

08/05/2014

**Οι βραβευμένες εκθέσεις**

Όπως είναι γνωστό ο ΓΣΑΠ προκήρυξε διαγωνισμό έκθεση ιδεών ανάμεσα στις αθλήτριες της ακαδημίας του, στις παγκορασίδες και τις κορασίδες με θέμα “το μπάσκετ, ο ΓΣΑΠ και εγώ”. Στο διαγωνισμό αυτό συμμετείχαν δέκα τέσσερις αθλήτριες , από τις οποίες βραβεύτηκαν οι τρείς : η κορασίδα Μαρίνα Μπόλτση και οι Ζωή Καρακατσάνη και Βένια Χονδροπούλου από την ακαδημία μας. Σήμερα αναρτούμε στην ιστοσελίδα μας τις βραβευμένες αυτές εκθέσεις γιατί πιστεύουμε ότι αξίζει ο κόπος να διαβαστούν.

1. **Μαρίνα Μπόλτση**

 “Το μπάσκετ, ο ΓΣΑΠ και εγώ”

 Ήταν φθινόπωρο του 2006 όταν για πρώτη φορά έκανα προπόνηση καλαθοσφαίρισης ως μέλος της ομάδας του ΓΣΑΠ. Ήμουν ένα κοντό παιδάκι γύρω στα 8 χρονών που δεν ήξερε καν να χτυπά την μπάλα. Είναι άνοιξη του 2014 και ακόμα είμαι μέλος της ίδιας ομάδας. Όμως τώρα, είμαι ένα κορίτσι 16 χρονών που ξέρει τουλάχιστον τα βασικά του αθλήματος και απλώς τα βελτιώνει. Μέσα, λοιπόν, σε αυτά τα 8 χρόνια έμαθα τις τεχνικές του αθλήματος, γνώρισα πολλά κορίτσια, είχα πολλούς προπονητές -περίπου 12- και συμμετείχα σε πολλούς αγώνες. Όπως είναι φυσικό, επομένως, απέκτησα πολλές εμπειρίες που και να ήθελα να τις γράψω σε μερικές σελίδες ενός τετραδίου δε θα μπορούσα. Είναι τόσες πολλές που δε θα χωρούσαν και νομίζω πως ίσως θα έχαναν την αξία τους αφού στο χαρτί δεν μπορούν να αποτυπωθούν τα συναισθήματα που βιώνει κανείς στο χώρο του αθλητισμού (χαρά, λύπη, περηφάνια, ευχαρίστηση). Όμως θα μπορούσαν να αναφερθούν οι σκέψεις μου. Σκέψεις για το μπάσκετ, για την ομάδα, το σύλλογο και του προπονητές μου.

 Αρχικά θα ήθελα να μιλήσω για το αγαπημένο μου άθλημα. Όσα χρόνια ασχολούμαι με το μπάσκετ ποτέ δεν παύει να με εντυπωσιάζει είτε με το επίπεδο δυσκολίας είτε με τις εντυπωσιακές του κινήσεις. Ποτέ δε με έχει κουράσει, να με κάνει να το βαρεθώ. Αντιθέτως είναι πάντα διασκεδαστικό. Το μπάσκετ για μένα είναι μια διέξοδος για να ξεφεύγω από την καθημερινότητα, να καθαρίζει το μυαλό από το διάβασμα και τις υποχρεώσεις. Μες στο γήπεδο όλες οι δουλειές που έχω να πραγματοποιήσω μένουν απ’ έξω και η μόνη μου ευθύνη είναι η αυτοβελτίωση που θα συμβάλλει και στην ομαδική πρόοδο. Μέσα, λοιπόν, από κάτι που μου αρέσει έχω μάθει να γυμνάζομαι συστηματικά. Και θεωρώ πως η γυμναστική είναι πολύ σημαντική τόσο σε σωματικό όσο και σε ψυχικό επίπεδο. Το τι προσφέρει σωματικά ο αθλητισμός είναι γνωστό. Όμως ας αναλύσουμε λίγο τι γίνεται στο ψυχικό επίπεδο κι ιδιαίτερα όσο αναφορά στο μπάσκετ. Το άτομο, αφού ανήκει σε μια ομάδα, μαθαίνει να συνεργάζεται, να προσφέρει και να βοηθά. Αποκτά, λοιπόν, το ομαδικό πνεύμα με κύριο στοιχείο τον αλτρουισμό. Τέλος, μαθαίνει την ευγενή άμιλλα και την έννοια του δίκαιου παιχνιδιού. Και νομίζω πως όλα αυτά είναι ανεκτίμητα προσόντα στη ζωή ενός ατόμου που θέλει να αποκαλείται όχι μόνο αθλητής αλλά και άνθρωπος.

 Έπειτα οφείλω να αναφερθώ στην ομάδα μου και τους προπονητές. Όσους προπονητές και αν είχα θα ήταν ανυπευθυνότητα και παράλειψη να μην ξεχωρίσω τη Σόνια και τον Παναγιώτη. Ξεκινώντας από πιο παλιά, όταν ήμουν μικρή ακόμα, είναι σημαντικό να πω πως η Σόνια συνέβαλε να αγαπήσω το μπάσκετ, να σέβομαι τον αντίπαλό μου και να προσπαθώ για το καλύτερο της ομάδας. Πράγματι είναι πρότυπο! Πρότυπο ανθρώπου και αθλητή. Για να επανέλθω όμως στο τώρα, το οποίο και βιώνουμε, αξίζει να μιλήσουμε για τον Παναγιώτη. Θεωρώ πως είναι είδωλο! Είδωλο προπονητή διότι πίστεψε σε μας και με πολλή δουλειά καταφέραμε αν βγούμε νικητές. Αν δεν ήταν και εκείνος με την επιμονή του δεν ξέρω αν το αποτέλεσμα θα ήταν το ίδιο. Αυτοί, λοιπόν, οι δύο άνθρωποι έχουν κερδίσει σίγουρα ένα χώρο στην καρδιά μου, και νομίζω και ορισμένων συμπαικτριών μου. Και ελπίζω όταν φτάσω στην ηλικία τους να έχω έστω και τη μισή όρεξη που έχουν εκείνοι για το μπάσκετ.

 Επίσης ιδιαίτερο δεσμό έχω και με όλα τα κορίτσια της ομάδας. Προφανώς με ορισμένες είμαι πιο δεμένη αλλά αυτό δεν έχει καμία διαφορά όταν βρισκόμαστε στο γήπεδο. Άλλωστε τόσες ώρες στο γήπεδο την εβδομάδα (δεύτερο σπίτι, όπως το αποκαλούμε μερικές) θα ήταν περίεργο να μην έχουμε καλές σχέσεις. Είμαστε κάτι σαν οικογένεια με αρχηγό τον προπονητή. Νοιαζόμαστε και στηρίζουμε η μια την άλλη. Κάτι που το θεωρώ πολύ σημαντικό για την ύπαρξη μιας ομάδας. Και θεωρώ πως αυτό είχε κυρίαρχο ρόλο στη νίκη της ομάδας μας στο πρωτάθλημα των κορασίδων. Προφανώς δεν είναι όλα πάντα ρόδινα, αλλά τα ξεπερνάμε. Τα ξεπερνάμε γιατί ξέρουμε όλες πως καθετί προσωπικό μένει πάντα έξω από τις 4 γραμμές του γηπέδου και γιατί έχουμε όλες κάτι κοινό, την επιθυμία για κάτι καλύτερο για την ομάδα μας που επιφέρει και την καλύτερη προσπάθειά μας. Και στο σημείο αυτό θα ήθελα να πω κάτι από τα λόγια του Michael Jordan που νομίζω πως αντιπροσωπεύει την όλη μας προσπάθεια. Θα το γράψω στα αγγλικά ώστε να μη χαθεί ούτε το νόημα ούτε η αξία από τα λόγια : “**Some people want it to happen, Some wish it would happen, Others make it happen”.**

 Στο σημείο αυτό, εντέλει αναφέρω και το Σύλλογό μας που κάνει ότι μπορεί για να στηρίζει την ομάδα σε περιόδους κρίσεις κυρίως οικονομικές αλλά και ηθικές τις οποίες βιώνει η χώρα μας και που είναι πάντα δίπλα στους αθλητές σε κάθε τους αγώνα, σε κάθε τους προσπάθεια. Λειτουργεί, λοιπόν, σαν επικεφαλής μιας “τεράστιας φαμίλιας” που ονομάζεται ΓΣΑΠ. Και είναι αξιέπαινο να τονισθεί πως όλα της τα μέλη από το πιο μικρό σε ηλικία, που συμμετέχει σε πρωταθλήματα μέχρι το πιο μεγάλο έχουν καλές σχέσεις.

 Καταλήγοντας επομένως σε ένα συμπέρασμα, το να είσαι μέλος μιας ομάδας σε ολοκληρώνει και πολλές φορές δημιουργεί καλές φιλίες. Όμως η συμμετοχή σε κάτι τέτοιο είναι γνωστό πως επισύρει ευθύνες που ίσως διαταράξουν τις κοινωνικές σχέσεις του ατόμου. Πολλές φορές δε θα βγεις Σάββατο ή Παρασκευή βράδυ επειδή έχεις αγώνα ή προπόνηση. Και πολύ πιθανό οι φίλοι σου να ενοχληθούν και να παραπονεθούν αρχικά, μα στο τέλος θα σε καταλάβουν. Και αν είναι αληθινοί φίλοι θα χαρούν κιόλας που προσπαθείς για κάτι που αγαπάς. Οπότε θα γκρινιάξουν αλλά τουλάχιστον μόνο στην αρχή! Επίσης, ένας ακόμη σημαντικός τομέας που επειδή είσαι αθλήτρια επηρεάζεται είναι το σχολείο. Για παράδειγμα, εγώ φοιτώ σε ιδιωτικό σχολείο, που διαθέτει πολύ καλές αθλητικές εγκαταστάσεις. Θεωρεί τον αθλητισμό ύψιστη αξία. Λόγω του μπάσκετ λοιπόν, και των σωματικών ικανοτήτων που έχω αποκτήσει από αυτό, έχω διακριθεί σε διάφορα ενδοσχολικά αθλήματα στίβου, είμαι στην αντιπροσωπευτική ομάδα μπάσκετ του σχολείου με την οποία και έχουμε κερδίσει κύπελλα και του χρόνου που θα έχω γίνει 17 ετών οι γυμναστές μου θα μπορούν να με προτείνουν –και πολύ πιθανόν- να γίνω δόκιμο μέλος στο “A-Association” . Το “Α” είναι η ομάδα με τους καλύτερους αθλητές του σχολείου που διακρίνονται τόσο για τις σωματικές τους ικανότητες όσο και για το ήθος τους. Το μπάσκετ επομένως επηρεάζει σε ένα πολύ μεγάλο ποσοστό και άλλους τομείς της ζωής του ατόμου.

 Συνοψίζοντας, θα ήθελα να μοιραστώ μαζί σας τα μελλοντικά μου σχέδια για το μπάσκετ. Είναι σίγουρο πως θα συνεχίσω το μπάσκετ για όσο αντέχει το σώμα μου. Δεν αποβλέπω βέβαια ακόμα σε σημαντικές διακρίσεις –ίσως μόνο στην άνοδο και των νεανίδων στην Α’ κατηγορία- αλλά επιθυμώ να παίξω στην γυναικεία ομάδα του ΓΣΑΠ, τουλάχιστον για αρχή. Θέλω να συνεχίσω να είμαι στο χώρο του αθλητισμού το λιγότερο για ακόμα 20 χρόνια και να έχω μια αξιοπρεπέστατη εμφάνιση. Ποιος θα ήθελε άλλωστε να φύγει από το παρκέ νωρίς; Αφού έχει και αυτό τις εμπειρίες, τη μαγεία του!

 Νομίζω πως θα ήταν κρίμα να το παρατήσει από τώρα δίχως κάποιο σοβαρό λόγο. Διότι αυτά που θα χάσει είναι δυσεύρετα και αναντικατάστατα. Δε βρίσκεις κάθε μέρα μια τεράστια οικογένεια που θα σε περιβάλλει και θα σε κάνει μέλος της. Ειδικά σήμερα δε βρίσκεις παντού και εύκολα τον αλτρουισμό, την αγάπη, την αλληλοβοήθεια και την αλληλοπροσφορά, παρά μονάχα σε μια σωστά οργανωμένη ομάδα σαν …. και εμάς! Αφού όπως όλοι ξέρουμε Η ΑΓΙΑ ΚΑΛΠΑΖΕΙ! Και πιστέψτε με για να γίνει αυτό δεν ευθύνεται μόνο το καλό μπάσκετ που ξέρει…

 Μπόλτση Μαρίνα

 μαθήτρια της Α’ Λυκείου

Κολέγιο Ψυχικού

1. **Ζωή Καρακατσάνη**

“Το μπάσκετ, ο ΓΣΑΠ και εγώ”

 Στο σχολείο μου, στα εννιά μου χρόνια, μου δόθηκε η ευκαιρία να δοκιμάσω το μπάσκετ. Από το πρώτο παιχνίδι ένιωσα ευχαρίστηση και όσο περνούσε ο καιρός καταλάβαινα ότι μου ταίριαζε σαν άθλημα.

 Το μπάσκετ σαν ομαδικό άθλημα μου χάρισε νέες γνωριμίες που αργότερα έγιναν φιλίες, μου έμαθε την συνεργασία, τον συναγωνισμό και όχι τον ανταγωνισμό. Όλα αυτά είναι αποτέλεσμα της σημαντικής βοήθειας των προπονητριών που μας διδάσκουν τους κανόνες του αθλήματος, τη συμμετοχή χωρίς αντιπαλότητα και με τη σωστή συμπεριφορά τους εξασφαλίζουν την απόδοση και την ευχαρίστησή μας.

 Ο Γυμναστικός Σύλλογος Αγίας Παρασκευής, στον λίγο χρόνο που είμαι μέλος του διαπίστωσα ότι προσφέρει σωστές συνθήκες άθλησης, επιλέγει έμπειρους προπονητές, διοργανώνει αγώνες μεταξύ ισοδύναμων ομάδων και πολιτιστικές εκδηλώσεις για την ψυχαγωγία των μελών του.

 Κάθε φορά πηγαίνω να παίξω μπάσκετ χαρούμενη και φεύγω πάντα ευτυχισμένη.

Ζωή Καρακατσάνη

Μαθήτρια Ε’ Δημοτικού

Αρσακείου Ψυχικού

1. **Βένια Χονδροπούλου**

“Το μπάσκετ, ο ΓΣΑΠ και εγώ”

Το μπάσκετ είναι όλη μου η ζωή, η ανάσα μου, η εκτόνωσή μου.

Κι όμως ξεκίνησε από μια ιδέα. Μια ιδέα που είχαμε όλα τα κορίτσια της Στ’2 τάξης του 2ου δημοτικού, να πάρουμε μέρος σε ένα τουρνουά μπάσκετ μεταξύ των Δημοτικών σχολείων της Αγίας Παρασκευής. Μια ιδέα που για να υλοποιηθεί έπρεπε να λυθούν πολλά προβλήματα. Που να προπονηθούμε, ποιος να μας προπονήσει αφού καλά καλά δεν γνωρίζαμε ούτε την μπάλα να κρατάμε. Όμως ήταν κάτι που θέλαμε πολύ. Εθελοντές και συμμάχους είχαμε τους γονείς μας. Ξαφνικά τα προβλήματα ένα ένα άρχισαν να λύνονται. Αγοράσαμε μπλουζάκια, διχτάκι, βρήκαμε ένα γήπεδο στην πάνω πλατεία, αποκτήσαμε δύο προπονητές τον κύριο Στάθη και τον κύριο Γιάννη και όλα άρχισαν να παίρνουν τον δρόμο τους. Καθημερινές προπονήσεις, με δύσκολες συνθήκες κάτω από τον ήλιο σε ένα γήπεδο γεμάτο τρύπες όμως ο στόχος μας ήταν ένας. Η αλήθεια είναι πως από το σχολείο δεν είχαμε βοήθεια.

Μια μέρα η μητέρα μου επικοινώνησε με τον ΓΣΑΠ και εκεί βρήκε μια θετική ανταπόκριση σε αυτή την προσπάθειά μας. Μας έδωσαν κάποιες ώρες μέσα στο κλειστό για προπόνηση. Μας παρείχαν και προπονήτρια. Ήταν η πρώτη μας επαφή με την κυρία Σόνια, η οποία μας αγκάλιασε και μας βοήθησε πολύ δίνοντάς μας αυτοπεποίθηση και δείχνοντάς μας αρκετά μυστικά του αθλήματος.

Το τουρνουά πραγματοποιήθηκε και η μικρή ομάδα μας αν και λίγο καιρό προπονημένη κατάφερε να βγει στην τρίτη θέση.

Ακολούθησε το καλοκαίρι όπου ψιλοχαθήκαμε με την ομάδα όμως το μικρόβιο του μπάσκετ είχε ήδη αρχίσει να κυλάει στις φλέβες μας. Και γρήγορα ήρθε ο Σεπτέμβρης. Η μια παρότρυνε την άλλη και γρήγορα ενταχθήκαμε στην μεγάλη οικογένεια του ΓΣΑΠ.

Εκεί βρήκαμε μεγάλη αγάπη από τις προπονήτριές μας και απ’ όλο τον Σύλλογο. Αρχίσαμε κανονικές προπονήσεις, γνωρίσαμε νέες παρέες και δεθήκαμε ακόμα περισσότερο με τις φίλες μας. Μάθαμε να αγωνιζόμαστε σωστά, να σεβόμαστε τους διπλανούς μας, να έχουμε κοινούς στόχους, να ξεκλέβουμε χρόνο ακόμα και στις εκδρομές να βρούμε την ευκαιρία να παίξουμε λίγο μπάσκετ. Νομίζω πως γρήγορα αποκτήσαμε τεχνική και ακόμα είναι μόνο η αρχή. Κατεβήκαμε και σε αγώνες φιλικούς ή μη. Φιλοξενηθήκαμε και σε άλλα γήπεδα και φιλοξενήσαμε και άλλες ομάδες.

Η οικογένεια του ΓΣΑΠ μας υποδέχτηκε με μεγάλη αγάπη. Νομίζω ότι κοντά σε μας ήρθαν και οι οικογένειές μας πιο κοντά. Δεν είναι λίγες οι φορές που έχουμε βρεθεί όλοι μαζί οικογενειακώς σε διάφορα σπίτια, πάρκα και σε μικρές αποδράσεις. Κάθε Σαββατοκύριακο πηγαίνει η μία στο σπίτι της άλλης για να κοιμηθεί επειδή την άλλη μέρα το πρωί έχουμε προπόνηση. Οι προπονήτριες μας, οι έφοροι, ο πρόεδρος και το γήπεδο έχει γίνει το δεύτερο σπίτι μου.

Βένια Χονδροπούλου

μαθήτρια της Α Γυμνασίου

Β’ Γυμνάσιο Αγίας Παρασκευής

 Με εκτίμηση

Για το Δ.Σ