

Artur Tykwiński – mistrz świata w ju-jitsu



Prezentacja została wykonana przez Magdalenę Skibę na podstawie materiałów zebranych przez uczniów Szkoły Podstawowej Nr 1 w Piastowie. Uczniowie biorący udział w projekcie: Magdalena Skiba kl.5c, Julia Filoniuk kl.5b, Angelika Gosa kl. 4a, Agata Koguciuk kl.4a i Julia Jodczyk kl. 4a.

Opiekunowie: p. Sabina Furmańska, p. Joanna Filoniuk. Pomoc techniczna p. Jacek Furmański

Życiorys

Ju – Jitsu

Łagodna walka

ostre spojrzenia, miękkie ruchy

w twardych zasadach

oddech spokojny i pełny

jak kontakt, chwile skupienia

do zwycięstwa

Artur Tykwiński

Artur Tykwiński urodził się 3 października 1978 roku w Pruszkowie. Ukończył Akademię Wychowania Fizycznego z tytułem magistra. Jest instruktorem sportu w ju-jitsu, ćwiczeń siłowych i fitness oraz instruktorem samoobrony i strzelectwa.

Od 1 września 2001 roku pracuje w Gimnazjum nr 1 w Piastowie jako nauczyciel wychowania fizycznego. Jest założycielem klubu sportowego „HYOSAI” oraz prezesem do spraw sportu w Centralnym Okręgowym Związku Ju-Jitsu.

Osiągnięcia sportowe

Jako zawodnik ju-jitsu wywalczył wiele medali w zawodach rangi ogólnopolskiej i międzynarodowej- wiele tytułów Mistrza Polski (czterokrotnie, w tym raz w karate) i Wicemistrza Polski (dwa razy).

Do jego najważniejszych osiągnięć należy zaliczyć:

3. miejsce na Mistrzostwach Europy Full Contact 86 kg,
2. miejsce w Pucharze Świata WKF w kat. 85 kg oraz
1. miejsce w Mistrzostwach Świata ISJA wagi ciężkiej 95 kg.



Artur Tykwiński o sporcie

Kto Pana zachęcił do uprawiania sportu?

Nikt nie musiał mnie zachęcać, zawsze byłem aktywny i chętnie brałem udział w zajęciach sportowych.

Treduje Pan w klubie czy sam?

Od lat trenuję sam, ale to nie oznacza, że nie współpracuję z innymi trenerami czy klubami.

Ile godzin w tygodniu zajmuje Panu trening?

W zależności od tego, w jakim okresie treningowym się znajduję (okres przygotowawczy – budowanie formy; startowy – zachowanie i stabilizacja; przejściowy – względny aktywny wypoczynek) średnio trenuję 2 – 3 godziny dziennie przez 6 dni w tygodniu.

Czy sport jest Pana pasją?

Sport sprawia mi radość i daje wiele satysfakcji. Jest moją pasją. Na pewno wypełnia moje życie i wiele do niego wnosi.

Co było Pana pierwszym sportowym sukcesem?

Moim pierwszym sukcesem było V miejsce w Mistrzostwach Polski Juniorów.



Artur Tykwiński o swoich osiągnięciach

Jakie są Pana najważniejsze osiągnięcia?

Moje największe osiągnięcia to: mistrzostwo Polski w karate /kata/, wiele tytułów Mistrza Polski w ju-jitsu, brązowy medal w Mistrzostwach Europy full contact, srebrny medal w Pucharze Świata WKF /World Karate Federation/ w ju – jitsu, Mistrzostwo Świata w jujitsu ISJA /International Sport Ju-jitsu Association/.

Jak długo musiał Pan trenować, by odnosić takie sukcesy?

Moja przygoda ze sportami walki zaczęła się ponad 17 lat temu i praktycznie od samego początku startowałem w zawodach. Początkowo, żeby kontrolować swoje postępy, później, by zdobywać medale 😊.

Czy ma Pan wiele kontuzji związanych ze sportem?

Na szczęście żadne poważne kontuzje mnie nie trapią. Ze Stanów Zjednoczonych przywiozłem zerwane więzadła kciuka i stawu skokowego, po za tym trochę siniaków.

Artur Tykwiński – przesłanie do młodzieży

Jak zachęcałby Pan młodzież do uprawiania sportu?

Ju-jitsu rozwija człowieka pod względem psychicznym, biologicznym i moralnym.

Uczy dyscypliny, samokontroli, wytrwałości, sumienności, a więc wartości charakteryzujących każdego sportowca. Kompetentne wykorzystanie sportów i sztuk walki wpływa na obniżenie lęku i agresywności, poprawę społecznego funkcjonowania i respektowania norm społecznych.

Pragnę przekazać młodzieży umiejętności i doświadczenia, które przez lata zdobywałem trenując i biorąc udział w zawodach – zapraszam wszystkich chętnych na zajęcia do UKS HYOSAI przy Gimnazjum nr 1 (szczegóły www.hyosai.pl). Po za tym, co roku organizuję Galę Mistrzów Sztuk i Sportów Walki, która poświęcona jest różnym sztukom i sportom walki, ich historii i tradycji praktyk bojowych czy obronnych. Celem jej jest zapoznanie widzów z różnymi sztukami, systemami i sportami walki, przybliżenie sylwetek najlepszych polskich sportowców, a także najznakomitszych przedstawicieli danych sztuk i systemów walki, jak też zachęcenie do podjęcia aktywności w tym obszarze.



Dalsze losy

Jakie są Pana najbliższe plany sportowe?

Na razie nie planuję udziału w żadnych zawodach sportowych. Teraz realizuję się w pracy trenerskiej.

I oby tak dalej!

Mamy nadzieję, że p. Artur Tykwiński jeszcze nie raz zdobędzie mistrzostwo.

Trzymajmy więc kciuki za naszego wspaniałego piastowianina.



Tylko dwa spojrzenia
przecinające przestrzeń.
Mata bezradnie przyjmuje
skutki rzutów, a kimono
ciosy rękawic.
I pada bezwzględny werdykt
kradnąc cień nadziei
Ryk widowni, wskazówki trenera
napięte mięśnie, stalowe nerwy
chłodne spojrzenia, ekspresja ruchów.
Werdykt. Pot stoczonych walk,
stopnie podium.

Artur Tykwiński



Bibliografia

Źródłem bibliograficznym tej prezentacji jest wywiad przeprowadzony przez uczniów Szkoły Podstawowej Nr 1 w Piastowie z Arturem Tykwińskim i materiały przez niego udostępnione.