

OLIMPIADA WIEDZY I WARTOŚCI W SPORCIE – „SPORTOWIEC JAKO WZÓR OSOBOWY”



Fot. Jakub Broda

Krzysztof Rył – uczeń Liceum Ogólnokształcącego z Oddziałami Dwujęzycznymi im. W. Broniewskiego w Strzelcach Opolskich

WPROWADZENIE:

Sport od zawsze był istotną częścią mojego życia. Od najmłodszych lat zafascynowany śledziłem poczynania klubów i naszej reprezentacji we wszystkich możliwych dyscyplinach. Zamiłowanie do sportu, które zaszczerpiła we mnie rodzina, rozkwitało na przestrzeni lat i uformowało mnie jako młodzieńca, który wkraczając w dorosłe życie zdążył już poznać wiele istotnych wartości oraz nauczył się funkcjonowania w społeczeństwie.

Chciałbym w mojej pracy przedstawić swoją krótką historię, a przede wszystkim to, w jaki sposób sport mnie ukształtował i pozwolił mi się rozwijać.



MOJA PRZYGODA ZE SPORTEM:

Miłość do sportu niewątpliwie rozpałała we mnie rodzina. To ona od najmłodszych lat pokazywała mi jak cenne dla człowieka jest uprawianie sportu.

Pierwszą dyscypliną, której trenowania się podjąłem był badminton. Pod swoje skrzydła wzięła mnie wielokrotna mistrzyni Polski oraz olimpijka – pani Bożena Bąk. Badminton jako sport indywidualny nauczył mnie, jako małego chłopca, zdrowej rywalizacji, wiary we własne możliwości, przekraczania własnych granic oraz brania odpowiedzialności za swoje decyzje.

Niestety, jak wielu młodych ludzi, nie poradziłem sobie z presją i postanowiłem spróbować swoich sił w sportach zespołowych. Pierwszym z nich była koszykówka. Pozwoliła mi ona rozwinąć się fizycznie, jak również pokazała w jaki sposób współpracować z innymi zawodnikami, jak się wspierać i jak wspólnie pokonywać problemy pozornie nie do pokonania.

W wieku 12 lat zacząłem trenować dyscyplinę, w której byłem zakochany od malucha. Siatkówkę, bo o niej mowa, zacząłem uprawiać 6 lat temu. Jako 12-latek byłem nieznośnym dzieciakiem, jednak sport zaczął mnie stopniowo kształtować. Siatkówka przekazała mi podobne wartości jak koszykówka, ale również, jako że już byłem starszy, nauczyła mnie co to znaczy przegrywać, wyciągać wnioski z porażki oraz radzić sobie z presją rówieśniczą, zespołową, trenerską i rodzicielską. Na drodze swojej siatkarskiej kariery spotkałem wielu wybitnych zawodników takich jak Paweł Zagumny czy Mariusz Wlazły. Byli oni i są nadal dla mnie ogromnym autorytetem, inspiracją. Bardzo ważne dla mnie jest to, że nawiązałem wiele trwających do dziś znajomości.

Ciekawą rolę odegrała w moim życiu również lekkoatletyka, a konkretnie rzut oszczepem. Uprawianie jej pozwoliło mi wzmocnić moje ciało oraz umysł, koncentrację, nauczyłem się zwracać uwagę na detale w każdym ruchu i w każdej decyzji. Na nowo odkryłem zdrową rywalizację i wzajemną pomoc. Wielki wkład w ukształtowanie mnie miał mój trener LA – pan Ronald Mehlich. Wielokrotny mistrz Polski i reprezentant kraju nauczył mnie doceniać samego siebie, pokazał mi, jak uwierzyć we własne możliwości.

Dziś moja przygoda ze sportem opiera się na grze w siatkówkę oraz pokonywaniu górskich szlaków. Górskie wędrówki pokazały mi potęgę Stwórcy, a piękno gór wiele razy zakrywało fakt, jak bardzo są niebezpieczne. Wspinając się po górach z najbliższymi mi osobami, nauczyłem się w jaki sposób odkrywać świat, podziwiać jego piękno, a najważniejsze, jak pokonywać wszelkie słabości, lęk i cieszyć się świadomością bezpiecznego powrotu do domu, aby móc wyruszyć na kolejne wyprawy.





WPŁYW SPORTU NA ŻYCIE I ROZWÓJ MŁODEGO CZŁOWIEKA

- Poznanie istotnych wartości
- Spotkanie wielu wspaniałych ludzi i chęć naśladowania wzorców
- Rozwój i formowanie psychiki oraz ciała młodego człowieka
 - Rozwój światopoglądu
- Uczenie się funkcjonowania w społeczeństwie
- Uczenie się i poznanie nowych emocji



WARTOŚCI PRZEKAZYWANE PRZEZ SPORT:

- koncentrowanie się na określonym celu
- mobilizacja do działania
- mocny umysł oraz ciało
- odpowiedzialność za siebie i innych
- pewność siebie
- pokora
- poświęcenie
- przełknięcie gorzkiej porażki
- przyjaźń
- radzenie sobie z presją
- samodyscyplina
- systematyczność
- uczciwość
- umiejętność pokonywania przeszkód
- umiejętność współpracy
- wzajemna pomoc
- zdrowa rywalizacja

SPORT A WZAJEMNE RELACJE

Możliwość poznania Autorytetów:

- Dla młodego sportowca istotny jest kontakt z osobami, które wskażą mu drogę rozwoju, a także którymi będzie się inspirować. Na mnie, jako zawodnika, ogromny wpływ mają choćby pojedyncze wymiany zdań z gwiazdami siatkówki, starszymi kolegami, trenerami. Słowa przez nich wypowiedziane, często stają się moim motto i prowadzą do osiągnięcia celu.

Zawiązywanie przyjaźni:

- Nierozłącznym elementem rozwijania się sportowo, szczególnie będąc młodym człowiekiem, jest niewątpliwie nawiązywanie relacji z rówieśnikami, które poparte wartościami sportu, utrwalają się. W trakcie obozów, turniejów i wyjazdów, poznałem wielu wspaniałych ludzi, którzy przyczynili się do kształtowania mojej osobowości.

WPŁYW SPORTU NA ROZWÓJ CZŁOWIEKA W UJĘCIU PSYCHICZNYM

- Uprawianie sportu przez młodego człowieka wpływa na formowanie jego psychiki. Sport uczy nas, w jaki sposób radzić sobie z wszelkimi trudnościami, jak pokonywać chwile zwątpienia i własne słabości. Istotnym elementem jest również nauczenie się umiejętności analizowania i wyciągania wniosków z porażek. Te wszystkie aspekty wpływają na funkcjonowanie człowieka w dorosłym życiu. Takie osoby, nie będą mieć problemu ze współpracą w zespole, będą bardziej otwarte na innych ludzi, a także będą bardziej zdeterminowane do osiągnięcia postawionego przed sobą celu.



WPŁYW SPORTU NA ROZWÓJ CZŁOWIEKA W UJĘCIU FIZYCZNYM

- Uprawianie sportu przyczynia się do prawidłowego rozwoju młodego człowieka. Poprawne prowadzenie treningów pozwala wzmocnić i ukształtować nasz organizm. Dzięki wysiłkowi fizycznemu nasze mięśnie rozbudowują się, ścięgna uelastyczniają się, a kości wzmacniają się, co w przełożeniu na całe nasze życie, gwarantuje nam mocny fizycznie organizm przez wiele, wiele lat.
- Niestety, jest też druga strona medalu. Ciało młodego człowieka, które nie jest odpowiednio wzmocnione jest bardzo kontuzjogenne. Każdy pojedynczy uraz może spowolnić albo zatrzymać rozwój fizyczny i często spowodować reakcję łańcuchową. Jej efektem może być brak możliwości uprawiania sportu nawet przez całe życie.

WPŁYW SPORTU NA ROZWÓJ ŚWIATOPOGLĄDU CZŁOWIEKA

- Na przestrzeni lat, każdy ze sportowców, spotkał na swojej drodze wielu wspaniałych ludzi, którzy kształtowali jego poglądy. Mnogość odmiennych charakterów, spojrzeń na świat sprawia, że sport jako ogół, jest niemal niekończącą się głębiną kontrastujących ze sobą światopoglądów i ocen. Młody sportowiec, przechodząc przez swoją karierę, poznaje oraz wybiera te z nich, które uważa za najważniejsze i za te, którymi warto jest się kierować.
- Sport nauczył mnie tolerancji wobec innych, wzajemnego wsparcia, dostrzegania w drugim człowieku jego dobrych stron, a także ukształtował na osobę, która uwielbia pomagać innym ludziom.



WPŁYW SPORTU NA ROZWÓJ EMOCJONALNY CZŁOWIEKA

- Wiele osób uważa, że szczególnie młodzi sportowcy wybijają się ponad rówieśników umiejętnością rozpoznawania emocji, które im towarzyszą. Uprawianie sportu wpływa na poznanie i umiejętność radzenia sobie z negatywnymi emocjami, takimi jak złość, frustracja, smutek, żal oraz nienawiść. Z drugiej jednak strony, uczy nas jak pielęgnować i rozwijać emocje przez człowieka pożądane, czyli miłość, radość oraz szczęście.

SPORTowiec JAKO WZÓR OSOBOWY:

- Pomimo, że w świecie sportu reprezentowane są nie tylko idealne wartości, niewątpliwie możemy dzięki niemu przedstawić wzorzec osobowy. Sportowiec jako wzór osobowy cechować się powinien:
 - uczciwością oraz sumiennością pracy
 - pozytywnym myśleniem
 - oddaniem powierzonej mu sprawie
 - konsekwencją w dążeniu do celu
 - wrażliwością wobec innych
 - postrzeganiem innych jako równych sobie
 - umiejętnością pomocy drugiemu człowiekowi
 - umiejętnością przedkładania celów grupy nad własne



PODSUMOWANIE :

- Wszystkie wartości oraz cechy młodego sportowca które omówiłem, są tymi, których nauczyłem się i które poznałem w trakcie swojej krótkiej sportowej kariery. Niech podsumowaniem tej prezentacji będą słowa śp. Arkadiusza Gołasia – zmarłego tragicznie reprezentanta Polski w piłce siatkowej:

„Każdy rodzaj sportu niesie ze sobą bogaty skarbiec wartości. Ćwiczenie uwagi, kształcenie woli, wytrwałości, odpowiedzialności, znoszenie trudu i niewygód, duch wyrzeczenia i solidarności, wierność obowiązkom – to wszystko należy do cnót sportowca”



Źródło: www.sport.interia.pl

MOJE OSIĄGNIĘCIA JAKO MŁODEGO SPORTOWCA:

1. W badmintonie:
 - III miejsce w Mistrzostwach Województwa
 - VII miejsce w Drużynowych Mistrzostwach Polski
2. W rzucie oszczepem:
 - I miejsce w Mistrzostwach Województwa
3. W siatkówce:
 - III miejsce w Mistrzostwach Województwa
 - V miejsce w Ćwierćfinale Mistrzostw Polski Juniorów
 - wielokrotne podium w turniejach siatkówki plażowej
 - nagrody MVP na zawodach ogólnopolskich
4. Inne:
 - IV miejsce w Mistrzostwach Województwa w koszykówce
 - I miejsce w półfinale Mistrzostw Województwa w piłce ręcznej



INFORMACJE :

- Źródła grafik:
 - archiwum prywatne
 - zasoby Jakuba Brody
 - www.sport.interia.pl [dostęp 25.11.2020]
 - www.sportoweopole.pl [dostęp 25.11.2020]

- Osoby, których wizerunek oraz dane są przedstawione w pracy, wyraziły zgodę na ich wykorzystanie.