

KROUŽKOVÝ MARATON aneb jak na to, aby děti vystačily s dechem

(Rodina DNES, 4.9.2015, Vladimíra Šumberová)

Září. Začátek školního roku. Začátek kroužkobraní. Období finančně náročnější než před Vánocemi, logisticky srovnatelné s naplánováním letu raketoplánu. Vítejte ve světě moderního dítěte.

Dnešní děti už skoro neznají nejobvyklejší mimoškolní aktivitu generace svých rodičů – totiž odhození tašky doma někde do rohu a hurá ven za kamarády. Většina na to nemá čas. Jejich všednodenní odpoledne totiž často vyplňují kroužky. Organizované aktivity, které mají podporovat jejich zájmy, talenty, vědomosti a dovednosti. Sportovní kroužky, hudební nauky, dramaťáky, výtvarné dílny, technické kroužky, přírodovědné, vlastivědné, jazykové, vědecké, zaměřené na finanční gramotnost i osobní rozvoj. Na výběr je jich nepřeberné množství, což je dobře. Jen se to nesmí přepísknout.

ZA VOLNÝ ČAS!

Trend je zřejmý. Dítě se musí rozvíjet po všech stránkách, aby mohlo objevit svůj talent a v konkurenci ostatních uspět. V Americe je to cesta ke stipendiu na lepší škole, v Asii brána k lepší budoucnosti. "Rodiče ale někdy zaměňují lásku za výkon. Když dítěti zaplním všechn čas zajímavými podněty (a ještě mu k tomu nakoupím skvělé věci), bude vědět, že ho mám rád, myslí si často dospělí," říká dětská psycholožka Alena Vávrová. "Zároveň však kroužky slouží mnohdy i právě rodičům než dětem. Mají dobrý pocit, že svým potomkům dávají dost podnětů a dítě je v bezpečí a pod kontrolou, když jsou sami od rána do večera v práci. Přitom školák daleko víc ocení, kdyby mohl strávit nějaký čas s rodiči, s kamarády, venku nebo sám."

Zní to rozumně, logicky. Ale když jsem kdysi začala pyšně se svou dcerou chodit na balet, zděšeně jsem zjistila, že její tříleté vrstevnice mají ještě dvakrát týdně gymnastiku, angličtinu, tenis a golf a v zimě v Alpách českého instruktora lyžování. Zachvátila mě panika. Nebude moje dítě v budoucnu znevýhodněno, když se nenaučí co nejdřív cizí jazyky, hrát na klavír, umění matchballu a programovat? Pravda je někde uprostřed.

"Základem je dívat se na život dítěte jako celek a v tom hledat rovnováhu. Pokud tráví den ve škole a družině – převážně intelektuálním rozvojem, potřebuje oddech, pohyb a svůj volný čas. Pokud netráví většinu času v nějakých institucích nebo je třeba v domácím vzdělávání, může mít více kroužků," vysvětluje psycholožka. "Tendencí dnešní doby je dětem všechn čas naplánovat a vyplnit. Neumějí se pak zabavit samy, neumějí naložit se svým volným časem a hrát si se svými vrstevníky. Když jim pak nikdo čas neorganizuje, nudí se a jsou na počítači, na internetu. Proto je pro ně volný čas tak důležitý, aby se učily si jej řídit samy, vnímaly, co je opravdu baví, tvořily, vyvíjely vlastní aktivitu a iniciativu, a to již od mala," dodává.

K tomuto názoru se přiklání i ekonomka a matka čtyř dětí Markéta Šichtařová: "Není třeba z dětí vychovávat workoholiky už v raném věku. Pokud dítě vysloveně řekne, že chce tenhle kroužek, pak ano, zapíšeme ho tam a nabídneme ho i jeho sourozencům. Ale jinak jsem přesvědčená, že není nad to, aby děti zcela přirozeně – tak jako v minulosti – běhaly venku, jezdily na kole, koupaly se v rybníku, lezly po stromech, "pomáhaly" tatínkovi se včelařením a dělaly všelijaké jiné skopičiny. Nemám na mysli nějaké organizované cvičení, ale přirozené lumpárny v přírodě. Mužům dnes chybí testosteron, ženy mají problémy s plodností kvůli nevyspělému svalstvu, všichni společně trpí krátkozrakostí kvůli nedostatku slunečního světla přirozeně dopadajícího na sítnici. A všechno to má společný jmenovatel: mnoho školy, mnoho kroužků, ale málo pohybu pod širým nebem za každého počasí!"

A CO NA TO DĚTI?

Resumé? Rodiče, kteří v dobré víře plánují dětem odpoledne na minuty, mohou klidně ubrat. Naopak ti, kterým je líto, že na vícero kroužků nemají prostředky, se trápit nemusí. Protože všichni mají jedno společné – chtějí pro své děti to nejlepší. Aby svůj čas trávily kvalitně, nepoflakovaly se, nesesedly jen u počítače nebo nezíraly do svého chytrého telefonu. Ale pro každého je kvalitně prožitý čas něco jiného. A představy dětí se mohou velmi rozcházet s představami dospělých. Dokonce se rozcházejí i názory dětí samotných. Proto jednoznačný návod, kolik kroužků děti potřebují a které to mají být, v podstatě neexistuje.

"Mé dcery jsou jako den a noc. První by nejraději chodila na všechno a žádného svého zájmu se nechce vzdát. To prý ať jí raději neplatíme obědy. Druhá je nejspokojenější s knihou v ruce. Při představě, že by měla vykonávat nějakou organizovanou činnost ve skupině svých vrstevníků, si

klepe na čelo. Svolila, že bude chodit na jógu, aby se teda hýbala, když jsme trvali na tom, že si musí vybrat nějaký sport. Ale jinak argumentuje slovy: Budte rádi, že na mně ušetříte," vyprávěla mi kamarádka.

Nadšeně rozvíjet všestrannost svých dětí je tedy chvályhodné, ale ideálně po konzultaci s nimi. Univerzální návod na výběr kroužků není. "Každý jsme jedinečný, každému vyhovuje něco jiného. To, co je pro mě naprosto v pořádku, může být pro jiného rodiče za hranicemi. Nebo třeba to, co funguje u sousedů, by se u nás doma neujalo, protože bychom se v tom necítili dobře," vysvětluje Monika Riljaková, absolventka kurzů Výchova Nevýchovou.

"V Nevýchově přistupujeme k dětem partnersky, na všem se s nimi dohodneme. Pokud jde o mimoškolní aktivity – zeptala bych se dítěte na jeho názor, jak to vidí a co vlastně chce. Děti často chodí na různé kroužky jen z donucení, a pokud by si mohly samy vybrat, raději by trávily svůj čas někde venku s kamarády. Některé děti zase chtějí chodit na tolik kroužků, že je to finančně neúnosné. V obou případech jde díky otevřené komunikaci dospět i s malým dítětem k řešení, které vyhovuje jemu i rodičům, a všichni jsou nakonec spokojení," radí Riljaková.

TŘI KU DVĚMA DO TÝDNE

A jaký je ten zlatý řez, podle kterého by se mohl rodič řídit, aby dítě zabavil, ale nepřetížil? Ty matky holčiček z baletu, jejichž dcery aspirovaly už ve třech letech na zápis do Guinnessovy knihy rekordů, bych jako měřítko pro klid vlastní duše nedávala.

Provedla jsem průzkum mezi psychology, odborníky na volnočasové aktivity a zasloužilými rodiči, abych zjistila, že se shodují v některých bodech: pro předškoláky jsou nejvhodnější sportovní kroužky, pro klidnější děti třeba výtvarné či dramaticky zaměřené. A maximum je tak tři týdně, ale stačí i jeden.

Opatrní by měli být rodiče u prvňáků nebo při přechodu na gymnázium. V takovém období je lepší s kroužky zvolnit na jeden, maximálně dva týdně. A co se týče výběru, pokud by v tom ještě samo dítě nemělo jasno – s pohybovými aktivitami nikdy neuděláte chybu, s talentem hurá do lidušky a jazyková znalost je výhoda.

U středoškoláků nebo dítěte na druhém stupni základní školy je dobré přihlídnout k rozvrhu odpoledního vyučování. Možný obecný počet aktivit jsou tři do týdne, ale záleží především na temperamentu dítěte. Někdo zvládne dvoufázový trénink třikrát týdně a po večerech ještě cvičí na housle, jiný se hroutí jen ze školy. U dětí, které nemají vyhraněný zájem, mohou pomoci turisticky zaměřené oddíly dětských organizací, jako je Skaut a další, do kterých děti mohou chodit od první třídy do dospělosti a získat tam kamarády na celý život.

A jsme zpátky na začátku – ať chodí děcko kamkoli, ideální je, když si tam najde kamarády pro volný čas. Pro volný čas, který je opravdu volný a ve kterém se může klidně i trochu nudit. Protože když bude mít šanci na chvíli nicneděláním, bude mít i příležitost něco tvůrčího proti nudě samo vymyslet.

Jak to mají doma jinde?

- MARKÉTA ŠICHTAŘOVÁ, EKONOMKA, 4 DĚTI U nás je to jednoduché: prioritu má zvládnutí logistiky. Takže upřednostňujeme činnosti, které může dělat víc sourozenců a různého věku společně. Kupříkladu dramatický kroužek společný pro děti různých věkových skupin bude mít přednost před dvěma různými jinými kroužky. Jednak to utužuje vztah mezi sourozenci, jednak je to organizačně snazší. Nikdy ovšem dětem nenutíme kroužky a další zájmové činnosti – chceme po nich, aby si samy zvolily, co chtějí dělat, aby samy v sobě objevily své talenty a zájmy.

- ZDEŇKA ŽÁDNÍKOVÁ VOLENCOVÁ, HEREČKA, 4 DĚTI Ač v mládí totální nesportovec, vzala jsem si sportovce a mám s ním čtyři děti. Tím pádem se starám o kroužky umělecké a můj muž je prohání na kurtech. Maminka jinými slovy pečuje o blaho duše a tatínek o ty svaly. Na prvním místě je ale škola a výuka cizích jazyků. Naše starší holky si počet kroužků samy regulují. Hrají na dva hudební nástroje, chodí kreslit, Jana na keramiku a tančí. Obě dělají tenis. Mají plno energie a žádného ze svých kroužků se nechtějí vzdát. I když cvičit stupnice je nebaví, což je normální. A já mám hlavně v zimních měsících další zaměstnání – taxikář. Naštěstí děti dorůstají a doprovází se navzájem.

- KATEŘINA NEUMANNOVÁ, OLYMPIJSKÁ VÍTEŽKA, DNES REFERENTKA MINISTERSTVA OBRANY, 1 DÍTĚ My určitě nejsme typická rodina a mimoškolní (sportovní) aktivity má moje dcera každý den. Hraje závodně tenis a ještě chodí i na atletiku, takže volný čas skoro nemá. Dělá to ale ráda, což je nejdůležitější. V obecné rovině zastávám názor, že je potřeba děti ve volném čase zaměstnat. Z vlastní zkušenosti vím, že když nemá dcera co dělat, skončí většinou na nějaké sociální síti. Důležité je najít aktivity, které je baví a rozvíjejí v tom, co by třeba jednou mohly dělat. Pokud koníčky nemají, tak se budou cítit dobře tam, kde najdou dobrou partu kamarádů, což také není

málo.

- SÁRA SAUDKOVÁ, FOTOGRAFKA, 4 DĚTI S ohledem na naši početnou smečku ve věku 6+8+10+12 let jsou kroužky našich dětí kombinací jejich osobního přání, našich časových možností a blízkosti. Nehodlám strávit jejich dětství coby pražský taxikář. Pokud to jde, vybíráme kroužky ve škole a okolí. Ti větší se už na ně dopravují sami. Zásada, na které trvám: každé z dětí má alespoň 2x týdně sport, pochopitelně takový, který mají rády a samy si jej zvolí. Další kroužek je podle jejich přání. A neexistuje pak žádné: "Mně se dneska nechce." Vlastně jsem ráda, když jsou takto zaměstnané, protože pak nehrozí, že se doma přilepí k počítači a jsou v modu "off". Každé má tak jako tak dva dny klidu, kdy nic nemá. Je to příjemná časová rezerva pro všechny. Tak máme aspoň čas i mimo víkend vyrazit na kola nebo jen tak na pochod nebo si zajít, kam se nám chce. Případně se jen tak válet společně doma. Nepotřebuji z nich mít "mistry světa Amerika" a ani se nechci uštvat. Myslím, že to máme zaplaťpánbůh vybalancované.

- LUCIE BENEŠOVÁ, HEREČKA, VYCHOVÁVÁ 4 DĚTI Je normální a dobré nechat děti ze začátku kroužky střídat, aby si zvolily ve finále ten pravý, pro který mají vlohy. Určitě nejsem zastánce toho, děti přesycovat aktivitami a denně je rozvážet. Musí se taky samy umět ve svém volnu zabavit a hlavně si odpočinout od školy, která je poměrně náročná. Takže podle mě vše s mírou a citem, a když se hned nedaří, tak nezoufat, takové pexeso je taky bomba.