

LAAT JOU KIND SPEEL



Deesdae sit kinders pal voor die TV en met al die tegnologie beskikbaar, weet hulle nie meer hoe om buite te speel of kreatief te wees nie. Help jou kind om te speel, anders gaan sy sukkel om te ontwikkel.
DEUR MARETHA BOTES

Om kind te wees, beteken om te kan speel soos 'n kind. Of dit nou sokker in die agterplaas of huis-huis in leë bokse is, speel moet hulle spéél. Vry, spontaan en kreatief is hier die wagwoorde.

Te veel kinders kies deesdae die selfoon, tablets en TV bo speel en sandkastele bou. Maar sonder gesonde, spontane speelaktiwiteite gaan jou kind sukkel om al haar ontwikkelingsmylpale te bereik.

"Onthou, speel is jou kind se 'werk,'" sê Riana Knouwds, arbeidsterapeut van Vereniging in Gauteng. "As jou kind nie speel nie, kan hy of sy nie behoorlik ontwikkel nie."

Hiervan kan Gautenger Marisca Oudts-hoorn (28) getuig. Haar vyfjarige seuntjie, Dale, sukkel om te speel. Nie omdat hy 'n gebrek het nie, maar omdat hy nie weet hóé om te speel nie. "Hy praat homself uit speel uit. Dan is sy toon te seer; dan is hy te moeg. En kort voor lank kry ek hom óf voor die TV óf besig met die iPad, waar hy allerhande kinderspeletjies daarop speel."

Dit het haar eers nie gepla nie, maar toe kom sy agter Dale sukkel om gewone dinge te doen wat kinders van sy ouderdom behoort om reg te kry. "Ek het agtergekem hy wil nie inkleur, puzzle bou of eens met klei speel nie. Hy het ook gesukkel om 'n bal te skop en te vang – goed wat seuntjies mos byna vanself kan regkry! Fietsry was heeltemal uit en sy fietsie het maande lank net in die garage gestaan."

VOORDELE VAN SPEEL

'n Arbeidsterapeut het Dale geëvalueer en gevind baie van sy groot en klein motorie-

se vaardighede is swak ontwikkel. Marisca en haar man het intussen die naweek-reël ingestel.

"'n Paar maande terug het ons besluit Dale mag net oor naweke – en ook net vir 'n uur op Saterdag en uur 'n op Sondag – op sy iPad of die selfoon wees. En ons is baie streng hieroor. Die res van die tyd moet hy speel. En ek help hom, want hy het aanmoediging nodig," sê Marisca.

Sy sal 'n "deur" in 'n groot leë boks sny en vir hom die kryt gee. "Dan vra ek hom om te die res te teken. Wat wil hy graag hê moet die boks wees? Soms is dit 'n kasteel. Een keer was dit Noag se ark. Of ek gee vir hom klei en wys hom hoe om 'n slakkie of iets te maak. Maar dan sê ek hy mag enigiets maak wat hy wil. Ek sit ook vir hom sy stomppunt-skêr neer en soms knip hy net die klei nadat hy dit in 'n slangetjie gerol het. As ek gou kafee toe moet gaan, haal ek sy fietsie uit die garage, en ek stap en hy ry. Gelukkig is die kafee om die hoek van ons af!"

Die beste van alles is, behalwe vir die motoriese vaardighede en verbeelding wat ontwikkel, het sy weer haar seuntjie "teruggekry", vertel Marisca. "Hy gesels deesdae ook meer met ons; sonder dat ons die gesprekke begin sal hy begin babbel oor goed wat hy gesien het of vrae vra oor hoe goed werk."

En dit is 'n deurlopende proses wat hom op die lange duur gaan bevoordeel.

Dis een van die redes waarom verskeie skole, soos die Primêre Skool Jakaranda in Eersterust in Pretoria, soveel klem plaas op speel. "My kleinkinders is nie een daarvan bewus dat hulle só leer nie," sê Sally Michaels (63), wat twee kleinkinders in dié skool het. "By die huis is hulle die heelyd voor die TV en as die pa by die huis kom, speel hulle op die iPad. Dis hoekom ek bly is dat 'n skool nog moeite doen om kinders te laat speel!"

Yolanda Huijsamer, 'n maatskaplike werker en spelterapeut in Paarl buite Kaapstad, sê vry spel ("ongestruktureerde spel") is 'n natuurlike deel van veral 'n voorskoolse kind se ontwikkeling. 'n Kind is geprogrammeer om te speel, sê sy.

Dit is bewys dat kinders tot op sesjarige ouderdom die vinnigste groei en ontwikkel, behalwe dan weer in puberteit. Voorskoolse kinders speel in hierdie tydperk 'n aktiewe rol in hul eie ontwikkeling deur in-

teraksie met hul omgewing deur vrye spel. Yolanda het self navorsing gedoen om uit te vind wat ouers se idee oor vrye spel is, want "te veel georganiseerde aktiwiteite ontnem kinders van die geleentheid om vry te speel".

Volgens haar ontwikkel elke kind teen sy of haar eie tempo. 'n Tekort aan genoeg geleenthede om vry te speel, ontnem voorskoolse kinders van die geleentheid om hul emosionele intelligensie, onafhanklikheid, selfbeeld en selfvertroue te ontwikkel asook om die vaardighede te ontwikkel om take te voltooi.

Maar hoe weet jy jou kind speel nie genoeg nie?

Swak motoriese vaardighede: Jou kind sukkel om in te kleur (fyn motories) of kan nie 'n bal vang of skop nie.

Lae vlakke van fisieke aktiwiteite: Jou kind is nie lus vir enigiets wat fisieke aktiwiteit behels nie. Selfs al is dit om trampolien te spring of sokker saam met die maats te speel.

Angstigheid: Wanneer 'n kind voel hy het nie beheer oor 'n stresvolle situasie nie, raak hy angstig. Kinders wat die geleentheid kry om in beheer van hulle spel en aksies te wees, ontwikkel vaardighede om hulle eie probleme op te los. Dit gee hulle 'n gevoel van bevoegdheid en beheer en verhoog hulle ego-sterkte. Bevoegdheid en ego-sterkte help om angstigheid in 'n stresvolle situasie te beheer.

Onbeheerste woede: Ongestruktureerde spel bied aan kinders die geleentheid om hulself fisies en sosiaal binne uitdagende situasies te plaas en die kind kry dan die geleentheid om te leer hoe om sy emosies binne konfliktsituasies te reguleer.

Vetsug en swakker sosiale vaardighede is ander tekens.

STRUKTUUR

Yolanda én Riana stem saam daar is 'n plek vir gestruktureerde aktiwiteite, soos swemlesse, dans en enigiets anders wat by die skool of naskools aangebied word.

"Struktuur en 'n voorspelbare roetine help 'n kind om veilig te voel," sê Yolanda. Sy meen 60 minute gestruktureerde fisieke

aktiwiteit per dag vir kinders van vier tot ses jaar oud is voldoende.

"Dis 'n feit dat pre-primêre kinders reeds baie meer onderrig-tyd ontvang as 20 jaar terug," sê sy. "Voeg dan by twee tot drie uur gestruktureerde buitemuurse aktiwiteite per week en jy het te doen met voorskoolse kinders wat nie die pas kan volhou nie. Hulle raak buitengewoon aggressief, kla aanhoudend, sosialiseer nie en sukkel om hulself op sy of haar ouderdomsvlak emosioneel uit te druk."

Riana sê sy kry soms in haar praktyk te doen met twee- tot driejariges wat verslaaf is aan tegnologie. "Hulle sit ure op 'n dag met die iPad, maar kan nie 'n bal skop nie! En as jy die ding wegvat, weet hulle nie wat om met hulself aan te vang nie."

Riana sê as sy vir kinders met ontwikkelingsprobleme die geleentheid gee om te speel, doen hulle dit maklik. "Dit is asof daardie kinders honger is vir speel. Wanneer hulle die volgende keer terugkom, wil hulle weer speel."

Sy sê dit is nodig om vir die kind die omgewing te skep waar hy kan speel en soms selfs te wys hoe om te speel. Daar is nie 'n reg of verkeerd nie, maar 'n kind het tog leiding nodig.

Speel saam met jou kind, wys vir haar hoe om 'n huisie uit komberse onder die tafel te bou en gee vir hulle poppe en ouklere aan.

Yolanda meen dit is baie gerieflik vir ouers om hul kinders tydens skooltyd aan gestruktureerde aktiwiteite te laat deelneem en dan by die huis voor die TV neer te sit. "Maar ons kan later met 'n situasie sit waar ons kinders verleer om dit te doen wat natuurlik is, naamlik te speel."

HET JY GEWEET?

Balspel (soos sokker) bied aan die kinders die geleentheid om beheer oor hul liggame te ontwikkel. Dit sluit in hand-oog-koördinasie, voet-oog-koördinasie en grootspierontwikkeling. Hulle leer ook om afstand te skat wanneer hulle die bal gooi of skop. Op 'n emosionele vlak ontwikkel hulle dus selfvertroue deur middel van 'n gevoel van bemeestering. 🧠

Vat die iPad weg en hulle weet nie wat om met hulself aan te vang nie.