

„Co mi dává tělesná výchova a sportování kromě tělesné zdatnosti?“

Vypracovala: Anna Ludvíčková
kategorie B
22.1.1999
Lázeňská 64
Brandýs nad Orlicí

Gymnázium Ústí nad Orlicí
T.G. Masaryka 106, Ústí n. Orl.
třída – kvarta
ped. Mgr. Jiřina Doležalová
dolezalovaj@centrum.cz
465568520

Zábava, nebo utrpení?

Již coby malé nemluvně - na to si samozřejmě nepamatuji, znám to pouze z vyprávění a videa - jsem byla poměrně fyzicky zdatná. Kopání nožičkami, zvedání hlavičky, přetáčení v postýlce se mi dařilo, trénování chůze však již hůře. Mnoho pádů, modřin a natlučený zadeček, ovšem přece jenom jsem se pořádně chodit a běhat naučila! Lítala jsem se svými vrstevníky po ulici jako o závod i bez nějaké vítězné odměny. Už tehdy jsem vnímala nejen radost z pohybu, ale hlavně mě těšil pobyt mezi dětmi, tedy v nějakém společenství. Časem mě rodiče a prarodiče seznámili nejdříve s tříkolkou, pak s kolem, s bruslemi i kolečkovými, plaváním, lyžováním, ... I ve škole se snažili o rozvíjení mé fyziky. Se spolužačkami jsme si užívali volejbalu, vybíjené či fotbalu nebo jsme se snažili pokořit různá sportovní náčiní - kruhy, kozu, kladinu, tyč či hrazdu.

A právě visutá železná tyč je pro mě pěkným oříškem. Představte si mě na hodině tělocviku. „Písk,“ ozve se píšťalka našeho tělocvikáře oznamující začátek hodiny. V teplákové soupravě stojím v řadě dívek v pozoru a s napjatými svaly netrpělivě čekám, až z pana učitele vypadne dnešní plán. Hrazda! Věděla jsem to! Dvě čiperné nadšenkyň hbitě přichystaly konstrukci plnou utrpení a já zjistila, že jde do tuhého. Profesor si totiž přinesl i klasifikační blok. „Ludvíčková,“ ozvalo se ze zarostlých úst. Okamžitě jsem ztuhla, nenapadaly mě zrovna žádné výmluvy, jak bych se mohla cvičení vyhnout. Hlemýždím tempem jsem se doplouzila k zrezavělé obludě, otřela si ruce, zastrčila tričko a pak jen reagovala na kantorovy příkazy. Vzpěr, kotrmelec, motýlí přistání. Šlo to až podezřele snadno...výmyk! Tím ovšem veškerá má snaha a naděje na chvalitebnou známku zcela uvadla. Nakonec jsem získala těžce vydřenou trojku. I ta mě potěšila, ale přesvědčila jsem se, že toto mučící nářadí není nic pro mě. Raději ho budu obcházet velkým obloukem.

Nejsem sportovně založený člověk, atletika a tělocvična mě moc neláká. Baví mě ovšem míčové hry. Při nich mám ráda společnost děvčat, v níž se ocitám. Nabíjí mne napjatá atmosféra, jež panuje. Vnímám napětí visící ve vzduchu, když se účastníme nějakého turnaje, energii, s níž pošlu míč na druhou stranu sálu. V tu chvíli mi nejde ani tak o vítězství, i když potěší, ale spíš o pocit společného prožitku a úsilí. Uvědomuji si, že vítězit nelze vždy a za každou cenu, už Sofokles totiž říkal: „Raději prohrát se ctí než vyhrát podvodem.“ Přesvědčuji se, že porážka bolí, nemohu jinak, než ji přijmout.

Existuje ovšem druh sportu, který zcela uchvátil i mě, jízda na koni. Té předchází spousta dřiny. Mé dny vždy začínají převléknutím se do pracovního úboru, nazutím holínek, tepláků ještě se zbytky slámy od minule a teplé bundy. Pak se svou společnicí odcházíme do skladu, kde bereme lopaty, hrábě a kolečko. Následuje nemilý sběr koňských koblih. „Ani, uděláš ještě tento výběh?“ prosí má kamarádka, jež se vyhýbá každé „špinavé“ práci. Následně vykydat boxy, navozit slámu a seno, napustit koníkům vodu. To je ale pěkná fuška Konečně! Jdu si navléci rajtky, ochrannou vestu a přilbu. Přivedu koně. Nejdříve vyhrěbelcuji srst,

vyčistím kopyta, nesmím zapomenout ani na hřívu a ohon. Ještě dotáhnout sedlo, nauzdit a hotovo.

Po této nekonečné činnosti se mi však dostává nádherné odměny - jízda. Když sedím na koňském hřbetě, nepřipouštím si žádné problémy a potíže, které mě čekají zase tam dole, na zemi. Užívám si prázdnou hlavu a myšlenky, jež propojují mě a koně. Miluji pohledy, které se mi naskytnou, když cválám at' po rozkvetlé louce, či zamrzlém poli. Vychutnávám si pocity slasti, jež mě zahalují, když mi do plic proudí vůně zpoceného koně, či mě na rukách hladí jeho heboučká hříva. Zbožňuji, když mi v uších cinká zvuk dopadajících kopyt. Vždyť pohled z koňského hřbetu je nejkrásnější, co znám...

Jak je vidět, i člověk nesportovního založení si může najít aktivitu, která ho naplňuje a uspokojuje, a nemusí být zrovna vrcholovým sportovcem. Myslím si, že jakákoliv forma sportovního vyžití je pro člověka velmi důležitá. Zlepšuje jeho fyzickou kondici, dostane se mezi jiné lidi, získá přátele a dělá něco pro sebe. Uvědomuji si, že právě kvůli tomuto má pro mne tělesná aktivita velký význam.