



## Boş Zaman Etkinliği Olarak Spor

Kim bir takım sporu yapıyorsa çok eğleniyordur. Bazıları sahada top oynarken, diğerleri yan yana oturup tezahürat yaparlar. Spor her yaştan, her cinsten ve her ulustan insanları birleştirir. Onları birleştiren şey, aynı amaç için uğraşmaları ve elde edilen başarıyı birlikte kutlamalarıdır.

Böylece arkadaşlıklar oluşur. İnsan yaşamını paylaşır, birbirini tanır, birbirini destekler, başkalarını düşünür ve karşılıklı olarak birbirini cesaretlendirir.



## Kim spor yaparsa, arkadaş bulur

Spor yapan kişi yakın çevresindekileri kolayca tanıma imkânı bulur. Onların nasıl yaşadıklarını ve ne düşündüklerini öğrenir ve yavaş yavaş dillerini anlamaya başlar. Ayrıca başkalarıyla birlikte hareket etmek kişinin bedeni ve ruhu için iyidir. Böylece kişi günlük hayatında anlamlı bir şeyle meşgul olur ve düzenli olarak başkalarıyla buluşmak, kişinin hayatına bir düzen verir.



Birlikte spor yaparak kişi kendisi hakkında da bazı şeyleri öğrenir.

Kişinin (gerek bedensel gerekse çevresiyle olan ilişkilerinde) sınırlarını tanıması ve kendini aşmayı öğrenmesi kaçınılmazdır. Kişi bir engeli aştığı zaman özsaygısı ve memnuniyeti de artar.

## Spor ilerletir

Düzenli olarak spor yapmak iş bulmada yardımcı olabilir. İşverenler çoğunlukla ne istediğini bilen dirençli kişileri ararlar. Bir işveren birinin uzun zamandır boş zamanlarını kendini sağlıklı tutmak ve anlamlı bir işle uğraşmak için harcadığını öğrendiğinde, bu kişi hakkında olumlu bir yargıya varacaktır.

Bir şehrin sakinleriyle birlikte spor yapmak için buluşmak, onların iş bulmada yardımcı olmalarını sağlayabilir; çünkü belki nerede eleman arandığını biliyor ya da bilen bir kişiyi tanıyor olabilirler.

Ayrıca sporda, başka şeylerde de olduğu gibi kurallar vardır. Bu kuralları bilmenizi ve bunlara uymanızı tavsiye ederiz, çünkü bu kurallar spor topluluğunun birliği için önemlidir. Dürüstlük, iyi bir birliktelik ve saygı temel kurallardandır. Belli bir spor türü için olan kuralların yanında genel olarak geçerli olan kurallar da vardır. Örneğin spor salonunda temiz spor salonu ayakkabısı giymek bunlardan biridir.





## Toplumda sorumluluk üstlenmek

Spor yapan kişi bedensel yeteneklerinin yanında kişiler arası becerilerini de geliştirir. Spor için daha fazla şeyler yapmak isteyenler koçluk lisansı alarak üyesi olduğu spor derneğinde çocuklara ve yetişkinlere spor yaptırabilirler. Böylece kişi çevresinde olumlu bir etki uyandırır ve topluma da bir şeyler vermiş olur.



Birlikte spor yapmak o şehrin sakinlerine de iletişim kurmada yardımcı olur. Bazıları yabancılara karşı nasıl davranmaları ve onlarla nasıl anlaşmaları gerektiğinden emin değildir. Spor etkinlikleri her iki tarafa da birbirini tanıma imkânını verir. Herkes kendi kökenini ve kültürünü iyi tanıtır ve diğer tarafı saygıyla karşılırsa kültürel alışveriş başlayabilir.

## Almanya'da spor

Almanya'da hemen hemen herkes spor yapabilir: Kadınlar, erkekler, gençler, yaşlılar ve fazla kondisyonu olmayanlar. Yetişkinler sağlık için spor yaparken, çocuklar daha çok eğlenceyi düşünmektedir.

Spor yapmak için çok çeşitli olanaklar vardır. Almanya'da pek çok kişi tek başına bisikletle gezerek, jogging yaparak ya da fitness stüdyosuna giderek spor yapar. Fitness stüdyosunda bir sözleşme imzalayarak sunulan çeşitli hizmetlerden yararlanabilirsiniz. Uygun fiyatlı programlar olabileceği gibi (aylık yaklaşık 20 €), sağlık eğitimi ya da vücut geliştirme gibi daha pahalı ve özel programlar da vardır.



En sevilen spor dalları futbol, jimnastik ve tenistir. Ama yüzme, judo ve badminton da sevilerek yapılır. Özellikle küçük yerleşim yerlerindeki bazı spor dernekleri, karşılaşmaların yapıldığı spor dallarında sınırlı bir kapasiteye sahiptir. Bu nedenle çoğunlukla bu spor türünü zaten bilen kişileri kabul etmektedirler.

Pek çok kişi için çok çeşitli sporların yapıldığı dernekler en iyisidir. Böyle yerlerde kişi yarışmalara katılma zorunluluğu olmadan eğlenebilir ve fazla enerjisini üstünden atabilir.

Pek çok yerleşim biriminde kiliselerde spor yapmak isteyen herkesin gidip katılabileceği spor grupları vardır. Bu gibi gruplara katılmak genelde ücretsizdir ve sportif aktivitelerin yanında grup olarak yapılabilecek başka olanaklar da sunmaktadır.