

Ідеальне життя спортсмена міф чи реальність?

Я.О. Бричка, ст. гр. МЕ-09,

В.В. Махно, викл.

Кіровоградський національний технічний університет

Багато хто з вас чув про ексклюзивне життя спортсменів, їх всі знають і поважають, але чи їх життя настільки яскраве, наскільки бачимо його ми? Чи є красиве життя спортсменів міфом чи реальністю? На сьогодні в суспільстві “гуляє” багато міфів про прекрасне, безтурботне життя спортсменів, які є чи не одними із центральних фігур у нашому житті. На жаль, більшість з того, що ми бачимо по телевізору, не завжди є правдою. Не всі ми можемо заглянути за завісу, яку нам демонструють. Те, що ми бачимо сьогодні включаючи телевізор, - це яскраве життя спортсменів, їхні великі здобутки в житті та спорті. Багато відомих спортсменів купують дорогі будинки, дорогі автомобілі, дачі і т.д. Ми всі добре чули про здобутки спортсменів, як в житті так і спорті. Але чи вони насолоджуються цим розкішним життям? Чи можуть спортсмени, дихнути спокійно, коли вони закінчують свою спортивну кар’єру? Чи несуть вони соціальну відповідальність перед суспільством? Яким чином може спортсмен вплинути на людину? Саме на ці питання я і надам відповідь у цій доповіді.

Насамперед, я дам визначення спортсмену. Що таке спортсмен сьогодні? Одне з найпростіших визначень спортсмена - це та людина, яка бігає, стрибає, метає спортивний снаряд або грає в м’яч. Крім цього, спортсмен – це також та людина, з якою багато людей ототожнюють себе і за чиїм прикладом слідує, щоб стати чемпіоном. Я вважаю, що спортсмен сьогодні – це герой сучасності. Він є чи не одним із найкращих прикладів, котрий зачаровує молодь і служить для неї стимулом, надихає її, таким чином спонукаючи молодь до спорту. Роль спорту – об’єднувати людей, наділяти їх надією. До того ж спорт – це не тільки надія, але й відчуття власної індивідуальності і здоров’я. На мою думку, спорт впливає на людину не тільки фізично, але й духовно. Від того, наскільки спортсмен зможе реалізувати себе, свої здібності в тих чи інших конкретних соціальних умовах, здебільшого залежать його спортивна кар’єра та спортивні досягнення.

На жаль, спортсмену постійно доводиться суміщати свою спортивну кар’єру і власне життя. Спортсмен багато отримує від спорту, адже він(вона) виріс у спорті. Завдяки спорту він стає кимось. Соціально-психологічна підготовка багато в чому насамперед визначає благополуччя спортсмена, суттєво впливає на соціальний статус спортсмена та команди, сприяє створенню найкращих умов для самореалізації особистості. Багато спортсменів, на мою думку, на жаль, залишають заняття спортом, не досягнувши відповідної соціально-психологічної зрілості, часто навіть не зрозумівши, що саме в цьому причина невдалої спортивної кар’єри. Також слід звернути увагу на те, що простий факт невизначеності подальшого життєвого шляху після закінчення спортивної діяльності суттєво впливає на динаміку результативності, навіть у період активних занять спортом. Варто зазначити, що не - рідко невдачі у спорті мають також певний характер мотивації до успіху. Чи не найбільшим чинником успіху для спортсмена є мотивація. Завдяки мотивації спортсмен може концентруватися на своїх цілях і досягати їх, докладаючи максимум зусиль. Саме такі дії, досить часто впливають на суспільство, люди захоплюються досягненнями спортсменів і їх прагненням до перемог як у житті так і змаганні. Адже досягнувши успіху в спорті, спортсмени стають знаменитостями.

Ще з давніх часів люди захоплювалися спортсменами тому, що якості спортсмена піддавалися іспиту. Не - рідко у ті часи багато зі спортсменів навіть поклали своє життя за розвиток спорту таким, яким ми його бачимо сьогодні. Люди глибоко поважають спортсменів, бачачи в них героїв часу. Але не все так солодко, як здається на перший погляд. Іноді спортсменам досить важко стати добрим прикладом для наслідування. Я думаю, на це є декілька причин. Ми всі добре знаємо, що чемпіонами в більшості випадків не народжуються. Потрібні титанічні зусилля, щоб досягти чемпіонських висот. Спортсмени потребують постійного тренування і таких зусиль, про які більшості людей навіть буде важко уявити. Наприклад, їзда для людини, не причетної до їзди на боліді Формули один може здатись легкою : надів шолом, заліз у болід та й поїхав.

Насправді, в реальності це не так легко досягти. Формула один - це високошвидкісний спорт, де сила та витривалість є фундаментальними для гонщика. Чи можете ви собі уявити, що під час гонки гонщик може втратити до двох кілограмів ваги, а у гарячому кліматі, де температура в кокпіті досягає 50⁰ C, водій може втратити біля чотирьох кілограмів? Ви не повірите, але близько 3000 калорій використовуються тілом, а серцебиття може досягти 190 ударів за хвилину, навантаження на тіло досягає близько 5G. Тобто тіло переживає в 5 разів більшу вагу. Для цього спеціально розробляються вправи, які тренують шию, трапецієподібних м'язів, спеціальні вправи на руки.

Ще однією з причин незнання суті, я вважаю є відсутність тісного зв'язку між зірками спорту і публікою. В той час, коли більшість людей вивчає, як будувати стосунки з людьми, розвиваючи свої соціальні навички і поглиблюючи свої знання в університеті, спортсмен високого класу живе постійними тренуваннями і ставить перед собою одну ціль – спортивні змагання. Як не дивно, звідси парадоксальна ситуація: з одного боку, кращі спортсмени мають здібності і можуть впливати на інших людей у суспільстві, з іншого боку у спортсменів такого класу не має часу на те, щоб належним чином використовувати свої властивості. Деякі спортсмени мають великий потенціал, але не знають, як ним користуватися.

Як висновок, слід зазначити, що хоча впродовж історії спортсмени відігравали великий вплив на суспільство, їхнє життя далеко не таке прекрасне, як ми вважаємо. Ще з давніх часів вони відгравали велику роль у суспільстві та державі. Беручи участь в Олімпійських іграх, вони відстоювали не тільки свою честь, а й честь держави. Саме тому я впевнений, що бути великим спортсменом - це важка ноша, копітка праця і тяжкі тренування. Багато хто обсяг цих тренувань навіть не може уявити. Багато спортсменів ставлять своє тіло і свою кар'єру на карту заради всіх цих висот. Закінчуючи свою кар'єру, спортсмен, який досягнув великих висот у спорті, стає прикладом для наслідування в суспільстві. Те життя, якого ми прагнемо наслідуючи видатних спортсменів, не таке солодке, як його показують по телевізору. Хоча з величчю приходиться слава і багатство, за цю велич спортсмени платять велику ціну. Багато спортсменів сьогодні є прикладами наслідування для багатьох із нас. Хоча не завжди спортсмен може правильно вплинути на людей, які його наслідують. Я вважаю, що незважаючи ні на що, слід поважати їх та їхні досягнення та здобутки. Треба гордитися героями сьогоднішнього дня. Тому я впевнений, що хоча життя спортсмена досить насичене досягненнями і перемогами, славою та матеріальними і духовними здобутками, його не слід вважати ідеальним, оскільки все це потребує титанічних зусиль і витримки. Ось чому, на мою думку, ідеальне життя спортсмена є не більше, аніж міф.