

# बच्चों के खेल का समर्थन

बच्चे खेल के माध्यम से ही अपनी दुनिया की तलाश करते, और उसे पाते हैं। खेल का सार है खुला चयन, अर्थात् क्या करना है, कब करना है और किस के साथ करना है। तेजी से बदल रही इस दुनिया में बच्चों को खेल के दौरान चयन करने के हुनर को सीखना, और उसका अभ्यास करना है।

उमर में बड़े लोग बच्चों के साथ खेल सकते हैं (दस महीने के बच्चे के साथ पिक-अ-बू) या बच्चों के लिए खेल का सामान कर सकते हैं जैसे सॉकर टीम की कोचिंग। वे बिना सीधे तौर पर उनके खेल में भाग लिए, उनका समर्थन भी कर सकते हैं। इसके लिए कुछ सुझाव हैं जिन से बच्चों के खेलने को उन्हीं के हाथ में छोड़ते हुए अधिक समृद्ध बनाया जा सकता है।

## समय देना

- बच्चे जब दिन भर नियोजित गति विधियां कर चुकें तो उन्हें खेलने का समय दें। खेलने से उन्हें सीखी हुई बातों को गठित करने में सहायता मिलती है।
- नियोजित गतिविधि (स्विमिंग, जिमनास्टिक, पियानो आदि) में लगा हुआ समय, खेलने के समय में नहीं आता। सीखे हुए हुनर का उपयोग वे बाद में खेल के दौरान कर सकते हैं, लेकिन बाकायदा सिखलाई में खुले चयन का असली तत्व नहीं रहता।

## स्थान जुटाना

- अपने घर को छोटे बच्चे के अनुकूल बनाइए जिससे वह खुल कर उसमें विचर सके। अपने चार साल वाले को प्लेपैन जुटाएं। उसमें वह छोटे बच्चे की पहुंच से बाहर आर्ट के प्रोजेक्ट व लीगो बनाने का खेल कर सकता है।
- बच्चों को घर के अन्दर और बाहर खेलने के अलग अलग ठिकानों पर ले जाएं। स्थानीय पार्क और पारिवारिक सन्साधन केन्द्र उन्हें भिन्न प्रकार के खेलों के लिए प्रेरित करेंगे।
- पुरानी मैटरस को बेसमैट में डाल दें और उसपर उन्हें कलाबाजी आदि करने दें।
- खेल शायद ही साफ सुथरा होता हो। इस लिए थोड़े मैलेपन और गडबडी को सहन करने के लिए तैयार रहें। ऊपरी भाग कागज या प्लास्टिक शीट लगा कर सुरक्षित कर लें जिससे बाद में सफाई आसान हो जाय। चीजों की संभाल को बच्चों के स्तर के शैल्फों व पारदर्श बक्सों में डाल कर आसान बनाएं।

## सामान जुटाना

- मजा लेने के लिए खिलौनों का कीमती या विस्तृत होना आवश्यक नहीं है। असल में बच्चे खिलौनों की पैकिजिंग पर अधिक मोहित होते हैं क्योंकि उनकी कल्पना शक्ति उनका कुछ से कुछ बना डालती है।
- कभी कभी नए अंश का समावेश खेल को समृद्ध बना देता है और उसमें नई जान डाल देता है। खेल के टेबल पर कुछ नया लाकर लगा दीजिए। खिलौनों के भंडार में हर महीने एक नया खिलौना जोड़ दीजिए।

- खुले या ढीले ऐसे कल परजो\* के संग्रहकर्ता बन जाइए जिन्हें कई तरीकों से जोड़ा जा सके। ये कुछ उदाहरण हैं : बड़े बड़े ब्लाक, अलग अलग आकार के डिब्बे, खेलने के लिए घर के साने हुए पदार्थ, औजारों के छोटे माडल, पोशाकें, हैट, पार्क से लिए जंक के टुकड़े। ये सब चीजें बच्चों में खेलने के नए विचारों की सृजना करती हैं, और वे अपने खिलौनों को जोड़ते हुए, उनकी बहुत सी संभावनाएं खोज निकालते हैं।

## साथी जुटाइए

- जब भी आपको कहा जाय, आप बच्चों के खेल में आवश्यक शामिल हो जायें। लेकिन याद रहे कि खेल का संचालन उन्हीं के हाथ में रहे। फैसले वे ही करेंगे, और आप उन्हें मानेंगे।
- खेल के लिए बनाए समूहों में दोस्तों को बुलाइए या अपने बच्चों को उनमें ले जाइए। चार साल का कोई बच्चा शायद फाइरमैन के खेल में आप से अधिक ध्यान की जमावट का परिचय दे सके।

## प्रतिपुष्टि कीजिए

- एक बार आप ने खेल का सामान कर दिया, अब पीछे हट जाइए और खेल को सामने आने दीजिए। किसी भारी चीज को हटाने के लिए या असुरक्षित खेल को फिर से ठीक तरह चालू करने के लिए आपकी मदद की आवश्यकता हो सकती है, मगर बच्चों को अपने मसले स्वयं सुलझाने दें। जब वे बहस कर रहे हों, तो याद रहे कि उनके लिए असल में गेम को खेलने से अधिक उसे कैसे खेला जाय के सवाल का महत्व अधिक हो सकता है।
- बच्चों की कोशिश का आदर करें। उन्हें स्वयं पता लेने दें कि कौन सा तरीका ठीक है और कौन सा नहीं। वे तब तक अपनी समस्या स्वयं सुलझाना नहीं सीख पाएंगे जब तक सदा कोई बड़ा उनके लिए उसे सुलझाता रहेगा। बच्चों पर यह बात प्रकट करें कि उनका खेल महत्वपूर्ण है।
- बिना वजह दखल न दें। जब खेल की समाप्ति का समय आए तो उन्हें अच्छी तरह सावधान करें।
- किसी विशेषकर सफल खेल के वृत्तान्त को सोने से पहले की कहानी का रूप दें। "एक बार कुछ बच्चों को एक लाल पटके वाले जादूगर ने चूहे बना डाला, और जादू की भाषा में बोला ... " बच्चे अपने खेल को पहचान जायेंगे और फिर से खेलेंगे।

**खेल की अपनी भावना को जीवित रखो। अपने अन्दर के बच्चे का पोषण करो !**

बैटसी मान

बैटी जोन्स की 'पैसिफिक ओक्स कालेज, कैलेफोर्निया की वर्कशॉप के नोटों के साथ।

\*साइमन निकोलसन, *लैंडस्कोप आरकीटेक्चर* 1971, "बच्चों को कैसे धोका न दिया जाय : द थ्युरी ऑफ लूज़ पार्ट्स"

# Supporting Children's Play

Children explore and discover their world through play, and the essence of play is free choice: deciding what to do, when and with whom to do it. In a world that is rapidly changing, children need to learn and to practise the skill of making choices while they play.

Adults can play *with* children (peek-a-boo with a ten month old) or can *organize* children's play (coaching a soccer team). They can also *support* children's play without being directly involved. Here are some suggestions for enriching youngsters' games while leaving control in their hands.

## Make Time

- Give children free time after they have spent a whole day in structured activities. Their play helps them integrate what they've learned.
- Time spent at structured lessons (swimming, gymnastics, piano, etc.) is not play time. Children can learn skills they will use later in play, but the essential element of free choice is missing during the lessons themselves.

## Provide Space

- Baby proof your house so that your toddler can explore freely. Use the playpen for your four year old; he can take art projects and Lego constructions there to work on them out of baby's reach.
- Take children to a variety of play spaces, both indoors and outdoors. Local parks and family resource centres will stimulate different kinds of play.
- Put an old mattress in the basement to encourage acrobatics and develop gross motor skills.
- Play is rarely neat and tidy, so learn to put up with dirt and mess. Protect surfaces with newspapers and plastic cloths to make clean-up simpler. Make storage easy with shelves and transparent boxes at children's level.

## Supply Materials and Equipment

- Expensive and elaborate toys are not necessary for children to have fun. A child may in fact be more attracted by the toy's packaging because her imagination can turn it into lots of other things.
- Adding a new element from time to time enriches the play environment and stimulates new interest. Try putting a garlic press on the playdough table. Join a toy library and bring home new toys each month.

- Become a collector of "loose parts"\* that can be put together in different ways. Here are some examples: equipment like big blocks or different sizes of boxes, material like homemade playdough, props like small versions of tools, costumes like capes and hats, bits of "junk" collected in the park. All these allow children to play with ideas and explore possibilities while constructing their own toys.

## Offer Companions

- Join in your children's play when you are invited, but remember to let them lead. They make the decisions and you follow.
- Invite friends over or bring your children to a play group. Another four year old will probably have a longer attention span for playing fireman than you do.

## Give Feedback

- Once you've set the stage for play, just stand back and let it unfold. You might be needed to lift something heavy or to redirect unsafe play, but let children work through their own conflicts. When they are arguing, remember that working out *how* to play may be more important for them than actually getting down to the game.
- Respect children's efforts. Let them discover for themselves what works and what doesn't. They can't learn to solve their own problems if an adult is always doing it for them.
- Let children know you think their play is important. Don't interrupt unnecessarily. When it's time to stop, give them lots of warning.
- Weave a particularly successful play episode into a story to tell at bedtime. "Once there were some children who were all turned into mice by a magician in a red cape who said the magic words." Children will recognize their game and play it again.

## Keep your own playful spirit alive. Nurture the child in yourself!

*by Betsy Mann with notes from a workshop by Betty Jones of Pacific Oaks College, California.*

\*Simon Nicholson wrote "How Not To Cheat Children: The Theory of Loose Parts" in *Landscape Architecture*, 1971.