

© Умар Назарович Кремлев
аспирант,
Владимирский филиал РАНХиГС

Umar Nazarovich Kremlev
post-graduate student,
Vladimir branch of RANEPA

**ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ И СПОРТ
КАК ФАКТОР ФИЗИЧЕСКОГО И ДУХОВНОГО ЗДОРОВЬЯ
НАСЕЛЕНИЯ: РЕГИОНАЛЬНЫЕ АСПЕКТЫ**

**Physical education and sport as a factor of physical and spiritual health of the
population: regional aspects**

Аннотация. Рассматриваются вопросы формирования физического и духовного здоровья населения России, дается характеристика и особенности формирования, доказывается влияние физического воспитания и спорта на физическое и духовное здоровье с целью противодействия распространению вредных привычек (употребление алкоголя и наркотиков) на примере трех регионов: Владимирской и Тульской областей и Подмоскovie.

Abstract. The issues of formation of physical and spiritual health of the population of Russia are considered, their characteristics and features of formation are given, the influence of physical education and sports on physical and spiritual health and their influence in order to counteract the spread of bad habits (alcohol and drug use) is proved on the example of three regions: Vladimir and Tula regions and Moscow region.

Ключевые слова: физическое и духовное здоровье, физическая культура и спорт, противодействие вредным привычкам.

Keywords: physical and spiritual health, physical culture and sports, opposition to bad habits.

Одной из важнейших и актуальных государственных задач в новейшей истории России выступает забота о генофонде населения нашей страны. Неотъемлемой частью экономической составляющей жизни общества является физическое и духовное здоровье нации. Несомненно, существенный вклад в решение этой проблемы могут внести физическая культура и спорт. Президент РФ В. В. Путин в одном из своих выступлений справедливо заметил, что невнимательное отношение к спорту может «пагубно отразиться на здоровье нации» [11].

К числу основных компонентов физического и духовного здоровья можно отнести следующие.

1. Физическое здоровье. Оно предполагает:

– отсутствие заболеваний;

– сохранность физиологических функций и механизмов жизнедеятельности;

- отсутствие ограничений для основных направлений профессиональной ориентации, физической активности или спорта;
- высокая способность адаптации к неблагоприятным воздействиям.

2. Духовное здоровье. Оно предполагает:

- формирование устойчивых духовных и нравственных ценностей;
- выраженный интерес к истории и культурному наследию человечества;
- наличие потребностей в труде и продуктах человеческого труда;
- доброжелательные взаимоотношения с людьми.

Физическое воспитание и спорт призваны решать задачи по формированию физического и духовного здоровья. Важнейшей задачей является сохранение и укрепление здоровья человека, повышение уровня его физической подготовленности, повышение качества и увеличение продолжительности жизни.

Это реализуется через функции в процессе организации физического воспитания и развития спорта, которыми являются:

- общие, среди которых основными выступают: оздоровительные, воспитательные, коммуникативные, зрелищно-эстетические, образовательные, экономические и другие функции человека;
- специальные, к которым мы будем относить не только профилактику заболеваний населения, но и привитие здоровых и нравственных начал, а также меры борьбы с асоциальным поведением людей, отдельных личностей [2, с. 435-437].

Рассмотрим функции по организации физической культуры и спорта, связанные с укреплением здоровья человека, более подробно. Основопологающим показателем физического состояния человека является состояние его здоровья, уровень физической подготовленности, продолжительность жизни.

С учетом сегодняшнего момента (проведение СВО в Украине) для России – это создание общества, состоящего из людей, физически подготовленных к противодействию военным угрозам и выполнению патриотического долга по защите Родины, воспитание гармонично развитой личности, для которой важно физическое совершенство.

В реализации специальных функций физического воспитания и спорта существенная роль отводится региональной политике, активной деятельности разнообразных институтов по профилактике алкоголизма, распространения наркотиков и борьбе с курением.

Осуществим сравнительный анализ региональной политики ряда субъектов Российской Федерации по формированию мотивации к здоровому образу жизни и отказу от вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение).

Рассмотрим организацию физического воспитания и занятий спортом в свете национального проекта «Демография» как единый целенаправленный процесс в целях физического, интеллектуального, духовно-нравственного,

творческого и (или) профессионального развития человека, удовлетворения его потребностей и интересов.

Во-первых, воспитание гармонично развитой личности, для которой важно физическое совершенство. Наиболее действенным в реализации этой социальной функции физической культуры является сам процесс физического воспитания молодежи и популяризация массового спорта.

Во-вторых, действенные возможности физической культуры и спорта не только в сфере физического развития человека, но и в воспитании других сторон личности: умственной, нравственной, эстетической, трудовой и патриотической.

В-третьих, достижение физического совершенства. Его суть определяется как исторически обусловленный уровень здоровья и всестороннего развития физических способностей людей, соответствующих требованиям человеческой деятельности в определенных условиях производства, военного дела и других сферах общественной жизни, обеспечивающий на долгие годы высокую степень работоспособности человека [6].

В-четвертых, в современном обществе физическая культура и спорт выступают как важнейшие средства укрепления и дружбы между народами. Именно в физкультурно-оздоровительной сфере в наибольшей степени сближены и сбалансированы личные и общественные интересы. Создание общества, состоящего из людей, физически подготовленных и патриотически настроенных, включает интернациональное воспитание подрастающего поколения страны, укрепление единства и сплоченности нации, развитие дружбы и сотрудничества между разными народами и исключение разногласий между ними. По мнению С. М. Архангельской, «в обществе на сегодняшний день нет других средств, кроме физической культуры и спорта, позволяющих готовить физически развитых и здоровых людей» [1, с. 38-41].

Таким образом, физическая культура и спорт по своей природе предполагают своеобразный конструкт и способствуют укреплению общественного здоровья (личности, семьи, населения региона, нации).

В России функции физического воспитания и спорта в целях укрепления общественного здоровья осуществляется через реализацию следующих мероприятий.

1. Формирование среды и развитие инфраструктуры, способствующих ведению гражданами здорового образа жизни, снижению потребления алкоголя и укреплению иммунитета против никотиновой зависимости.

2. Мотивирование граждан к ведению здорового образа жизни посредством проведения информационно-коммуникационных кампаний, а также вовлечения граждан и некоммерческих организаций в мероприятия по укреплению общественного здоровья

3. Разработка и внедрение программ укрепления здоровья на уровне личности, семьи, муниципалитета, региона.

Ход реализации этих мероприятий сравним на примере Владимирской, Тульской областей и Подмосковья. Для сравнительного анализа Владимирская и Тульская области подходят по следующим показателям: примерно равная численность населения, схожая структура экономики (высокая доля ВПК), похожая история по профилактике асоциальных заболеваний. Эти две области сравним с Московской областью не только по причине географического соседства, особенностям трудовой миграции (жители Владимирской и Тульской области предпочитают работу в Подмосковье), но и в связи с реформированием публичного пространства муниципалитетов в пользу государственного уровня.

Во Владимирской и Тульской областях, по данным Росстата, смертность превышает рождаемость почти в три раза. За 2021 год во Владимирской области родилось 7,3 человека на 1000 человек населения, в Тульской – 7, а умерших составило соответственно 21,5 и 21,3 человека на 1000 населения соответственно. В Московской области этот негатив менее выражен. Родились 9,6, а умерли 16,4 человека на 1000 человек населения [9].

Такая же тенденция сохранилась и в первом полугодии 2022 года. Во Владимирской области естественная убыль составила 12 человек на 1000 человек населения, в Тульской области – 12,4, в Подмосковье – 4,7 [3].

Для улучшения демографической ситуации и уровня жизни населения Тульской области принята социальная программа «Люди: качество ежедневной жизни», в которую вошли пять проектов – «Мой семейный центр», «Мои возможности», «Тульское долголетие», «Репродуктивное здоровье», «Миграция и занятость». Во Владимирской области тоже утвержден проект активного долголетия.

В Подмосковье экономический потенциал региона позволяет реализовать более масштабные проекты. Они связаны как с организацией физического воспитания, массовых занятий спортом, так и с физической реабилитацией и физической рекреацией (активный отдых с помощью физических упражнений). Последние два направления согласуются с мероприятиями, заявленными в рамках новой программы Московской области «Здравоохранение Подмосковья» на 2019 – 2024 годы» (постановление правительства Московской области № 715/36 от 09.10.2018 г.).

Более подробно остановимся на факторах, негативно влияющих на общественное здоровье населения.

Во-первых, потребление алкоголя. В рамках подпроекта «Формирование системы мотивации граждан к здоровому образу жизни» в свете национального проекта «Демография» целевым показателем по уровню розничной продажи алкоголя на душу населения является его снижение с 6,45 литра этанола в 2018 году до 6,3 литра в 2020 году и создание условий для его дальнейшего снижения. По данным Росстата, фактическая продажа алкогольной продукции в масштабе страны составила 6,2 л этанола на душу населения, то есть этот показатель выполнен. Но обращает на себя внимание региональный разрыв потребления алкоголя: традиционно больше всех потребляют районы крайнего Севера, меньше всех республики Северного

Кавказа. В анализируемых регионах этот показатель соответствует общероссийским показателям.

Во-вторых, к числу целевых показателей стимулирования здорового образа жизни относится показатель продажи сигарет на душу населения. По данным Росстата, в 2020 году продажа составила 1,5 тыс. штук на душу населения при целевом показателе 1,35 тыс. штук, то есть этот показатель не выполнен, несмотря на рост цен на табачные изделия. Принципиальных различий в разрезе анализируемых регионов не выявлено.

В-третьих, среди анализируемых регионов различия проявляются в связи с острыми отравлениями спиртосодержащей продукцией. В целом по России отмечено снижение показателей острых отравлений алкоголем, за 2021 год оно составило 21,9 случая на 100 тыс. населения, а в 2018 г. было 35,46 случая.

На долю мужчин приходилось 79 % отравлений, на долю женщин – 21 %. Ведется статистика и по возрастным группам. В 2021 году острые отравления алкоголем выше среднероссийского уровня зафиксированы в 25 регионах. Среди них оказалась и Владимирская область. На этот факт справедливо обратил внимание Президент Российской Федерации В. В. Путин при общении с Губернатором Владимирского региона А. А. Авдеевым в августе 2022 года. Президент указал, что «показатель заболеваемости с диагнозом "алкоголизм" и "алкогольный психоз" в 2021 году во Владимирской области составил 122,6 случая на 100 тысяч граждан, что превышает показатель по России в 2,6 раза. Это много» [11].

Анализируя эти показатели во Владимирском регионе в сравнении с Тульской и Московской областями следует отметить, что в предыдущий период (2012-2019 гг.) Тульская область входила в группу регионов со «стабильно высоким превышением показателей острых отравлений спиртосодержащей продукцией», но в последующий период благодаря принятым мерам и организационным решениям ситуация изменилась в лучшую сторону.

Во-первых, в регионе была выявлена группа районов с высокими показателями смертности (ранжирование), более 21 случая на тысячу населения (Алексинский, Дубенский, Белевский, Ефремовский, Суворовский, Кимовский районы).

Во-вторых, структурированы причины смерти, связанные с употреблением алкоголя: хронический алкоголизм, алкогольные психозы, алкогольная болезнь печени, случайные отравления алкоголем, алкогольная кардиомиопатия, дегенерация нервной системы, хронический панкреатит, прочие заболевания).

Установлено, что четвертая часть всех смертей, связанных с употреблением алкоголя, носит случайный характер, а мерой борьбы является предотвращение попадания на рынок некачественного алкоголя.

За период 2012-2020 годов в Тульском регионе отмечалась высокая доля смертей, связанных с алкогольным психозом, в том числе у женщин – 20,6 % от общего числа взятых на учет.

В частности, в 2020 году в области было зарегистрировано 63 случая первичной заболеваемости алкогольными психозами, но в результате профилактических мер эти показатели снизились.

В-третьих, было взято под особое наблюдение поведение лиц, страдающих хроническим алкоголизмом. В 2020 году хронический алкоголизм отмечался у 826 человек, среди них 201 женщина.

Такие меры профилактики во Владимирской области пока не разработаны, и следовательно, нужные результаты не достигнуты.

Остановимся на другой группе заболеваний, связанных с бытовыми отравлениями (спиртосодержащей продукцией, наркотическими веществами, лекарственными препаратами, пищевыми продуктами, другими видами), и сравним аналогичные ситуации во Владимирской и Тульской областях.

Во Владимирской области в 2021 году имели место отравления химической этиологии у 605 человек, в том числе 312 со смертельным исходом, в том числе в 21,2 % – отравления наркотическими веществами (в Тульской области – 13,9 %). Это высокий показатель среди всех регионов России.

В Московской области случаев с отравлениями спиртосодержащей продукцией и наркотическими веществами относительно доли населения меньше, несмотря на высокую долю мигрантов.

Данный анализ позволил установить, что положительным изменениям в противодействии алкоголизации и употреблению наркотиков в Тульской области способствовали меры организации физического воспитания и развитие спорта в регионе [5].

Во-первых, следует отметить массовую вовлеченность детей в занятия спортом, выделены группы разных возрастов, занятия спортом дифференцированы в зависимости от возрастной категории и физического состояния ребенка.

Во-вторых, следует отметить меры правительства Тульской области, направленные на создание условий для занятий физической культурой и спортом. По темпам прироста спортивных объектов Тульская область вышла на одно из первых мест в стране. В 2022 году введены в эксплуатацию многие спортивные объекты, в том числе уникальный дворец спорта [7]. Пока таких примеров во Владимирской области нет.

Научно доказано, что основными мерами борьбы по профилактике заболеваний и освобождению граждан от вредных привычек являются массовые занятия физической культурой и спортом. Принципиальное значение имеют вопросы участия самого населения в формировании среды здорового образа жизни. А предпосылками являются стремление населения пройти диспансеризацию [4, с. 177-190], повышение доступности в медицинской помощи [7, с. 53-63].

В решении задач по реализации мероприятий здорового образа жизни большое значение имеет создание механизмов государственно-частного партнерства по строительству и эксплуатации объектов по оздоровлению населения. В рамках решения задач по реабилитации и физической рекреации

заслуживает внимания развертывание таких объектов в Одинцовском районе Московской области.

В частности, в Московской области округ Одинцово реализованы следующие проекты, направленные на формирование ЗОЖ.

1. Проект «Здоровый образ жизни. HEALTHY CITY». Это жилье нового качества, включающее оздоровительные центры, спортивную инфраструктуру, агропарк с собственными фермами.

2. Создание рекреационных комплексов местного значения, в частности климатического парка, зоопарка, системы парков и скверов, системы лесопарковых зон, тематических парков.

3. Строительство гольф-поля чемпионского класса на 18 лунок в с.п. Часцовское (ООО «РАЕВО ГОЛЬФ»). Плановый объем инвестиций – 3,9 млрд. руб.

4. Строительство пансионата «Зелёный бор» в с.п. Ершовское (ООО «Интраст Компани»). Объем инвестиций – 1,4 млрд. руб.

Следует отметить организационные мероприятия, реализуемые правительством Московской области и направленные на освобождение граждан от вредных привычек: Всемирный день без табака, Международный день отказа от курения, антинаркотический месячник, приуроченный к началу учебного года, профилактическая антинаркотическая акция и др.

Таким образом, указанные организационные мероприятия Московской области и практические меры в Тульском регионе могут рассматриваться как механизмы и инструменты, направленные на формирование здорового образа жизни и освобождение населения от вредных привычек.

Список литературы

1. Архангельская С. М. Влияние спорта на экономику и жизнь человека // Современные векторы прикладных исследований в сфере физической культуры и спорта: I Международная российско-белорусская научно-практическая конференция для молодых ученых, аспирантов, магистрантов и студентов. – М., 2020. – С. 38-41.

2. Козлова С. В., Бирюкова А. С., Вольский В. В. Социальные функции физической культуры и спорта // Молодой ученый. – 2017. – № 22 (156). – С. 435-437. URL: <https://moluch.ru/archive/156/44221/> (дата обращения: 03.02.2023).

3. Курс не меняется. Основные показатели социально-экономического положения субъектов РФ в первом полугодии 2022 года // Рос. газ. – 2022. – № 205 (8853).

4. Липатов В. А., Зайцев И. Г., Северинов Д. А. О проблемах внедрения IT-систем в практическое здравоохранение // Бюллетень сибирской медицины. – 2018. – Т. 17. – № 1. – С. 177-190.

5. Об утверждении государственной программы тульской области «Развитие физической культуры и спорта в Тульской области»: постановление правительства Тульской области от 9 ноября 2017 года № 539 // СПС «КонсультантПлюс».

6. Ушкалов И. А., Бекетов А. Н., Бекетов И. Н. Повышение социальной функции физической культуры // Сборник научных статей 2-й Всероссийской молодежной научной конференции. В 4 томах. Том 2 / отв. редактор А. А. Горохов. – Курск: Юго-Западный государственный университет, 2021.

7. Физическая культура и спорт в Тульской области: состояние, проблемы и перспективы развития: материалы региональной науч.-практ. конф. / под ред. И. В. Поляковой. – Тула: ТППО, 2020. – 162 с.

8. Швец Ю. Ю. Актуальные проблемы развития системы здравоохранения на региональном уровне // Вестник Московского городского педагогического университета. Серия: Экономика. – 2017. – № 1 (11). – С. 53-63.

9. Экономный расчет. Основные показатели социально-экономического положения субъектов РФ в 2021 году // Рос. газ. – 2022. – № 55 (8703).

10. URL: https://studme.org/386798/marketing/status_sotsialnye_funktsii_sporta#3085.

11. URL: <http://prezident.org/tekst/stenogramma-vstrechi-vladimira-putina-s-aleksandrom-avdeevym-17-08-2022.html?ysclid=le8eg2y9mw955787762>.