

Convierte el Tiempo de Espera en Tiempo de Juego

Hay que admitirlo, es frustrante y aburrido tener que esperar, sea para los niños como para los adultos. A nadie le mejora el humor. Sin embargo hay maneras para transformar aburrimiento en diversión, convirtiendo el tiempo de espera en una oportunidad para aprender y conectarse.

Prepárate

Habrán muchas ocasiones en la vida familiar en que tienes que esperar: en la consulta del médico, en un restaurante, en la cola del cajero en un supermercado. El tiempo utilizado viajando en auto o bus es otro tipo de espera, especialmente cuando hay atasco. Ya sabes de antemano que tus niños probablemente estarán aburridos e inquietos en estas situaciones. Si la espera tarda demasiado, los niños suelen empezar a comportarse mal. Cuando estás preparado, puedes evitar problemas. Les dará a tus niños una mejor manera para atraer su atención que quejarse. Tu estarás listo con un juego mejor que “provocar a mi hermanito hasta que lllore.”

Cambio de humor

Unas pocas técnicas simples pueden cambiar el humor. Piensa en lo que te ayuda a ti cuando enfrentas un período aburrido. ¿Algo para mirar? ¿Quizás algo para oír? ¿Algo en que pensar? Estas también deberán resultar para los niños, aunque también les gustara una oportunidad para moverse. Los niños más grandes pueden pensar y hablar más, mientras los niños más pequeños requerirán más orientación y dedicación de tu parte.

La mayoría de las sugerencias a continuación no requiere ningún equipo, excepto lápiz y papel ocasionalmente. Puedes adaptarlas a la edad e intereses de tus niños y también al sitio en donde os toca esperar.

Canciones – Aprende las palabras de algunas canciones o crea las tuyas sobre lo que vais a hacer en cuanto termine la espera. En cuanto haces nuevos versos para canciones familiares, estas pueden durar mucho tiempo. Canta las canciones con movimientos de la mano para hacer que todos los niños se muevan.

Juegos con Palabras – Juega juegos de vocabulario y memoria. Por ejemplo, cada persona se toma un turno para elegir una letra y decir “me fui a la tienda de animales y compré un animal cuyo nombre empieza con...” Los otros niños tienen entonces que buscar el animal que corresponde. Intenta el mercado y la floristería en cuanto te falten animales. Los niños más grandes pueden usar lápiz para jugar juegos contigo en una pizarra.

Juegos de pensar – Busca a tu alrededor y encuentra dos objetos similares, dos árboles por ejemplo, y habla de como son iguales y distintos. Juega un juego de esconder y buscar poniendo los paquetitos de azúcar sobre la mesa del restaurante y escondiendo una moneda bajo uno de ellos. Capta la atención de tus niños preguntándoles cosas “locas”: ¿Qué pasaría si un dinosaurio quisiera pasear en la montaña rusa?

Cuentos Para pasar el tiempo, puedes contar un cuento tradicional o crear uno en el acto. O entonces puedes inventar un cuento cooperativo: cada persona mete unas cuantas frases y luego pasa el cuento adelante. En la sala de espera del consultorio médico, escoge una imagen en una revista y crea un cuento sobre esta. Pregúntales a los niños que parte les gustaría visitar en la imagen.

Conversación – Aprovecha los tiempos de espera para aprender más acerca de tus niños. Habla de sus cosas favoritas. Planea su próxima fiesta de cumpleaños con ellos.

Arte – Diseña figuras con los dedos en la mano o las espaldas del otro y adivina que es lo que diseñó la otra persona. Mira los carteles y propagandas y habla de las líneas y los colores.

Movimiento – Si estás en un lugar donde hay espacio para moverse y hay dos adultos disponibles, una persona puede mantener el lugar en la cola mientras la otra puede llevar el niño para un paseo de seguir-al-líder. Si el niño tiene que estar sentado, busca la manera para que mueva por lo menos los brazos y las manos, tal como el juego de batir palmas o plegar papel o tela para crear formas raras.

Accesorios – Si sabes que estarás obligado a esperar en alguna parte, prepara una bolsa con objetos tales como lápiz, crayones, papel, masa de modelar, autos de juguete y libros. No te olvides de un pequeño bocadillo, siempre es una buena idea para cambiar el humor. Puedes escribir los títulos de canciones, los nombres de juegos o temas de conversación en trocitos de papel y meterlos en una caja. Mantén la caja en tu auto y en cuanto esté en un atasco, pide a los niños que saquen un trozo de papel para decidir que hacer.

La próxima vez que te toque esperar, aprovecha la oportunidad para relajarte y jugar con tus niños. El tedio, la impaciencia y la rabia harán que el tiempo de espera parezca más largo, mientras divertirse puede hacer el tiempo volar.

por Betsy Mann

Jouer en attendant

Il faut l'avouer, il est frustrant et ennuyant d'avoir à attendre, autant pour les enfants que pour les adultes. L'attente ne met personne de bonne humeur. Mais il y a des façons de remplacer l'ennui par l'amusement, en transformant les moments d'attente en occasions d'apprentissage et de connexion.

Se préparer

Il y a des temps d'attente obligatoires dans la vie familiale : chez le médecin, dans un restaurant, à la caisse au supermarché. Le temps passé en voiture ou en autobus constitue une autre sorte d'attente, surtout quand il y a des bouchons de circulation. Vous savez d'avance que vos enfants s'ennuieront probablement et que ces situations les impatienteront. Si l'attente est trop longue, leur comportement risque de se détériorer. Vous pouvez prévenir ces problèmes en vous préparant d'avance. Vous donnerez à vos enfants une meilleure façon d'attirer votre attention que de pleurnicher. Vous aurez en main un meilleur jeu que « taquiner mon frère et le faire pleurer ».

Il suffit de quelques techniques simples pour **changer les humeurs**. Pensez à ce qui vous aide, vous, à traverser un moment ennuyant. De quoi regarder? Écouter? Réfléchir? Les mêmes stratégies aideront les enfants aussi, et n'oubliez pas de leur offrir la possibilité de bouger. Les enfants plus âgés auront plus de facilité à penser et à discuter. Pour les plus jeunes, il faudra plus de direction et de participation de votre part.

La plupart des suggestions suivantes n'exigent aucun équipement, sauf parfois du papier et un crayon. Vous pouvez les adapter à l'âge et aux intérêts de vos enfants, ainsi qu'au lieu où vous attendez.

Chansons - Apprenez les paroles de quelques chansons ou inventez vos propres chansons au sujet de ce que vous ferez après avoir attendu. Quand vous ajoutez des couplets à des chansons connues, elles peuvent durer très longtemps. Par exemple, essayez « Les canards dans l'autobus font couac, couac, couac ». Combien d'animaux pouvez-vous imiter? Chantez des chansons avec des gestes qui feront bouger tout le monde.

Jeux de mots - Jouez à des jeux de vocabulaire et de mémoire. Par exemple, à tour de rôle, chaque personne choisit une lettre et dit : « Je vais à l'animalerie pour acheter un animal dont le nom commence par la lettre ... » Les autres doivent trouver un animal qui répond au critère. Quand vous avez épuisé les animaux, essayez l'épicerie ou chez le fleuriste. Les enfants plus âgés peuvent jouer avec vous au « Bonhomme pendu » et au « Tic-Tac-Toe » sur un napperon en papier.

Jeux de réflexion - Trouvez autour de vous deux objets similaires, disons deux arbres, et parlez de leurs similarités et de leurs différences. Au restaurant, jouez à cacher et trouver en plaçant des sachets de sucre sur la table et en cachant un cent en-dessous d'un sachet. Attirez l'attention de votre enfant en posant des questions « folles », comme : Qu'est-ce qui arriverait si un dinosaure voulait monter dans un manège à la foire?

Histoires - Pour passer le temps, racontez une histoire traditionnelle ou inventez votre propre histoire. Votre histoire inventée peut aussi être une création collective : chaque personne ajoute quelques phrases à tour de rôle. Dans la salle d'attente du médecin, contez une histoire à partir d'une image choisie dans une revue. Demandez à vos enfants où ils aimeraient se placer dans l'image.

Conversation - Profitez des moments d'attente pour mieux connaître vos enfants. Discutez de leur choses préférées. Planifiez avec eux leur prochaine fête d'anniversaire.

Art - Chacun son tour, dessinez une image sur la main ou dans le dos de l'autre personne et faites-lui deviner ce que c'est. Regardez la publicité et parlez des lignes et des couleurs.

Mouvement - S'il y a de la place pour bouger et que vous êtes deux adultes, une personne peut rester en ligne pendant que l'autre fait une promenade avec les enfants. S'il faut rester assis, cherchez des façons pour que les enfants puissent bouger au moins leurs bras et leurs mains, par exemple jouer à taper dans les mains ou à faire des formes bizarres avec des cure-pipes.

Accessoires - Pour les occasions où vous savez que vous aurez à attendre, préparez un sac contenant des objets tels crayons, papier, pâte à modeler, petites autos, livres. N'oubliez pas un léger goûter. C'est toujours une bonne solution pour changer les esprits. Vous pourriez garder dans l'auto une boîte pleine de bouts de papier sur lesquels sont marqués des titres de chansons, des noms de jeux et des sujets de conversation. Quand il y a un bouchon de circulation, demandez aux enfants de piger un papier et suivez la suggestion qui s'y trouve.

La prochaine fois que vous devrez attendre, profitez de l'occasion pour vous détendre et jouer avec vos enfants. Le temps paraît plus long quand c'est l'ennui, l'impatience et la colère qui prédominent, mais quand on s'amuse, le temps semble filer.

par Betsy Mann

Trouvez d'autres suggestions de jeux pour l'attente au www.petitmonde.com/iDoc/Chronique.asp?id=25718