

## اللعب في الهواء الطلق

إن الضغوط الجديدة وتغير الأحوال الاجتماعية تحد بشكل متزايد من تجربة الأطفال في اللعب في الهواء الطلق.

### لماذا يمضي الأطفال وقتاً أطول في الداخل؟



- ساعات العمل الأطول، وغياب أحد الوالدين في المنزل خلال النهار
- العائلات الأصغر سناً بحيث لا يوجد أخ أو أخت أكبر لتبقي عينها على أخيها أو أختها الصغيرة
- قد لا يكون أفراد العائلة الممتدة ساكنين في مكان قريب، مما يحد من قدرة الأقرباء، كالجد والجددة مثلاً، على مرافقة الأطفال خارجاً في الهواء الطلق
- زيادة السكن في وحدة سكنية أو شقة، وضيق المساحة في حدائق المنازل
- مشاهدة التلفزيون أكثر من قبل إضافة إلى الألعاب الإلكترونية والكمبيوتر
- أخذ الأولاد بالسيارة إلى دور الرعاية ومراكز النشاطات
- كثرة المهام المنزلية التي يلزم أن تقوم بها العائلات عندما تكون في المنزل وقد يكون الوقت المتاح أمامها محدوداً بحيث لا تستطيع الإشراف على الأولاد خارجاً.

### قلق ومخاوف الكبار بشأن الأمان أضافاً من الوقت الذي يمضيه الأطفال في الداخل؟

إن القلق بشأن سلامة الأطفال يسهم أيضاً في خلق جو من الحماية قد يحد من سبل اللعب في الهواء الطلق. وتتراوح المخاوف الأمنية ما بين زخطر الغرباء وسلامة الطرقات، والخوف من وقوع إصابة ما واهتمامات حول التعرض لأشعة الشمس.

والنتيجة تكون تمضية الأولاد وقتاً أطول في الداخل، ومشاهدة التلفزيون، واللعب في ألعاب إلكترونية والجلوس أمام شاشة الكمبيوتر، وكلها تجعل حياة الأطفال جامدة، مما يشكل خطراً لإصابتهم بالسمنة. إضافة إلى ذلك، فقد تكون تجارب الأطفال في العالم الطبيعي وتقديرهم لهذا العالم محدودين جداً. وهذا يطرح السؤال: كيف نستطيع التعامل مع هذه المخاوف والمخاطر مع الاستمرار في إتاحة الفرص أمام الصغار لكي يلعبوا ويستكشفوا العالم من حولهم ويتعلموا في بيئة في الهواء الطلق.

### لماذا يعتبر اللعب في الهواء الطلق مهماً؟

تقدّم البيئة الطبيعية الخارجية نطاقاً رائعاً من الفرص لكي يتعلم الأولاد من خلال اللعب فتحضن هذه الفرص نموهم وتعززه، وتتيح لهم استطلاع واستكشاف الطبيعة والتفاعل معها. إن اللعب في الهواء الطلق يسهم في كل نواحي نمو الأطفال، فيركضون بحرية، وينهون عن أنفسهم ويهربون من البقاء داخل جدران المنزل. أكثر من كونها فسحة أكبر وأوسع مدى، فإن الطبيعة تؤمن لبعض الأطفال مكاناً خاصاً يضم مخابئ يسرح فيها خيالهم وتأملهم، وأمكنة يقومون فيها بنشاطات هادئة كالمطالعة، والرسم، واللعب بأشياء طبيعية. وبالنسبة للبعض الآخر، تكون البيئة في الهواء الطلق مسرحاً رائعاً للعب ومراقبة الطبيعة.

اللعب في الهواء الطلق يقدم للأطفال فرصاً فريدة من نوعها لكي:

- ينشغلون في حلّ المسائل خلال اللعب في الطبيعة
- يختبرون تحديات طبيعية جديدة
- تتفاعل فعلي مع الرفاق من خلال ملاحقة بعضهم البعض والركض والتحدث واللعب
- تنمية القوة والحيوية
- تقدير الطبيعة وحماية البيئة.
- استعمال العضلات الكبرى والعضلات الدقيقة بطرق جديدة
- التعبير عن أنفسهم لفظياً بمستويات صوتية مختلفة

يستمتع الأطفال في الهواء الطلق، فقد سؤل أطفال صغار من خلال دراسة أسترالية أجريت مؤخراً، عن مكانهم المفضل. فكان جوابهم العارم هو الطبيعة في الهواء الطلق. والأسباب المتعددة والمتنوعة التي قدمها الأطفال لهذا التفضيل تعكس أهمية التجارب القيّمة التي تقدمها الطبيعة لهم.

تتوافر ورقة الحقائق هذه للأهالي بلغات مختلفة محكية في المجتمع ويمكن تنزيلها من موقع الإنترنت [www.ecconnections.com.au](http://www.ecconnections.com.au) الخاص بـ "روابط مرحلة الطفولة المبكرة".

## رعاية الأطفال وصحتهم نشرة معلومات للوالدين

مبادرة من

مع الدعم من قبل