

**Otázka:** Sport

**Předmět:** Němčina

**Přidal(a):** Simona Rybníková

Heutzutage erfreuen sich Sport und Bewegung allgemein großer Popularität, weil sich mehr und mehr Menschen für die gesunde Lebensweise zu interessieren beginnen, aber trotzdem bewegen wir uns viel weniger als die Menschen in den Früheren Zeiten. Ich bin der Auffassung, dass die neuen Erfindungen beispielsweise Autos, Sitzen beim Computer oder Fernsehen verantwortlich für diese Situation sind.

### **Was bedeutet eigentlich der Begriff SPORT?**

- Viele Menschen streiten sich, welcher Sport zu diesem Begriff gehört – beispielsweise das Schachspiel. Ich meine, dass alle Formen von physischen Aktivitäten zum Sport gehören.

Wir können Sport in verschiedene Sportarten einteilen, deshalb existieren zum Beispiel **Individualsportarten**, wie beispielsweise Joggen, oder auch **Mannschaftssporte**, wie Fußball oder Eishockey, bei denen man mit anderen Mitspielern mitarbeitet. Eishockey gehört auch zu den **Wintersportarten**, wie das Skifahren oder Snowboarden. Man kann auch **Wassersportarten** machen, wie Schwimmen oder Rafting.

Ich muss auch „**Funsportarten**“ erwähnen, weil sie heutzutage sehr beliebt sind.

Man kann zum Beispiel Bungee-Springen oder Paragliding ausprobieren und dafür ist meist kein spezielles Training erforderlich. Bei diesen Sportarten vergisst man alle Sorgen, und das ist

vielleicht der Grund, warum Menschen diese Sportarten so lieben.

Viele Menschen mögen das Gefühl von Adrenalin und aus diesem Zusammenhang probieren sie auch **Risikosportarten**. Es handelt sich um Sporte mit potenziell hohem Unfallrisiko, z.B. Solo-Freiklettern, Slacklinen in großen Höhen, Mountainbiking und so weiter.

Man kann Sport auch im **Extremsport** und im **Hobbysport** verteilen. Hobbysportler sind alle Sportler, die nicht Profisportler sind und treiben Fitness oder machen Sport, um sich zu erholen, um ihre Ausdauer zu verbessern oder einfach um sich wohlzufühlen. Manche Menschen gehen regelmäßig wandern, Radfahren oder schwimmen, um ihre Kondition zu verbessern, aber sie verdienen ihr Geld nicht mit Sport.

Meistens Extremsportler ist jemand, der beruflich Sport treibt. Ich möchte jetzt über **Emil Zátopek** sprechen, weil er in meiner Meinung ein legendärer Profisportler war. Emil Zátopek war ein tschechoslowakischer Athlet, der 4-mal die Olympischen Spiele gewonnen hat. Er hatte eine besondere Methode des Intervalllaufs und er ist auch für seine spezifische Atemtechniken bekannt.

Eine andere Profisportlerin, die ich vorstellen möchte, ist **Eva Adamczyková**, die auch im letzten Jahr im "Stardance" tanzte. Es handelt sich um eine tschechische Snowboarderin, die im Jahr 2014 die Winter Olympischen Spiele gewonnen hat.

### **Was verbindet diese beiden Sportler?**

- Ziel der meisten Extremsportler ist es, ihre persönliche, physische und psychische Leistungsgrenze zu überwinden oder etwas zu tun, was so noch niemand getan hat. Professionelle Extrem- oder Risikosportler befinden sich in Gefahr für Gesundheit und Leben, deshalb spielt für sie ein gezieltes, intensives Training und genaue Vorbereitung eine wichtige Rolle - nicht nur um die sportlichen Ziele zu erreichen, sondern auch um die Risiken zu verhindern.

Der Extremsport ist heutzutage eine allgemein anerkannte (uznávaný) und angesehene (respektovaný) Form der sportlichen Aktivität, weil wir ihn täglich im Fernsehen sehen.

- Wenn die Menschen lieber selbst Sport treiben würden, wären sie glücklicher und es würde ihnen helfen, fit und gesund zu sein. Ich möchte noch hinzufügen, dass Sport im Leben eines Menschen sehr wichtig ist, weil es einige Krankheiten verhindern kann. Zum Beispiel Sport trainiert das Herz - Kreislaufsystem. Er hilft uns zu entspannen und eine gute Figur zu erhalten. Beim Sport werden Muskeln aufgebaut und gestärkt.
- Auf der anderen Seite kann sich Sport manchmal in die Abhängigkeit verändern, weil sie bessere Ergebnisse erreichen wollen oder sich nach dem schnellen Abnehmen sehen.