا يجدون متعا في اوقاتهم للهو واللعب .

وما دام تنظيم الوقت عادة مكتسبة، فلماذا لا نمرن اطفالنا منذ الصغر على تنظيم اوقاتهم وحسن استغلال فراغهم؟

ان اطفالنا اليوم يعيشون فراغ الاجازة الصيفية ، وهذا الفراغ خطير على اطفالنا اذا لم يحسنوا استغلاله، وينظموا عملية الاستفادة منه .

ان اطفالنا في حاجة الى من يرشدهم ويوجههم لتنظيم اوقات فراغهم ، وهم بحاجة الى من يساعدهم على ان يحيوا حياة سعيدة خالية من العقد والمشكلات النفسية ، وهم بحاجة الى من يوفر اسباب الراحة والسعادة ، وهم بحاجة الى من يرعاهم رعاية صحية ونفسية واجتماعية ، وهم بحاجة الى الملاعب التي يلعبون فيها ، والساحات التي يتجمعون داخلها ، والالعاب التي يلهون بها .

ان الطفل يجب ان ينتفع بوقت فراغه فيما يغذي عقله وجسمه وروحه ، وهذا لا يعني ان يثقل الطفل بالدروس او قراءة الكتب والمجلات، بل لابد اعطاء عناية خاصة وكبيرة بتربية الجسم وتغذية الروح .

ان من ينظر الى الاطفال في اثناء الاجازة الصيفية فانه يجدهم تائهين ضائعين يتسكعون في الشوارع من غير دليل يمضون معظم النهار وجزءا من الليل في اللعب في الحارات والازقة من غير رقيب فيكتسبون في اثنائها عادات سيئة ، وينتفوهون بالفاظ بذيئة ، ويسلكون سلوكات قبيحة .

ان الطفل لابد ان يلعب واكثر ما يكون اللعب في ايام الاجازة الصيفية ، فاللعب حق من حقوق الطفل ، بل وضرورة من ضرورات حياته لينمو نموا طبيعيا ، ولكن يجب على ولي الامر ان يكون على صلة بالطفل باستمرار ويشرف عليه حتى في اثناء لعبه ، من غير ان يقيد حريته ، او يفرض عليه من الالعاب مالايريدها ،او يمنعه من اللعب حين يكون منهكا فيه ، بل عليه مراقبته ومساعدته على الاستمتاع باللعب .

ان من واجب ولي الامر ان يتيح لطفله فرصة اللعب، ويهيىء له الظروف المناسبة لذلك ، فالطفل ينجذب نحو اللعب بغريزته الفطرية ويميل اليه بارادته الذاتية لان اللعب هو احب شيء الى الطفل، وارغب شيء لديه ويمكن لولي الامر استغلال هذا الميل الفطري للعب عند الطفل خير استغلال ، اذا ما احسن توجيه الطفل . التوجيه الافضل نحو تطوير جوانب نموه المختلفة.

فالتطور نموه الجسمي مثلا ينبغي ان تتيح الفرصة للطفل للانطلاق والحركة ونجعله ينطلق بحرية في اثناء لعبه ، بل علينا ان نحبب له اللعب باخذه في رحلات الى المنتزهات والحدائق العامة والشواطىء وميادين الاطفال.. وينبغي ان يكون ولي الامر موجودا الى جوار الطفل لمراقبته في اثناء الانزلاق او الغرق .. الخ .

ولابد ان يصطحب ولي الامر طفله مرة واحدة في الشهر على الاقل في نزهة يقوم بها الى ساحل البحر ، او الى اي منتزه اخر . ينبغي تشجيع الطفل على الجري ، وتمكينه من

الحركة السريعة ، تشجيعه على ممارسة السباحه ولعب الكرة وتسلق الجبال وجمع بعض الاشياء كالقواقع والاصداف او بعض الثمار .. الخ ..

كما ينبغي تشجيع الطفل على الجري والحركة من خلال اتاحة الفرصة امامه للعب تحت ظلال الاشجار وعلى الحشائش ان كانت النزهة الى حديقة او بستان .

ومن المفيد ان يتيح ولي الامر الفرصة للطفل للتعرف على بعض القرى الريفية او بعض مدن الجمهورية اليمنية ، فيصطحبه معه في زياراته الى الريف او الى المدينة ، ليتعرف على بعض معالمها ، واسلوب الحياة فيها للتعرف في الريفعلى حيواناتها ومزروعاتها وحرفها ، ومساكنها ويتعرف في المدينةعلى شوارعها وحاراتها وحكاكينها ونشاطها الاقتصادي وعماراتها .. وغير ذلك من الاشياء .

انه من الخطأ ان لاتتاح للطفل اية فرصة للتعرف على بلده او الاطلاع على معالمها ومدنها او قراها ، فلماذا لايستغل ولي الامر الاجازة الصيفية ليتيح لطفله زيارة بعض القرى او المدن في الجمهورية اليمنية ولتكن الزيارة الاولى لزيارة الاهل والاقارب او الاصدقاء في المدينة او في الريف .

ومن المفيد للطفل ان نعوده على قراءة بعض المجلات او الكتب الخاصة بالاطفال، ويستطيع ولي الامر تخصيص مبلغ معين من المال لشراء بعض مجلات الاطفال الدورية ولا يكفي شراءها فقط بل لابد من تشجيع الطفل على قراءتها والمواظبة عى متابعة قراءة اعدادها باستمرار لتكوين عادة القراءة لديه .