

## הילד עובר מחוג לחוג מה הסיבה ?

### הילד לא אשם דרושה הבנה לחשיבות התפתחות הקואורדינציה והבריאות הרגשית ד"ר מרק ורטהיים

השנה התחילה וההורים שלוחים את ילדיהם לחוגים שונים במסגרות שונות עם מדריכים שונים והכשרות שונות .  
ישראל כ"מעצמת על" בחוגים יכולה להתברך במגוון הגדול ביותר שקיים. האם קצת מבולבלת ולא יודעת איזה חוג יש לבחור לילד .  
ההחלטה איזה חוג או חוגים (כיום רובם בשני חוגים ויותר) מתקבלת לאחר לחץ של הילד להיות בענף הפופולארי כדור-רגל או בגלל שילדים אחרים שבגן/בכיתה הולכים, או בגלל אפקט "גם אני רוצה".  
אם נסתמך על מידע מעודכן הרי 80% מהילדים "הולכים לחוגים" לפחות פעם בשבוע .  
החוג הפופולארי ביותר הוא הכדור-רגל ולאחריו כדור-סל, כלומר משחקי הכדור לבנים ואילו אצל הבנות החוגים המובילים הם חוגים מתחום "הריקוד".

מה צריך לתת לילד בגן/בי"ס יסודי בפעילות הפנאי שלו בכול הקשור לתנועה וספורט ?  
שאלה זו יוצאת מתוך הבנה כי תנועה בגילאים הצעירים היא גורם קריטי בהתפתחות של הילד, כיון שברכישת תנועה, משתלבים כישורים שונים הן במוכנות גופנית והן בנכונות המנטאלית שיחד מהווים את הבסיס להתפתחות המורכבת (רגשית, עצבית - שרירית, התנהגותית, תפקוד בחברה, איזון ועוד) .  
כיום יש נטייה לא בריאה ואף לא אתית, לקיים חוגים ענפיים כמה שיותר מוקדם כבר מגיל הגם כמו למשל "כדור-רגל בגן" ועוד.  
זה נובע בעיקר מהסיבה שרוב החוגים בישראל הם חוגים פרטיים , והיסוד הכלכלי ניצב לעיני המפעילים אשר בחלק מהמקרים מעמידים את הכלכליות בראש סולם השיקולים, ואילו השיקולים המקצועיים , התאמת סוג ואופי הפעילות לצרכי הילד נדחקים.  
ד"ר ורטהיים העומד בראש המרכז לפיתוח קואורדינציה טוען כי בגילאים הצעירים צריך לחשוף את הילד בחוג לפעילות שאיננה משויכת לענף ספורט , אלא פעילות מגוונת שתחשוף אותו למגוון גירויים, אמצעים ומשחקים. ע"פ עקרונות האימוון יש להתחיל באימונים כלליים ובהדרגה עם השנים ועליית הגיל לעבור לאימונים בענף ספורט מסוים. התחלת פעיות בגיל צעיר בחוג ממוקד לענף ספורט גם נוגדת את עקרונות ההתפתחות הבריאה והמאוזנת של הילד ובעיקר פוגעת בילדים שיש להם קשיים גופניים ורגשיים שמעכבים/מגבילים את יכולתם לקלוט מיומנויות ספורטיביות .

- כיצד קורה שבשנה הראשונה הילדים מחליפים לעיתים קרובות חוגים ?
- כיצד קורה שהם הולכים לחוג רק בלחץ הורים ?
- כיצד קורה שילד נמצא בקבוצה אך הוא בודד ?
- כיצד קורה שילד הופך לשק חבטות בקבוצה של ילדים ?
- כיצד קורה שילד אגרסיבי כאשר הוא לא מצליח לתפקד ?
- כיצד קורה שילד שהיה ו/או נשלח לריפוי בעיסוק מתקשה בחוגי ספורט מוגדרים ?
- כיצד קורה שאחרי שנה רק 30% נשארים בחוגים שהתחילו ?
- כיצד קורה שילד הורס ולא מבוקר גופנית ?

מסתבר שכל ילד חמישי !!! שנרשם לחוג, איננו בשל להשתתף בו בגלל חסכים וליקויים, בעיקר בתחום הקואורדינטיבי, שאינם מאפשרים לו לקלוט את הנדרש, הוא לאיכול לו לעבד את המידע במהירות ואיננו מסוגל להוציא את המטלה התנועתית בהתאם לנדרש.

ישנם מקרים רבים שההורים פונים לרופא הילדים.

הרופא ממליץ לאם שהילד צריך לעשות ספורט. האם עשתה מה שהרופא ביקש, ורשמה את הילד לחוג. הילד עשה מה שהאם ביקשה אך ראה הוא לא מסוגל להתמיד ולאחר כמה שיעורים רוצה להחליף חוג. גם לאחר החלפת חוג ועוד חוג הוא לא רוצה ללכת יותר לחוגים בכלל. ההורים בד"כ חוזרים לרופא. הרופא בד"כ אומר "לא נורא הוא לא יהיה ספורטאי, העיקר שהוא תלמיד טוב בבית הספר".

הרופא לא מתייחס לכך שחברת הילדים שופטת את הילד לפי יכולתו לשחק במגרש ובהפסקה. לכן חשוב לדאוג לחוגי ספורט אחה"צ, אך חשוב להתאים לילד את החוג שמתאים ליכולותיו, גילו, רמתו. ואם הילד עובר מחוג לחוג צריך לבדוק אם אין לו קשיים קואורדינטיביים.

מחקרים מתחומים שונים בעולם מצביעים על משמעות הקואורדינציה כבסיס להתפתחות הכללית בכלל ובמיוחד על הקשר שבין ההתפתחות הגופנית – קואורדינטיבית לבריאות הרגשית וההתאקלמות החברתית.

לכן צריך לראות שהילד קודם כול לא יפגע בחוגים, ואולי צריך להמתין ולתת לו עוד זמן להבשיל, בכדי שיגיע לחוגים אלה מתוך נקודת מוצא חזקה יותר גופנית ורגשית, ויוכל להתמיד בהם.