



παιδί & σκι

Κείμενο: **ΘΑΝΟΣ ΠΑΠΑΝΔΡΕΟΥ * - ΦΩΤΕΙΝΗ ΙΩΑΝΝΙΔΟΥ ***

Επιλογή του σωστού αθλήματος για το παιδί μου

Κάθε σχολική χρονιά ξεκινάει μαζί με την αγωνία των γονιών να ανακαλύψουν τις δραστηριότητες εκείνες που θα ικανοποιήσουν τις κινητικές και πνευματικές ανάγκες των παιδιών τους. Η σωστή επιλογή αποτελεί μια επίπονη διαδικασία καθώς απαιτεί γνώσεις για τα τεχνικά χαρακτηριστικά του κάθε αθλήματος. Πώς όμως κάποιος μπορεί να γνωρίζει όλα τα στοιχεία ενός αθλήματος ώστε στο τέλος να επιλέξει το καταλληλότερο για τον ίδιο και το παιδί του;

Συνήθως η επιλογή γίνεται βάσει επιθυμιών ή ανεκπλήρωτων ονείρων του ίδιου ή συγγενικού περιβάλλοντος. Το κόστος από τέτοιου είδους ενέργεια μπορεί να είναι τόσο οικονομικό όσο και ψυχολογικό. Αυτό φυσικά φθείρει και αποθαρρύνει τους άμεσα εμπλεκόμενους με τη διαδικασία της επιλογής και μπορεί να μετατρέψει την επιθυμία για ενασχόληση σε απέχθεια και αποτροπή από τον αθλητισμό.

Η σωστή ενημέρωση για τα τεχνικά στοιχεία ενός αθλήματος σε συνδυασμό με το χαρακτήρα και την προσωπικότητα ενός παιδιού μπορούν να γίνουν γνώμονες σωστής επιλογής και ενέργειας. Αν επομένως επιθυμείτε ως γονείς να διαλέξετε το πιο ταιριαστό άθλημα για το παιδί σας πρώτα ακούστε, νιώστε και αισθανθείτε τις ανάγκες και επιθυμίες του. Δώστε του χρόνο για σκέψη και μάθετε ποια είναι τα κριτήρια επιλογής του σωστού αθλήματος μέσα από το άρθρο που ακολουθεί.

Γιατί να επιλέξω το Αλπικό σκι για το παιδί μου;

Στις χώρες της Κεντρικής κυρίως και Βόρειας Ευρώπης η εκπαίδευση των παιδιών στο άθλημα της χιονοδρομίας αποτελεί μια από τις βασικές δεξιότητες ζωής όπως αυτή του να περπατάς, να τρέχεις, να ποδηλατείς και να κολυμπάς. Χωρίς να υπάρχει η σχετική πολιτική ανάπτυξης και προώθησης της χιονοδρομικής κουλτούρας στην Ελλάδα το άθλημα της χιονοδρομίας είναι πλέον γνωστό και στο δικό μας χώρο για πολ-

λές δεκαετίες. Η αυξητική τάση ενασχόλησης και συμμετοχής με το άθλημα οφείλεται κυρίως: α) στην καλύτερη τεχνολογία των προπονητών, β) στην ευκολότερη πρόσβαση στο χώρο δράσης γ) στην εξέλιξη των υλικών (σκι, μπότες κι μπατόν) δ) στην ανταγωνιστικότητα των τμημάτων και ε) στην ύπαρξη πολλών και διαφορετικών σχολών που δίνουν τη δυνατότητα πολλαπλής επιλογής και δράσης για τον ενδιαφερόμενο.

Παιδί και Αλπικό Σκι

Το Αλπικό σκι προσφέρει μια αίσθηση ελευθερίας και αναζωογόνησης στο βουνό. Τα παιδιά που από τη φύση τους είναι ελεύθερα και δημιουργικά ικανοποιούνται άμεσα από το πεδίο δράσης του αθλήματος καθώς:

Α) μαθαίνουν να ελέγχουν τις κινητικές τους δεξιότητες όπως: ισορροπία, αντανάκλαστικά και προσανατολισμός και αν τις βελτιώνουν χωρίς να χρειάζεται να δε-

- σμεύουν το πνεύμα ή τη φαντασία τους
- Β) αποκτούν τη δυνατότητα να έλθουν σε άμεση επαφή με τα στοιχεία της φύσης (αέρα, χιόνι, ομίχλη, ήλιο) και να ανακαλύψουν τις ανοχές και αντοχές απέναντί τους
- Γ) ισχυροποιούν το ένστικτο της ομαδικότητας και της συντροφικότητας παρά το γεγονός ότι είναι ατομικό άθλημα
- Δ) δημιουργούν ισχυρούς δεσμούς φιλίας και αφοσίωσης αναπτύσσοντας το αίσθημα της προσφοράς και της ευγενούς άμιλλας
- Ε) καλλιεργούν το δυναμισμό και τιθασεύουν τις ορμές τους μέσα στα όρια που τους ορίζει ο εκπαιδευτής και το ίδιο το βουνό και
- ΣΤ) βελτιώνουν τη φυσική τους κατάσταση ενισχύοντας το αίσθημα της αυτοπεποίθησης και του ενθουσιασμού μέσα από την εκμάθηση και επίτευξη της τεχνικής.



Παρουσίαση του Πεδίου δράσης. Σχολές - Εκπαιδευτές

Κάθε ενδιαφερόμενος πρέπει να γνωρίζει το περιβάλλον στο οποίο πρόκειται να εμπλακεί για να μπορεί να συγκρίνει εύκολα και αποδοτικά για τον ίδιο και το παιδί του. Έτσι ανεβαίνοντας στο βουνό μπορεί να συναντήσει α) Ιδιωτικές σχολές που προσφέρουν ατομικά ή ομαδικά μαθήματα και έχουν την έδρα τους πάνω στα Χιονοδρομικά κέντρα β) ανεξάρτητους δασκάλους σκι που στοχεύουν στη γρήγορη και αυτοτελή εκμάθηση βασικών στοιχείων του αθλήματος και τέλος γ) Ορειβατικούς Συλλόγους που καλλιεργούν το άθλημα μέσα από μια σειρά μαθημάτων, Ακαδημίες, με στόχο την εκμάθηση και την αθλητική εξέλιξη των παιδιών.

Επιλογή κατάλληλης σχολής

Γνωρίζοντας το πεδίο δράσης του ο ενδιαφερόμενος διαμορφώνει κάποια κριτήρια επιλογής για τη σχολή που θα ανταποκρίνεται περισσότερο στις ανάγκες του. Αυτά πρέπει να προσδιορίζονται στα ακόλουθα:

- α) στην ύπαρξη ξεκάθαρης εκπαιδευτικής δομής και δράσης. Εύκολα μπορεί κάτι τέτοιο να γίνει αντιληπτό αρκεί η σχολή να εκθέσει τους στόχους και τη μεθοδολογία που θα μπορέσουν να οδηγήσουν το παιδί στο επόμενο επίπεδο μάθησης. Βασικά τα στάδια εκμάθησης σκι χωρίζονται σε πέντε επίπεδα (LEVEL 5) όταν πρόκειται για μια παιδική ακαδημία.
- β) στον ακριβή προσδιορισμό του απαιτούμενου αριθμού μαθημάτων για την ολοκλήρωση του εκάστοτε επιπέδου. Συνήθως αναφερόμαστε σε ένα κύκλο 8 - 10 ετήσιων μαθημάτων που μπορεί να είναι λιγότερα ή και περισσότερα ανάλογα με τις κινητικές ικανότητες του κάθε παιδιού.
- γ) στην κάλυψη των τυπικών προσόντων από τους Προπονητές όπως το να είναι πτυχιούχοι ΤΕΦΑΑ με ειδικότητα στη χιονοδρομία, να κατέχουν της άδεια ασκήσεως επαγγέλματος από τη Γενική Γραμματεία Αθλητισμού ή από το εξωτερικό (Γαλλική - Αυστριακή σχολή) και τέλος να είναι μέλη της Πανελληνίας Ένωσης Προπονητών (ISIA).
- ε) στην ύπαρξη δυνατότητας για αθλητική εξέλιξη και συμμετοχής σε Πανελλήνιους και Διεθνείς Αγώνες και
- στ) στη σύγκριση τιμών μεταξύ των σχολών που συνυπάρχουν στο ίδιο βουνό και του πακέτου που αυτές προσφέρουν. Οι τιμές διαμορφώνονται συνεχώς και πρέπει να καθορίζονται από τον αριθμό των μαθημάτων, από την κάρτα λιφτ, από τη μεταφορά από και προς το βουνό και τον παρεχόμενο εξοπλισμό.

**Επίλογος**

Σαν προπονητές του Αλπικού σκι θα ήταν παράλειψη να μην αναφερθούμε στα οφέλη που θα μπορούσε να αποδώσει το άθλημα που εκπροσωπούμε, σε ένα παιδί. Αυτό άλλωστε θα έκανε ο κάθε επαγγελματίας για το χώρο δράσης του. Με πλήρη όμως συνείδηση και καθαρό προσανατολισμό επιχειρήσαμε να παραθέσουμε στοιχεία και δεδομένα του χώρου έτσι ώστε ο γονιός να μπορέσει να γνωρίσει εκείνα τα χαρακτηριστικά του αθλήματος που θα τον οδηγήσουν στην τελική επιλογή του ή όχι. Χωρίς λοιπόν να θέλουμε να μειώσουμε την προσφορά των άλλων αθλημάτων στη βελτίωση της φυσικής κατάστασης ενός παιδιού και διαμόρφωση του χαρακτήρα του, θέλουμε να υπογραμμίσουμε τη μοναδικότητα του αθλήματος της χιονοδρομίας όπου πεδίο δράσης του αποτελεί το βουνό και η φύση.

*** ΘΑΝΟΣ ΠΑΠΑΝΔΡΕΟΥ**

Υπεύθυνος Ακαδημίας σκι του ΕΟΣ ΑΧΑΡΝΩΝ

*** ΦΩΤΕΙΝΗ ΙΩΑΝΝΙΔΟΥ**

Προπονήτρια σκι στον ΕΟΣ ΑΧΑΡΝΩΝ



Children ski school
www.skiclubeosa.gr

Ακαδημία σκι για παιδιά, αρχάριου, μεσαίου και προχωρημένου επιπέδου.

Η σχολή παρέχει:

Εξοπλισμό • Εκπαίδευση

Μεταφορά προς και από τον Παρνασσό

Σταθμός • Αθλητική εξέλιξη.

Υπεύθυνος σχολής: Θάνος Παπανδρέου

Τηλ.: 6937.337223

Email: thanoseosa@windtools.gr