

TELEFON, TABLICA, TELEVIZIJA ALI IGRA V NARAVI?

ZAKAJ IZ OTROŠKIH ŽIVLJENJ IZGINJA PROSTA IGRA?

Velikokrat v pogovoru s starši slišimo primerjanje njihovega otroštva z otroštvom v sedanjem času. Vsi ugotavljamo, da je bilo včasih bistveno drugače, predvsem v količini preživetega časa zunaj v naravi, prosti igri med otroki, predvsem pa igra otrok nekdam ni bila ves čas nadzorovana in vodena.

Pa vendar se mnogi skoraj v istem trenutku pohvalijo, kakšen telefon ali tablico so kupili svojemu otroku, na koliko interesnih dejavnosti ga vozijo in kako samo še hitijo....

Proste igre v današnjem času skorajda ni več

Mnogi starši in žal tudi strokovni delavci menijo, da je pomembno ves otrokov čas načrtovati in čimbolje izkoristiti. V prosti igri vidijo le izgubo časa, pri čemer se ne zavedajo, da je ravno prosta igra tista, ki od otrok zahteva veliko več ustvarjalnosti, samostojnosti, domišljije, pa tudi organizacijskih sposobnosti, kot vodene aktivnosti. Ob spontani igri morajo otroci namreč sami določati cilje in pravila, ki se jih vsi udeleženi držijo. Ob tem se oblikuje hierarhija odnosov v skupini, otrok razvija kognitivne sposobnosti, se uči delitve vlog, samostojnega reševanja sporov, obvladovanja različnih čustev... vse te veščine in spretnosti pa so za življenje izrednega pomena.



Premalo časa preživimo v naravi

Raziskave kažejo, da današnji otroci večino prostega časa preživijo pred najrazličnejšimi zasloni. Zaradi zaposlitve staršev veliko otrok večino dneva preživi v varstvu, pozneje na popoldanskih aktivnostih, treningih... Tako zmanjka časa za izlet v naravo, kjer bi se otrok prosto gibal, tekal, pridobival najrazličnejše izkušnje...

Nevrolog dr. Ranko Rajovič je na podlagi dolgoletnega dela z otroki prišel do ugotovitev, da je pomanjkanje gibanja eden glavnih razlogov za zmanjšanje kognitivnih sposobnosti otrok ali celo morebitne težave v razvoju otrok na tem področju.

Vse oblike gibanja so namreč zelo pomembne, saj se na podlagi tega oblikujejo pomembna območja v skorji velikih možganov, ki vplivajo na kognitivni razvoj otroka.

Kje torej starši delamo največje napake?

Otroci so že od rojstva vse preveč zaščiteni. Že kot dojenčki so fiksirani v različne stolčke, ki preprečujejo gibanje telesa, preprečujejo jim plazenje v strahu pred poškodbami, prepovedano je skakanje po blatu, premalo hodijo peš, starši jih predolgo vozijo v vozičkih, ne navajajo jih na hojo po stopnicah...



Kako torej preživljati prosti čas?

V nadaljevanju vam želimo obuditi spomin, kako lahko v naravi preživljate prosti čas, pri čemer bo vaš otrok gotovo neskončno užival in si hkrati pridobil veliko dragocenih izkušenj (*D. Skribe Dimec, M. Pečar, M. Umek, Vzgoja, september 2015*):

- ✓ Splezati na drevo
- ✓ Kotaliti se po travnatem bregu
- ✓ Prespati na prostem brez šotora
- ✓ Zgraditi zavetje
- ✓ Narediti »žabico« (vreči kamen tako, da se odbije od gladine vode)
- ✓ Tekati po dežju brez dežnika ali pelerine
- ✓ Ujeti ribo
- ✓ Utrgati jabolko in ga takoj pojesti
- ✓ Na obali nabirati školjke ali kamne
- ✓ Zajeziti potoček ali izdelati bazenček
- ✓ Sankati se
- ✓ Zakopati se v mivko
- ✓ Hoditi po podrtem deblu in loviti ravnotežje
- ✓ Narediti drsalnico na snegu ali blatu
- ✓ V naravi nabirati in jesti borovnice, maline ali jagode
- ✓ Upirati se močnemu vetru
- ✓ Piskati na travo
- ✓ Opazovati sončni vzhod
- ✓ Povzpeti se na visok hrib
- ✓ Približati se slapu in začutiti kapljice
- ✓ Iskati majhne živali
- ✓ Najti mrest (žabja jajca)



- ✓ Ujeti metulja v vrečo
- ✓ Iskati sledi živali
- ✓ Iskati sledi živali
- ✓ Poslušati ptičje petje
- ✓ Plavati v reki, jezeru ali morju
- ✓ Voziti se s čolnom
- ✓ Prižgati ogenj brez vžigalice ali vžigalnika
- ✓ Najti pot z zemljevidom in kompasom
- ✓ Plezati po skalah
- ✓ Kuhati ali peči na ognju na prostem
- ✓ Izdelovati potičke, gradove iz mivke
- ✓ Opazovati zvezde
- ✓ Teči bos po travi
- ✓ Loviti snežinke
- ✓ Narediti in preizkusiti mlinček
- ✓ Narediti nekaj iz drevesnih listov, praproti ali vejic
- ✓ Narediti sneženega moža ali iglu
- ✓ Plavati z masko pod vodo
- ✓ Preživeti ves dan v gozdu
- ✓ »Izgubiti« se v naravi
- ✓ Pisati s kamni ali slikati s prstjo
- ✓ Skrivati se v naravi
- ✓ Zlesti v jamo
- ✓ Iskati zaklad
- ✓ V naravi najti žival in jo prijeti



- ✓ Posaditi seme in tisto, kar zraste, pojesti
- ✓ Vzgojiti metulja iz gosenice ali žabo iz paglavca
- ✓ Iti na nični sprehod v naravo
- ✓ Posaditi nekaj in opazovati rast



Pomladni in poletni čas je zagotovo zelo primeren, da si vsaj v času dopusta »privoščimo« biti malo več časa z našimi otroki in si dovoliti tudi mi odrasli biti vsaj za trenutek kot otroci. Zagotovo bomo ob tem uživali vsi.

LEPO PRIHAJAJOČE POLETJE IN VELIKO SPROŠČENIH TRENUTKOV Z VAŠIMI OTROKI VSEM SKUPAJ ŽELIVA 😊

Erna Zabukovec, svetovalna delavka
Bernarda Okoliš, specialna pedagoginja
Svetovalna služba vrtca »Martin Krpan« Cerknica

VIRI:

<http://zastarse.si/2015/10/ntc-ranko-rajovic-starsi-prebudite-se-napake-se-tezko-popravi/>

D. Skribe Dimec, Vzgoja, september 2015