

ID : 2248

Catégorie : FLM

Nombre de mots : 821

L'impact du sport chez les jeunes

Au cours de mes années au secondaire, et pendant la grande majorité de mon enfance, les sports ont toujours joué un rôle très important et mémorable dans ma vie. Le début de ma vie en sport fut le choix de la gymnastique au niveau provincial et par la suite, à l'âge de onze ans, j'étais membre d'une équipe compétitive de Cheerleading. C'est dans ce dernier que ma perception de la vie qui m'entoure s'est épanoui lors de six années qui ont suivies.

À travers du sport, je me ressentais valorisé. La persistance, la planification de buts personnels et la force mentale d'atteindre mes buts sont que quelques exemples de ce que l'entraînement physique m'a appris. Ce sont des leçons qui me serviront tout au long de ma vie.

La confiance en moi-même et mon estime de soi se sont approfondis lors de mon entraînement. Lors des compétitions, l'équipe utilisait plusieurs stratégies afin de se préparer mentalement. C'est un outil que j'utilise à chaque fois qu'un défi se présente dans ma vie scolaire.

Le dévouement de chaque personne de l'équipe jouait un rôle fondamental envers la réussite de l'équipe. De faire confiance aux autres membres nous a unis parce qu'on avait tous des dons indispensables envers le but en commun.

Le sport de Cheerleading m'a aussi donné le goût de motiver et de créer une énergie autour de moi, une qualité qui m'a suivi dans ma vie quotidienne. C'est une stratégie qui me rend service lorsque les jours semblent remplis de défis.

Selon moi, tout adolescents devraient avoir l'occasion de faire partie de quelque chose où ils peuvent se sentir confortable de s'exprimer sans jugements. Soit une équipe parascolaire ou un genre de club, avec des moyens illimités de ressources, j'améliorerais la vie des étudiants en les fournissant avec au moins un club parascolaire accessible auquel ils s'intéressent.

Être athlète sur une équipe m'a donné un sens d'appartenance et d'importance. J'ai surtout appris que faire confiance aux autres et de travailler en équipe sont des aspects essentiels pour le succès. Dans le sport de Cheerleading, le travail d'équipe ainsi que le but de créer une énergie positive sont des aspects essentiels dans la vie ainsi que dans le sport. Le but de motiver afin d'encourager les autres qui nous entourent en temps de réussites ainsi que d'échecs est fondamental à l'estime de soi mais aussi le bien-être de l'équipe.

Tant que les clubs parascolaires créent des solutions possibles de gérer le stress, ils font de très bons passe-temps auxquels les gens peuvent se détendre et socialiser toute en formant d'amitiés entre pairs.

Souvent, on peut créer un lien entre l'entraînement et les valeurs humanitaires. Comme athlète, nous apprenons à développer nos compétences, l'importance de la confiance aux membres qui font partie de l'équipe car l'objectif ne peut pas être atteint sans l'ensemble. Nous développons le trait du dévouement car chaque individu a une responsabilité envers les autres membres. Être membre d'une équipe développe le goût de diriger chez les leaders et le sens d'appartenance chez les autres membres

et associés qui veulent rendre service. Ces traits peuvent créer le goût de service humanitaire soit dans la communauté ou même à l'extérieur sur un plus gros plan.

Ayant des ressources et des fonds financiers, j'aimerais présenter les avantages et l'importance de participer à un groupe positif qui rend service à la communauté. Je crois que des modèles soit athlètes ou représentants d'une carrière ayant vécu l'entraînement d'un sport pourrait devenir le leader dans chaque équipe pour convaincre les jeunes étudiants de son impact dans la vie. De plus, ce modèle pourrait présenter des activités qui illustrent les liens qui existent en les compétences du sport et le vécu actuel.

Je suis convaincu de ceci car lorsque j'ai quitté le sport de Cheerleading pour me trouver un emploi, j'ai vite appris l'importance de ces compétences acquises tout au long de mon entraînement. Dans mes responsabilités du travail, je me suis rendu consciente que chaque membre a des responsabilités afin d'atteindre l'objectif et que le travail en équipe est essentiel afin d'y réussir. Le fait d'encourager les autres est un autre trait de Cheerleading qui me rend service de motiver les autres et de créer une énergie positive and mon environnement. Si tous les étudiants avaient l'opportunité de faire partie d'une équipe ou d'un club soit à l'école ou dans la communauté sans s'inquiéter de l'aspect financier, je crois qu'ils développeraient un sens d'appartenance qui aiderait l'estime de soi mais aussi créerait un besoin de rendre service aux autres qui les entourent. Aussi, je crois que créer le lien entre le sport et le bien-être humanitaire est nécessaire pour les jeunes. Je garde mes expériences de mon sport en moi et je suis confiante que les compétences acquises me serviront d'une façon fondamentale tout au long de ma vie.