

Na sneg!

Zakaj je dobro, da svojega otroka vpišete v šolo smučanja ali deskanja? Ker se bo tako veliko lažje in hitreje, predvsem pa pravilno naučil vseh tehnik, ki so potrebne za brezskrbno uživanje na snegu. O tečajih smučanja in deskanja smo se pogovarjali z Luko Ferdinom iz Športnega društva Impulz sport iz Škofje Loke.

M. G., FOTO: THINKSTOCK

POMEMBNA JE VLOGA STARŠEV

Da bi na smučarskem tečaju otrok lahko odnesel kar največ znanja, je pomembno, da otroka s prvimi zavoji spoznajo starši. »Pozneje pa je pomembno, da zna otrok te zavoje pravilno izvesti. Napake, ki se jih otrok nauči zgodaj, so ključnega pomena, zato je toliko bolj primerno, da učne smučanja ali deskanja na snegu poteka pod budnim očesom učitelja, ki bo otroka spremljal in ga nadzoroval pri zavojih,« pravi Luka Ferdin. Še zlasti je to pomembno pri tistih starših, ki so sicer sami dobri smučarji, a ni nujno, da so tudi dobri pedagogi. To pomeni, da ni nujno, da bodo otroka naučili smučati pravilno, in ni nujno, da bodo otroku dali primerna navodila, ki so pomembna za usvajanje prvih smučarskih tehnik in pozneje za njegov napredek.

UČENJE V SKUPINI IMA VELIKO PREDNOST

»Otroci začetniki imajo na tečajih sicer vedno možnost, da se vpišejo v tako imenovani 'vrtec'. Pri nas je to Impulzov vrtec, kjer otroke učimo spoznavanja s snegom skozi igro. Tako se tudi naučijo prvih smučarskih korakov,« poudarja prednost učenja v skupini Luka Ferdin. Skozi igro se namreč otroci naučijo, kako ravnati na snegu, in se primerjajo z drugimi otroki. Včasih celo malce tekmujejo, kar je popolnoma zdravo. Pri vsem tem pa je zelo pomembno, da se otrok snega ne ustraši, ampak ga vzljubi še bolj. Tako je igra najboljšo sredstvo, s pomočjo katerega bo otrok pridobil smučarsko znanje in se ob tem še zabaval.



membno vlogo, pa je veliko odvisno tudi od njegove želje, zbranosti, pripravljenosti na učenje in njegovih sposobnosti,« je prepričan Ferdin.

RAZDELITEV V SKUPINE, PRIMERNE NJIHOVEMU ZNANJU

»Ker so za otroke priporočljivi vsaj petdnevni tečaji, je zato še toliko bolj pomembno, da se jih na začetku dodeli v primerno skupino, tisto, ki je pisana na kožo njihovemu znanju. Tako se bodo otroci tudi največ na-

OTROK NAJ SE S SNEGOM SPOZNA PREJ

Zelo priporočljivo je, da svojega otroka, preden ga vpišete v šolo smučanja ali deskanja, z užitki na snegu spoznate že prej. Tako se bo zelo dobro počutil na snegu, saj bo čez igro začutil, da je sneg nekaj zabavnega in prijetnega. Prvi koraki na snegu so zelo priporočljivi.

Najprimernejše za to so številne snežne igre, pa sankanje in kepanje ter ustvarjanje sneženega moža. Že takoj ko otrok shodi, je zelo pomembno, da mu te stvari pokažete. »In nekako pri štirih letih je otrok pripravljen na smučarsko šolo,« je prepričan Luka Ferdin, ki z društvom Impulz sport ravno takrat začne tečaje za otroke.

Zato imajo številne veččine še kako pomembno vlogo tudi pozneje pri učenju. Pri prvih korakih na snegu so smučali namreč podaljšano stopalo. Zato je pomembno, da se otrok nauči pravilnega drsenja po ravnini in usvoji blage spuste po terenu.

»Čeprav ima starost otroka zelo pomembno vlogo, pa je veliko odvisno tudi od njegove želje, zbranosti, pripravljenosti na učenje in njegovih sposobnosti,« je prepričan Ferdin.

učili,« pravi Ferdin. Pri tem je bistveno, da pri otroku na začetku preverijo, kakšno je njegovo znanje smučanja oziroma deskanja, saj ga lahko na podlagi tega tudi največ naučijo. »Ko otroka dodelimo določeni skupini, seveda upoštevamo njegovo predznanje in sposobnosti. S tem tudi lažje do-

IGRA, IGRA IN ŠE ENKRAT IGRA

»Učenje skozi igro je za najmlajše resnično ključnega pomena,« pravi Ferdin in ob tem poudarja, da je dobro, da se manjši otroci vsega naučijo na zabaven in poučen način. Samo tako sneg resnično vzljubijo in na njem uživajo. Za to je pri nas dobro poskrbljeno, saj otroke začetnike zabava Impulzsportova maskota Bernardinec Tone. Tak način usvajanja znanj se nam zdi še posebno pomemben.«



ločimo, na katerem terenu bo otrok vadil svoje sposobnosti in katerih veččin se bo naučil v šoli smučanja ali deskanja. Otroke na začetku preizkusimo na blagi naklonini z iztekom, kjer preverimo njihovo znanje. Po preizkusu so tečajniki razdeljeni v skupine, primerne njihovem znanju. Vsako od skupin prevzame strokovno izobražen učitelj oziroma učiteljica, ki ima lahko ob sebi tudi pomočnika,« pove Ferdin.

BOLJŠI NAPREDEK JE V SKUPINI

Običajno otrok na tečaju smučanja usvoji veliko več znanja, kot bi ga, če bi ga učili samo starši. Ker otrok v skupini posnema vrstnike in običajno tuje ljudi bolj uboga kot svoje starše, je napredek tako hitrejši. Meja potrpežljivosti, ki jo otrok pozna pri starših, je navadno bistveno nižja kot tista, ki jo izkusi pri smučarskem učitelju. »Otrok ima na tečaju tudi družbo ostalih vrstnikov, kar pripomore k temu, da se skozi igro poveže in osredotoči na smučanje.«



NAJPOGOSTEJŠE NAPAKE ODRASLIH

Luka Ferdin med pogovorom opozori tudi na nekatere napake odraslih, ki se ponavljajo ob začetku smučarske sezone. Na samem začetku namreč večina ljudi kupi celodnevne smučarske vozovnice, čeprav na to še niso pripravljene in morda ne zmorejo smučati toliko časa naenkrat. »Zato vsakemu smučarju svetujemo, da pred začetkom smučarske sezone poskrbi, da je v dobri kondicijski formi, in okrepi mišice. Tako je poškodb na smučišču bistveno manj.« Predvsem pa ne gre precenjevati lastnih zmognosti. Zato Luka opozarja, da so tečaji primerni tudi za odrasle in da so individualne ure učenja smučanja še kako pomembne. Pa ne samo zaradi pripravljenosti, ampak tudi zaradi tehnike. »Tehnika smučanja se je v zadnjih dvajsetih letih zelo spremenila. Na primer v času od Jureta Koširja do Tine Maze se je tehnika precej spremenila. Smučarjem, ki že znajo smučati, vseeno svetujemo obisk kakšnega tečaja smučanja, kjer njihovo tehniko popravimo in nadgradimo.«



Citypark, Plava laguna in Mercator center, Ljubljana
Europark, Maribor in Citycenter, Celje
Mercator center, Domžale

Spletna trgovina: 1001dar.si



Spiralni rezalnik za zelenjavo Gefu



Koš za organske odpadke



Litoželezna posoda Le Creuset

Pro-92 d.o.o., Ljubljana, T. 01 510 81 30