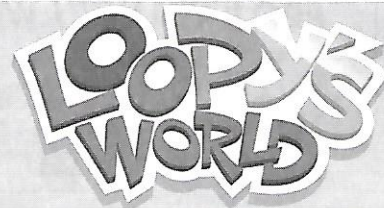


Sposób na nudę



Co zrobić z dzieckiem w jesienne popołudnie? Gdy przychodzi ze szkoły i po odrobieniu lekcji jego jedyną czynnością jest siedzenie przed komputerem bądź telewizorem? A my, jako rodzice już nie mamy pomysłów na to, aby dziecku zapewnić jakąś nową rozrywkę? Tymczasem smętna jesienna aura oraz szybko zapadający zmrok powodują, że wszyscy mamy mniej chęci do działania i gorszy nastrój. A dziecko oczekuje od nas, że znajdziemy sposób na nudę.

Czego najbardziej potrzeba naszych pociechom? Oczywiście ruchu, który jest niezwykle istotnym elementem w ich prawidłowym rozwoju. Dziecko poprzez ruch, manipulację różnymi przedmiotami, doskonali swoją sprawność motoryczną. Takie aktywne działanie wspiera różne umiejętności i rozwija umysł a także wzmacnia organizm, kształtuje i usprawnia jego układy. Jak oceniają specjaliści: aby dziecko prawidłowo się rozwijało powinno mu się zapewnić, co najmniej kilka godzin ćwiczeń ruchowych dziennie. Niestety, obecnie obserwujemy spadek poziomu aktywności wśród najmłodszych.

Lekarze alarmują, że 80-90% dzieci ma wady postawy, co trzecie dziecko ma niską wydolnością fizyczną, a blisko 50% ma bardzo słabą sprawność ruchową.

Można szacować, że w Polsce zaledwie około 30% dzieci i młodzieży uprawia formy ruchu, których rodzaj i intensywność obciąża wysiłkowych zaspokajają potrzeby fizjologiczne organizmu – podsumowuje, powołując się na dane Narodowego Programu Zdrowia, **Marek Jankowski**, dyrektor Ośrodka Promocji Zdrowia i Sprawności Dziecka w Gdańsku.

Nie może zatem dziwić fakt, że odsetek dzieci z nadmiarem masy ciała w ostatniej dekadzie stale rośnie i wynosi dzisiaj wśród polskich dzieci ok. 20%. Dane te są szczególnie niepokojące w związku z tym, iż aktywność fizyczna, jako podstawowy element zdrowego stylu życia, odgrywa znaczącą rolę w budowaniu potencjału zdrowotnego dziecka. Medycyna oparta na dowodach naukowych wykazała, że niezdrowy styl życia jest przyczyną chorób układu krążenia u 80% chorych, nowotworów u ok. 40% pacjentów oraz odpowiada za lawinowy przyrost osób chorych na cukrzycę – zwraca uwagę **M. Jankowski**.

Jedną z przyczyn tego zjawiska jest oczywiście siedzący tryb życia. 6-godzinne uczestniczenie w lekcjach, 3 godziny spędzone na odrabianiu zadań, czytaniu, oglądaniu programów telewizyjnych, przy komputerze, spożywaniu posiłków tak wygląda statystycznie każdy dzień dziecka. A gdzie czas na ruch i zabawę?

Szalona zabawa i ogrom atrakcji

Wyobraźcie sobie Wasze dziecko, które z radością na ustach, w szalonym pędzie, gania bezpiecznie w tunelach, ląduje na huśtającej się platformie, na piłkach, trampolinach, przeciska się przez przeszkody, pokonuje strach i przechodzi po ruchomych elementach konstrukcji. I z dzikością w



sercu wariuje na tych przedziwnych urządzeniach przez godzinę i następną, i kolejną!

Gdzie takie atrakcje? W Rodzinnym Centrum Zabaw Loopy's World w Gdańsku Wrzeszczu. To miejsce, gdzie bez trudu dostarczymy naszemu dziecku świat pełen wrażeń, wspaniałej, zwariowanej zabawy. Świat, w którym i dzieci, i my sami możemy aktywnie uczestniczyć, dzieląc z naszymi pociechami wysiłek i radość. Tu dziecko zanurzy się w morzu kolorowych kulek, dotrze do zjeżdżalni, chwyci się pajęczyny, pokona strach przed wysokością ...

Poza tym zabawa w Loopy's World wzmacnia więzi rodzinne. To trzy godziny zdrowia, wielkiej radości nie tylko dla dzieci. Niesłychane atrakcje wciągną po uszy i dzieci, i rodziców. Ale też tu rodzic będzie miał zapewnioną chwilę wytchnienia. Podczas, gdy dzieci same będą odkrywały tajemnice labiryntu, opiekun może napić się kawy, herbaty, zjeść ciepły posiłek, przejrzeć gazetę lub skorzystać z darmowego WiFi.

Stawiamy na promocję aktywności fizycznej i zdrowego stylu życia, podobnie jak robią to Skandynawowie. Dlatego na konstrukcje mogą wchodzić nie tylko dzieci, ale ich rodzice. To miejsce dla całych rodzin – mówi **Mikołaj Jędrzejkowski**, dyrektor generalny Loopy's World.

Poza tym staramy się upowszechniać nowy model spędzania wolnego czasu z dziećmi motywując ich do większej aktywności ruchowej.

Zabawa w Rodzinnym Centrum Rozrywki Loopy's World to oczywiście zdrowie. Tu mimochodem pracują wszystkie mięśnie dziecka. Przyspiesza krążenie w całym organizmie, dzięki czemu szybciej usuwane są toksyny i lepiej przyswajane składniki odżywcze. Tu z pewnością każdy maluch poprawi koordynację i zmysł równowagi. A wszystko to pozytywnie wpłynie na wyobraźnię dziecka, proces uczenia się i zapamiętywania nowych informacji.

Poza tym, jeśli jako rodzice zachęcimy nasze pociechy do różnych aktywności wyrobimy u niego pozytywne nawyki. Wówczas w dorosłym życiu będzie chętniej sięgało po piłkę lub rower, niż po pilota od telewizora.

Małgorzata Raduńska



Aby przekonać się jakie jeszcze atrakcje przygotowane są dla dzieci wystarczy odwiedzić Rodzinnym Centrum Zabaw Loopy's World w Gdańsku przy ulicy Grunwaldzkiej 229, które czynne jest:

pn.-czw.: 10.00 - 20.00

pt.: 10.00 - 21.00

sob.: 9.00 - 21.00

niedz.: 10.00 - 20.00

www.loopysworld.com, tel.: 48 58 347 73 10/11

Zapraszamy