

„Podróże duże i małe – jak zająć dziecko w czasie podróży”



Wielu rodziców marzy o spokojnej podróży z dzieckiem, ale rzeczywistość bywa inna – nuda, marudzenie i niekończące się pytania „daleko jeszcze?” potrafią skutecznie popsuć nawet najlepiej zaplanowany wyjazd. Kluczem do sukcesu jest dobre przygotowanie i kilka sprawdzonych trików, dzięki którym podróż stanie się przyjemnością dla całej rodziny.

Przygotowanie to podstawa

Zanim wyruszyście, warto poświęcić chwilę na spakowanie specjalnej torby lub plecaka z aktywnościami dla dziecka. Idealnie sprawdzi się tzw. plecak niespodzianek, w którym znajdują się drobiazgi, których maluch jeszcze nie widział. Element nowości działa jak magia!

Warto także sięgnąć po zabawki czy książki, które dziecko zna, ale dawno ich nie używało – to jak odkrycie ich na nowo. Nie wszystko musi być nowe – liczy się różnorodność i element zaskoczenia.

Książki i audiobooki

Książeczki z obrazkami, historyjki z okienkami czy ruchome elementy zajmą małe rączki na dłużej. Dobrym rozwiązaniem są też audiobooki – bajki, opowieści detektywistyczne czy legendy wciągają dzieci bez konieczności patrzenia w ekran.

Muzyka i piosenki

Ulubione dziecięce piosenki to świetny sposób na poprawę nastroju. Można też wspólnie śpiewać, klaskać do rytmu czy wymyślać własne teksty znanych melodii.

Gry słowne i zabawy bez rekwizytów

Nie wymagają żadnych materiałów, a potrafią zająć dziecko na długi czas:

- „Widzę coś, co...” – klasyka obserwacji za oknem
- „Zgadnij, co to?” – opisywanie przedmiotów bez ich nazywania
- **Liczenie** – aut, zwierząt, znaków drogowych – w wersji rywalizacji działa jeszcze lepiej

Plastyczne zajęcia w wersji podróżnej

Dobrze sprawdzają się:

- Kolorowanki wodne
- Książeczki z naklejkami
- Magnetyczne tablice i puzzle, które nie zgubią się łatwo w aucie czy samolocie

Elektronika z umiarem

Tablet czy telefon mogą być cennym sojusznikiem, jeśli wcześniej zainstalujemy:

- Edukacyjne aplikacje i gry
 - Bajki i filmy offline
 - Słuchowiska i audiobooki
- Warto pamiętać o powerbanku, który może okazać się niezbędny.

Przekąski i napoje – bezpieczne i sprytne

Małe porcje jedzenia podawane co jakiś czas to sposób na zajęcie i uniknięcie marudzenia. Świetnie sprawdzają się:

- Pokrojone owoce
- Chrupki kukurydziane
- Mini-kanapki
- Bakalie (dla starszych dzieci)
- Bidon z wodą to podstawa – najlepiej niegazowaną, by uniknąć niespodzianek w aucie.

Przerwy i aktywność fizyczna

Jeśli to możliwe, róbcie przerwy co 1,5–2 godziny. Nawet 10 minut biegania po trawie, skakania czy rzucania piłką potrafi zdziałać cuda dla nastroju dziecka (i rodziców).

Małe triki dla dużego spokoju

- **System nagród** – np. za każde 30 minut spokojnej jazdy – naklejka, mini-przysmak, punkt do wymiany na nagrodę po podróży
- **Zaangażowanie dziecka** – daj mu odpowiedzialność: trzymanie mapy, wypatrywanie mijanych miejsc, zaznaczanie trasy na wydruku

Podróż z dzieckiem nie musi oznaczać nerwów i chaosu. Dzięki dobremu przygotowaniu, ciekawym zajęciom i odpowiedniemu podejściu można sprawić, że nawet najdłuższa trasa stanie się wspólną przygodą. Kluczem jest różnorodność, elastyczność i... odrobina cierpliwości.

Opracowały

Joanna Niekłań, Iwona Zieleźny,

Antonina Sołtysik, Klaudia Zakowicz, Aleksandra Kaczmarczyk

