

SPORTOVNÍ PŘÍPRAVA K ÚSPĚŠNÉ CESTĚ ŽIVOTEM

V minulosti probíhala výchova dětí na základě pozorování rodinných vzorů a přisvojování jasně definovaných pravidel. Dnes je situace jiná a výchova dětí se stává samostatnou vědeckou disciplínou s multidisciplinárním přístupem. Faktem je, že žijeme v době blahobytu a jen málokterý rodič si dokáže uvědomit důležité faktory budoucího směřování a rozvoje dítěte, jako jsou banální vjemy a prožitky, které dítě zažije ve věku do 10 let (kritickým obdobím jsou první 3 roky života). Viditelné vzory chování v okolí, přístup rodičů k různým situacím nebo např. schopnost poprat se, zřetelně formují budoucí chování a úspěch v životě.

Základní podstata sportovní přípravy a konfrontace formou soutěžního prostředí úspěšně simuluje širokou škálu životních situací. Sport nabízí komplexní rozvoj v oblasti technické, fyzické, taktické a mentální dovednosti. Pomáhá rozvoji sociálních vazeb, a hlavně poskytuje reálnou zpětnou vazbu ve formě sportovního výsledku. Obdobně jako ve škole, v práci, rodině apod. se nejprve musíme naučit porozumět dané problematice, osvojit si řešení, strategicky zvolit přístup a správně se soustředit na výkon. Výsledek je pak dán úměrou úsilí ve všech těchto oblastech. A pokud k tomu ještě přidáme fair-play, získáváme tzv. návyk radosti z činnosti, který oproti opojení z výsledku přetrvává dlouhodobě, a hlavně každého jedince motivuje k dalšímu překonání překážky (důležitá psychologická stránka rozvoje).

Rodiče ve sportovní přípravě hrají stejně důležitou roli jako je tomu např. v přípravě do školy. V dnešní době jsou sportovní aktivity vhodným řešením problému blahobytu, kdy převládá pohodlnost dopravy autem, celodenní sezení ve škole, u počítače, televize apod. Na významu tak roste taktická i mentální příprava, která vyžaduje dlouhodobý zájem dětí a hlavně rodičů o danou sportovní disciplínu. Malá podpora a častá změna sportu, popř. zájmového kroužku v krátkém období

nedovolí usazení návyků a rozvoj volných vlastností jako jsou vytrvalost, zodpovědnost, cílevědomost atd.

Sportovní klub karate KODOKAI BRNO z. s., který se prioritně věnuje sportovní přípravě dětí v Bílovicích nad Svitavou a blízkém okolí, pracuje se všemi prvky rozvoje a navazuje na propracovanou japonskou filozofii (KO – původní; DO – cesta; KAI – škola) v přípravě dětí na život. Drží se zásad cesty přirozené a otevřené výuky, která následuje základní principy a zároveň respektuje současný stav vývoje a poznání. Věnuje se rozvoji dospělých, mládežnických, ale především dětských sportovců, u kterých ještě dochází k dotváření osobnostních charakteristik.

Jedním z prvků rozvoje sportovců jsou soutěže, jež jsou u začínajících dětí často

celé České republiky. V loňském roce na Mistrovství ČR začátečníků v karate uspěli z Bílovic závodníci Karolína Konopčíková (7 let) a Matyáš Lužný (8 let) se ziskem prvního a třetího místa.

I přes situaci kolem pandemie má náš klub v roce 2021 nejlepší sportovní úspěchy v historii. Sportovní mládež z Bílovic, Kanic, Řícmanic a Babic se účastnila v druhé polovině roku 15 turnajů, a to od regionálních, celostátních až po Mistrovství České republiky. Celkově KODOKAI dosáhl neuvěřitelných 151 medailí, z toho 40 zlatých. Vynikající výsledky si připsali také Matyáš Konopčík, Natálie Kellerová, Vojtěch Lužný, Tomáš Slabý a další. Náš klub se tak zařadil mezi 3 nejlepší sportovní kluby olympijského karate v Jihomoravském kraji.

Z pohledu profesionálního sportovce, který dosahuje sportovního vrcholu kolem 30 let života, jsou tyto úspěchy drobnými krůčky. Ovšem z pohledu rozvoje osobnosti konkrétního jedince útlého věku se jedná o velké mezníky. Dítě se na své cestě učí překonávat překážky, bojuje s neúspě-



Zleva Vojtěch Lužný, Matyáš Lužný, Karolína Konopčíková, 1. kolo krajského poháru talentů JSK ČSKe – Tišnov, foto Vít Štencel

nedostatečně podporovány. Přitom právě konfrontace v rámci sportovních pravidel a v duchu fair-play přináší nejbezpečnější formu rozvoje dětské osobnosti. Pro nejmenší a začínající sportovce musí být soutěže vhodně přizpůsobeny. Historicky první soutěž dětského poháru talentů karate se uskutečnila v roce 2015 v tělocvičně ZŠ Bílovice nad Svitavou. Od té doby se tento systém přípravy a soutěží rozšířil po

chem, vytváří si sociální vazby, osvojuje si návyky, které pak vedou k pravidelné činnosti. Ale především si vytváří touhu po radosti z činnosti. Pokud nás něco baví, děláme to rádi a je jedno, kolik času tomu věnujeme. A to je cestou "DO" k úspěchu, která se přenáší do všech životních situací.

ING. VÍT ŠTENCEL,
SPORTOVNÍ KLUB KARATE
KODOKAI BRNO Z. S.