

سرّ الفروسية

لماذا التدريب الخصوصي هو الأنسب
للأطفال من 4 إلى 9 سنوات؟



المدرّبة: زهراء الشعلة

حاصلة على الشهادة المتقدمة لحماية الأطفال والبالغين في مجال الفروسية

تُعتبر رياضة الفروسية واحدة من الرياضات الممتعة التي تجمع بين القوة البدنية والتركيز العقلي، كما تحمل في طياتها العديد من الفوائد للأطفال، مثل تنمية القدرة على التوازن، وزيادة الثقة بالنفس، وتعزيز الانضباط الشخصي.

ولكن، وعندما يتعلق الأمر بتدريب الأطفال، يجب أن نكون حريصين للغاية على اختيار الطريقة المناسبة التي تضمن لهم التعلم الآمن والفعال. وخصوصًا عندما يتعلق الأمر بالأطفال في الفئة العمرية بين ٤-٩ سنوات، الذين يمرون بمرحلة حساسة في تطورهم الجسدي والعقلي.

إننا، كمدرّبين معتمدين، نولي اهتمامًا كبيرًا لتوفير بيئة تعليمية آمنة، تحفز الأطفال وتساعدهم على التقدم بشكل تدريجي وبطريقة تناسب قدراتهم الخاصة. وفي ضوء هذه المسؤولية الكبيرة، نفضل أن نُقدّم للأطفال تدريبًا خاصًا بدلًا من الحصص الجماعية، وذلك لتحقيق أقصى استفادة ممكنة من هذه الرياضة مع ضمان رفاهية وسلامة الطفل.

في هذا المقال، سنوضح لماذا يُعد التدريب الخصوصي الخيار الأفضل للأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين ٤-٩ سنوات، وكيف يختلف عن الحصص الجماعية.

الفروسية كأداة لتطوير الطفل

قبل التطرق إلى الفرق بين الحصص الخصوصية والجماعية، من المهم أولاً أن نفهم كيف يمكن أن تساهم الفروسية في تطوير الأطفال:

- بناء القوة البدنية والمرونة:

الفروسية تتطلب من الطفل استخدام جميع عضلات جسمه من أجل التنسيق بين حركاته وحركة الحصان، وهو ما يعزز مرونته وقوته البدنية.

- تعليم المسؤولية:

العناية بالحصان وتعلم كيفية التفاعل معه وتوجيهه تعزز في الطفل الشعور بالمسؤولية والقدرة على اتخاذ قرارات مستقلة.

- التركيز والانضباط:

الفروسية تتطلب من الطفل أن يكون في حالة من التركيز التام على الحصان وحركاته، ما يعلمه الانضباط والتركيز.

- تطوير الثقة بالنفس:

مع كل تقدم يتعلمه الطفل، سواء في ركوب الخيل أو التحكم فيه، يتعزز شعوره بالإنجاز والنجاح، مما يرفع من ثقته بنفسه.

لماذا تفضل الحصص الخصوصية

للأطفال بين 4-9 سنوات؟

المرحلة العمرية بين 4-9 سنوات هي مرحلة حساسة جداً في تطور الطفل. لذا، لا بد أن يتلقى التدريب بطريقة تتناسب مع خصائص هذه الفئة العمرية. في هذا السياق، تبرز الحصص الخصوصية كأفضل خيار للأطفال، وتحقق فوائد متعددة تتفوق على الحصص الجماعية.

• الاهتمام الشخصي والمباشر:

الأطفال في سن مبكرة يحتاجون إلى توجيه دقيق ومتابعة مستمرة أثناء التدريب. الحصص الخصوصية تضمن أن يحصل كل طفل على الاهتمام الكامل من المدرب، مما يساهم في تطوير مهاراته بشكل أسرع وأكثر فعالية. المدرب يمكنه ملاحظة التفاصيل الدقيقة في أداء الطفل، مثل أسلوب الركوب أو مستوى الثقة في التعامل مع الحصان، وبالتالي تعديل توجيهاته لتناسب مع احتياجات الطفل الشخصية.

• تخصيص التدريب حسب قدرة الطفل:

في الحصص الخصوصية، يتم تصميم التمارين والأنشطة لتناسب مستوى الطفل البدني والعقلي. من الطبيعي أن يختلف مستوى قدرات الأطفال في هذا العمر، سواء من حيث القوة البدنية أو مستوى الفهم. المدرب في الحصص الخصوصية يستطيع تعديل التمارين بشكل فوري وفقاً للقدرة الفردية، مما يعزز من فاعلية التدريب ويسرع من تطور الطفل.

• التعامل مع المخاوف والقلق:

في هذه المرحلة العمرية، قد يشعر الأطفال بالخوف أو القلق من التعامل مع الخيول بسبب حجمها أو حركتها المفاجئة. في الحصص الخصوصية، يتمكن المدرب من تحديد الأسباب التي تثير قلق الطفل والعمل على مساعدته في التغلب عليها بشكل تدريجي. هذه البيئة الآمنة والمريحة تساهم في بناء علاقة خاصة بين الطفل والحصان، وتمنح الطفل فرصة للتعلم بدون ضغوط.

• تحفيز الثقة بالنفس في بيئة مريحة وآمنة:

أحد أكبر فوائد الحصص الخصوصية هو أنها تمنح الطفل الفرصة للتعلم على وتيرته الخاصة. كل نجاح يحققه الطفل، مهما كان صغيراً، يساعده في تعزيز ثقته بنفسه. في بيئة الخصوصية، يمكن للطفل أن يخطئ ويتعلم من أخطائه بدون إحراج أو ضغوط اجتماعية قد تحدث في الحصص الجماعية.

• التفاعل المباشر مع المدرب:

العلاقة بين المدرب والطفل في الحصص الخصوصية تساهم في بناء علاقة من الثقة والاحترام. المدرب في هذه الحصص يتمكن من التواصل بشكل أفضل مع الطفل، مما يساعده على فهم احتياجاته العاطفية والنفسية والتعامل معها بطريقة مهنية. كما يمكن للمدرب تعديل أسلوبه لتلبية احتياجات الطفل الخاصة، مما يساهم في رفع مستوى التدريب ويجعل تجربة الفروسية أكثر إيجابية.

لماذا نرفض دمج الأطفال في الحصص الجماعية؟

بينما قد تكون الحصص الجماعية خيارًا جيدًا للأطفال الأكبر سنًا، فإنها لا تعتبر الخيار المثالي للأطفال بين 4-9 سنوات.

هنا بعض الأسباب التي تجعل دمجهم في الحصص الجماعية غير مناسب:

- عدم القدرة على تخصيص التدريب: في الحصص الجماعية، يكون المدرب مضطراً لتوجيه اهتمامه إلى مجموعة من الأطفال في وقت واحد. وهذا يعني أن الطفل قد لا يحصل على التدريب المناسب لاحتياجاته الخاصة. في هذه السن المبكرة، يحتاج الطفل إلى تعليم فردي لمساعدته على التقدم بسرعة وتخطي أي صعوبات قد يواجهها.

- الافتقار إلى الاهتمام الشخصي: عندما يكون هناك العديد من الأطفال في نفس الحصة، من المحتمل أن يكون الاهتمام الشخصي محدودًا. قد يشعر بعض الأطفال بالإحباط إذا لم يتمكنوا من متابعة التمارين بالشكل المناسب أو إذا كانوا لا يحصلون على الإرشادات الدقيقة التي يحتاجونها لتطوير مهاراتهم.

• المخاوف من الخيل أو الخوف:

الأطفال في هذا السن يمكن أن يشعروا بالحرَج أو الخوف من التفاعل مع الخيول أمام مجموعة من الأطفال الآخرين. قد يكون هذا الإحساس أقوى إذا كان الطفل يواجه صعوبة في التحكم في الحصان أو في أداء بعض التمارين، مما يؤدي إلى شعوره بالإحباط أو القلق.

• الإندفاع في التدريب:

التحرك في إطار جماعي قد يفرض وتيرة معينة على الجميع، وهذا قد لا يتناسب مع سرعة التعلم لدى بعض الأطفال. في الحصص الجماعية، قد يتعين على الأطفال الذين يتعلمون بسرعة أن يتكيفوا مع وتيرة الآخرين، مما قد يؤثر سلبًا على تجربتهم في التعلم.

في النهاية، الفروسية هي رياضة رائعة يمكن أن تساهم في تعزيز مهارات الطفل البدنية والعقلية والعاطفية. ومع ذلك، فإن الطريقة التي يتم بها تدريب الأطفال في هذا المجال تلعب دورًا كبيرًا في مدى استفادتهم من هذه الرياضة. بالنسبة للأطفال بين 4-9 سنوات، تظل الحصص الخصوصية هي الخيار الأفضل. من خلال التركيز على احتياجات الطفل الفردية، وتوفير بيئة آمنة وداعمة، تساعد الحصص الخصوصية على تحقيق تقدم أسرع، وتعزيز الثقة بالنفس، وتوفير تجربة تعلم أكثر فاعلية. لذلك، يُعد تجنب الحصص الجماعية في هذه السن خطوة حكيمة لضمان تجربة تعليمية مثمرة وناجحة.