

DOI 10.15593/2224-9354/2017.1.7

УДК 316.6–057

В.В. Левченко, Ю.Ф. Мялицина

ОБРАЗ ЖИЗНИ СОВРЕМЕННЫХ РОССИЙСКИХ СПОРТСМЕНОВ

В статье анализируется образ жизни профессиональной группы спортсменов в качестве устойчивых форм социального бытия, совместной деятельности людей, типичных для исторически конкретных социальных отношений, формирующихся в соответствии с генерализованными нормами и ценностями, отражающими эти отношения. Основными показателями образа жизни спортсменов выступили: труд и рабочее время, материальное благосостояние, социальное обеспечение и здравоохранение, свободное время, бытовые условия, брак и семья, участие в политической жизни страны, жизненные ценности, проявление девиантного поведения. Приведены результаты конкретного социологического исследования особенностей образа жизни профессиональных спортсменов, отличающегося от образа жизни спортсменов-любителей и неспортсменов, выделены преобладающие типы образа жизни в этих социальных группах и факторы, детерминирующие формирование и развитие типов образа жизни и частных характеристик образа жизни, которые не вошли в выделенные типы. Отмечается, что образ жизни профессиональных спортсменов, во многом совпадая с образом жизни неспортсменов, имеет ряд значимых отличий: у профессиональных спортсменов имеет место более высокий уровень физической нагрузки; чаще всего работают вдали от дома; иной характер отношений с работодателем (их большая краткосрочность); реже посещают медицинские учреждения, менее благоприятное семейное положение и меньше вредных привычек.

Ключевые слова: *социология спорта, образ жизни, профессиональные спортсмены, типология образа жизни, факторы, формирующие образ жизни.*

Спортсмены – такая же социально-профессиональная группа, как и врачи, учителя, инженеры. Важнейшей характеристикой этой социальной группы является образ жизни. Кроме того, образ жизни этой профессиональной группы интересен еще и тем, что он имеет множество особенностей, отличающих его от деятельности других профессиональных групп.

Актуальность выбора такой темы, как образ жизни спортсменов, определяется также имеющим место противоречием: с одной стороны, социология спорта выясняет механизмы и характер общественных отношений в сфере физической культуры и спорта, рассматривает роль и место физической культуры и спорта в образе жизни людей, а также специальные взаимодействия в связи с их участием в физкультурно-спортивной деятельности [1], с другой стороны, имеет место практически полное отсутствие прямых социологических

© Левченко В.В., Мялицина Ю.Ф., 2017

Левченко Валерий Витальевич – канд. психол. наук, заведующий кафедрой социологии и политологии ФГБОУ ВО «Пермский национальный исследовательский политехнический университет», e-mail: levv66@mail.ru.

Мялицина Юлия Федоровна – бакалавр социологии, заведующая канцелярией Пожарной части № 6, г. Пермь, e-mail: iyliamf@mail.ru.

исследований именно образа жизни спортсменов (редкие исключения [2] только подтверждают данную закономерность) или места спорта в образе жизни различных социальных групп.

В связи с выявленным противоречием в 2016 году на базе кафедры социологии и политологии ПНИПУ было проведено прикладное исследование с целью сравнить образ жизни людей с разным уровнем спортивной подготовки и выявить специфические характеристики образа жизни у спортсменов и факторы, влияющие на их образ жизни.

Под образом жизни в данном исследовании рассматриваются устойчивые формы социального бытия, совместной деятельности людей, типичные для исторически конкретных социальных отношений, формирующиеся в соответствии с генерализованными нормами и ценностями, отражающими эти отношения [3, 4]. Он возникает в результате реализации и последующей объективации тех или иных многообразных способов и (или) стилей жизни, появления модальной личности, воспроизводящей определенное отношение к миру, характерное для доминирующих моделей жизнедеятельности и консолидирующее основные сегменты социального пространства [5–7].

Спортивная деятельность обуславливает и особый вид социализации, и своеобразный образ жизни. Освоение социальной роли спортсмена, реализация ее на протяжении всей спортивной карьеры позволяет спортсмену накопить значительный не только спортивный, но и жизненный опыт [8, 9].

Образ жизни профессиональных спортсменов существенно отличается от образа жизни простых людей [10–12]. Для образа жизни спортсмена характерно: большие физические и психологические нагрузки, длительное пребывание на соревнованиях и сборах вдали от дома, кратковременность пребывания в профессиональном спорте, подверженность спортсмена различного рода профессиональным заболеваниям, правильное питание и распорядок дня, отсутствие вредных привычек, повышенное внимание со стороны болельщиков. Чаще всего для профессиональных спортсменов их спортивная деятельность и есть образ жизни. Для многих не существует другой жизни кроме спортивной.

В настоящее время наиболее распространенным является выделение следующих уровней спорта, в рамках которых может действовать спортсмен: массовый спорт (народный, ординарный, «спорт для всех»); спорт высших достижений (большой спорт); профессиональный (коммерческий) спорт [1].

Массовый спорт – спорт, в котором соревнование и высокий спортивный результат имеют место, но в большей степени он рассматривается как средство физического воспитания, физической рекреации и двигательной реабилитации. Спорт высших достижений предполагает систематическую плановую многолетнюю подготовку и участие в соревнованиях в избранном виде спорта с целью достижения максимально возможных спортивных ре-

зультатов, победы на крупнейших спортивных соревнованиях. Профессиональный спорт – это спорт, обусловленный коммерческими интересами и являющийся материальным условием существования спортсменов [13].

В нашем прикладном исследовании, осуществленном в 2016 году, было выделено три группы респондентов по степени их включенности в спортивную деятельность: профессиональные спортсмены, любители и не занимающиеся спортом. Далее был осуществлен сравнительный анализ структуры образа жизни этих трех групп респондентов. Основными показателями образа жизни спортсменов выступили: труд и рабочее время (степень включенности в спортивную деятельность, уровень физической нагрузки, продолжительность рабочего времени за день, особенности трудовой деятельности), материальное благосостояние (размер заработной платы, уровень дохода), социальное обеспечение и здравоохранение (характер отношений с работодателем, льготы и выплаты по месту работы, частота посещения медицинских учреждений, оценка своего здоровья, мероприятия по поддержанию здоровья, наличие хронических заболеваний), свободное время (посещение театров, кинотеатров, выставок, посещение клубов, ресторанов, общение с друзьями, чтение книг, журналов, просмотр телепередач, слушание радио, пользование интернетом), бытовые условия (характер жилья, время, потраченное на домашнюю работу, распределение домашних обязанностей, владение предметами обихода, приобретение продуктов питания, приобретение одежды и обуви, приобретение квартир, автомобилей), брак и семья (семейное положение, количество детей, стаж в браке, время, потраченное на общение с детьми), образование (имеющееся образование, дополнительное образование), участие в политической жизни страны (участие в выборах, посещение общественных мероприятий), жизненные ценности, проявление девиантного поведения (вредные привычки, проблемы с законом).

Результаты исследования свидетельствуют о том, что в структуре образа жизни профессиональных спортсменов есть ряд отличительных особенностей. Уровень физической нагрузки у профессиональных спортсменов более тяжелый по сравнению с двумя другими группами респондентов (табл. 1).

Таблица 1

Уровень физической нагрузки респондентов с разной включенностью в спортивную деятельность

Уровень физической нагрузки	Включенность в спортивную деятельность, %		
	Профессионалы	Любители	Не занимаются
Легкая физ. нагрузка	0,0	17,1	34,3
Физ. нагрузка средней тяжести	25,0	57,1	46,8
Физ. нагрузка высокой тяжести	75,0	20,0	3,1
Затрудняюсь ответить	0,0	5,7	9,3
Всего	100,0	100,0	100,0

Это особенности трудовой деятельности: спортсмены чаще всего работают вдали от дома, чаще ездят в командировки. Это характер отношений с работодателем: трудовые отношения спортсменов оформлены на срок от 1 года до 5 лет (трудовые отношения любителей и людей, не занимающихся спортом, чаще всего оформлены бессрочным контрактом). Это частота посещения медицинских учреждений: профессиональные спортсмены реже посещают медицинские учреждения. Это семейное положение: профессиональные спортсмены реже других состоят в браке. И это вредные привычки: профессиональные спортсмены реже употребляют алкоголь.

В исследовании были выделены три основных типа образа жизни спортсменов по таким основаниям, как материальное благосостояние, семейное положение и состояние здоровья. Среди профессиональных спортсменов и людей, не занимающихся спортом, преобладает неблагоприятный тип образа жизни, а среди любителей – оптимальный (табл. 2). Также интересно заметить, что среди любителей примерно одинаковый процент респондентов с удовлетворительным и неблагоприятным типом образа жизни.

Таблица 2

Типы образа жизни респондентов с разной включенностью
в спортивную деятельность

Тип образа жизни	Включенность в спортивную деятельность, %			Всего
	профессионалы	любители	не занимаются	
Не вошедшие в типы	28,6	20,0	31,3	26,3
Оптимальный	14,3	31,4	12,5	20,0
Удовлетворительный	21,4	22,9	18,8	21,1
Неблагоприятный	35,7	25,7	37,5	32,6
Всего	100,0	100,0	100,0	100,0

При изучении влияния факторов на типы образа жизни получились следующие результаты. Среди мужчин чаще наблюдается оптимальный тип образа жизни, удовлетворительный тип у них встречается реже всего, а среди женщин, наоборот, реже всего встречается оптимальный тип образа жизни, а чаще всего неблагоприятный.

У респондентов в возрасте от 18 до 20 и от 41 и старше преобладает оптимальный образ жизни. Среди респондентов в возрасте от 21 до 30 лет чаще встречается неблагоприятный тип образа жизни. Среди респондентов в возрасте от 31 до 40 лет превалирует удовлетворительный тип образа жизни.

Респонденты из деревни разделились между удовлетворительным и неблагоприятным типом. Респонденты из поселка чаще всего имеют удовлетворительный образ жизни. У выходцев из среднего города, большого города и областного центра чаще всего неблагоприятный тип образа жизни, у респондентов из столицы – оптимальный тип образа жизни.

Среди спортсменов, специалистов, служащих, неквалифицированных рабочих, домохозяек преобладает неблагоприятный тип образа жизни, у руководителей – оптимальный тип образа жизни. Среди учащихся примерно одинаковый процент респондентов с удовлетворительным и неблагоприятным образом жизни. Безработные в большинстве своем обладают удовлетворительным типом образа жизни.

У респондентов со стажем менее 1 года, от 1 года до 3 лет и более 10 лет в большинстве своем неблагоприятный тип образа жизни. У опрошенных со стажем от 3 лет до 5 лет отмечен оптимальный и неблагоприятный тип образа жизни, у респондентов со стажем от 5 до 10 лет – оптимальный и удовлетворительный тип жизни.

При анализе типов образа жизни в зависимости от спортивного разряда получились следующие результаты. Среди респондентов с 1, 2, 3-м разрядом, с разрядом мастер спорта международного класса (МСМК) и тех, у кого нет спортивного звания, в большинстве своем неблагоприятный тип образа жизни. Опрошенные со званием кандидат в мастера спорта (КМС) разделились между оптимальным и неблагоприятным типом образом жизни. Респонденты со спортивным званием мастер спорта (МС) в большинстве своем имеют удовлетворительный тип образа жизни.

Далее при изучении образа жизни проводился также анализ зависимостей частных показателей образа жизни, не вошедших в типы, от различных факторов.

Те респонденты, кто имеет спортивное звание МС и МСМК, чаще ездят в командировки по сравнению с теми, кто имеет 1, 2, 3-й спортивный разряд, КМС и кто спортивного разряда не имеет.

При изучении влияния спортивного звания на частоту посещения медицинских учреждений получились следующие результаты. Те, кто имеет спортивный разряд МСМК, чаще всего посещают медицинские учреждения (регулярно, не реже 1 раза в месяц). Остальные респонденты за медицинской помощью обращаются 1 раз в год или реже 1 раза в год.

В целом при изучении влияния отдельных факторов на характеристики образа жизни выяснилось, что возраст, основной род деятельности, спортивное звание, оценка своего жизненного успеха в большей степени влияют на характеристики образа жизни, а пол, место жительства и стаж работы в меньшей степени определяют характеристики образа жизни. Пол в большей степени влияет на уровень физической нагрузки и не влияет на особенности трудовой деятельности и характер отношений с работодателем. Возраст в большей степени влияет на уровень физической нагрузки и семейное положение и не влияет на характер трудовых отношений. Место жительства в большей степени влияет на уровень физической нагрузки и не влияет на характер отношений с работодателем и семейное положение. Основной род деятельности в большей степени влияет на

уровень физической нагрузки, характер отношений с работодателем и семейное положение. Стаж работы в большей степени влияет на частоту посещения медицинских учреждений и не влияет на особенности трудовой деятельности и употребление алкоголя. Спортивное звание в большей степени влияет на частоту командировок и частоту посещения медицинских учреждений и не влияет на употребление алкоголя. Оценка своего жизненного успеха в большей степени влияет на частоту посещения медицинских учреждений и употребления алкоголя и не влияет на частоту командировок.

Таким образом, можно сделать вывод, что образ жизни профессиональных спортсменов во многом совпадает с образом жизни неспортсменов, но имеет и ряд значимых отличий: у профессиональных спортсменов имеет место более высокий уровень физической нагрузки; есть особенности трудовой деятельности (чаще всего работают вдали от дома); иной характер отношений с работодателем (их большая краткосрочность); реже посещают медицинские учреждения, менее благоприятное семейное положение и меньше вредных привычек.

Список литературы

1. Лубышева Л.И. Социология физической культуры и спорта. – М.: Академия, 2010. – 272 с.
2. Михайлова С.А., Махалин А.В. Особенности условий и образа жизни спортсменов-самбистов горного Алтая [Электронный ресурс]. – URL: <http://www.allbest.ru>.
3. Возьмитель А.А., Осадчая Г.И. Образ жизни: теоретико-методологические основы анализа // Социологические исследования. – 2009. – № 8. – С. 58–65.
4. Акулич М.М., Тюшляева И.Е. Проблема изучения образа жизни в истории западной социологии // Вестник Тюменского государственного университета. Социально-экономические и правовые исследования. – 2008. – № 4. – С. 24–30.
5. Рывкина Р.В. Образ жизни населения России: социальные последствия реформ 90-х годов // Социологические исследования. – 2001. – № 4. – С. 32–39.
6. Михайлова Л.И. Образ жизни человека как предметное поле социологического осмысления [Электронный ресурс]. – URL: <http://ecsocman.hse.ru/data/383/712/1217/001.MIKHAILOVA.pdf>.
7. Толстых В.И. Образ жизни. Понятие. Реальность. Проблемы. – М.: Политиздат, 1975. – 184 с.
8. Лубышева Л.И. Социальная роль спорта в развитии личности и социализации личности // Теория и практика физической культуры. – 2001. – № 1. – С. 2–5.
9. Журбина А.Д. Социологические аспекты физической культуры и спорта // Научный вестник Московского государственного технического университета гражданской авиации. – 2007. – № 113. – С. 146–150.

10. Рудаков А.Л. Саногенная рефлексия в контексте формирования здорового образа жизни спортсменов // Школа и личность / Краснояр. гос. пед. ун-т им. В.П. Астафьева. – Красноярск, 2006. – С. 162–164.

11. Паначев В.Д. Развитие спортивной культуры студенческой молодежи // Вестник Пермского национального исследовательского политехнического университета. Социально-экономические науки. – 2012. – № 17. – С. 36–44.

12. Паначев В.Д., Сырчиков А.С. Социологический аспект анализа физической культуры общества // Вестник Пермского национального исследовательского политехнического университета. Социально-экономические науки. – 2010. – № 7. – С. 95–103.

13. Терминология спорта. Толковый словарь-справочник / А.Н. Блеер, Ф.П. Сулов, Д.А. Тышлер. – М.: Академия, 2010. – 464 с.

References

1. Lubyshva L.I. *Sotsiologiia fizicheskoi kul'tury i sporta* [Sociology of physical culture and sports]. Moscow, Akademiia Publ., 2010, 272 p.

2. Mikhailova S.A., Makhalin A.V. *Osobnosti uslovii i obraza zhizni sportsmenov-sambistov gornogo Altaia* [Living conditions and lifestyle of sambo athletes in the Altai Mountains region]. Available at: <http://www.allbest.ru>.

3. Voz'mitel' A.A., Osadchaia G.I. *Obraz zhizni: teoretiko-metodologicheskie osnovy analiza* [Lifestyle: theoretical and methodological framework of the analysis]. *Sotsiologicheskie issledovaniia*, 2009, no. 8, pp. 58–65.

4. Akulich M.M., Tiushliaeva I.E. *Problema izucheniia obraza zhizni v istorii zapadnoi sotsiologii* [The problem of lifestyle studies in the history of Western sociology]. *Vestnik Tiimenskogo gosudarstvennogo universiteta. Sotsial'no-ekonomicheskie i pravovye issledovaniia*, 2008, no. 4, pp. 24–30.

5. Ryvkina R.V. *Obraz zhizni naseleniia Rossii: sotsial'nye posledstviia reform 90-kh godov* [Russian population lifestyle: social consequences of the 90s reforms]. *Sotsiologicheskie issledovaniia*, 2001, no. 4, pp. 32–39.

6. Mikhailova L.I. *Obraz zhizni cheloveka kak predmetnoe pole sotsiologicheskogo osmysleniia* [The image of a person's lifestyle as a subject field of sociological reflection]. Available at: <http://ecsocman.hse.ru/data/383/712/1217/001.MIKHAILOVA.pdf> (accessed 10 September 2016).

7. Tolstykh V.I. *Obraz zhizni. Poniatie. Real'nost'. Problemy* [Lifestyle. Notion. Reality. Problems]. Moscow, Politizdat Publ., 1975, 184 p.

8. Lubyshva L.I. *Sotsial'naiia rol' sporta v razvitii lichnosti i sotsializatsii lichnosti* [The social impact of sports on the development and socialization of individual]. *Teoriia i praktika fizicheskoi kul'tury*, 2001, no. 1, pp. 2–5.

9. Zhurbina A. D. *Sotsiologicheskie aspekty fizicheskoi kul'tury i sporta* [Sociological aspects of physical culture and sports]. *Nauchnyi vestnik Moskovskogo*

gosudarstvennogo tekhnicheskogo universiteta grazhdanskoi aviatsii, 2007, no. 113, pp. 146–150.

10. Rudakov A.L. Sanogennaia refleksiiia v kontekste formirovaniia zdorovogo obraza zhizni sportsmenov [Sanogenic reflection in the context of the athletes' healthy lifestyle formation]. *Shkola i lichnost'*. KGPU im V.P. Astaf'eva, 2006, pp. 162–164.

11. Panachev V.D. Razvitie sportivnoi kul'tury studencheskoi molodezhi [Development of sports culture in students]. *PNRPU Sociology and Economics Bulletin*, 2012, no. 17, pp. 36–44.

12. Panachev V.D., Syrchikov A.S. Sotsiologicheskii aspekt analiza fizicheskoi kul'tury obshchestva [Sociological analysis of the aspect of the society's physical culture]. *PNRPU Sociology and Economics Bulletin*, 2010, no. 7, pp. 95–103.

13. Bleer A.N. Terminologiiia sporta. Tolkovyi slovar'-spravochnik [Sports terminology. Reference dictionary]. Moscow, Akademiia Publ., 2010, 464 p.

Получено 31.08.2016

V.V. Levchenko, Yu.F. Myalitsina

THE LIFESTYLE OF MODERN RUSSIAN ATHLETES

The article studies the lifestyle of a group of professional athletes as a sustainable form of social life. This form of people's collaboration is typical for the historically specific social relations that are formed in accordance with the generalized norms and values reflecting these relations. Basic athletes' lifestyle indicators include such concepts as work and labour hours, financial standing, social welfare and healthcare, leisure time, living conditions, marriage and family, participation in the political life of the country, life values and deviant behavior manifestations. The findings of the sociological research reflect distinctive features of professional athletes' lifestyle and the lifestyle of the amateurs and non-athletes. The research defines the dominant types of lifestyle in these social groups. It also presents the determining factors of lifestyle formation and development, as well as specific characteristics that have not been included in the dominant types. The authors claim that professional athletes' lifestyle coincides largely with the lifestyle of non-athletes, however, it has a number of distinctive features such as higher workloads, work peculiarities (athletes often work far from home), short-term relations with the employer, less frequent visits to health care institutions, lower family status and fewer bad habits.

Keywords: *sport sociology, lifestyle, professional athletes, lifestyle typology, lifestyle-shaping factors.*

Valery V. Levchenko – Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Head of the Dept. of Sociology and Political Science, Perm National Research Polytechnic University, e-mail: levv66@mail.ru.

Yulia F. Myalitsina – Undergraduate Student in Sociology, head of the office Fire station No. 6, Perm, e-mail: iyliamf@mail.ru.