

УДК 796
Данильченко С.І.
асист. НУ «Запорізька політехніка»

СУЧАСНИЙ СПОРТ: ПРОБЛЕМИ ТА ЇХ ВИРІШЕННЯ

До найбільш гострих протиріч розвитку спорту в сучасному суспільстві відноситься міф про те, що спорт – це чи не єдиний і головний фактор збереження і зміцнення здоров'я. Ніхто не заперечує профілактичного значення занять фізичними вправами. Однак необхідно розуміти, що це – лише один з факторів, що становлять здоровий стиль життя. Крім занять спортом на здоров'я людини впливають екологічна обстановка, режим і якість харчування, наявність шкідливих звичок, рівень життя, спадковість і т. д. Тому не варто безпосередньо пов'язувати стан здоров'я і заняття спортом. Крім цього, відомі трагічні випадки, які сталися з видатними молодими спортсменами через травми і високі спортивні навантаження.

Спорт вищих досягнень пов'язаний з ризиком і необхідністю впливу гранично допустимих фізичних навантажень на організм. На жаль, в силу ряду обставин (налаштованість на перемогу будь-якою ціною, прийом допінгу) спортсмен переходить межу допустимого і завдає шкоди своєму здоров'ю, а іноді і здоров'ю суперника.

В даний час стрімко збільшується число нових видів спорту, особливо екстремальних: маунтінбайк, квадроцикли, фристайл, скутери та багато іншого. Екстремальні види спорту часом витісняють класичні – лижний спорт, легку атлетику, гімнастику.

Однак не можна заборонити людині займатися будь-яким видом спорту і пізнавати можливості власного організму. Тим більше, що часто в житті ми стикаємося з ситуаціями, коли тільки повна концентрація сил дозволяє нам уникнути небезпеки. І чим більше фізичних сил у людини, тим з меншими втратами для здоров'я вона виходить з важкої ситуації. Спорт допомагає моделювати проблемні ситуації і знаходити шляхи виходу з них. Тому кожна людина повинна вирішувати, до якого рівня спортивних досягнень їй прагнути.

Вирішити протиріччя, пов'язані зі спортом і здоров'ям спортсмена, можна шляхом вдосконалення спортивного інвентарю, правил змагань, поліпшення матеріально – технічного оснащення спортивних баз, профілактики здоров'я, медичного контролю за здоров'ям спортсменів, а також підвищення якості професійної підготовки тренерського складу. Однак поки проблема «спорт і здоров'я» залишається невирішеною.

Посилює цю проблему наявність системи відбору талановитих дітей, коли підбирається не спорт для дитини, а дитина для спорту. Селекційний відбір є серйозним психологічним стресом для багатьох дітей і батьків, що часто назавжди відштовхує дитину від занять спортом. Використання спеціальних технологій, «відпрацьованих» на дорослому контингенті, без адаптації їх до методики дитячо-юнацького спорту призводить до передчасної «накачуванні» юного спортсмена, і про спортивне довголітті не

може бути й мови. Це протиріччя в сфері дитячо-юнацького спорту в кінцевому підсумку спотворює сутність спорту, калічить спортсменів фізично і морально.

Не менш складна ситуація складається у фармакологічній службі спорту. Використання допінгів, що почалося лише в 1970-1980-і рр., досягло значного поширення у всіх видах спорту. Проблема допінгу неоднозначно сприймається в суспільстві. Звичайно, таким чином спорт виграє в видовищності, але набагато більше програє в гуманності. Адже за умови застосування допінгу мова не йде про виявлення найсильнішого, в даному випадку йде боротьба між медиками і фармакологами, які можуть найбільш вдало «накачати» спортсмена.

У той же час не викликає сумніву той факт, що сучасний спортсмен відчуває величезні тренувальні навантаження і його організм не в змозі швидко відновитися без допомоги фармакологічних засобів. Якщо не використовувати підтримуючі препарати, спортсмен буде не в силах тренуватися в сучасних обсягах і заданих режимах інтенсивності, а негативні наслідки навантажень приведуть до патологічних змін в його організмі і психіці.

Таким чином, шлях вирішення цих та інших соціальних протиріч сучасного спорту в посиленні освітньої, наукової і культурологічної складових спортивної діяльності. Становлення і інтенсивний розвиток спортивної культури можуть істотно підвищити потенціал сучасного спорту і формувати позитивну громадську думку, що дозволяє знаходити нові ресурси для масового залучення людей в спортивний рух.