

أفكار لاستثمار الإجازة الصيفية



يقضي غالبية الصغار أوقات الإجازة الصيفية بين مشاهدة التلفاز والألعاب الإلكترونية والسهرة إلى وقت متأخر من الليل! ولكن حتى لا تتحوّل هذه الإجازة إلى مضيعة للوقت، يمكن استثمارها بطرق أخرى ترتقي بمهارات الصغير، وتكون ممتعة ومسليّة في الوقت عينه عبر أفكار تقدّمها الاختصاصية في علم النفس والسلوك التربوي عائشة عبدالحميد. ينتظر الكبار والصغار الإجازة الصيفية، وذلك بعد عام دراسي شاق قضاه التلامذة في القيام بعمل مضمّن والأهل في بذل جهد لمتابعتهم. وإذ تهدف الإجازة إلى التحرّر من الالتزام بالوقت لإنجاز المهام المطلوبة، إلا أنّ طول مدتها يحتّم البعد عن إهدار وقت الفراغ الكبير. هذه بعض الأفكار الهادفة إلى استغلال أوقات فراغ الأطفال في الإجازة، بما يعود بالفائدة والمتعة عليهم: 1- القراءة: "الكتاب خير جليس" مقولة صادقة تحتّم الأم على اختيار الكتب المنوّعة من قصص هادفة أو ألغاز أو مجلات خاصّة حسب اهتمامات صغيرها، مع اصطحابه لزيارة المكتبات العامة القريبة والاستفادة من كمّ الكتب الموجودة فيها. وبالطبع، تختلف الأوقات المناسبة للقراءة، ولكن بصورة عامّة، يفضّل القيام بها قبل النوم ما يبعث على الاسترخاء ويهيئ إلى نوم هادئ، ويجدر استغلال وقت الإجازة لقراءة وتلاوة القرآن الكريم، ولو لمدّة قصيرة لا تتجاوز الدقائق العشر قبل الصلوات أو بعدها. 2- التواصل الاجتماعي: تفقد الأسرة تواصلها الاجتماعي مع الآخرين خلال الأيام المدرسية، وقد يطال هذا الأمر التواصل عبر سمّاعة الهاتف! لذا، تعتبر الإجازة الصيفية فرصة لصلة الأرحام وتبادل الزيارات مع الأقارب

والجيران، مع الاتفاق على موعد أسبوعي يجمع الشمل، ما يمنح الطفل فرصة لتعزيز علاقاته بمحيطه. ويفضّل اصطحابه ولو يوماً في كل شهر لزيارة الأطفال في دور الرعاية وتقديم الهدايا إليهم أو عودة المرضى سواء كانوا من الأهل والمعارف أو المحتاجين. 3- المساعدة في الأعمال المنزلية: إذا كانت ابنتك تشعر بالملل أثناء الإجازة، يمكنك اصطحابها إلى المطبخ وتشجيعها على إعداد بعض الوصفات البسيطة، فالهدف من هذا التدبير يكمن في جعل الصغيرة تشعر بأنّها قادرة على إدارة شؤون الطبخ، ولو لوقت قصير. أمّا الولد فيمكن تكليفه ببعض المهام المنزلية التي تتّسم بالخشونة أو تحتاج جهداً بعض الشيء كتغيير مكان بعض الأثاث أو شراء أغراض للمنزل من الخارج. ورغم تكاسل الطفل في أداء هذه المهام، إلا أنّّه يشعر برجولته وأهميته بالنسبة للأسرة أثناء تأديتها، فلا تخلي عليه بكلمات الشكر والثناء. 4- المرح والترفيه: عندما نتطرّق إلى استثمار أوقات الإجازة التي قد تمتدّ لأشهر عدّة، لا يعني هذا الأمر إهمال جانب الترفيه والترحال بل ابتكار طريقة لتغيير روتين الحياة اليومية الدراسية، حيث يمكنك الاستغناء عن التلفاز لساعات واستبداله بمسابقات جماعية بين أفراد أسرتك يشارك فيها الصغار والكبار كمنح الحبل أو لعب الكرة أو التسابق، وإضفاء المزيد من المتعة لا تنسى إحضار الجوائز للفائزين. وتتعدّد وسائل الترفيه خارج المنزل، كالذهاب إلى الأسواق والمراكز الترفيهية والخروج للمتنزّهات أو تناول الطعام في الخارج. 5- تنمية ملكات الطفل: تشكّل الإجازة الوقت المثالي لتعريف الصغير على مهارات جديدة. ومن بين أفضل البرامج الصيفية، تلك التي تقدّم من قبل الخبراء لتعليم مهارات الكمبيوتر أو اللغة الإنكليزية في مراكز التدريب المتخصصة. فسارع في إشراك أطفالك في أحد هذه البرامج، وذلك عقب انتهاء العام الدراسي لأنّه يكون ما يزال متأثراً بإيقاع الدراسة العملي ومستعداً لتلقّي المزيد من العلم. ويمكن بالتوازي مع هذه البرامج إتاحة الفرصة للطفل لممارسة رياضته المحبّبة بشكل منظم وإلحاقه بالنوادي والمراكز الرياضية أو دفعه إلى ممارسة هوايته المفضّلة. وهناك مدارس توفّر لتلامذتها أثناء الإجازة الصيفية هذه البرامج والدورات بالمجان أو بأسعار رمزية. وينمّي السفر مهارات الطفل، حيث يكتشف خلاله مدناً وثقافات ولغات جديدة... - تنظيم الوقت: تعدّ الإجازة الصيفية فرصة للأهل لمساعدة أبنائهم على تنمية شخصياتهم وتوسعة مداركهم وتنمية قدراتهم الذاتية، وممّا لا شك فيه أن استغلال طاقاتهم في أنشطة مفيدة يعدّ ضرورة حتمية ينبغي التخطيط لها قبل نهاية العام الدراسي. لذا، يجب تنظيم الوقت بين الأنشطة المختلفة، فلا يصحّ أن يذهب الطفل إلى النادي في الصباح ودورة الكمبيوتر أو اللغات أو حفظ القرآن بعد الظهر وزيارة الأهل والأصدقاء في المساء، إذ يكفي الطفل ممارسة نشاط واحد أو اثنين على الأكثر، في النهار، ويجدر بالأبوين إعداد خطط مسبقة يومية

وأسبوعية وشهرية يحدّدان خلالها الأنشطة التي يمكن توفيرها للطفل، مع مراعاة أنّ الصغير ينتابه الملل بسرعة، فلا بدّ أن تكون هذه الأخيرة منوّعة حتى ترضي رغباته.