

## Obrigado Desporto

O desporto é vida. Hoje, esta reflexão sobre a importância da prática desportiva num ambiente limpo, regular e honesto é importante que se torne num hábito de todos os desportistas. Só assim as competições se desenvolvem de forma cada vez mais justa, ou seja, sem violência e sem desrespeito.

Com a minha experiência pessoal (que me ajudou na prática desportiva a crescer e a relacionar-me com o mundo que tem tendência a marginalizar pessoas), tenho que dizer que o desporto serve para unir pessoas na sua diversidade, carácter, religião, proveniência cultural, física e também social. É fundamental perceber que o desporto não só nos salva na vida quando é praticado com regularidade, como também nos ajuda com a moralidade e o respeito que devemos ter com os outros. Se for praticado e vivido de maneira honesta e com espírito desportivo, serve de exemplo e estas maneiras devem ser copiadas e incorporadas no nosso estilo de vida. Esse sentimento de bem-estar que se sente antes, durante e depois de participar em qualquer prova ou competição independentemente dos resultados, ajuda-nos a perceber a essência do desporto.

A ética desportiva impõe que se cumpram as regras e se respeitem os adversários em qualquer modalidade desportiva.

A prática desportiva faz por momentos esquecer todos os problemas da vida quotidiana. O desporto ensina a respeitar e a ser respeitado. Ensina-nos valores que vão muito mais além do que uma competição, onde a obrigação de ganhar a todo o custo leva a que muitas vezes se tenha que alterar a atual forma física para se atingirem os resultados pretendidos, pondo em causa a saúde física e psíquica do atleta.

Hoje, com a experiência que o desporto me deu, estou convencido que uma educação para a prática desportiva, na fase de crescimento de uma criança é fundamental para se interiorizarem valores morais que a levem mais tarde a se proteger de uma sociedade cheia de vícios. Não quero com isto transportar esta filosofia desportiva a simples matemática ou estatística, mas reforçar que existem estudos que apontam que enveredando pela prática desportiva, os jovens cometem menos delinquências. A sociedade em que vivemos infelizmente perdeu o horizonte porque não existe uma escola de vida sobre educação desportiva. Existem estatísticas que nos dizem que em todo o mundo a criminalidade juvenil está a aumentar. Isto deve-se, na minha opinião, à falta de ocupação dos mesmos e aí acho que o desporto seria fundamental.

Nesta ocupação deveria ser incutido na criança valores morais que a ajudariam a saber como se relacionar com os outros numa vertente social e ou desportiva.

Defendo que as escolas deveriam criar programas para o incentivo da criança a praticar desporto, darem uma formação psíquica, física e mental a todos os nossos filhos.

Infelizmente, ninguém ou muito poucas pessoas dão conta do quanto é importante praticar uma actividade desportiva.