



Katholische Kirche Region Bern
Fachstelle Kinder und Jugend

Açık havada oynamak çocukları güçlendirir!

Türkisch

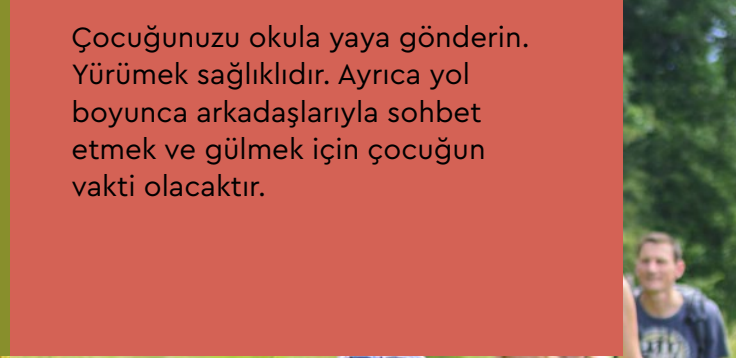
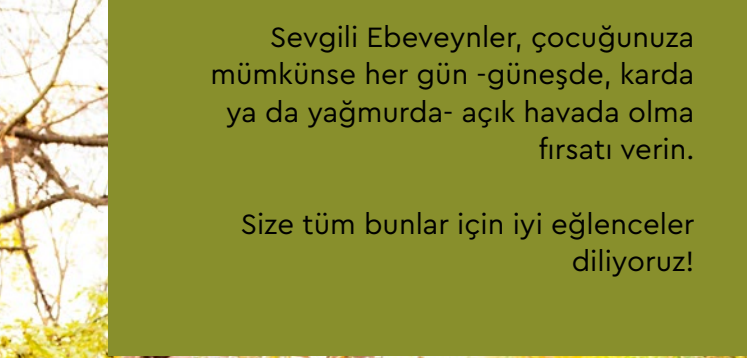
Bütün çocuklar gelişimleri için çeşitli ve önemli deneyimlere ihtiyaç duyarlar. Çocuklar gözleri açık, kulakları keskin, burunları hassas bir şekilde oyun alanını ya da ormanı yaşayıp, orada elleri ve ayakları ile bir keşif seyahatine çıktıkabildikleri takdirde, dünyayı kavramayı öğrenirler.

Sevgili Ebeveynler, çocuğunuza mümkünse her gün -güneşde, karda ya da yağmurda- açık havada olma fırsatı verin.

Size tüm bunlar için iyi eğlenceler diliyoruz!

Çocuğunuzla birlikte ormana gidin ve ateşte bir elma ya da bir sucuk kızartın. Özgür doğada kalmak iyi gelir ve sağlığı destekler.

Çocuğunuzun okula yaya gönderin. Yürümek sağlıklıdır. Ayrıca yol boyunca arkadaşlarıyla sohbet etmek ve gülmek için çocuğun vakti olacaktır.



031 300 33 59
www.kathbern.ch/draussenspielen



Öncelikle kapatın. Bilgisayarı, Smartphone'u ve televizyonu da. Çocuklar temiz havanın doyasıya tadını çıkarabilirler. Bu onları zinde ve hareketli kılarak okula çok daha iyi konsantrasyon olabilmelerini sağlar.

Bir derenin önünü tıkararak birikmesini sağlamak ve küçük bir su birikintisinin içine atlamaktan daha güzel bir şey olamaz. Çocuklar böylece oyun oynayarak doğanın kanunları ile tanışırlar.



Çocuğunuza kirletebileceği kıyafetler verin. Böylece o gerçekten oynayıp, araştırarak kavrayabilir. Bütün bunlar çocuğunuzun kendi sınırlarını tanıyarak, kendi gösterdiği gelişimin ayırımına varmasını sağlar. Bu onun öz güvenini geliştirir!

Eğer çocuğunuz bir duvar üzerinde dengesini bulmaya çalışıp, bir ağaca tırmanıyorsa, ona zaman tanıyın. Düzenli olarak tırmanan, koşup, atlayıp, sıçrayarak büyüyen çocuklar çok daha seyrek kaza tehlikesi yaşamaktadırlar.



Dışarıda keşfedecek ve yaşanacak öyle çok şey var ki: Çocuğunuzla birlikte bir tırtılı gözleyebilirsiniz ya da onun evde kağıt üzerine yapıştırarak bir resme dönüştürebileceği tohum ve yapraklar toplayabilirsiniz. Doğal maddelerle oyun, hayal gücünü geliştirir ve çocuğunuza günlük yaşam içinde yaratıcı çözümler bulmasında yardım eder.

