Anak (1-3 tahun)
Artikel

Manfaat Eksplorasi di Alam untuk Asah Bakat Natural Si Kecill

SEP 21, 2021

2 MINS

Si Kecil mulai menunjukkan berbagai minatnya sejak usia dini? Sebagai orang tua, tentu Mams dan Paps wajib mendukung penuh semangat Si Kecil agar bakat naturalnya dapat terus berkembang tanpa henti. Dengan begitu, Si Kecil dapat menjadi versi terbaiknya di masa depan. Untuk mendukung Si Kecil mengasah dan mengembangkan bakatnya, ada banyak hal yang bisa Mams dan Paps lakukan, salah satunya adalah mengajak si Kecil bereksplorasi di alam.

Tahukah Mams, kalau alam di sekitar kita sebenarnya adalah taman bermain yang dapat memberikan sejuta pengalaman baru untuk si Kecil? Alam merupakan area belajar yang terbuka dan areanya pun tidak terbatas seperti halnya ruangan sehingga anak-anak memiliki lebih banyak kesempatan untuk bereksplorasi dan belajar dari sana. Sedangkan anak-anak adalah penjelajah natural yang sangat senang bereksplorasi dengan suara, aroma, pemandangan, serta berbagai hal yang ia temui di luar ruangan. Tak heran jika ada banyak manfaat positif yang bisa didapatkan Si Kecil saat Mams dan Paps mengajaknya bermain dengan alam.

Menurut sebuah penelitian, manfaat eksplorasi bermain bebas di alam tak hanya baik untuk kesehatan Si Kecil tapi juga baik untuk tumbuh kembang Si Kecil, lho Mams. Saat berada di luar ruangan bermain di alam, anak-anak akan mendapatkan asupan sinar matahari yang penting untuk mencukupi kebutuhan vitamin D-nya. Anak yang bereksplorasi di alam juga lebih aktif secara fisik, serta perkembangan motorik, kognitif, sosial dan emosional pun jadi lebih baik. Selain itu, dilansir dari salah satu artikel Greater Good yang dikeluarkan oleh University of California, alam memberikan banyak kesempatan bagi Si Kecil untuk mengasah kreativitas, eksplorasi, meningkatkan fokus dan disiplin anak, hingga melatih kemampuan problem-solver untuk proses belajar anak. Tak hanya itu, berdasarkan artikel *parentingscience.com*, sebuah studi menunjukkan bahwa bermain dan bersantai di alam mampu meredakan stress, mengurangi kecemasan, hingga mengurangi gejala ADHD (attention deficit hyperactivity disorder).

Dengan berbagai manfaat positif yang bisa didapat dari eksplorasi di alam, tentunya Nature Play atau bermain di alam ini bisa jadi salah satu langkah Mams dan Paps mendukung perkembangan Si Kecil serta membantu mengasah bakat naturalnya. Untuk mendorong Si Kecil bermain di alam, ada banyak kegiatan yang bisa dilakukan meski kondisi saat ini tidak memungkinkan untuk ke luar rumah. Beberapa ide bermain dengan alam yang bisa Mams lakukan bersama Si Kecil di rumah antara lain:

Bermain Mendengarkan Suara

Ajaklah Si Kecil untuk duduk di teras rumah lalu dengarkan suara-suara yang mungkin muncul saat Mams dan Si Kecil duduk. Sambil mendengarkan, jelaskan tentang nama suara-suara yang muncul kepada Si Kecil.

Membuat Koleksi Alam

Tak perlu khawatir jika tak bisa ke luar rumah, dari halaman rumah pun Mams bisa mengajak Si Kecil bermain dengan alam. Ajaklah anak untuk mengumpulkan barang-barang yang ia temukan di sekitar halaman rumah dan jelaskan nama-nama benda yang ia temukan, apa saja hal-hal yang boleh atau tidak boleh ia ambil, hingga apa saja kegunaan benda-benda tersebut.

Baca Juga: Tahap Perkembangan Kognitif Anak yang Tepat

Menebak Bentuk Awan

Permainan ini bagus untuk melatih imajinasi Si Kecil. Tunjuklah awan yang ada di langit dan tanyakan kepada Si Kecil, menurutnya bentuk awan tersebut mirip dengan benda apa. Mams bahkan bisa mengarang cerita sesuai dengan bentuk awan yang dilihat bersama Si Kecil.

Bermain Tanah

Mams juga bisa mengajak Si Kecil bermain tanah untuk melatih kemampuan motorik kasar dan halusnya. Selain bermain tanah, Mams juga bisa lho mengajak Si Kecil menanam bunga atau mengurus tanaman yang ada di halaman rumah.

Saat melakukan kegiatan bermain di alam, Si Kecil mungkin menemukan berbagai hambatan. Salah satunya adalah gangguan pencernaan yang membuat Si Kecil jadi tak bisa bebas bereksplorasi. Mengalami gangguan pencernaan dapat membuat *mood* Si Kecil terganggu sehingga proses belajarnya jadi tak optimal. Untuk itu, Mams perlu menyediakan asupan nutrisi baik yang membantu mencegah gangguan pencernaan Dengan sistem pencernaan yang sehat, Si Kecil tentunya dapat bebas bereksplorasi dengan nyaman saat bermain dengan alam.

S-26 Procal Ultima Multicare System, susu pertumbuhan pertama di Indonesia yang menggunakan susu skim bubuk dari sapi A2. S-26 Procal Ultima Multicare System mengandung nutrisi seperti Omega 3(ALA), Omega 6 (LA), Tinggi Protein, Tinggi Kalsium,

Tinggi Selenium, Tinggi Vit. D dan Serat Pangan. Info lebih lanjut mengenai S-26 Procal Ultima Multicare System, Mams bisa mengunjungi: /products/s26-procal-ultima

Dengan nutrisi yang seimbang serta dukungan dari Mams dan Paps, Si Kecil dapat mengembangkan serta mengasah bakat naturalnya tanpa henti hingga ia dewasa nanti!

Bagikan sekarang

