

Jak zaszczepić u dziecka pasję?

W czasach gdy prawie każde dziecko w wieku wczesnoszkolnym ma wadę postawy i gdy głównym sposobem spędzania czasu wolnego stają się rozrywki niewymagające ruchu, nie jest łatwo o zaszczepienie sportowej pasji u młodego człowieka. Z drugiej strony, przykład złotego olimpijczyka, panczenisty Zbigniewa Bródki, pokazuje że nawet bez warunków do pracy odpowiednie nastawienie i właśnie pasja potrafią czynić cuda w sportowym świecie. Rodzinny i wychowawczy background sportowców jest zróżnicowany. Część badań wskazuje, że ci najwybitniejsi pochodzą z rodzin o sportowych tradycjach. Znajdziemy jednak równie łatwo autorów, którzy opisują przykłady utalentowanych dzieci z rodzin obarczonych patologią, nadwagą czy marazmem społecznym. Trudno tutaj o jakąkolwiek regułę. Bez względu na to czy rodzice są jednak wysportowani, czy też nie, zapewne mają olbrzymi wpływ na kształtowanie u dziecka postaw pro- lub antyzdrowotnych (a więc i sportowych). Wyobraźmy sobie dwóch bliźniaków jednojajowych rozdzielonych po narodzinach i rozwijających się w dwóch zupełnie różnych rodzinach. Jeden z nich ma rodziców Szczyplących, uprawiających przynajmniej amatorsko jakiś sport, a głównym sposobem spędzania wolnego czasu w weekendy są w tej rodzinie wycieczki rowerowe w lecie lub narty zimą. Drugi bliźniak jest natomiast w rodzinie, gdzie jedynym kontaktem ze sportem jest to, że ojciec ogląda w soboty mecze piłki nożnej z piwem w rękę, głęboko zapadnięty w fotelu, a matka ma dużą nadwagę i wręcz wstręt do ruchu. Jest spora szansa, że ten pierwszy otrzyma automatycznie postawę prozdrowotną „w spadku” wychowawczym, a drugi bliźniak z kolei może wejść w dorosłe życie z uwewnętrzną niechęcią do wysiłku. Nie jest to jednak stuprocentowa pewność, bo może się zdarzyć, że to drugie dziecko stanie się sportowcem właśnie na przekór, buntując się przeciwko nastawieniom rodziców. Jakkolwiek różne postawy rodziców kształtują przyszłą rzeczywistość dziecka, to każdy rodzic ma wpływ na to, czy zachęca dziecko do udziału w zajęciach WF-u, czy też wypisuje bez mrugnięcia okiem zwolnienia... W wielu szkołach utrwaliło się przekonanie, że lekcje wychowania fizycznego są mniej ważne, a wuefista to nauczyciel drugiej kategorii. Może więc wyglądać na to, że nie jest sprawą wychowawczymi to, czy dziecko chce/może chodzić na WF, czy też nie. Najczęściej ta kwestia nie jest zauważalna. Zastanówmy się jednak, czy jest jakiś ważniejszy przedmiot niż WF w szkole. Oczywiście szybko zgłoszą się poloniści, dbający o język używany przez społeczeństwo, matematycy, którzy stwierdzą, że całe życie jest zawarte w liczbach, czy angiści, którzy przypomną, że jesteśmy przecież w Unii Europejskiej. Myślę sobie jednak, że dziecko, które pięknie mówi, doskonale liczy posługuje się angielskim będzie miało olbrzymie kompleksy w społeczeństwie nieakceptującym otyłości oraz w środowisku ludzi zdrowych i aktywnych... Czy nie zapominamy czasem o tym, że WF to podstawa kształtowania zdrowia dzieci? Czyż nie jest tak, że zdrowie powinno być traktowane priorytetowo, a przynajmniej równolegle do rozwoju intelektu? Uznanie tych stwierdzeń jest pierwszym krokiem do budowania pasji ruchu w osobowości i nastawieniach dziecka. Pasji nie da się „wtłoczyć” na siłę. Są oczywiście przypadki sportowców, którzy w swoich biografjach mówią o ambicjach rodziców i treningach z autorytarnymi ojcami bez względu na ochotę i pogodę na zewnątrz (np. tenisistki – siostry Williams). Znakomita jednak większość sportowców wybitnych (nawet jeśli pojawiała się duża ambicja i nacisk rodziców) sama pokochała dany sport już w dzieciństwie i dlatego wytrzymała kilkanaście lat w wyrzeczeniach i kieracie treningowym, aż odebrała złoty medal na sportowej imprezie. Myślę więc, że warto dać dziecku przestrzeń, rozmawiać na ten temat, wskazywać, ale nie naciskać. Obowiązkowo kupić piłkę, może jeszcze raketkę do ping-ponga, może

płetwy, może narty i... obserwować. Ważnym elementem są tutaj media i dostęp do przykładów, relacji sportowych, know-how. Dziecko, które może oglądać razem z tatą mecze koszykówki, zapewne będzie bardziej podekscytowane tym sportem niż takie, które nie ma dostępu do szerszej perspektywy jakiejś dyscypliny. Kiedy dziecko samo wykaże większą inicjatywę w kierunku którejś z dyscyplin, zadaniem dorosłego jest je wspierać i uczestniczyć w tej przygodzie. Może to polegać na kupieniu książek i wydawnictw na ten temat, na zakupieniu karnetu na występy sportowe w danej dyscyplinie czy też na uczestnictwie w doskonaleniu się dzieci. Warto też rozejrzeć się za klubem sportowym w swoim mieście i, po ustaleniu i przedyskutowaniu tego z dzieckiem, zapisać je wstępnie na kilka treningów sprecyzowanej sekcji sportowej. Niestety, w wielu sportach (choć nie mówi się o tym głośno) obowiązuje wstępna selekcja demograficzna. Dość łatwo zapisać wysokie dziecko, które najczęściej nie trafia ręką w piłkę, na sekcje siatkówki (jest wysokie, więc „rokuje”), ale już znacznie trudniej zapisać dziecko, które gra doskonale, ale jest znacznie poniżej średniej wzrostu. Podobnie w lekkoatletyce (gdzie szuka się atletycznych predyspozycji w budowanie ciała), pływaniu (gdzie szuka się dzieci o długich kończynach), sportach walki (gdzie szuka się dzieci z fenotypem mocnej budowy) itd. Niemniej zawsze warto spróbować. Nigdy nie wiemy, z którego z naszych wychowanków wyrośnie kolejny Kamil Stoch lub Robert Lewandowski...