**«Профессия – Спорт!»**

*Подготовил студент 3 курса 12 группы Жуковский Павел Сергеевич*

Изначально я не знал, про какое именно спортивно-массовое мероприятие написать, чтобы было интересно, но потом я вспомнил, что, когда я ещё был школьником, я ходил в спортивную секцию по каратэ. В то время я посещал несколько турниров, связанных с этой спортивной дисциплиной, поэтому я хотел бы поделиться одним из подобных спортивно-массовых мероприятий.

Конкретно то мероприятие, о котором я говорю, проводилось в республиканских масштабах. Каратисты со всех городов съезжались в Минск в спорткомплекс на Уручье, чтобы показать себя. Данные мероприятия проводятся уже давно, чуть ли не c девяностых годов прошлого века, а сама дисциплина – и вовсе берёт свои начала в далёкой Японии.

Вообще, что такое каратэ? Это не только умение драться или защищаться в ближнем бою, как думают многие. Эта дисциплина во многом заключается в умении правильно дышать, сохранять дух в спокойствии. Есть вещи в этом виде спорта, которые я изначально просто не понимал. Например, для того, чтобы сохранять силы и ровно держать дыхание, важно правильно двигаться и в определённые моменты времени делать правильные вдохи и выдохи.

Также на каратэ учат общению. Тренер нередко разбивает ребят на пары или группы для каких-либо совместных упражнений. Это помогает не только общему укреплению здоровья и улучшению техники учащихся, но и поддерживает их дружбу и коммуникабельность.

В этой дисциплине также часто приходится тренироваться с различными видами оружия, такими, как нунчаки, бо, и многие другие. Каждые из них по-своему хороши для тренировки нашего тела. Например, с помощью нунчак можно очень хорошо разминать кисти рук, что особенно полезно для тех учащихся, что в будущем будут работать на профессии, где это важно, например, программистами или переводчиками.

Таким образом, такая дисциплина, как каратэ, очень даже всесторонне развивает все аспекты личности, как физические, так и духовные.

Так вот, мне пришлось однажды поучаствовать в одном из турниров по данной дисциплине. Данный турнир представлял собой сетку противников. Сетки делались по группам в соответствии с приблизительно равной весовой категорией, чтобы противниками были ребята с более-менее одинаковым весом. Схватка представляла собой рукопашный бой в специальных мягких перчатках, а также специальных накладок на челюсти – капп. Всё это нужно для того, чтобы обеспечить меры безопасности для участников. Для победы над противником требуется два раза нанести ему удар либо в голову, либо в живот (но как правило, удар не сильный, ведь, как я упомянул выше, бой проводится в специальных резиновых перчатках и каппах), чтобы получить очки. Как правило, удар можно заблокировать, поэтому очень важно для участников найти такой момент, когда противник не готов к удару. Если же у участников заканчивается время, то им дают дополнительное время. Если и оно заканчивается, то бой длится до первой ошибки от любого из участников. Таким образом определяется победитель схватки.

Касаемо призовых мест, есть 3 призовых места: золото, серебро и бронза. Эти места выдаются трём лучшим участникам каждой весовой категории. Также этим участникам предоставляется право поучаствовать в соревнованиях мирового масштаба, а также вручаются медали на торжественной церемонии в конце спортивно-массового мероприятия.

На всякий случай, за всеми боями наблюдают одновременно 3 человека: главный судья и два его помощника. Среди судей были чемпионы каратэ, а также просто опытные каратисты. На случай каких-либо ранений есть палатка с медиками, в которой есть все необходимые медикаменты. Таким образом соблюдаются меры безопасности.

Когда я был на турнире, мне удалось победить в одной схватке, но позже я проиграл в следующей, так и не дойдя до призового места. Кстати говоря, абсолютно всем участникам выдаются поощрительные призы. В моём случае это были шоколадка и наклейка. Было приятно получить хотя бы эти подарки.

В самом конце мероприятие лучшие каратисты демонстрируют заранее подготовленные первоклассные и очень зрелищные представления, в которых они оперируют различными каратистскими приёмами и оружиями. Ради этой части мероприятия также стоит его посетить.

В целом можно сказать, что качество организации данного спортивно-массового мероприятия на достаточно высоком уровне. Судьи, представляющие из себя профессиональных каратистов, что и сами нередко участвуют в подобных турнирах, как правило, работают честно и стараются поддерживать физическое и эмоциональное состояние всех участников.

Что я вынес из этого мероприятия? Во-первых, это была прекрасная возможность потренировать лишний раз своё тело и поддержать своё здоровье. Во-вторых, это возможность пообщаться с людьми на разные темы и, возможно, найти новых друзей. В-третьих, это возможность полюбоваться зрелищными схватками других участников, поболеть за кого-нибудь, а также просто весело провести время. Так что, я бы мог смело порекомендовать подобное мероприятие всем своим коллегам.