UNIVERZITET CRNE GORE

FAKULTET ZA SPORT I FIZIČKO VASPITANJE

**ESEJ**

Tema: Sport i fizička aktivnost u izolaciji izazvanoj korona virusom

 Student: mr Dragan Baćović

Nikšić, 2020. godine

Kada je već 2019. godina bila na izmaku, u malenom gradiću Vuhanu u Kini, kod jednog radnika koji prodaje životinje na pijaci konstantovan je virus koji je dobio ime korona virus (COVID19). Smatra se da je zaraženi radnik zadobio virus prilikom kontakta sa određenom životinjom (prema nezvaničnim informacijama). Nedugo zatim korona virus je počeo da se širi kroz cijelu Kinu, i velikom brzinom je obuhvatio gotovo cijeli svijet. Nažalost, navedeni virus odnosi veliki broj ljudskih života, i u cijelom svijetu je unio veliku paniku i strah. Ubrzo je proglašen globolnom pandemijom, i mnoge države u svijetu su morale da preduzmu različite restriktivne mjere koje se odnose na: zatvaranje Univerziteta i škola, različitih firmi i preduzeća, zabranu održavanja svih sportskih događaja i rekreativnih aktivnosti u prirodi, i mnogih drugih aktivnosti koje se sprovode u svakodnevnim životnim uslovima. Takođe, mnoge države su uvele tkz. izolaciju, tj. ograničile su kretanje ljudi kako bi što manje dolazili u kontakt jedni sa drugima, i na taj način spriječile prenošenje virusa.

Zbog novonastale situacije usred globalne pandemije korona virusa, mnogi sportisti i osobe koje se bave rekreacijom su spriječene da se bave fizičkom aktivnošću na način koji su to radili u svojim svakodnevim životima. Pojava korona virusa se negativno odrazila na sport, prvenstveno iz zdravstvenih razloga, koji se odnose na to, da je veliki broj sportista zaražen. Sa druge strane, opšte je poznat pozitivan uticaj bavljenja sportom na ljudski organizam. Takođe, postoje i mnogi drugi razlozi negativnog uticaja korana virusa na sport, fizičku aktivnost i zdravlje ljudi kao što su: ekonomski, takmičarski, sociološki, psihološki, politički, pedagoški, medijski i sl. Sport je svjetski fenomen sa ogromnim finansijskim bilansima i ekonomskim uticajem na mnoga dešavanja u svakodnevnom životu. Prema rekreativno-turističkim pokazateljima iz 1992. godine kada je održan najveći broj sportskih manifestacija, njihova posjećenost je bila bilizu 26,000,000 ljudi. Može se sa visokom pouzdanošću reći da su veći dio tih posjetilaca predstavljali rekreativci i turisti, koji su u isto vreme predstavljali i ekomomsku silu tih manifestacija. Novonastala situacija je izazvala otkazivanje gotovo svih sportskih manifestacija i takmičenja do perioda kada ne bude bilo opasnosti od virusa. Otkazivanje sportskih takmičenja će proizvesti ogromne finansijske gubitke, koji će imati negativan uticaj na ekonomiju svih država. Korona virus je uspio da utiče na otkazivanje Olimpijskih igrara koje su trebale da se održe naredne godine u Tokiju, i koje okupljaju najbolje sportiste svijeta, koji se takmiče u različitim sportovima i sportskim disciplinama. Najveću draž sporta predstavlja samo takmičenje, gdje sportisti ulažu maksimalne napore, i često ugrožavaju svoje zdravlje kako bi postigli određeni rezultat. Iako u toku izolacije sportisti mogu sprvovoditi određeni dio svog trenažnog programa, ne mogu u potpunosti održavati svoju formu bez učešća na takmičenjima, gdje razvijaju i pokazuju svoje kvalitete na najbolji mogući način. Izolacija izavzvana pojavom navedenog virusa negativno utiče i u pogledu sociološkog aspekta. On se ogleda kroz međusobno druženje sportista, razvijanje određenih crta ličnosti, kao i na socijalnu pripadnost unutar jedne ekipe ili tima. Takođe, sami gledaoci nemaju mogućnost da posjećuju sportske događaje ili da ih prate putem malih ekrana sa svojim prijateljima, čime kroz sport ispoljavaju svoje socijalne potrebe. Opšte je poznat uticaj medija u današnjem savremenom životu, a pogotovo se to odnosi na sport, koji je bukvalno postao neizostavan dio čovjekovog života. U samom odnosu sporta i medija “okreće“ se velika količina novca. To se najviše odnosi na tkz. tv prava, koja određeni klubovi i timovi prodaju medijskim kućama, i na taj način zarađuju velike količine novca. Sa druge strane mediji zarađuju od same gledanosti sportskih događaja, koji se emituju putem televizijskih prenosa. U trenutnoj situaciji, i sport i medijske kuće su u velikim finansijskim gubicima koji su prouzrokovani pojavom korona virusa. Kada se pogleda psihološki uticaj izolacije izazvane pojavom virusa, može se reći da, utiče na pad motivicije kod sportista, da će izgubiti formu koju su imali prije izolacije, uslijed neadekvatnih trenažnih stimulusa prlilikom boravka u izolaciji. Zbog svoje popularnosti i sveprisutnosti savremeni sport je postao instrument "meke moći" država, koje organizacijom velikih sportskih događaja jačaju svoju poziciju i ugled u svijetu, i na taj način koriste sport kroz svoje političko djelovanje. Trenutna situacija u svijetu zabranjuje organizovanje bilo kakvih sportskih događaja i manifestacija, što utiče na smanjenu povezanost politike i sporta, i značajno opadanje profita. Posebnu ulogu, koja je uskraćena u doba korona virusa ima tkz. pedagoški uticaj sporta, koji se ogleda u podsticanju djece i omladine da se bave sportom kao zdravim načinom života, i tako razvijaju svoj duh i tijelo.

Pored sporta, koji je postao svakodnevica mnogih ljudi širom svijeta, uvedena izolacija ima ogroman uticaj na smanjenje fizičke aktivnosti opšte populacije. Dobro je poznato, kakav uticaj ima fizička aktivnost na sam organizam čovjeka. Redovna fizička aktivnost ima brojne koristi po fizičko, mentalno i socijalno zdravlje. Prema Svjetskoj zdravstvenoj organizaciji, umjerena fizička aktivnost, zajedno sa zdravom ishranom predstavlja glavnu komponentu u prevenciji hroničnih bolesti (WHO, 2004). Procjenjuje se da fizička neaktivnost godišnje uzrokuje 1,9 miliona smrti ljudi širom svijeta (WHO, 2003). Definitivno, u teškim situacijama kao što je ova, čovjek počinje više da cijeni fizičku aktivnost kada mu je ona skoro u potpunosti zabranjena. Uticaj fizičke aktivnosti na čovjekovo zdravlje na najbolji način je opisao jedan ljekar iz Kine još u II vijeku prije nove ere u poslovici koja glasi: “I kao što kvaka na vratima ne rđa jer se često otvara, tako i čovjek koji se giba ne boluje. U situaciji u kojoj se nalazimo uslijed primorane izolacije, čovjek ne može da se kreće na način na koji se kretao i sprovodio fizičku aktivnost kao prije pojave virusa. Tokom boravka u kućnim uslovima, takođe se može sprvoditi određena fizička aktivnost, kako bi se što više uticalo na smanjenje negativnih efekata koje je izolacija donijela.

Jasno je da je korona virus blokirao sve sportske aktivnosti, odložio takmičenja, zabranio treninge sportista i osoba koje se bave rekreativno fizičkom aktivnošću. Osobe koje su na bilo koji način povezane sa sportom i fizičkom aktivnošću, bilo da su sportisti, sportski radnici, rekrativci ili samo posmatrači i ljubitelji sporta, u vrijeme pandemije koronavirusa bi trebalo barem na neki način da utiču na njihovo unapređenje. Napredak se može odnositi na to da se osobe bave fizičkom aktivnošću kod kuće, da utiču na druge ljude da ostanu aktivni, ili da neki način unaprijede polje sportskih nauka, tako što mogu napisati određeni naučni rad ili priručnik koji će se baviti programom treninga za sportiste i rekreativce koji mogu sprovoditi u svojim domovima. Ostaje nada, da će iz novonastale situacije svijet da izađe pametniji i svjesniji prije svega značaja ljudskog života, a pored toga i fizičke aktivnosti koja predstavlja jedan od najvažnijih aspekata za unapređenje čovjekovog zdravlja.

**Literatura**

World Health Organization (2003). *Global strategy on diet, physical activity and health*. Geneva: World Health Organization.

World Health Organization (2004). *World health report.* Geneva: World Health Organization.