

ОТНОШЕНИЕ НАСЕЛЕНИЯ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ

ЗАМЕСТИТЕЛЬ ДИРЕКТОРА
ДЕПАРТАМЕНТА
МОНИТОРИНГА И ОЦЕНКИ
ЭФФЕКТИВНОСТИ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОРГАНОВ
ГОСУДАРСТВЕННОЙ ВЛАСТИ
СУБЪЕКТОВ РФ
МИНРЕГИОНА РОССИИ
Екатерина Петровна
Какорина



Здоровье населения во многом определяется образом жизни конкретного человека, поэтому эффективная деятельность по охране и укреплению здоровья требует активного участия в ней самих граждан. Население в современных условиях еще слабо ориентировано на хорошее состояние здоровья, хотя в последнее время в ряду жизненных ценностей здоровье занимает первое место. Только около 10% лиц, по мнению врачей, заботятся о своем здоровье, тогда как 35% пренебрегают им.

Работа с населением, информирование его, активное вовлечение на стадии осуществления понятных и доступных для каждого мер охраны и укрепления своего здоровья дают значительно больший эффект продления активной жизни, чем это может сделать сегодня медицина.

Повышение ответственности каждого члена общества за свое здоровье способствует изменению отношения населения к самоохранительному поведению, здоровому образу жизни.

Среди населения, по данным официальной статистики, только 16% лиц регулярно занимаются физической культурой и спортом. При этом следует отметить, что в 1970–1975 годах таких лиц было 34–38% (рис. 1).

Из субъектов Российской Федерации выделяются республики Башкортостан, Марий Эл, Мордовия, Калмыкия, где отмечаются максимальные показатели числа лиц, регулярно занимающихся физической культурой и спортом, – от 31 до 26%, тогда как в республиках Ин-

гушетия, Дагестан, Алтай, Астраханской области, Камчатском крае – только 2–10%.

Основными причинами отказа от занятий физической культурой и спортом являются: отсутствие свободного времени – 39%, главным образом из-за домашних дел и в меньшей мере из-за работы и учебы, отсутствие желания – 41%. По состоянию здоровья не могут заниматься 20%, хотя половина из них считают, что такие занятия могли бы быть полезными для их здоровья, однако находят те или иные причины отодвинуть начало занятий.

В то же время в последние годы заметно выросла доля мужчин, уделяющих большое внимание своему здоровью, в том числе занимающихся физкультурой и спортом, особенно это характерно для лиц молодого возраста. В 1991 году доля мужчин до 30 лет, занимающихся постоянно физической культурой и спортом, была 29%, в последние годы – 44%. Среди женщин таких положительных тенденций не обнаружено.

Согласно данным Всероссийского центра изучения общественного мнения (ВЦИОМ), по состоянию на первое полугодие 2009 года доля россиян, регулярно занимающихся спортом, наиболее высока среди мужчин (14% против 10% среди женщин), 18–24-летних (24% против 9–11% в остальных возрастных группах) и высокообеспеченных граждан (17% против 8% среди малообеспеченных).

Напротив, о том, что никогда не уделяют время занятиям спортом, наиболее склонны сообщать женщины (59% против 47% среди мужчин), респонденты в возрасте от 60 лет и старше (72%) и малообеспеченные россияне (67%).

Занятия спортом у россиян чаще всего проходят дома, отмечают 54%. Доля таких респондентов наиболее высока среди малообеспеченных респондентов (60%). Самостоятельно на стадионах, спортивных площадках и в тренажерных залах спортом занимаются 26% россиян. Каждый десятый посещает спортивную секцию, базу. Реже всего (у 8%) занятия спортом проходят в фитнес-клубах.



Каждый третий россиянин (34%) старается есть здоровую пищу. Еще 8% соблюдают диету, а 4% следуют в питании рекомендациям врача. В то же время половина респондентов не придерживается никаких правил: у 28% нет возможности думать о качестве пищи, а 22% едят, что хотят, так как здоровье их не беспокоит. За год доли тех или иных респондентов изменились незначительно. Женщины более, чем мужчины, склонны соблюдать самостоятельно выбранную диету (10% против 6% среди мужчин) и придерживаться здорового питания (37% против 31%). Представители мужского пола вдвое чаще, чем женщины, сообщают о том, что едят, что хотят, так как здоровье их не беспокоит (30% против 15% среди женщин), включает ВЦИОМ. По данным рабочей группы комиссии Международного олимпийского комитета «Спорт для всех», в Финляндии, Швеции, Японии, Исландии, Франции, Колумбии, Бразилии доля лиц, регулярно занимающихся физической культурой и спортом, составляет 60–70%, в Израиле, Австралии, Австрии – 40% (рис. 2).

В США около 85% взрослого населения называют физический имидж человека среди важнейших личностных показателей, в то время как в нашей стране такой позиции придерживаются лишь 25% мужчин и менее 40% женщин. По нашим данным, лишь 1,4% населения указали на спорт как на определенную жизненную ценность.

Лица, имеющие регулярную физическую нагрузку, в большей степени следят за своим здоровьем (чаще принимают витамины, имеют нормальную массу тела, хороший сон, лучшее питание), выше оценивают его уровень (в два раза), чем лица, не занимающиеся физическими упражнениями и спортом. Имеют отличия и психологические характеристики, такие как удовлетворенность работой, отношениями в семье, с друзьями и в целом отношение к жизни.

По данным официальной статистики, доля учащихся (общеобразовательных учреждений, образовательных учреждений начального и среднего профессионального образования), занимающихся физической культурой и спортом, составляет лишь 42% от общей численности учащихся соответствующих учреждений. К сожалению, в ряде субъектов эта доля еще меньше: республиках Дагестан, Северная Осетия – Алания, Магаданской

области (18–23%). Из субъектов Российской Федерации, где зарегистрирована значительная доля учащихся, занимающихся физической культурой и спортом, следует назвать Республику Мордовия (88%), Саратовскую (78%), Калужскую (73%), Пензенскую (64%), Новосибирскую (63%) области.

Основными причинами отказа от регулярных занятий физической культурой и спортом у детей являются (по данным опроса родителей) отсутствие потребности к этим занятиям, в том числе и у родителей (32%), а также отсутствие рядом с домом спортивных сооружений (31%). В 15% случаев причиной отсутствия привычки к регулярным занятиям физкультурой отмечалось неудовлетворительное состояние здоровья ребенка. Высокая стоимость физкультурных и спортивных услуг сделала недоступными спортивные учреждения для большей части населения, в том числе и для подрастающего поколения: 22% семей указали, что причина отказа от занятий ребенка в спортивных секциях – недостаток материальных средств.

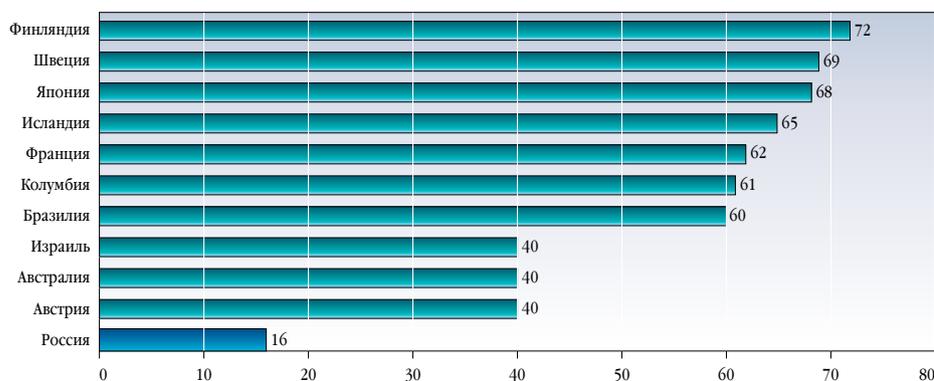
Однако следует отметить, что экономически более выгодно вкладывать материальные средства в процесс формирования и поддержания здоровья, чем в процесс лечения. По данным Росстата, доля денежных расходов домашних хозяйств на платные услуги по физической культуре и спорту на протяжении ряда лет составляют не более 0,3–0,6% к общим расходам домашних хозяйств, тогда как расходы на табак и алкоголь составили в 2008 году 2,3% от всех расходов семейного бюджета (рис. 3).

Состояние здоровья детей, регулярно занимающихся физическими упражнениями и спортом, отличается от состояния здоровья группы детей, не занимающихся физкультурой. Так, среди занимающихся больше доля детей с нормальной массой тела, в два раза больше детей, опережающих своих сверстников по физической активности, в полтора раза меньше страдающих хроническими заболеваниями и частыми острыми простудными болезнями.

Особого внимания также заслуживает деятельность образовательных учреждений, направленная на стимулирование занятий спортом среди школьников. Школа является местом, наиболее пригодным для воспитания у детей

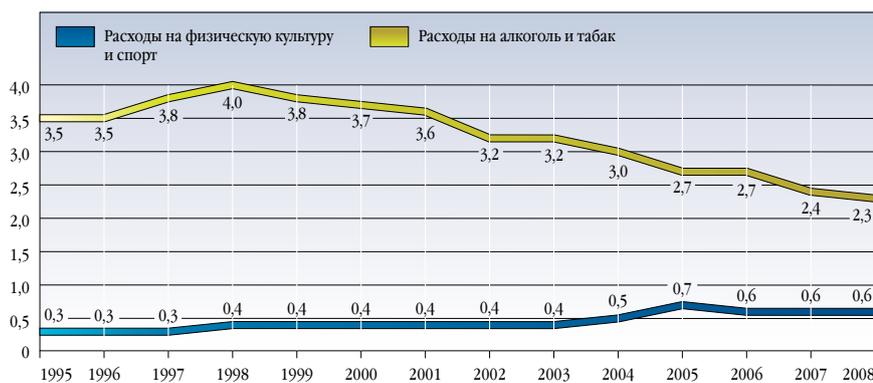


2



ДОЛЯ ЛИЦ, СИСТЕМАТИЧЕСКИ ЗАНИМАЮЩИХСЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ, В РАЗЛИЧНЫХ СТРАНАХ (%)

3



ДЕНЕЖНЫЕ РАСХОДЫ ДОМАШНИХ ХОЗЯЙСТВ НА ПЛАТНЫЕ УСЛУГИ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ, А ТАКЖЕ НА ТАБАК И АЛКОГОЛЬ (% К ОБЩИМ РАСХОДАМ)

привычки заниматься спортом. Однако для этого должны быть созданы все необходимые условия. Президент Российской Федерации не раз говорил о том, что школа не может работать без спортзала, в то время как в стране практически 20% школ не имеют физкультурные залы (в 2006 году таких школ было 26%).

Нельзя не отметить и низкую обеспеченность спортивными сооружениями. Так, уровень обеспеченности спортивными залами в Российской Федерации составляет 49% от норматива (норматив 3,5 тыс. кв. м на 10 тыс. человек), плоскостными спортивными сооружениями – 57% (норматив 19,5 тыс. кв. м на 10 тыс. человек), плавательными бассейнами – лишь 8% (норматив 750 кв. м зеркала воды на 10 тыс. человек). Эти данные не идут ни в какое сравнение с показателями других стран, например Японии и Италии. Так, обеспеченность спортивными залами в России ниже в 2–3 раза, чем в этих странах, плоскостными сооружениями – в 3 раза ниже, чем в Японии, и в 7 раз ниже, чем в Италии, – бассейнами – соответственно в 30 и 8 раз.

Из-за низкой обеспеченности спортивными сооружениями удовлетворенность населения условиями для занятий физической культурой и спортом в целом равна лишь 24%.

Наилучшие условия для занятий физической культурой и спортом, по мнению населения, созданы в Хан-

ты-Мансийском и Чукотском автономных округах, республиках Мордовия и Татарстан, Белгородской, Липецкой, Тюменской областях.

В таких субъектах Российской Федерации, как Кировская, Брянская, Костромская, Орловская, Ленинградская, Астраханская области, Республика Ингушетия, уровень удовлетворенности населения условиями для занятий физической культурой и спортом очень низкий и находится на уровне 13–15%.

Такая ситуация со спортивными сооружениями во многом объясняется низкими общими расходами на физическую культуру и спорт, которые составляют всего 1,7% от всех расходов консолидированного бюджета Российской Федерации, хотя за последние шесть лет эти расходы были увеличены почти в семь раз и в 2008 году составили 117,8 млрд. рублей.

Наибольшие расходы консолидированного бюджета на физическую культуру и спорт в расчете на одного человека имеют Тюменская область (4,5 тыс. рублей на одного человека), Ханты-Мансийский (3,4 тыс. рублей), Ямало-Ненецкий (2,3 тыс. рублей), Чукотский (1,9 тыс. рублей) автономные округа, а минимальные расходы – до 60 рублей на человека – определены в ряде республик Северного Кавказа.

Важно отметить, что на повышение физической активности населения можно воздействовать



и мероприятиями, не требующими больших капиталовложений.

Поможет в этом случае совершенствование модели социального поведения населения (изменение отношения к данной проблеме в школе, медицинских учреждениях, пропаганда здорового стиля жизни средствами массовой информации, предоставление соответствующим

помещений и пр.). Физические упражнения должны стать неотъемлемой частью образа жизни населения. Адекватная физическая нагрузка способна значительно улучшить показатели биологического возраста организма и его жизнеспособности.

Среди населения должен развиваться культ здоровья, здорового образа жизни, появиться мода на здоровье.