

Вадим ТОНОЯН

ВЛИЯНИЕ ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ ВИДОВ СПОРТА НА РАЗВИТИЕ МОЛОДЕЖНОГО ДВИЖЕНИЯ В РОССИИ

Учитывая доступность и популярность уличного экстремального вида спорта, особенно среди школьников и малообеспеченных слоев молодежи, автор раскрывает весь спектр факторов, которые положительно влияют на физическое и морально-психологическое состояние российской молодежи.

Taking in consideration availability of street extreme sports especially among schoolchildren, students and youth from families with low income, its popularity and staginess, the author discloses wide spectrum of factors, which positively influences a physical, moral and psychological state of the Russian youth.

Ключевые слова:

современное молодежное движение, экстремальный спорт, уличный экстремальный спорт, физическое состояние современной российской молодежи; modern youth movement, extreme sports, street extreme sport, physical state of modern Russian youth.

Политические процессы и экономические изменения в России в конце 80-х — начале 90-х гг. XX в. привели к разрушению стройную систему физического воспитания советской молодежи. Многолетняя отработанная система физической подготовки, начиная с дошкольного возраста и заканчивая обучением в вузах, стала давать сбой. По официальным данным Госкомстата РФ, за последнее десятилетие резко возросла численность патологических заболеваний. У 42% детей наблюдается общая функциональная неполноценность кардиореспираторной системы, более половины учащихся в общеобразовательных школах имеют ослабленное здоровье, резко снижен уровень физической подготовки среди студенческой молодежи. Около четверти призывников признаются негодными к службе в армии по состоянию здоровья, а более половины призванных в армию не выполняют необходимые нормативы. Данная тенденция ухудшения здоровья подрастающих поколений влечет за собой последующее снижение здоровья во всех возрастных группах, что негативно сказывается на качестве трудовых ресурсов, приводит к снижению средней продолжительности жизни — важного показателя междунационального индекса человеческого развития по системе ООН. Негативную динамику отражают и возрастающие показатели употребления алкоголя и наркотиков среди молодежи, что приводит к резкому росту подростковой преступности. Так, около 100 тыс. несовершеннолетних совершают общественно опасные деяния, пополняя ряды криминальных сообществ.

Хорошо известно, что систематические занятия физической культурой и спортом, восприятие спортивных этических норм не только оказывают общее профилактическое воздействие на организм человека и повышают уровень здоровья, но и способствуют увеличению сопротивляемости организма вредным физическим и социальным воздействиям окружающей среды, в т.ч. и криминальных структур. К сожалению, в нашей стране оздоровительный потенциал физической культуры, особенно в сфере формирования позитивных морально-волевых качеств подростков и молодежи, за годы реформ явно недооценивался со стороны как властных структур, так и общественности в целом. Недаром послание президента РФ Д.А. Медведева Федеральному Собранию в

ТОНОЯН

Вадим

Хоренович —

студент 4 курса

Российского

государственного

университета

физической

культуры, спорта

и туризма, чемпион

мира, многократный

чемпион Москвы

и России, призер

чемпионата Европы,

мастер спорта по

карате-до Шотокан

atq3691@mail.ru

декабре 2010 г. было посвящено проблеме оздоровления молодежи¹.

Отсутствие государственной политики в области физической культуры и спорта в предыдущие годы реформ привело к тому, что спасение утопающих стало делом рук самих утопающих. Стихийно и резко возросло число экстремальных видов спорта среди молодежи, брошенной на произвол судьбы. Но такова и мировая тенденция. В начале XXI в., благодаря развитию информационной революции, снижению физических нагрузок и значительному увеличению нервно-психических перегрузок, у современной молодежи возрос интерес к экстремальным видам спорта. В узком смысле слова под этими видами спорта подразумевают связанные с реальным риском для здоровья и жизни виды спортивной деятельности, направленные на противоборство с экстремальными явлениями природы: снежными лавинами, гигантскими морскими волнами, малодоступными горными реками и вершинами. Среди них наиболее известны сноубординг, скейтбординг, виндсерфинг, скайсерфинг (прыжки с лыжей на выполнение различных фигур в свободном падении), вейкбординг (катание на доске за буксировочным катером), скийоринг (буксировка лыжника мотоциклистом), кайтинг (буксировка лыжника воздушным змеем) и др.

В последнее время к ним прибавились различные способы покорения артефактов «каменных джунглей» современных мегаполисов. Многие из них связаны с преодолением разного рода социальных табу и технических препятствий, начиная от татуажа и граффити и заканчивая предельно опасными видами уличного экстремального спорта. «Турникетджампинг» – перепрыгивание через турникеты для транспортных «зайцев»; «платформинг» – проникновение на платформы электричек через заграждения; «зацепинг» – катание на поездах с внешней стороны; «руфрайдинг» – катание на крышах поездов; «электричинг» – бег по вагонам от контролеров, проползание под вагонами и лежание на рельсах под движущимися поездами. Все эти виды спортивной активности современной молодежи совершаются с целью получения адреналинового кайфа, финансовой экономии и бесплат-

ной игры со смертью на грани физических и психологических способностей. На эту тему написаны десятки книг и исследований, предлагающих самые различные версии и попытки объяснить данный феномен: от стремления к самоуничтожению, стихийного молодежного протеста против общества потребления до самовыражения личности, бунтующей против государственной системы подавления в современном обществе.

Предметом нашего исследования являются некоторые разновидности уличного экстремального спорта – «станд ворлд роуд», интерес к которым среди молодых россиян, особенно среди подростков старшего школьного возраста, в последние годы резко возрос. Среди позитивных качеств уличного экстремального спорта следует отметить доступность, отсутствие больших финансовых вложений, в отличие от «спорта богатых» (горные лыжи, кайтинг, скийоринг и пр.), а также возможности для совершенствования не только физических сил организма, но и морально-этических и духовно-волевых качеств спортсмена. Значительно улучшается эстетика и гармония физического, эмоционально-образного, духовного и интеллектуального развития человека. Тем самым реализуется «теория малых дел», когда каждый человек становится не только господином своей судьбы, но и позитивно влияет на ход общечеловеческого развития. Поэтому попытки наиболее активной и продвинутой части молодежи оптимальным образом устроить свою жизнь и судьбу при помощи экстремальных видов спорта следует только приветствовать в качестве одного из вариантов решения глобальных проблем общества.

Остановимся на некоторых видах уличного экстремального спорта, которые получили распространение в РФ и являются наиболее доступными. Паркур (фр. *parkour*, сокр. *parcour du combatant* – дистанция, полоса препятствий), или фриран (англ. *free run* – свободный бег), – физическая дисциплина, связанная с тренировками для преодоления любых препятствий путем приспособления своих движений к окружающей среде. Паркур является симбиозом гимнастики, легкой атлетики, боевых искусств и альпинизма. Молодые ребята – трейсеры учатся виртуозно преодолевать любые препятствия внутри города (лестницы, перила, ограж-

¹ Российская газета, 2 декабря 2010 г.

дения) только благодаря собственной силе и натренированности. Особый интерес к этому виду спорта появился после выхода в свет фильмов «Ямакиси» и «13-й район». В настоящее время в Британии предлагается ввести паркур в школьную программу уроков физкультуры вместо традиционного среди английских школьников бега по пересеченной местности. В Москве паркур появился в октябре 2002 г., в 2006 г. стал известен в других городах России, с тех пор приобретает все большую известность. Появляются команды, тренеры, сайты, соревнования, с 2007 г. проводятся фестивали паркура.

Воркаут (гетто воркаут, стрит воркаут) (англ. *workout* – тренировка, разминка, напряжение сил) – новое уличное экстремальное фитнес-направление, уличный бодибилдинг, который основывается на тренировках с собственным весом и пропагандирует здоровый образ жизни. Для воркаута характерно использование окружающей среды в качестве снарядов для упражнений, и это означает, что данным видом спорта можно заниматься где угодно и когда угодно. Хотя воркаутеры совершенствуют свое тело в уличных условиях, а не в спортзалах, лучше, однако, если оборудуются специальные площадки для занятий с установленными брусками, турником, шведской стенкой, наклонной доской и скамейкой. Пропагандируя свой вид спорта, воркаутеры особенно подчеркивают, что он не имеет каких-то утвержденных правил, дает простор для создания новых движений и, по аналогии с брейк-дансом, основывается на воображении и творчестве.

Уличный экстремальный спорт является одним из немногих доступных видов спорта, который в буквальном смысле уже оторвал многих молодых людей от таких социальных болезней, как курение, алкоголь, наркомания, уличная преступность. Он стимулирует молодежь к занятию спортивной и иными общественно-полезными видами деятельности, помогает получить навыки самоутверждения, повысить личную конкурентоспособность. Уличный экстремальный спорт развивает личность не только в физическом, но и духовном смысле, пропагандирует здоровый образ жизни среди молодежи и продвигает идею доступности сильного, здорового и красивого тела. Бесплатность тренировок в этих видах уличного спорта ломает устой-

чивый стереотип, что добиться результатов можно, только занимаясь в дорогих фитнес-клубах, на модных тренажерах, с помощью специального фитнес-питания.

Благодаря уличному экстремальному спорту молодые люди делают выбор в пользу здорового образа жизни, а не курения и наркотиков, несмотря на многомиллиардные траты табачных и алкогольных компаний на рекламу своей продукции. Ежегодно организуются молодежные фестивали уличной культуры «Сникерс Урбания», включающие экстремальный спорт, граффити, брейк-данс, фристайл (выступления рэпперов), некоммерческие конкурсы музыкальных групп. Цель этих фестивалей – дать шанс молодежи заявить о себе и продемонстрировать возможность попробовать свои силы на профессиональном оборудовании для экстремальных видов спорта.

Известно, что в основе человеческой деятельности лежат две пары основных, базовых инстинктов: самосохранения и самоуничтожения, продолжения рода и уничтожения. Они имеют самые разнообразные проявления: от крайнего эгоцентризма до жертвенного героизма, от общечеловеческого гуманизма до мизантропии и ксенофобии. На них основаны ведущие политические идеологии: либерализм, консерватизм, коммунизм и др. Доминирование инстинкта самоуничтожения приводит к наркомании, алкоголизму, табакокурению, которые, по сути, являются формами медленного самоубийства. Доминирование инстинкта уничтожения служит основой для разного рода социальных конфликтов и многочисленных «войн против всех за власть и собственность». Гипертрофированные инстинкты продолжения рода и самосохранения приводят к разного рода сексуальным извращениям, культу гедонизма и эгоизма, когда люди решают свои проблемы за чужой счет, любым путем.

Попытки блокировать негативное влияние гипертрофированных инстинктов при помощи мировых религий, культурных запретов, воспитания «нового советского человека», американского супермена, нацистского сверхчеловека и т.д., как показывает опыт мировой истории, оказались малоуспешными. Человечество создало такую гору оружия массового уничтожения, которая способна многократно уничтожить все живое на Земле,

а сама планета оказалась заложницей все усиливающегося экологического кризиса. Пока международные организации и великие державы демонстрируют малопродуктивные попытки решить глобальные проблемы, молодежь стремится жить долго, счастливо и красиво здесь и сейчас. И это возможно в том числе при самовоспитании и самосовершенствовании в рамках экстремальных видов спорта, которые раскрывают резервные возможности человеческого тела и духа во всех его сферах: физической, эмоционально-образной, волевой, интеллектуальной. Экстремальные ситуации обнажают истинную сущность человека: либо он старается на ней нажиться любым путем, либо проявляет альтруизм, жертвенность и сотрудничество. В группах, занимающихся экстремальными видами спорта, обычно царит атмосфера подлинной дружбы и взаимопомощи. Здесь групповая солидарность позволяет преодолевать любые трудности.

В современном мегаполисе, и особенно в Москве, любой человек, чтобы выжить, должен овладевать навыками экстремальных видов спорта: умению переходить улицы и многочисленные разрытия, спасаться от сосулек и гололеда, увертываться от автомобильных лихачей во внутривидовых проездах, вести себя грамотно при встрече с террористами и т.д. Эти навыки не только помогают избежать страховых случаев, но и способствуют увеличению активности, качества и продолжительности жизни. В современной жизни необходимо быть готовым ко всему, учиться на чужих ошибках, стойко переносить несчастья. Самодостаточный человек — счастливый человек; спорт укрепляет

тело, проясняет разум, несет мир и дает полноту жизни.

Занятия экстремальными видами спорта помогут стать господином своих желаний, иметь сильную волю, позитивные чувства и здоровые мысли, поскольку сама жизнь есть экстремальная борьба за увеличение ее продолжительности и качества.

Биологической потребностью человека является наличие свежего воздуха, чистой воды и определенного минимума физических нагрузок. Житель мегаполиса этого лишен. Молодежь на инстинктивно-эмоциональном уровне пытается компенсировать этот дефицит в самой разнообразной форме — от злостного хулиганства, политического радикализма до экстремальных видов спорта. И именно последний является социально и гуманитарно наиболее приемлемым ответом на вызовы современной цивилизации. Экстремальный спорт делает личность конкурентоспособной во всех отношениях, здоровой не только в физическом и нервно-психическом смысле, но и в социально-культурном аспекте, позволяя использовать при этом резервные мощности человеческого организма и межличностные отношения на основе спортивной этики.

Будем надеяться, что экстремальные виды спорта не только остановят все более убыстряющиеся процессы физической деградации и нравственного одичания подрастающих поколений, но и приведут молодежь к здоровому образу жизни, здоровому смыслу и господству здорового духа в здоровом теле. Физическое, эмоционально-волевое, морально-этическое и умственное совершенствование молодежи не только поможет ей стать полноценными гражданами Российской Федерации, но и образцом для мира в целом.