

運動家的精神

六年一班／呂姮怡

努力運動的人，都會增加個人的體力。對我來說，運動家要有正大的態度、光明休養，這才是「運動家的精神」。但最重要的還是「君子之爭」。「君子無所爭，必也射乎。揖讓而升，下而飲，其爭也君子。」這句話告訴了大家，運動家的光明，以及運動家的雍容。

然而，犯規的行動，雖然可以得到勝利，但這是有風度的運動家所引為恥辱而不屑採取的行為。有風度的運動家，要有服輸的精神。回想起上次的運動會拔河，我們雙方都使盡全力，誰都不讓誰。比了許多場都分不出勝負，最後也只好用預賽的成績來一決勝負。比賽結果是五班贏了。雖然我們班輸了，但我們也沒有生對方的氣，反而是真心的恭喜他們，而且他們贏了，表示他們平常一定練習了很久，大家同心協力，才能奪得冠軍。因此，我們不能氣餒，反倒是要佩服他們。這次的拔河比賽，我們班就是我心目中最棒的運動家。「君子不怨天，不尤人」，運動家就是要有這樣的態度。

我之前看過一部影片，內容是以一位外國黑人為主角，參加了一場賽跑比賽，結果，在跑步的過程中，那位黑人的舊傷復發，導致他無法繼續跑下去，但那位黑人依舊沒有放棄，用單腳跑完了整圈操場。雖然是最後一名，但因為他不放棄的精神，在大家的心目中是永遠的第一名。這部影片讓大家看到了運動家應有的表現，「任重而道遠」和「貫徹始終」的精神。

有風度的運動家，不但要有服輸的精神，還要有超越勝敗的心胸。「勝固欣然，敗亦可喜」，這句話正是重要的運動精神之一。而「言必信，行必果」，這才是有風度的運動家。