

SZUKAMY RAZEM ZGUBKA

Każda mama stara się nauczyć dziecko, jak radzić sobie w trudnych sytuacjach. Ja również. Dlatego gdy usłyszałam o ścieżce edukacyjnej „Odnaleźć Zgubka”, która pomaga dzieciom zapoznać się z elementarnymi technikami przetrwania w razie zgubienia się, od razu zabrałam na nią synka. Ścieżka ma ok. 550 m. Przeszliśmy ją w pół godziny. Jest podzielona

na przystanki, które uczą dziecko zasad postępowania, gdy zabłądzi, aby szczęśliwie wrócić do domu.

Na początku spaceru przeczytaliśmy o drodze Zgubka - czyli o trasie, którą przejdziemy, i o tym, że będziemy się zatrzymywać i rozmawiać przy przystankach (są one oznaczone, przy ścieżce są też strzałki wskazujące kierunek). Przy drugiej stacji wyjaśniliśmy sobie, dlaczego zgubione dziecko się boi i czego nie powinno robić, by nie tracić energii i nie odvodnić się (np. nie biegać, tylko spokojnie czekać). Przy trzecim przystanku - „Przytul się do drzewa” - rozmawialiśmy o pokonywaniu lęku. Zamiast biegać (najgorsze wyjście) i krzyczeć, trzeba przytulić się do drzewa, najlepiej na dobrze widocznej (np. z helikoptera) polanie.

Mały Zgubek nie zużywa wtedy energii i łatwiej go znaleźć. Przy następnych stacjach - „Staraj się, by było cię widać” i „Ubieraj drzewko” - skupiliśmy się tym, jak sygnalizować swoją obecność. Dziecko zgubione w lesie chowa się i ukrywa, a powinno trzymać się ścieżek i traktów, bo tam najpierw będą go szukać dorośli. Dobrze zostawiać jakieś znaki, np.

wieszać na drzewach znalezione papiery

czy torebki, lub układać na ścieżkach patyczki lub szyszki.

Przy przystanku „Utrzymuj ciepło” zatrzymaliśmy się dłużej.

Utrata ciepła jest

bardzo groźna, więc tłumaczyłam Beniowi, co powinien robić, by do niej nie dopuścić. Poinstruowałam go, jak zbudować domek Zgubka i zrobić w nim suchą podłogę z gałązek, oraz jak się rozgrzewać, gdy poczuje chłód. Przy ostatnich stacjach skupiliśmy się jeszcze na rzeczach, które warto zawsze zabierać do lasu. Należy do nich np. gwizdek, który w sytuacji podbramkowej sprawdzi się dużo lepiej niż gardło. Powtórzyliśmy też jeszcze raz najważniejsze zalecenia dla Zgubka. Teraz Benio wie dużo więcej o zasadach bezpieczeństwa.

OLA FEDYNA

Ścieżka edukacyjna „Odnaleźć Zgubka” (Las Bemowo); przystanek początkowy znajduje się przy ul. Sikorskiego na tyłach Cmentarza Wojskowego. Dojazd m.in. autobusem podmiejskim do rynku w Starych Babicach.



www.gibbon.waw.pl

Gibbon

SALON MEBLI

dla dzieci i młodzieży

tel. 022 617 44 45

Atrakcyjne wzory kolorowych mebli dla dzieci i młodzieży. Duży wybór mebli z drewna sosnowego w różnych kolorach. Meble na zamówienie wg indywidualnych wymiarów i rysunków, również barwione. Meble z płyt w różnych kolorach.

Zapraszamy: pon.-pt. 11.00-19.00, sobota 10.00-15.00

55506ZWBTA-J

Warszawa, ul. Zwycięzców 4d
róg Wału Miedzeszyńskiego