# بچوں کے کھیلوں میں انکی مدد کرنا

بچے کھیلوں کے ذریعے اپنی دنیا دریافت کرتے اور اس کا جائزہ لیتے ہیں. کھیل کا بنیادی مقصد آزادی انتخاب ہے یعنی اس بات کا فیصلہ کہ کب کس کے ساتھ کیا کھیلا جائے. تیزی سے بدلتی ہوئی دنیا میں اس بات کی ضرورت ہے کہ بچوں کو انکی کھیلوں کے دوران کھیلوں کے انتخاب کا موقع دیا جائے تا وہ اپنی صلاحیتوں کو بروئے کار لائیں اور سیکھ سکیں.

بالغ افراد بچوں کے ساتھ کھیل سکتے ہیں(جیسے دس ماہ کے بچے کو ہنسانے کے لئے جھانکنا) یا بچوں کے لئے کھیل کا انتظام کرسکتے ہیں (جیسا کہ فٹبال ٹیم کا کوچ بن جانا). اپنے آپ کو شامل کئیے بغیر بھی وہ بچوں کے کھیلوں میں اُن کی مدد کرسکتے ہیں. اس سلسلہ میں کچھ مشورے دئیے جا رہے ہیں جن سے آپ کھیل کا انتظام خود بچوں کے ہاتھ میں دیتے ہوئے ان کے کھیل کو زیادہ مفید بنا سکتے ہیں.

## وقت نکالنا

- جب بچے پورا دن طے شُدہ پروگرام کے تحت کھیلوں میں مصروف رہے ہوں تو ان کو آخر میں بالکل آزادانہ طور پر کھیلنے کا وقت بھی دینا چاہئیے. اس طرح جو انہوں نے دن بھر سیکھا ہوتا ہے وہ اسے اپنے کھیل میں شامل کرتے ہیں اور استعمال کرتے ہیں.
- پروگرام کے مطابق سبق دینے میں جو وقت صرف ہوا (جیسا کہ تیراکی ، جمناسٹک یا پیانو بجانا) اسے ہم کھیل کے وقت میں شمار نہیں کرسکتے. بچے کوئی بھی مہارت اس وقت سیکھ سکتے ہیں جب وہ سبق لینے کے بعد کھیل کے دوران سیکھی جانے والی چیزوں کو استعمال کریں کیونکہ سبق کے دوران آزادی انتخاب کا پہلو بہرحال نظر انداز ہوجاتا ہے.

## ماحول فراہم کرنا

- اپنے گھر کو بچوں کے لیے محفوظ جگہ بنائیے - تاکہ آپ کا پاؤں پاؤں چلنے والا بچہ بھی گھر میں آزادانہ گھوم سکے. اپنے چار سال کی عمر کے بچے کو کھیلنے والا قلم دیں ، وہ فنکاری (آرٹ) کے کام اور بلاک کی تعمیرات کے منصوبے پر کام کر سکتا ہے اور یہ سب منصوبے شیر خوار بچوں کی پہنچ سے دور ہونے چاہئیں.
- بچوں کو مختلف کھیلوں والی جگہ پر لے جائیں دونوں قسم کی کھیلیں یعنی چار دیواری کے اندر کھیلی جانے والی اور چار دیواری سے باہر کھیلی جانے و الی بھی. مقامی پارک اور فیملی ریسورس سنٹرز مختلف کھیلوں کا ذوق پیدا کریں گے.
- اپنے گھر کے تہہ خانے (بیسمنٹ) میں ایک پرانا قالین بچھائیں تاکہ قلابازیاں ( ایکروبیٹکس) کھا سکیں. اس طرح بچوں کی جسمانی نشو و نما بہتر ہو گی-
- بچوں کے کھیل میں شاید ہی کوئی ایسا کھیل ہو جس میں صفائی اور ترتیب کو مدنظر رکھا جاتا ہو اس لئے گندگی اور بے ترتیبی کے اس ماحول میں رہنا سیکھیں. صفائی کو آسان بنانے کے لئے دیواروں پر اخبارات یا پلاسٹک کا کپڑا لگالیں. شفاف ڈبے اور طاقچوں کو بچوں کی پہنچ میں رکھیں تاکہ چیزوں کو اکٹھا کرکے رکھنے میں آسانی ہو.

## سازو سامان اور چیزوں کی فراہمی

- یہ ضروری نہیں ہے کہ بچوں کی تفریح کے لئے مہنگے اور بڑے کھلونے ہونے چاہئیں. ہوسکتا ہے کہ بچے کے لئے کھلونے کی پیکنگ زیادہ پرکشش ہو اور اس کی سوچ بہت سی دوسری چیزوں کی طرف مائل ہوسکے.
- وقت کے ساتھ ساتھ نئی چیزیں شامل کرنے سے کھیل کے ماحول کو فائدہ ہوتا ہے اور اس سے شوق اور دلچسپی بڑھتی ہے جیسا کہ بچے جس میز پر بیٹھ کر کھیلنے والے آٹے (پلے ڈو) سے کھیلتے ہیں وہاں پر لہسن پیسنے کا آلہ رکھ دیا جائے. اسی طرح کھلونوں والی لائبریری کا ممبر بنیں اور ہر ماہ نئے کھلونے لاتے رہیں.
- ٹوٹی ہوئی چیزیں کو جمع کرکے ان کی مدد سے نئی چیزیں بنانا. مثال کے طور پر بڑے بلاکس اور مختلف سائز کے باکس بنانا. گھر پر تیار کیا ہوا کھیلنے والا آٹا (پلے ڈو) . مختلف قسم کے اوزاروں سے کوئی چیز بنانا ، کپڑے کی اشیاء جیسا کہ ٹوپیاں اور ہیٹ. پارک میں سے اکٹھی کی ہوئی "فالتو" چیزوں کے ٹکڑے. ان تمام چیزوں کی مدد سے بچے اپنے کھلونے خود بناتے ہوئے اپنے خیالات کا استعمال کرتے ہیں اور چیزوں کی چھان بین کرتے ہیں.

## ساتھیوں کی پیشکش

- جب بچے آپکو بلائیں تو ان کے ساتھ کھیل میں شامل ہوں لیکن یاد رکھیں کہ انہیں منتظم بننے دیں. وہ فیصلہ کریں گے اور آپ اس فیصلہ کے مطابق عمل کریں گے.
- دوستوں کو بھی دعوت دیں یا بچوں کو کھیلوں کے مختلف گروپس میں شامل کرنے کے لئے لے کر جائیں. ہوسکتا ہے کہ آپ کی نسبت کوئی دوسرا چار سال کا بچہ فائرمین کا کھیل زیادہ دیر تک توجہ سے کھیل سکے.

## اپنی رائے کا اظہار کریں

- ایک دفعہ جب آپ نے بچوں کے لئے کھیل کا ماحول تیار کر دیا تو اس کے بعد اس میں مداخلت نہ کریں اور انہیں کھیلنے دیں. ہوسکتا ہے کہ کوئی وزنی چیز اٹھانے میں آپکو انکی مدد کرنی پڑے اگر کھیل غیر محفوظ ہونے لگے تو اس کا رخ موڑ نے میں آپ کی مداخلت کی ضرورت پڑے لیکن کوشش کریں کہ بچے اپنے مسائل خود حل کریں. جب وہ بحث مباحثہ کر رہے ہوں تو اس بات کو یاد رکھیں کہ اصل کھیل شروع کرنے سے پہلے یہ بات زیادہ اہم ہے کہ یہ طے کیا جائے کہ کھیل کے قواعد و ضوابط کیا ہوں گے.
- بچوں کی کوشش کو قدر کی نگاہ سے دیکھیں. انہیں خود معلوم کرنے دیں کہ کھیل کے دوران کیا چیزیں کام کرسکتی ہیں اور کیا چیزیں کام نہیں کرسکتیں. وہ کبھی بھی مسائل کو حل کرنا نہیں سیکھ سکتے اگر ہمیشہ ایک بالغ ہی ان کے لئے (مسائل حل) کرتا رہے.
- بچوں کو یہ بات جاننے دیں کہ آپ یہ سوچتے ہیں کہ انکا کھیل اہم ہے. غیر ضروری مداخلت نہ کریں. جب کھیل ختم ہونے کا وقت ہوجائے تو انہیں بار بار خبردار کریں.
- رات کو سوتے وقت انہیں کسی خصوصی کامیاب کھیل کو کہانی کی صورت میں سنائیں. "ایک دفعہ ایک سرخ چوغے والے جادوگر نے جادو کا منتر پڑھ کر چند بچوں کو چوہا بنادیا" بچے اپنے کھیل کو پہچان لیں گے اور دوبارہ اسے کھیلیں گے.

**اپنے کھیلنے کودنے کی حِس کو زندہ رکھیں. اپنے اندر ایک بچے کو محسوس کریں!**

تحریر کردہ بیٹسی مان

بیٹسی مان کی ایک ورکشاپ کے نوٹس جو پیسیفک اوکس کالج، کیلیفورنیا میں ہوئی.
*سمن نکلسن نے "کیسے بچوں کو دھوکہ نہ دیا جائے " لوزپارٹس کی تھیوری" لینڈ سکیپ آرکیٹیکچر 1971 میں لکھا.

# 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.