

Pri treh mesecih angleščina, pri šestih plavanje. Pretiravamo?

stela.mihajlovic@finance.si ● Stela Mihajlovič

Šolsko leto se bliža koncu, otroci so čedalje bolj utrujeni; ne le šolarji, tudi mlajši, saj so številni že v rosni mladosti prezasedeni z dejavnostmi; gre za želje otrok ali le tekmovalnost staršev, ki drago plačujejo, da njihov otrok ne bi česa zamudil?

Naša petletnica je pred kratkim o svoji prijateljici iz vrtca povedala: »Maja bo imela danes res dolg dan.« Kako to misliš, jo vprašamo. »Najprej bo ves dan v vrtcu, potem gre na balet, potem pa še na 'črkarije'. Tam se uči pisati in brati črke.« Pred očmi se nam zavrti prizor nervoznega starša, ki se skozi gost promet prebija z enega konca mesta na drugega, deklič pa iz svojega avtomobilskega stolčka pri staršu preverja, ali je jutri sreda, ko ima v vrtcu angleščino, ali pa bo nemara že petek. Starši zvečer verjetno pomirjeni zaspijo, ker so otroku omogočili še en kamenček v mozaiku uspešne prihodnosti.

Ponudba dodatnih dejavnosti za otroke je pestra, a kaj pomenijo te dejavnosti za otrokov razvoj, koliko ur na teden naj obsegajo, da otrok ne bo preobremenjen, starši pa ne bodo po nepotrebnem v zrak vrgli kupov denarja, ki ga te aktivnosti zahtevajo. Za mnenje smo vprašali psihologinjo in psihoterapevko Polono Fister, vodjo svetovalnice PFS, specialnega pedagoga Marka Juhanta in Matejo Videmšek, predstojnico katedre za predšolsko športno vzgojo na Fakulteti za šport Univerze v Ljubljani.

»Do petega leta se otrok najhitreje uči skozi igro, torej morajo biti tudi dejavnosti temu podrejene,



če želimo doseči učinek,« pravi Polona Fister in dodaja: »Štiriletnik, recimo, bo z veseljem hodil na neko dejavnost zato, ker se bo tam učil in družil, vsebina dejavnosti pa bo velikokrat postranskega pomena in s tem tudi rezultati dejavnosti.«

Kdaj otroka vpisati v katero od dejavnosti, je precej odvisno od otrokove zrelosti. »Pri aktivnostih lahko potrebuje neke sposobnosti, ki so že oblikovane, pri drugih jih oblikuje,« pravi Juhant. Nikakor pa ni smiselno poskušati prehitovati razvoja, saj lahko s tem utrdimo napačne vzorce gibanja, škoda pa se lahko pokaže tudi drugje. Na primer, nekoč priljubljene »hojice« so umaknili iz prodaje, saj so se zaradi njih predvsem pri dečkih dolgoročno pokazale težave z branjem, kar je bila posledica tega, da se niso dovolj plazili, s čimer bi trenirali sodelovanje leve in desne polovice možganov.

Starši mislijo, da bodo delavnice, ki imajo v imenu 'ustvarjalne', otrokovemu razvoju zelo koristile. »Vendar so neredko le nadomestek tistega, kar bi normalno zasedeni starši z otroki počenjali doma. Namesto da delajo z modelirno maso DAS in s slaninim testom, naj naredijo kaj užitnega iz piškotnega testa. Pri aktivnostih je namreč smiselno, da otroci delajo doma pa, da naredijo. Od aktivnosti postanejo odvisni, pogosto le naveličani, od izdelkov doma pa utrujeni, zadovoljni in srečni,« nadaljuje Juhant. Upoštevajmo še pričakovanja ob peki, pridobivanje izkušenj pri ravnanju z nevarnimi stvarmi in ponos, ko se njihov izdelek postavi na mizo.

Koliko dejavnosti zadošča?

Starši pogosto zatrjujejo, da si otroci sami želijo na številne dejavnosti, nekateri pa menijo, da je v sodobnem globalnem in tekmovalnem svetu treba otrokom dati čim več možnosti, čim več znanja in čim bolj zgodaj. Kaj o tem menijo strokovnjaki? Predšolski otroci, ki obiskujejo vrtec, niti ne potrebujejo dodatnih dejavnosti. »Veliko bolj jim koristi čas, ki ga preživijo doma, kjer se spočijejo, igrajo svoje igre, ne da bi jih pri tem kdo usmerjal. Ne smemo pozabiti niti na čas, ki ga preživijo s starši,« pravi Fistrova. Tistim, ki niso v varstvu z drugimi otroki, pa je po dopolnjenem tretjem letu treba vsak teden omogočiti nekaj ur druženja z vrstniki.

Če pa obiskujejo dejavnost, zadošča ena sama, enkrat na teden, je prepričan Juhant. Drugo morajo otroci izkusiti doma. Starši mislimo, da se bodo na primer osemletni otroci na takšnih dejavnostih naučili reda in doslednosti ter da bodo vaditelji in trenerji namesto nas opravili del vzgoje. To do neke meje drži, če jim delo z otroki ne pomeni le opravljanja službe.

V drugi triadi devetletke zadoščata dvakrat dve uri dejavnosti na teden, v tretji triadi pa še dodaten dan. »Zahteve naraščajo, zato je treba spremljati,

**Številne
»ustvarjalne«
delavnice so
navadno le
nadomestek
tistega, kar
bi normalno
zasedeni
starši z otroki
počenjali
doma.**

koliko otroka določene stvari bremenijo, in vnaprej vedeti, ali je pomembnejši trening, nastop ali domača naloga,« opozarja Juhant.

Ko »napade« dolgočasje ...

Pogosto slišimo starše tarnati, da so njihovi otroci zdolgočaseni, in prepričani so, da jih raznovrstne dejavnosti rešujejo pred tem, hkrati pa bodo dodatna znanja otroku koristila pozneje. Vendar pa se tudi tu pogosto motimo. »Nekdo, ki mu bo dopuščeno, da doživi dolgčas, da občuti razkošje prostega časa, s katerim razpolaga povsem sam, se bo tako učil odločanja, ne le sledenja, bolj bo gradil domišljijo in ustvarjalnost, iznajdljivost in samostojnost,« našteva Fistrova. Vse to bo podprlo poznejše dejavnosti, v katerih se bo želel razvijati. Prosti čas in počitek sta zelo pomembna tudi v devetletki.

Za predšolske otroke so najprimernejše dejavnosti, prilagojene razvojni stopnji posameznika, kjer se učijo igrave in skozi sodelovanje, kjer delajo drug z drugim, ne le drug ob drugem, trajni rezultati pa so v obliki izdelka. Starši naj pri tem ne vplivajo na potek dogajanja. »Nekateri starši otroke vpišejo na preveč dejavnosti in jih potem popoldne 'parkirajo' zdaj sem, zdaj tja, saj jih je lažje voziti okrog kot vzgajati,« ne okoliši Juhant.

Opazimo lahko številne od šole, treningov in nenehnega hitenja preutrujene otroke in preutrujene starše; ti se ne zavedajo bremena, ki ga nekritično nalagajo svojemu podmladku. »Tekmovalnost staršev včasih nima meja, plačuje pa otrok, ki ima namesto otroštva urnik. Včasih se zdi, da imajo več od takih tečajev mame, saj sledijo modnim smernicam, skrbijo za otroka, se 'žrtvujejo' in še kaj,« meni Juhant.

Previdno pri športu

Otrok bi se moral s športom ukvarjati vsak dan, vendar ne v obliki treninga, ampak v podporo zdravemu razvoju. V organizirano športno dejavnost lahko otroka vključimo že v prvem letu starosti; denimo plavanje za dojenčke od šestega meseca, različne splošne vadbe za mamice z dojenčki v športni igralnici in podobno. »Pri teh oblikah vadbe je mati ves čas z otrokom, spodbuja razvoj njegovega gibanja, pri čemer se otrok počuti varnega,« pojasnjuje Mateja Videmšek z ljubljanske fakultete za šport.

Najpogostejši začetek vključevanja otrok v organizirano vadbo je pri dveh ali treh letih, ko je otrok že nekoliko samostojen, lažje razume navodila in že lahko izrazi svoje želje in občutke. »Ker pa je še zelo navezan na starše, je pomembno, da se ti v vadbo čim bolj aktivno vključijo, saj se tako počutijo varne in so tudi bolj sproščeni,« svetuje Videmškova.

Od tretjega ali četrtega leta otroka vključimo v samostojno splošno športno vadbo, ki naj temelji na naravnih oblikah gibanja, kot so tek, plezanje, skoki in podobno, kar pomaga pri razvoju otrokovih gibalnih sposobnosti. »Vsekakor pa naj vadba spodbuja veselje in pozitivna čustva, dopolnjujmo pa jo s športnimi dejavnostmi v okviru družine,« poudarja Videmškova.

Vadba naj poteka enkrat do dvakrat na teden, če pa nam čas dopušča in če otroka to veseli, lahko tudi pogosteje. Ko ima otrok zgrajene gibalne temelje, lahko številne športe začne trenirati tudi pozneje.

Premišljeno pri »resnih« treningih

»Otroci so se v specializacijo zaradi akumuliranega znanja in ustrezno diferencirane motorike večinoma sposobni usmeriti med sedmim in desetim letom. Prezgodnja specializacija in spodbujanje tekmovalnosti namreč škodujeta otrokovemu telesnemu, čustvenemu in socialnemu razvoju,« poudarja Videmškova. Šport naj bi vsaj do osmega leta temeljil predvsem na igri in čim bolj raznovrstnih gibalnih izkušnjah. »Če starši mislijo, da imajo prihodnjega državnega reprezentanta, bodo treningi seveda zelo pogosti in naporni, poškodbe pa neizogibne. Kako se že reče, ko otroka pošlješ nekam in veš, da se bo poškodoval in bo dolgoročno imel težave s sklepi, hrbtenico, obrabami? Nekateri temu rečejo ambicija, drugi želja otrok, tretji zloraba,« je precej oster Juhant.

Pred vključitvijo otroka v vadbo je treba temeljito preveriti, kdo in kako jo vodi, saj to lahko pomembno vpliva na otrokov razvoj in tudi na njegov odnos do športa v poznejših letih.

V šoli otroci ne dobijo dovolj gibanja. Po priporočilih Svetovne zdravstvene organizacije bi morali otroci med petim in 17. letom starosti vsaj uro na dan posvečati zmerni do intenzivni aerobni gibalni dejavnosti, vsaj trikrat na teden pa vključevati tudi intenzivnejšo vadbo z vajami za krepitev mišic in kosti. »Poudarjam, da pri dnevni gibalni dejavnosti otrok in mladostnikov ne gre za tekmovalnost, ampak za igro z vrstniki na igriščih, kolesarjenje, izlete s starši in podobno. Tudi šolar še potrebuje čas za spontano igro,« nam na srce polaga Videmškova.

Naj se malček uči tujih jezikov?

Ker danes prevladuje mnenje, da se tujega jezika najlažje naučijo čisto majhni otroci, so se temu prilagodili tudi v številnih jezikovnih šolah. Nina Žerjal iz jezikovne šole, ki pri nas deluje po franšizi Helen Doron in v kateri se lahko otroci začnejo učiti angleščino že pri treh mesecih, pravi: »Pristop izkorišča otrokovo naravno danost, da prek vsakodnevnega predvajanja zvočnih zapisov v

Nekaj primerov cen različnih dejavnosti za otroke:

- **jezikovni tečaj na Otroški akademiji:** 150 evrov za 20 ur (od tretjega do šestega leta); 225 evrov za 30 ur (od sedmega leta),
- **tečaj umetnosti na Otroški akademiji:** 175 evrov za 20 ur (od tretjega do šestega leta); 262 evrov za 30 ur (od sedmega leta),
- **tečaj zgodnjega učenja angleščine v jezikovni šoli Helen Doron:** 54 evrov na mesec (ugodnosti za več otrok ali takojšnje plačilo celotne šolnine),
- **plavanje za dojenčke:** 115 do 120 evrov za 10 ur (popust za drugega otroka, dvojčke ...),
- **joga za mame in dojenčke (od šestih tednov do treh let):** 40 evrov za štiri obiske,
- **praznovanje otroškega rojstnega dne v Linguli po kitajsko (jezikovno-ustvarjalna delavnica):** 130 evrov (do osem otrok); 150 evrov (od devet do 12 otrok),
- **smučarski tečaji za otroke:** od 15 do 40 evrov za štiri ure,
- **tečaj rolanja:** 50 evrov za 10 ur,
- **plesne urice:** od 20 do 30 evrov na mesec (približno 30 ur).

Šport naj bi vsaj do osmega leta temeljil predvsem na igri in čim bolj raznovrstnih gibalnih izkušnjah.



kombinaciji z zabavnimi uricami dosegamo nadpovprečne rezultate.« Učenje drugega jezika naj bi ugodno vplivalo na razvoj otrokove inteligence, umski razvoj in sposobnost izražanja. Vendar pa tudi menijo, da je frontalno (klasično) poučevanje za dveletnike popolnoma nesmiselno.

Pa vendar – dojenčki? Starši z otrokom komunicirajo v maternem jeziku, otroci pa tuji jezik povezujejo z učnim centrom. »Doma jim umetno angleško okolje starši ustvarijo z zvočnimi zapisi, pri poslušanju katerih se otroci tujega jezika naučijo vzporedno, med igro ali vožnjo z avtom,« svetuje Žerjalova.

Učenje v prvih letih temelji samo na govorjeni angleščini, piše se šele, ko otroci jezik že zelo dobro obvladajo. »Ko bo otrok stopil v šolo, bo že imel privzgojeno ljubezen do učenja in ogromno znanja,« je prepričana sogovornica. Vendar pa se vsi ne strinjajo s tem. »Že majhen otrok se je sicer poleg maternega sposoben naučiti dodatnega jezika, kar pogosto vidimo v dvo- ali večjezičnih družinah, vendar učenje v teh poteka drugače kot na tečaju,« pojasnjuje Fistrova.

Nekoliko v dvomih je tudi Juhant.

»Učenje jezika v zgodnjih letih je super, če imaš dobrega učitelja, sicer pa ne. Še vedno se lahko pojavi težava v šoli, saj otrok stvari že obvlada in se dolgočasi, zaradi dolgčasa, pubertete in že usvojenega znanja pa zlahka zapade v neprimerno vedenje v razredu. In kaj pomaga, da otrok obvlada neke vsebine, ko pa ne zmore kulturnega vedenja? Največjo prednost imajo vsekakor otroci, ki imajo delovne in s tem tudi učne navade!«