الطفل عمر3–6 سنوات
مقالة

فوائد التسلق للاطفال

مايو 27, 2022

يمتلك طفلك كمية هائلة من الطاقة، ومن الصعب أحيانًا إيجاد طرق مناسبة لتوجيه تلك الطاقة لتكون مفيدة.

يمتلك طفلك كمية هائلة من الطاقة، ومن الصعب أحيانًا إيجاد طرق مناسبة لتوجيه تلك الطاقة لتكون مفيدة. بمجرد أن يصبح طفلك بين 4 و 5 سنوات، تصبح الأنشطة الخارجية أكثر إثارة للاهتمام، خاصة إذا علمتيه التسلق.

فيما يلي بعض الفوائد المرتبطة بالتسلق وكيف يمكن أن تزود طفلك بمهارات مهمة:

- التسلق يعلم مهارات حل المشاكل واتخاذ القرارات الصعبة. العثور على أفضل مسار للتسلق يشبه تجميع اللغز. تتطلب كل خطوة في التسلق عملية اتخاذ القرار، وهي طريقة رائعة لطفلك لتعلم حل المشكلات والتفكير بنفسه واتخاذ قرارات ذكية.

- يمكن أن يساعد التسلق طفلك على التغلب على مخاوفه الشائعة ويعلمه القدرة على التكيّف والتغلب على المواقف الصعبة. إن تشجيع طفلك على ترك منطقة الراحة الخاصة به ومواجهة مخاوفه ستضيف له شجاعة وستساعده في التغلب على التوتر.

- التسلق يعزز خيارات الحياة الصحية. يتطلب التسلق الرشاقة والمرونة والقدرة على التحمل والقوة. يتطلب الأكل الجيد وشرب الماء.

- التسلق هي رياضة مغامرات يمكن تعلمها في بيئة منخفضة المخاطر. قد يبدو التسلق أمرًا بالغ الصعوبة بالنسبة لك، ولكنه يمثل مخاطرة منخفضة جدًا عند القيام به في بيئة خاضعة للرقابة.

- التسلق يعلم الانضباط والتركيز. من المستحيل القيام بمهام متعددة أثناء التسلق، لذا فهي طريقة رائعة لتطوير تركيز

طفلك.

- التسلق درس عظيم في التواضع. ستكون شخصية طفلك أقوى، فالتسلق عبارة عن السقوط والنهوض من جديد، حتى تصل إلى القمة. هذا يعزز الثقة بالنفس ويعلم المثابرة في مواجهة الفشل.

مرجع:

http://blog.rei.com/climb/why-climbing-is-the-perfect-activity-for-your-kids

شارك الآن