

„MAMONUDZI MI SIĘ! DZIECKO W PODRÓŻY”.

Jak uprzyjemnić czas podróży, aby nie nudziło się ani dziecku, ani rodzicom? Najlepiej poprzez zabawę. W artykule znajdziesz propozycje zabaw dla siebie i swojego dziecka do wykorzystania w czasie wakacyjnych wojaży.

Wielogodzinna jazda pociągiem czy samochodem jest dla wszystkich dosyć uciążliwa. Czas się dłuży i nie bardzo wiadomo co robić, żeby mijał szybciej. Jeśli jedziemy bez dzieci, sprawa jest względnie prosta. Możemy wyjąć książkę czy gazetę i zanurzyć się w lekturze, możemy wdać się w pogawędkę z pasażerem siedzącym tuż obok lub też założyć słuchawki i odciąć się od reszty świata, słuchając ulubionej muzyki. Jednak gdy towarzyszą nam dzieci w wieku przedszkolnym czy wczesnoszkolnym, to nie mamy wyjścia - trzeba się zająć dziećmi. W przeciwnym razie zakończymy podróż w nie najlepszych nastrojach, zmęczeni marudzeniem wynudzonych i nieustannie wiercących się małych podróżników.

Upragnione lato już w pełni (choć nie zawsze dopisuje pogoda) i wielu z nas wybiera się z dziećmi na urlop. I choć jest to od dawna oczekiwany wyjazd, to często perspektywa jechania z dzieckiem przez kilka godzin samochodem czy pociągiem nie napawa nas optymizmem. A dlaczego? Bo dziecko wierci się, kręci, marudzi i - ogólnie rzecz biorąc - nie daje nam spokojnie pomyśleć o własnych sprawach lub po prostu zapaść w drzemkę.

Można jednak temu częściowo zaradzić, solidnie przygotowując się do takiego wyjazdu. Najlepiej nawet na tydzień przed planowaną datą podróży wziąć kartkę, długopis i zrobić sobie spis, co będzie nam potrzebne na drogę. Niech ta kartka leży lub wisi w widocznym miejscu, żeby można było w każdej chwili dopisać przychodzące nam do głowy rzeczy.

Wiele zależy od wieku dziecka i jego indywidualnych potrzeb, więc trudno sporządzić uniwersalną receptę, idealną dla każdego przypadku. Ale pewne ogólne wskazówki przydadzą się wszystkim rodzicom.

Oczywiście należy zacząć od spraw związanych z fizjologią, czyli innymi słowy od zadbania o ciało. A jakie są te potrzeby? Oto i one:

1. Chce mi się jeść/pić!

Trzeba pamiętać o tym, by zabrać dziecku coś lekkiego do jedzenia i niegazowanego do picia. Niech to będą raczej małe kanapeczki czy owoce, niż słodczyce i chipsy. Do picia woda mineralna "bez bąbelków" lub sok. Wszelkie kolorowe, gazowane napoje lepiej zostawić na półce sklepowej - niech swoimi sztucznymi barwami upiększają dom handlowy. ;)

Dobrze jest zabrać dla dziecka plastikowy lub jednorazowy talerzyk i kubeczek, by zapobiec rozsypywaniu dookoła okruszków i rozlewaniu nieumiejętnie wypijanego z

butelki napoju. No i jeszcze przydadzą się papierowe ręczniki, serwetki lub nawilżone chusteczki - bo jak dzieciak dotknie rękoma (klejącymi od właśnie zjedzonego batonika) zakurzonego miejsca w samochodzie czy pociągu, a potem jeszcze maźnie nimi po buzi, to będzie prawdziwa katastrofa. :)

2. Chce mi się siusiu/kupkę!

Tu wyposażenie zależy od wieku dziecka, ale na pewno nie można zapomnieć o czymś do wytarcia pupy. Może się również przydać puder (nie tylko niemowlakom), bo pot i brud są częstą przyczyną odparzeń.

3. Boli mnie brzuszek! Leci mi z noska!

- i inne dolegliwości. Ty znasz najlepiej swoje dziecko i wiesz, z czym może mieć kłopot. Jeśli cierpi na chorobę lokomocyjną - nie dawaj mu przed podróżą zbyt obfitego posiłku, ani też nie wypuszczaj z pustym żołądkiem. A na drogę zaopatrzyć się w odpowiedni lek na tę okoliczność. Dobrze jest także zabrać ze sobą sucharki i niegazowaną wodę mineralną - pozwolą one na złagodzenie ewentualnych dolegliwości żołądkowych, które mogą powstać w wyniku nadmiaru zjedzonych słodczy czy słonych przekąsek. Chusteczek do nosa najlepiej zapakować kilka paczek i to w różnych miejscach - w kieszeni kurtki, w kieszeni plecaka, w torebce - żeby zawsze i wszędzie były pod ręką.

4. Jestem śpiący!



O tym dziecko rzadko nas otwarcie poinformuje. Raczej będzie po prostu marudne :). Zabierz dla niego jakąś małą poduszkę, żeby miało do czego przytulić głowę. Mamine ciało do przytulania nie jest złe, tylko że dziecko śpiąc może się bardzo spocić i po jego drzemce zostanie na bluzce mamy (lub koszuli taty, jeśli to on służył za poduchę) niespecjalnie dobrze wyglądająca plama ;). Oprócz poduszki przyda się także lekki, cienki kocyk. W czasie upałów może nie będzie konieczny, ale już w chłodniejszym dniu lub w czasie podróży nocą - na pewno okaże się przydatny. Generalnie każdy rodzic jest zadowolony, jak dziecko śpi w podróży i go "nie ma", dobrze jest więc tak zaplanować podróż, by wyjechać bardzo wcześnie rano. Wtedy jest szansa, że pierwsze godziny dziecko prześpi.

5. Niewygodnie mi!

Dziecko może się wiercić i kręcić, bo będzie miało dość siedzenia w jednym miejscu przez tak długi czas. I to, że się kręci, nie znaczy, że jest nadpobudliwe czy nadruchliwe, jak to niektórzy mają w zwyczaju pochopnie osądzać. To tylko tyle znaczy, że jest to normalne, zdrowe dziecko, które potrzebuje ruchu. Jeśli podróż odbywa się samochodem, zaplanujcie kilka przerw w przyjemnych, najlepiej zadrzewionych okolicach, gdzie będzie można rozprostować nogi. Rodzice pospacerują, a dziecko chętnie przez chwilę pobiega. Jeśli jest to podróż pociągiem, wyjdź z dzieckiem od czasu do czasu na korytarz i przejdź się wzdłuż pociągu. Nie jest to może jakaś porywająca dawka ruchu, ale lepsze to niż nic :).

Tyle fizjologia. Jednak jest jeszcze jedna dolegliwość, która dotyka dzieci najczęściej. A właściwie zawsze. :) I nie zależy to ani od wieku dziecka, ani od płci, ani od uwarunkowań genetycznych, ani od czegokolwiek innego. Cóż to takiego?

N U D A.

Podróże idealnie się do tego nadają z kilku powodów. Po pierwsze masz w końcu dla dziecka czas, bo siedzisz unieruchomiony w jakimś pojeździe i raczej nie zajmujesz się pracą (o ile nie jesteś przypadkiem pracoholika, który pracuje zawsze i wszędzie. ;)) Po drugie dziecku się nudzi, więc chętnie zgodzi się na każdą formę zabawy, jaką mu zaproponujesz. Uzna po prostu, że lepsze to, niż siedzenie w bezruchu i myślenie o niebieskich migdałach. :)

Okropnie mi się nudzi!

Czasem dziecko to otwarcie wyartykułuje, a czasem się tego domyślimy po nieznośnym zachowaniu malucha. Gdy jeździłam z moimi kilkuletnimi dziećmi pociągiem, często słyszałam od pasażerów komentarze: "Jakie Pani dzieci są grzeczne!" albo "Jakie ma Pani spokojne maluchy!". A one wcale nie były bardziej grzeczne czy bardziej spokojne od innych dzieci w ich wieku. One po prostu MIAŁY CO ROBIĆ, czyli innymi słowy MIAŁY ZAJĘCIE.

I to jest klucz do rozwiązania problemu. Musisz pomyśleć o tym, żeby dziecko miało co robić. Z niemowlakami nie ma zbyt dużych możliwości, bo poza zabranieniem paru grzechotek czy zabawek niewiele więcej wymyślimy. Ale podróż z dziećmi w wieku przedszkolnym to już naprawdę duże pole do popisu. Takie podróże to świetne okazje do tego, by zaaplikować dziecku całą masę zajęć edukacyjnych, a ono nawet w ferworze zabawy nie zauważy, że sprytnie przemycasz treści dydaktyczne. ;)

Opowiem, co ja robiłam, że moje dzieci były takie "grzeczne i spokojne", a Ty być może znajdziesz w tym jakieś pomysły dla siebie.

Przed wszystkim przed podróżą zastanawialiśmy się wspólnie, co zabrać, żeby się nie nudzić. Dzieci miały swoje małe plecaczki i pod moim czujnym okiem przygotowywały

sobie cały ekwipunek. Oczywiście cięższe rzeczy (jeśli się takie znalazły) lądowały w moim plecaku. Oto, co w podróznym niezbędniku każdego z dzieci można było znaleźć:

1. książeczka z dużym wyraźnym drukiem, by nie tylko czytała mama, ale by dziecko samo mogło czytać (lub bawić się w rozpoznawanie literek, jeśli było młodsze). Najlepiej z dużą liczbą ilustracji, bo obrazki służyły dodatkowo do różnych zabaw słownych.

Dobrze, jeśli była rozmiaru A-4, bo wtedy mogła pełnić też rolę sztywnej podkładki pod kartkę do rysowania. Wiadomo - w pociągu czy samochodzie warunki do rysowania nie są zbyt komfortowe.

2. zakupiona wcześniej gazetka dla dzieci z rebusami, labiryntami, zagadkami i innymi logicznymi zadaniami. Wybór takich książeczek, dostosowanych do konkretnego wieku dziecka, jest w księgarniach spory i warto ponieść ten wydatek. Poświęcisz od 5 do 15 zł na porcję łamigłówek dla dziecka i godzinę jazdy masz malucha z głowy :). Pomijam już fakt, że łamigłówki te mają duże walory edukacyjne i służą gimnastyce umysłu Twojej pociechy.



3. czysty, cienki 16-kartkowy zeszyt (cienki więc lekki, co w tym przypadku nie jest bez znaczenia), w którym dziecko będzie mogło pisać lub dowolnie bazgrolić. Będzie on też służył do różnych zapisów przy wspólnych zabawach (np. liczenie punktacji czy zabawa w węża słownego).

4. zestaw zaostrzonych kredek, ołówek, długopis, gumka, temperówka - wszystko w zamykanym piórniku lub mocnym woreczku - żeby się nie pogubiło w czasie podróży. Najczęściej sadzałam dzieci po obu stronach siebie, a woreczek z kredkami kładłam na swoich kolanach, pilnując jego zawartości :).

5. parę kartek z bloku formatu A-4. Jeśli któryś z rodziców pracuje w biurze, może przynieść z pracy kilka arkuszy, zadrukowanych z jednej strony, a przeznaczonych do wyrzucenia. Druga, nie zadrukowana część spełni doskonale swe zadanie jako kartka do rysowania.

6. talia kart "Czarny Piotruś", jakaś łamigłówka do składania czy cokolwiek innego, co było dostępne w domu. Coś, co składało się z niewielkiej liczby niezbyt małych elementów (puzzle oczywiście odpadają :)).

W czasie podróży nie pozwalamy wyciągnąć wszystkich rzeczy naraz, bo - jak wiadomo - od nadmiaru boli głowa :). Dziecko nie będzie wiedziało czego się chwycić, będzie zmieniało co chwilę zajęcia i szybko wszystko mu się znudzi. Dlatego wyciągamy rzeczy pojedynczo. Na co ma ochotę? Poczytać książeczkę? Dobrze, wyciągamy książeczkę. Następnie "ekspluatujemy" książeczkę przez co najmniej pół godziny. Gdy już się znudzi czytanie, możemy ją wykorzystać do innych zabaw, np.

- poprosić dziecko, by wymyśliło dalszą część opowiedzianej w książeczce historii
- zadawać sobie nawzajem zagadki dotyczące postaci lub wydarzeń z przeczytanej bajki
- poprosić dziecko, żeby z zamkniętymi oczami wskazało palcem na pięć dowolnych miejsc na kartach książki, Ty zapisujesz, jakie słowa wskazało i potem z tych pięciu na chybił trafił wskazań słów dziecko układa historyjkę.
- jeśli dziecko się uczy angielskiego, można je poprosić, żeby powiedział, które z występujących w książeczce słów potrafi nazwać po angielsku. Jeśli znasz angielski, możesz je nauczyć także kilku nowych słówek.
- można się pokusić o to, by opowiedzieć historyjkę od końca - na przemian: ty jedno zdanie i dziecko jedno zdanie. Powiedzmy, że Ty zaczynasz: I Kopciuszek żył z królewiczem długo i szczęśliwie. A dziecko na to: Gdy okazało się, że pantofelek należał do Kopciuszka, królewicz się natychmiast z nią ożenił. I tak dalej - aż dojdziemy do początku: Dawno, dawno temu...

Gdy już znudzą się nam wszelkie zabawy z książeczką, zauważymy ze zdumieniem, że minęła już godzina podróży (albo i więcej:)). I zapytamy dziecko z uśmiechem: Co teraz chciałbyś/chciałabyś robić kochanie? Może wyciągniemy kredki i narysujesz jakąś ulubioną scenę z tej bajki?

Myślę, że w powyższych przykładach znajdziesz coś dla siebie i swojego dziecka, by umilić Wam obojgu czas długiej podróży. Zaaferowani zabawą - nawet nie spostrzeżecie, kiedy już będziecie na miejscu i trzeba będzie wysiadać. :)



OPRACOWANIE :mgr Hanna Formella

