

کودکان از چه سنی می توانند شمشیربازی را شروع کنند؟

ترجمه: عباسعلی فاریابی

۱۴۰۴/۲/۲۲

انگیزه کودکان چه جنگ ستارگان باشد و چه دزدان دریایی، شمشیربازی برای آنها یک ورزش هیجان انگیز است. با این حال، به عنوان یک والد، ممکن است ندانید که چه سنی برای آشنا کردن فرزندتان با این ورزش مناسب است؟ این مقاله اطلاعات مورد نیاز برای تصمیم گیری آگاهانه شما را ارائه می دهد.



عواملی که باید در نظر گرفته شوند

وقتی صحبت از شمشیربازی می شود، سن مناسب برای شروع کودکان می تواند بسیار مهم باشد. زیرا این ورزش از ابتدا به **تمرکز، مهارت و تعهد** زیادی نیاز دارد.

اکنون به این چند فاکتور توجه کنید:

- **مهارت سازی:** کودکان پنج ساله ممکن است از شمشیربازی سود زیادی ببرند به این دلیل که آنها نمی تواند به خوبی بر مهارت سازی خود تمرکز کنند.
- **برنامه های باشگاهی:** بسیاری از باشگاه های شمشیربازی کلاس هایی را برای کودکان کوچک تر برگزار می کنند، با استفاده از شمشیرهای پلاستیکی و بازی های ویژه برای یادگیری تکنیک های لازم. این برنامه ها می تواند به کودکان کمک کند تا به ورزش علاقه مند شوند، در آنها اعتماد به نفس ایجاد کنند و دوستان جدیدی پیدا کنند.
- **سن ایده آل:** به طور کلی، توصیه می شود که کودکان قبل از پیوستن به یک باشگاه شمشیربازی حدود هفت سال سن داشته باشند. در این سن، آنها توانایی گوش دادن و دریافت اطلاعات را دارند.
- **تأثیر والدین:** اگر خودتان عضو یک باشگاه شمشیربازی هستید، ممکن است فرزندتان، به دلیل همراهی با شما، بخواهد کمی زودتر تمرین را شروع کند.

انتخاب باشگاه برای کلاس های شمشیربازی

هنگام انتخاب یک باشگاه شمشیربازی برای فرزندان، پیدا کردن کلاسی که برای کودکان کوچک تر مناسب باشد ضروری است. در اینجا به چند نکته برای کمک به انتخاب باشگاه مناسب اشاره می کنیم:

- **تحقیق:** به دنبال باشگاه هایی باشید که برنامه ها یا کلاس های کودکان مبتدی را ارائه می دهند.
- **از چند جلسه دیدن کنید** تا ببینید آیا این کار برای فرزند شما مناسب است یا خیر.
- **ارتباط با مربی:** با مربی صحبت کنید تا نیازها و علایق فرزندان را شرح دهید.

مسابقات

کودکان معمولاً از هفت سالگی می توانند شروع به رقابت بپردازند. قبل از شرکت دادن بچه ها در هر مسابقه، ضروری است که آنها را به درستی آماده و تجهیز کنید. **کسب مهارت های مختلف و کمک به آنها در درک مفهوم رقابت سالم بسیار** مهم است. حتی اگر بچه های کوچک تر نتوانند به دفعات در مسابقات شرکت کنند، اما شرکت آنها حتی در یک مسابقه کوچک باشگاهی یک فرصت عالی برای آنها است.



بلوغ و مهارت های حرکتی

رشد کودکان متفاوت است و بلوغ و مهارت های حرکتی نقش بسزایی در آینده آنها دارد. ممکن است برخی از کودکان تا سن بالای ده سالگی برای شمشیربازی نیز آماده نباشند، در حالی که برخی دیگر ممکن است زودتر آماده شوند. برای تعیین اینکه آیا کودک شما برای شمشیربازی آماده است یا خیر، توصیه می شود او را به باشگاه ببرید و عملکرد او را مشاهده کنید.

در پایان، شمشیربازی یک ورزش عالی برای کودکان است، اما لازم است قبل از ثبت نام در یک باشگاه شمشیربازی، بلوغ، مهارت های حرکتی و علاقه آنها را در نظر بگیرید. با رویکرد صحیح و انتخاب یک باشگاه حمایتی، فرزند شما می تواند مهارت های شمشیربازی و سایر مهارت های ضروری زندگی مانند **نظم، تمرکز و اراده** را توسعه دهد. برای رزرو یک دوره آزمایشی رایگان برای فرزندان، همین امروز به باشگاه شمشیربازی استان تان مراجعه کنید.

Thomas Ferriere