

## Σιδεράς Καρπαθάκης

### Ο αθλητισμός διδάσκει σωστή συμπεριφορά και κατανόηση

Ο Σιδεράς Καρπαθάκης ασχολείται με τον αθλητισμό με πάθος και επιτυχία από μικρή ηλικία. Γνωρίζοντας καλά την προσπάθεια, την αφοσίωση και την ψυχική δύναμη που απαιτεί και καλλιεργεί ο αθλητισμός, εδώ και χρόνια μεταδίδει τις γνώσεις του στα νέα παιδιά του νησιού μας. Για μεγάλο διάστημα διετέλεσε προπονητής μπάσκετ στον Πανιώνιο Λέρου ενώ τα τελευταία χρόνια προπονεί τους αθλητές τένις των «Ιώνων».

Τρεις μαθητές του σχολείου μας που παίζουν τένις και το αγαπούν πολύ συνάντησαν τον κύριο Σιδερά για μια αθλητική συνέντευξη, έχοντας αναλάβει οι ίδιοι την προετοιμασία και την οργάνωσή της.

Οι μαθητές, όλοι από το **ΣΤ' 1**, είναι (με αλφαβητική σειρά):

**Άννα-Μαρία Αράπη,**

**Γιώργος Αράπης**

**Γιώργος Γιώτας**

*\*Ο κύριος Σιδεράς υπήρξε μαθητής του σχολείου μας επίσης.*

**Φεβρουάριος 2024**

Επιμέλεια: Ουρανία Καραλή

**Παιδιά:** *Ευχαριστούμε που δεχτήκατε την πρότασή μας για συνέντευξη! Και τώρα θ' αρχίσουμε!*

**Κύριος Σιδεράς:** Εγώ σάς ευχαριστώ!

**Παιδιά:** *Παλαιότερα παίζατε μπάσκετ και ήσασταν προπονητής στον Πανιώνιο Λέρου. Πώς αποφασίσατε να φύγετε από το μπάσκετ; Τι σάς τράβηξε στο τένις;*

**Κύριος Σιδεράς:** Η αλήθεια είναι ότι πάντα μου άρεσε το τένις αλλά δεν είχα ποτέ την ευκαιρία ν' ασχοληθώ. Οι «Ίωνες», η ομάδα εδώ στη Λέρο, μου έκαναν πρόταση και δέχτηκα, γιατί θεωρώ ότι είναι ωραίο να δοκιμάζουμε νέα πράγματα όσον αφορά στον αθλητισμό.

**Παιδιά:** *Σάς λείπει το μπάσκετ;*

**Κύριος Σιδεράς:** Μού λείπει το μπάσκετ, μού λείπει το ποδόσφαιρο, μού λείπουν πολλά αθλήματα, η αλήθεια είναι, αλλά μ' αρέσει πάρα πολύ και το τένις, από τότε που ασχολήθηκα για πρώτη φορά και νομίζω ότι μού ταιριάζει.

**Παιδιά:** *Ποιο σάς αρέσει πιο πολύ, το μπάσκετ ή το τένις;*

**Κύριος Σιδεράς:** Δεν μπορώ να επιλέξω. Και τα δύο είναι πολύ όμορφα αθλήματα, και με τα δύο έχω ασχοληθεί πολύ καιρό. Μπορώ να πω ότι αγαπάω και τα δύο το ίδιο.

**Παιδιά:** *Με ποιο άλλο άθλημα θα θέλατε ν' ασχοληθείτε σοβαρά εκτός από αυτά τα δύο;*

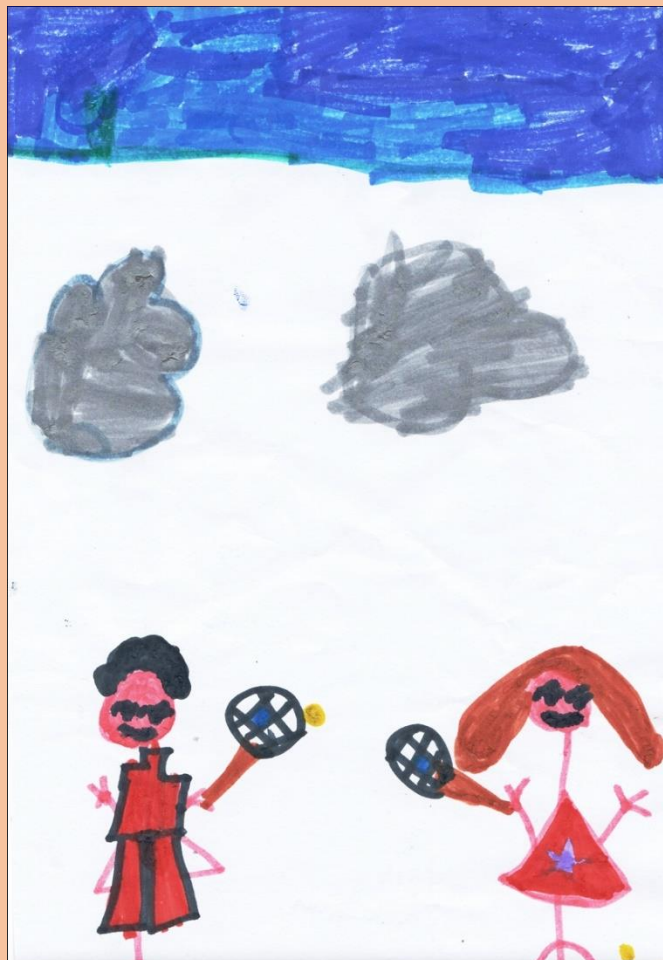
**κύριος Σιδερός:** Με ποιο άλλο άθλημα... Δεν έχω δοκιμάσει βόλει... Θα μπορούσα ν' ασχοληθώ με το βόλει.

**Παιδιά:** *Πότε ξεκινήσατε ν' ασχολείστε με τον αθλητισμό;*

**κύριος Σιδερός:** Από πολύ μικρή ηλικία, όταν για πρώτη φορά γράφτηκα στην ακαδημία ποδοσφαίρου, πέντε χρονών.

**Παιδιά:** *Πόσα χρόνια ασχολήθήκατε με το μπάσκετ και πόσα μέχρι τώρα, με το τένις;*

**κύριος Σιδερός:** Με το μπάσκετ ασχολήθηκα περίπου δώδεκα χρόνια. Με το τένις ασχολούμαι τα τελευταία δύο χρόνια.



**Εικόνα:** Ίρις Καρπαθάκη, Α' τάξη

**Παιδιά:** Τι προσόντα πρέπει να έχει ένας παίκτης του τένις για να γίνει προπονητής;

**κύριος Σιδερής:** Ένας παίκτης του τένις για να γίνει προπονητής...

Η αλήθεια είναι ότι χρειάζεται εμπειρία. Παρόλα αυτά, αν προσπαθήσει κανείς, με όρεξη για μάθηση, μπορεί να γίνει προπονητής εύκολα. Όρεξη για δουλειά [πρέπει] να υπάρχει και για μάθηση.

**Παιδιά:** Πιστεύετε ότι εσείς είστε αυστηρός προπονητής;

**κύριος Σιδερής:** Θεωρώ ότι δεν είμαι πολύ αυστηρός αλλά ότι είμαι τόσο όσο χρειάζεται ώστε να μπορούμε να λειτουργούμε ως ομάδα και ως σύνολο.

**Παιδιά:** Πιστεύετε ότι διδάσκετε με τον τρόπο που θέλετε;

**κύριος Σιδερής:** Ναι. Θεωρώ πως διδάσκω με τον τρόπο που μου επιτρέπουν οι αρχές ενός υγιούς αθλητισμού. Πάνω σ' αυτό πατάω για να μπορούμε να βελτιώνουμε τα παιδιά τόσο στο αγωνιστικό κομμάτι όσο και στο κομμάτι της οργάνωσης.

**Παιδιά:** Ποια είναι η μεγαλύτερη δυσκολία στην προπόνηση ενός παίκτη του τένις, κατά τη γνώμη σας;

**κύριος Σιδερός:** Η μεγαλύτερη δυσκολία είναι να μπορεί να μείνει συγκεντρωμένος κατά τη διάρκεια της προπόνησης και να μην αποσπάται η προσοχή του έτσι ώστε να μπορεί να το βάλει αυτό και στο παιχνίδι του.



**Εικόνα: Βασίλης Λάζαρος, Γ' 1**

**Παιδιά:** Σάς έχει σπάσει ποτέ ρακέτα σε αγώνα ή σε προπόνηση;

**κύριος Σιδερός:** Μού έχει τύχει να μού σπάσει..

**Παιδιά:** Σάς αρέσει να συμμετέχετε σε αγώνες και γιατί;

**κύριος Σιδερός:** Ναι, μού αρέσει να συμμετέχω σε αγώνες, όπως σε όλους μας, γιατί το αγωνιστικό κομμάτι του αθλητισμού έχει αρκετό ενδιαφέρον και μπορείς μέσα απ' αυτό να δοκιμάσεις τις δυνατότητές σου και να δεις τα όριά σου.

**Παιδιά:** *Τι σάς αρέσει να παίζετε πιο πολύ, μονό ή διπλό;*

**κύριος Σιδερός:** Χμ... καλή ερώτηση... Μ' αρέσει το μονό από άποψη φυσικής κατάστασης, γιατί είναι λίγο πιο κουραστικό. Μού αρέσει το διπλό, επίσης, από άποψη συνεργασίας. Νομίζω ότι το μονό θα διάλεγα.

**Παιδιά:** *Σάς ενδιαφέρουν οι Ολυμπιακοί Αγώνες; Θα παρακολουθήσετε τους Ολυμπιακούς Αγώνες φέτος το καλοκαίρι;*

**κύριος Σιδερός:** Ναι, μ' ενδιαφέρουν. Προσπαθώ να τούς παρακολουθώ σχεδόν κάθε φορά που γίνονται. Και αυτή τη φορά θα τούς παρακολουθήσω. Θεωρώ πως θα τα καταφέρω.

**Παιδιά:** *Πώς πιστεύετε ότι θα πάει η Ελλάδα στο μπάσκετ και στο τένις;*

**κύριος Σιδεράς:** Νομίζω ότι φέτος θα τα πάμε καλά. Έχουμε παραδοσιακά καλή ομάδα στο μπάσκετ στους Ολυμπιακούς Αγώνες. Αλλά και με την παρουσία του Τσιτσιπά στο τένις θεωρώ ότι κι εκεί θα τα πάμε περίφημα.

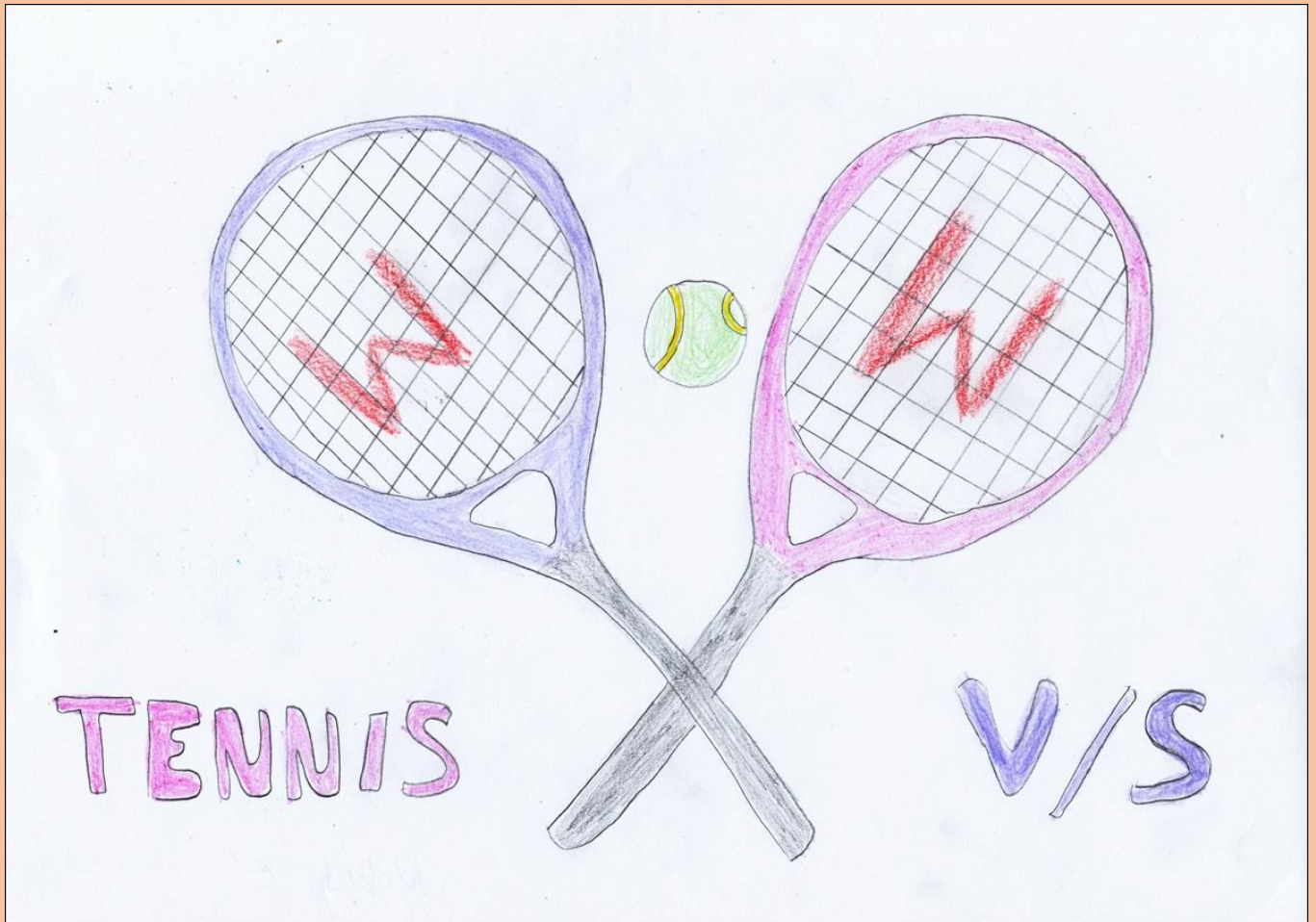
**Παιδιά:** *Μπορεί ο αθλητισμός να βοηθήσει στην αντιμετώπιση του bullying και πώς;*

**κύριος Σιδεράς:** Ναι, ο αθλητισμός μπορεί να βοηθήσει ν' αντιμετωπιστεί το bullying, γιατί τα παιδιά θα μάθουν μέσα από τον αθλητισμό να συμπεριφέρονται και να έχουν μια κατανόηση απέναντι στον συνάνθρωπό τους και στα [άλλα] παιδιά που κάνουν προπόνηση. Είναι ένα δύσκολο κομμάτι στο οποίο θα πρέπει να σφιερωθεί αρκετός χρόνος και από τους προπονητές αλλά και από την ίδια την οικογένεια, για να μπορέσουμε να διδάξουμε στα παιδιά τις βασικές αξίες, που θα τα ακολουθούν για μια ζωή.

**Παιδιά:** *Ευχαριστούμε!*

**κύριος Σιδεράς:** Εγώ ευχαριστώ για το χρόνο σας!





Εικόνα: Νεφέλη Χρονοπούλου, Ε΄ τάξη