**„Tenis to sport przegranych”. Rodzice Huberta Hurkacza o wychowywaniu młodego sportowca**

**Rodzice mogą być dla młodych sportowców ogromnym wsparciem – wszystko zależy od tego, czy potrafią stworzyć atmosferę zaufania i mądrze towarzyszyć im w rozwoju. O tym, czy da się uchronić dziecko przed presją, a także o zaletach wszechstronnego rozwoju młodego sportowca i nie tylko opowiadają w komentarzu eksperckim rodzice Huberta Hurkacza, ambasadora Waterdrop – Zofia i Krzysztof Hurkacz.**

*Tenis jest sportem indywidualnym, bez pełnego zaangażowania rodziców w rozwój dziecka, praktycznie nie jest możliwe, aby osiągnęło ono sukces. Wożenie na treningi, turnieje, poszukiwanie i wybór trenerów, tym do pewnego etapu zajmują się przede wszystkim rodzice.*

***Trudno jest chronić dziecko przed presją, zarówno przed tą, którą nakłada samo na siebie, wynikającą z jego własnych ambicji, jak i tą płynącą z otoczenia.*** *Zawsze staraliśmy się, aby Hubi był pewien, że* ***my nie mamy żadnych oczekiwań, jeśli chodzi o jego wyniki sportowe****. Jego sukcesy czy porażki nie mają żadnego wpływu na nasze wzajemne relacje. Chcieliśmy, aby Hubi nie miał najmniejszych wątpliwości, że* ***wspieranie go w jego sportowym rozwoju****, możliwość towarzyszenia mu na tej drodze, to dla nas wielka przyjemność.*

**Eksperci podkreślają dużą rolę wszechstronnego rozwoju u młodego sportowca**

*Od początku staraliśmy się patrzeć szeroko i w długiej perspektywie czasowej. Widząc, jak niezwykle sprawni są obecnie najlepsi sportowcy, i mając świadomość, że cechy motoryczne najłatwiej rozwijać w bardzo młodym wieku, zapisaliśmy Huberta, kiedy miał 3 lata na akrobatykę.* ***Od dzieciństwa stawialiśmy na wszechstronny rozwój.*** *Hubi do 13. roku życia poza akrobatyką i tenisem trenował też koszykówkę. W tym okresie uprawianie kilku dyscyplin sportowych, nieco osłabiało jego szanse na osiągnięcie wyjątkowych sukcesów w jednej z nich, szczególnie w młodszych kategoriach wiekowych. Jednak,* ***kiedy w dorosłym sporcie na najwyższym poziomie zaczynają liczyć się wyjątkowa sprawność, odporność i wytrzymałość, wszechstronny rozwój, osiągnięty dzięki trenowaniu kilku dyscyplin staje się olbrzymim atutem****.*

**Jak pomóc dziecku w radzeniu sobie z porażkami, które są nieodłącznym elementem rywalizacji**

*Tenis to sport przegranych, praktycznie co tydzień przeżywasz porażkę, czyli emocjonalnie nie jest łatwo. Wspieranie dziecka po przegranym meczu to chleb powszedni. Przekonywanie go, że przede wszystkim liczy się postęp, a nie sam wynik, stanowi, szczególnie w młodszych kategoriach wiekowych, prawdziwe wyzwanie.*

***Za dużo zwycięstw w początkowej fazie kariery niekoniecznie jest korzystne dla rozwoju młodego zawodnika.*** *Warto tak wybierać turnieje, aby mniej więcej* ***na dwa zwycięstwa przypadała jedna porażka****. Taki bilans pozwoli zachować dziecku przekonanie, że jest całkiem dobre, ale jednocześnie jednak pozostanie w nim pewien niedosyt i świadomość, że musi cały czas starać się być coraz lepszym. Przy tym niezwykle istotne jest, aby wspierać je w przekonaniu, że wszystko, o czym marzy, ma szansę się udać, że wszystkie, nawet najbardziej trudne do osiągnięcia cele, są w jego zasięgu.*

Hubert Hurkacz jest ambasadorem i inwestorem Waterdrop od 2024 roku. Austriacka marka promuje zrównoważony rozwój, eliminację plastikowych butelek jednorazowych oraz edukuje na temat prawidłowego nawodnienia. Obecnie na stronie Waterdrop trwa akcja [Happy Hour](https://waterdrop.pl/collections/mocktails), w której marka prezentuje autorskie warianty Moctaili, których składnikami są [m.in](http://m.in). Microdrinki Waterdrop.

