**Zajęcia dla dzieci z Aikido**

**Wychowanie dziecka bywa czasami trudne. Ciężko jest samemu zdecydować, co będzie dla niego dobre, jakie zajęcia dodatkowe wybrać by czerpał z nich radość.**

Jeśli dziecko wie, czego chce, to super. Czasami jednak bywa, że sami podejmujemy decyzję by zagospodarować mu czas, niekoniecznie biorąc pod uwagę predyspozycję malucha. Tak jak stajemy przed wyborem książka czy [hot spot gry](http://www.matsunai.pl/). Decydując o sobie wiemy, czego nam potrzeba. Decydując o dziecku, czasami kierujemy się swoimi potrzebami, a nie dzieci.

Posyłanie dziecka na zajęcia z rysunków, basen czy nauka języka bądź nauka gry na instrumencie nie zawsze jest dobrym wyborem. Czasami nie zdajemy sobie sprawy, że nasze dziecko potrzebuje czegoś więcej. Dokonując wyboru nie kierujmy się łatwością wyboru, weźmy pod uwagę zainteresowania dziecka i korzyści dodatkowe, jak np. nauka samoobrony. Zapewnijmy dziecku możliwość rozwoju intelektualnego, psychicznego a także fizycznego. Pomyślmy o ośrodkach, w których dziecko nauczy się sztuk walki, nabierze tężyzny fizycznej, pewności siebie i koncentracji.

Aikido to nieliczna sztuka walki, która wykorzystuje atak i siłę przeciwnika do obrony. Tutaj nie spotkasz technik ataku, jedynie techniki obronne. Z tego względu aikido jest najczęściej wybieraną sztuką walki dla dzieci od 5 lat. Dzięki tym zajęciom dziecko nabiera płynności i rytmiczności ruchów, rozwija swoją osobowość, uczy się kontrolować swoje emocje, chętnie bawi się w grupie i słucha poleceń instruktorów. Bardzo ważne jest, aby dziecko na takich zajęciach czuło się swobodnie, uczyło się szacunku do dorosłych i świetnie się przy tym bawiło.

Jaka jest motywacja rodziców, które zachęcają dziecko do uczęszczania na zajęcia z aikido? Możemy ich podzielić na trzy grupy:

1. Rodzice dbający o ruch dziecka- chcą, aby ich pociechy właściwie się rozwijały, miały zapewniony ruch i właściwą opiekę.

2. Rodzice dzieci, które sprawiają trudności wychowawcze- zaleca się, aby dzieci mające problem z opanowaniem agresji uczęszczały na zajęcia ze sztuk walki. Na takich zajęciach dziecko może wyładować swój gniew i nauczyć się panować nad emocjami. Rodzice chcą „utemperować” charakter swojego dziecka poprzez ćwiczenia fizyczne i konieczność podporządkowania się autorytetowi instruktora.

3. Rodzice dzieci, które wymagają szczególnej opieki, gdyż posiadają problemy zdrowotne bądź terapeutyczne. Aikido, dzięki swojej unikalnej formie daje tym dzieciom możliwość zaspokojenia potrzeb ruchowych, budowania poczucia własnej wartości, akceptacji w grupie, itp.

Z pewnością zajęcia te cechują się wysoką skutecznością. W czasie zajęć, wymagane jest niemal bezwzględne posłuszeństwo. Dzieci zapoznają się z zasadami etykiety i prawidłowego zachowania na zajęciach. Nauczyciel wdraża dzieciom ćwiczenia w formie zabaw, by zachęcić ich do wykonywania poleceń. Już po kilku zajęciach często widać zadowalające efekty. Dzieci dostrzegają w nauczycielu autorytet i postępują według jego reguł. Stają się także spokojniejsze i kontrolują własne emocje. Kiedy będziemy widzieć, że dokonaliśmy właściwej decyzji posyłając dziecko na aikido? Widząc na jego twarzy uśmiech i zmianę usposobienia na łagodniejsze.