

Sportvita

Gazeta: polskajestfajna.wp.pl

Tytuł: Zanim dziecko wyjedzie na stok

Data: 05.12.2011



[Start](#) [Relacje](#) [Galerie](#) [Wideo](#) [Wyprawy](#) [Ranking](#) [Newsy](#) [Suzuki](#) [Konkurs](#)

Szukaj w serwisie

Wpisz interesującą Cię frazę

Szukaj

Zanim dziecko wyjedzie na stok

informacja prasowa znaminanarty.pl | dodane (15:31)



(fot. Thinkstock)



Odpowiedni i dobrze dobrany kombinezon, sprzęt narciarski, zabezpieczenia, nauka poprzez zabawę – to główne zalecenia ekspertów od nauczania dzieci jazdy na nartach. Dziś nawet 3-latkowie rozpoczynają swoją przygodę z narciarstwem.

Warto wiedzieć, jak ożywić w dziecku narciarską pasję, a nie zniechęcić je do tej dyscypliny sportu. – Przede wszystkim, jeśli decydujemy się wysłać dziecko na naukę jazdy na nartach, musimy pamiętać o jego wieku. Wielu instruktorów popełnia niestety jeden kluczowy błąd – uczy dzieci, jak dorosłych, zwracając się do nich np. specjalistycznym słownictwem – tłumaczy Bartłomiej Wójciak.

3-latek na stoku

Rodzice coraz wcześniej decydują się wysłać swoje pociechy na specjalistyczne zajęcia, mające podnieść ich wiedzę, umiejętności, czy koordynację ruchową. W Polsce już nawet 3-miesięczne bobasy rozpoczynają naukę... języka obcego. W przypadku uprawiania sportu, a zwłaszcza m.in. narciarstwa, gdzie pracuje kilka grup mięśniowych jednocześnie, rodzice muszą wykazać się większą wstrzeźliwością. W jakim okresie dziecko powinno rozpocząć swoją przygodę z nartami?

- Jest to dosyć indywidualna kwestia, natomiast bez wątpienia nie wcześniej, jak przed 3 rokiem życia – mówi Wójciak i tłumaczy: Głównie z uwagi na kręgosłup oraz jego mięśnie, czyli ze względu na zdrowie oraz bezpieczeństwo dziecka. Ale bardzo często i te 3 lata, to zdecydowanie za wcześnie. Musimy pamiętać, że dziecko bardzo łatwo zniechęcić, co w praktyce może opóźnić naukę nawet o 2-3 lata.

Pierwszy kontakt z nartami

Jeśli nasze dziecko jest już w odpowiednim wieku, a także wyraża zainteresowanie i chęć spróbowania przygody z narciarstwem, rozpoczynamy dobieranie odpowiedniego stroju oraz osprzętowania. I tutaj kolejna bardzo ważna kwestia, której nie możemy zaniedbać. Sprzętu narciarskiego dla naszego dziecka nie dobieramy sami.

- To kluczowy moment. Jeśli nasze dziecko będzie uczyło się jazdy na źle dobranych nartach, butach, to po pierwsze szybko może się zniechęcić, po drugie zdecydowanie wydłuży się proces samej nauki, a po trzecie może łatwo ulec

Najczęściej czytane



[Kaszuby tabaką pachnące](#)

Galerie



[Skarby Malborka](#)



[Ale Kana!](#)

[więcej galerii](#)

Wideo



[Ognia daj lampie mej](#)



[Zanurz się w gorących źródłach](#)



[Zrób to sam](#)

[więcej wideo](#)

wypadkowi. Dlatego po sprzęt udajemy się tylko i wyłącznie do specjalistycznego sklepu ze sprzętem, gdzie eksperci doradzą nam dobór butów oraz nart, których długość musi być odpowiednio dopasowana. Niestety bardzo często rodzice sami podejmują takie decyzje, narażając i dziecko i innych na niebezpieczeństwo – mówi Wójciak.

Powoli, zabawnie i zrozumiale

Kiedy już nasze dziecko ma odpowiedni sprzęt, możemy przejść do najprzyjemniejszego, ale zarazem najtrudniejszego etapu, czyli samej nauki. Wiedząc o tym, że łatwo możemy zniechęcić nasze pociechy do uprawiania tej dyscypliny sportu, musimy pamiętać, że nauka powinna być dla nich zabawą. Zabawą bez pośpiechu i zrozumiałą dla dziecka.

- To wielowątkowy etap nauki. Po pierwsze powoli. Nikt nie urodził się z nartami na nogach, dlatego musimy wspierać dzieci po każdym upadku, a tych przecież na początku będzie sporo. Nie możemy okazywać zniecierpliwienia, czy poganiać do nauki. To ma być przede wszystkim zabawa. Niestety wielu rodziców, zapalonych narciarzy, chce swoje dziecko jak najszybciej nauczyć jazdy, co tak naprawdę przynosi odwrotne skutki – tłumaczy Wójciak.

Jeśli natomiast nie chcemy sami podjąć się nauki jazdy naszego dziecka na nartach, możemy je wysłać na specjalny kurs. Ale i tutaj trzeba uważać. – Wielu instruktorów popełnia znaczący błąd. Mając przed sobą dziecko zwraca się do niego specjalistycznym językiem, np. „ugnij nogi w kolanach”, czego tak naprawdę dziecko nie rozumie i zaczyna się stresować. To ma być zabawa, pokazywanie dziecku jak się ma poruszać, a ono samo z czasem nabierze odpowiedniej koordynacji i pozycji – mówi Wójciak.

Nauka w Polsce, czy poza?

To jeden z większych dylematów, z którym muszą sobie poradzić rodzice. Część jest zdania, że najlepiej uczyć pociechę na najlepszych, europejskich stokach, a część jest za nauką w kraju, ponieważ u nas także nie brak dobrych obiektów. Tymczasem okazuje się, że w początkowym etapie nauki jest to sprawa drugorzędna.

- Pierwsze, narciarskie kroki z dzieckiem możemy spokojnie stawiać w Polsce. Z prostego powodu, dziecko w początkowym etapie nauki niewiele będzie w stanie skorzystać z samej infrastruktury, na pewno nie wyjedziemy z nim od razu na stok. Natomiast rozwijać umiejętności zdecydowanie lepiej jest już w Alpach, gdzie dziecko będzie miało dostęp do większej ilości tras narciarskich, i wyższej klasy wyciągów.

Kiedy dziecko nabędzie już podstawowych umiejętności, możemy je także wysłać na specjalistyczny kurs z biurem podróży. Takie wyjazdy m.in. we Włoskie Alpy organizuje biuro podróży Sport Vita. - Na takich wyjazdach dzieci są w maksymalnie 5-osobowych grupach rówieśniczych, dobrane pod względem wiekowym oraz umiejętności. Jeżdżą z instruktorem, który zadaje im różnego rodzaju zadania narciarskie. Nauka w grupie daje dzieciom większą frajdę, ponadto występuje również element rywalizacji, co przyspiesza postępy. Udowodniono, że jazda z rówieśnikami daje lepsze efekty, niż tylko z samym instruktorem – kończy Wójciak.

Źródło: znaminanarty.pl

Jarmarki bożonarodzeniowe zapraszają



Co nowego ma Nordica?



TAGI: dzieci , dziecko , narty , stok , nauka jazdy , nauka

OCEŃ



PODZIEL SIĘ



więcej >>

Zobacz więcej w serwisach WP



Lepiej zostawić dziecko
w szpitalu niż w "oknie...

Wiadomości



Jak karać niegrzeczne
dziecko?

Pytamy.pl



Dzieci porzucone w
szpitalach

Dzieci.pl



Narty

Tanio.pl

