

ODGOJ I LJETO

Kako se ljeto bliži tako i mi roditelji počinjemo disati drugačije, misli nam lete prema moru i ljetnoj razbibrizi. No roditelji i po ljeti trebaju ostati roditelji, a mnogi od nas ipak u prvi plan stavljaju zrak, sunce i more umjesto aktivne uloge roditelja- preko ljeta. Pitamo se kako biti roditelj po ljeti, drugačiji, isti, neprimjetan, aktivniji, bolji?

SUNCE i odgoj

Razmišljajući o suncu svaki roditelj trebao bi biti upoznat sa propagandom da je sunce jako štetno i to gotovo čitav dan 10-18h; Da djeca do 3 godine uopće u tom periodu ne bi trebala izlaziti na sunce već samo u duboki hlad zaštićena odjećom, kاپicom i kremom za sunčanje, a između 12-16h ni slučajno ni odrasli ni djeca. Ukoliko djecu i sebe prekomjerno izlažemo suncu i pri tome izgorimo, trebamo znati da tako sami sebi povećavamo rizik od raka kože u kasnijoj dobi. Pedijatri na zapadu EUa preporučuju samo do 2 tjedna izlaganja suncu preko ljeta uz svu potrebnu zaštitu.

MORE i odgoj

More je neupitno na našem podneblju, zato nama pomalo suludo vrući činjenica da strancima more i nije neki faktor u životu, radije uživaju u bazenu bilo kad kroz godinu uz zvučne i svjetlosne efekte, upotpunjene masažama i saunama. Na godišnji oni idu 2 tjedna jer duže izostajanje s posla znači da ste lako zamjenjivi. Mi želimo brisati na more i osjetiti slobodu, jedinstvo s prirodom, zaboraviti na obaveze. To je drugi par čarapa. A kako dugi boravci na moru utječu na našu djecu, na njihovu psihu, pamćenje, koncentraciju? Kakvu poruku šaljemo svojoj djeci takvim stavom o životu?

LJETO i epo

Iz aspekta jedne od glavnih karakteristika epo-igre, a to su razvoj pažnje i koncentracije, duga ljetna stanka djeluje negativno. Djeca, stari polaznici epo-igre po povratku s mora uglavnom trebaju do 3 tjedan da povrate sposobnost duže koncentracije i usmjeravanja pažnje. S druge strane neupitno je da boravak u prirodi, pogotovo u zelenom okruženju, liječi dušu, potiče maštu i rađa nove ideje. Ako imate živaca pričati priče, izmišljati nove, zajedno slikati s ugljenom ili svašta pomalo graditi od kamenčića, grančica i pijeska, taj osjećaj da stvaramo vlastitih ruku djela, u nama i našoj djeci budi samopouzdanje i uvjerenje da svojim radom možemo nešto dobro stvoriti. A to je nova prilika za sve nas preko ljeta, ma gdje bili, da ugledamo svjetlo u tunelu u koji smo sami ušli i u kojem smo zapeli već neko vrijeme.

LJETO i igra

Jedna od važnih igara koje se mogu prakticirati ljeti jest izdržljivost i upornost. Naprimjer uzmimo plivanje: Svaki dan probajmo malo više preplivati, malo dublje zaroniti, i malo manje se umoriti. Uzmimo jelo i piće: Jest manje kaloričnu hranu i piti puno tekućine je preporučljivo, no ima li smisla usporiti s time? Ima, naprimjer užasno smo žedni i želimo odmah i sada piti vode, probajmo se strpiti 5 minuta, pa se nagraditi i s više vode. Djeca svoje strpljenje mogu trenirati jedino ukoliko s njima razgovaramo za to vrijeme i probamo im misli usmjeriti dalje od pića i hrane na 10-tak minuta, vježbe radi. To nije nipošto mučenje djece, kako bi možda neki površno zaključili. To se po starinski zove čeličanje djece, a ta je osobina jako bitna u životu. Bolje je biti maslačak nego mimoza. Zato neka nam ovo ljeto bude period čeličanja i rađanja novih ideja **pa se spremni vratimo s mora i uljepšajmo Lijepu Našu.**