

TROŠKA SPORTU ČI KUS DORTU?

Paní učitelka chtěla zjistit, jak děti sportují, proto zadala toto téma do slohové práce. Měla za sebou těžký den a před sebou ještě poslední dva listy. První byl od Anetky, která sportování miluje. A tak se paní učitelka ponořila do čtení ...

„SPORT A JÁ“

Sportování mám moc ráda a nechci s ním nikdy přestat. U nás v rodině se sportuje odjakživa. Oba moji sourozenci se věnují atletice, starší sestra Sárka navíc žije i gymnastikou. Všichni doma jsme spojeni Sokolem. Maminka mě sem nosila už jako miminko. Ležela jsem na zemi v autosedačce a koukala na sestřičku i brášku, jak cvičí. Postupně jsem toto prostředí poznávala, a tak se stalo, že jsem se jednoho dne zapojila a začala cvičit s nimi. V Sokole jsem členem oddílu atletiky a všestrannosti. Co to znamená? Při atletice běháme, skáče do písku i do výšky, házíme míčkem nebo vrháme koulí. To všechno děláme venku na stadionu. V tělocvičně pak většinou posilujeme, skáče přes švihadlo a zkusíme různé průpravné cviky a techniky. Mě osobně nejvíce baví vrh koulí. Asi jste u dívky překvapení, vidíte? V oddíle všestrannosti cvičíme na náradí, třeba na žebřinách, kruzích či hrazdě, šplháme na tyči i na laně. Vezmeme do ruky i míč, se kterým driblujeme a házíme, nebojíme se ani medicimbalu. A jak ještě protahujeme tělo? Děláme sed lehy, kliky, kotouly a překonáváme různé překážkové dráhy. Seznamujeme se tu ale i s obtížnějšími gymnastickými cviky a základy atletiky. Prostě nezahálíme. Když není počasí na sport venku, trénujeme v sokolovně. Je velká a opravdu dobře zařízená. Sokol ale není moje jediná pohybová aktivita. Chodím také do ZUŠky na tanec a mažoretky. Při tancování měníme velké množství kostýmů a doprovází nás hudba. U mažoretek máme navíc v ruce hůlku a na hlavě lodičku. A když se objeví ještě nějaká volná chvíle, zase ji vyplním sportem. Ráda bruslím, plavu, jezdím na kole a občas lyžuji.

Sportuji proto, že mě to baví a mám tam spoustu kamarádů, zkrátka jsme dobrá parta. Ale Sokol není jen sport! Dospělí pro nás připravují i jiné akce, třeba spaní v sokolovně, hravé Šibřinky, vánoční karneval, diskotéku, výlety a tábor. Velkým zážitkem pro všechny členy je samozřejmě Všesokolský slet v Praze, ani tady jsem nechyběla.

Myslím si, že sport je hodně důležitý pro pohyb a vybití energie. Ale zase se to s ním nesmí přehánět. Pak mohou být zbytečné úrazy a svému zdraví spíše škodíme.

Paní učitelka práci dočetla, položila ji a zamyslela se: „Je to pěkné, když děti sportují a dělají zároveň to, co mají rády.“ Vzala do ruky poslední sloh. Napsala ho Mája, která je moc chytrá, ale ve sportu úplný opak Anetky. „Tak to bude zajímavé čtení,“ řekla si paní učitelka pro sebe a pohodlně se opřela...

„NEJSEM SPORTOVEC, ALE HÝBU SE“

Mnoho lidí z mého okolí říká, že je sport zábavný a že bych také měla sportovat. Mě ale sport nebaví a většinou mi ani nejde. Každý nemá vlohy pro všechny ty běhy na čas a hody na cíl. A tak si raději přečtu zajímavou knížku nebo časopis. Také hraji na flétnu a nakreslím si pěkný obrázek. Když už mě na nějaký ten sport rodiče „vytáhnou“, tak s nimi vyrazím kvůli něčemu dobrému a lákavému. Třeba výlet na kole podniknu jen proto, že je cílem výtečná zmrzlina. Do lyžování se v mrazivém dnu pouštím jen tehdy, když si na kopci mohu dát svou oblíbenou horkou čokoládu. Už teď se mi sbíhají sliny, a to ani nemusím mít na nohách lyže. Když se tak zamyslím, nedá se říci, že bych nesportovala vůbec. Například cesta od nás z domova do městské knihovny je pravý turistický výšlap. Hledám-li v regálech tu správnou knížku, jsem takovým orientačním běžcem, až na to, že v knihovně se běhat nesmí. Pokud knížku najdu, vytáhnu a opět zařadím, to byste se divili, kolik udělám dřepů. Při hraní na flétnu posiluji plíce a obličejové svaly. Bydlení v paneláku přináší i další druh pohybu. Nefunguje výtah? Asi byste koukali, jaká je to fuška, než se vyškrábu do toho správného patra. Nejsem moc velký sportovec, ale doma se mnou občas jako se sportovcem mluví. Maminka na mě třeba volá: „Hod' sebou a nezdržuj! Skoč do obchodu pro mouku! Doběhni mi pro propisku, která píše! Uč se, abys neplavala ve škole! Přihlas se a šplhni si u paní učitelky!“

Takže můj názor na sport? Nemělo by se to s ním přehánět, vždyť se dá rozumně prosadit i do běžného života. Vemte si příklad ze mě.

Když dočetla paní učitelka i práci Máji, hodně se zamyslela: „Kde je vůbec pravda o sportování? Asi někde uprostřed. Většinou děti leží u tabletu, hrají hry na mobilu a sedí u počítače. A jen málokdo sportuje nebo se hýbe. Obě holky si svůj sport nebo zdravý pohyb vlastně našly. A podle nich by se měli řídit i ostatní. A možná i já. Nepojedu zítra do školy autem, ale na kole. Začnu jíst zdravě a místo buchtiček se šodó si dám těstoviny s tuňákem. Při tělocviku nebudu jen sedět s pišťalkou na lavičce, ale oběhnu si kolečko s dětmi. “

Domů nešla ten den paní učitelka svojí oblíbenou zkratkou, ale vzala to delší cestou podél řeky.

TÉMA: Sportem na OLYMP, 1. Kategorie

kolektivní práce: Aneta Erbenová a Marie Bukovská

třída: 4.B