

Хабибуллин Альберт Багъзанурович,

старший преподаватель;

Ахметзянова Азалина Ринатовна,

студентка,

ФГБОУ ВО «Казанский государственный энергетический университет»,

г. Казань, Республика Татарстан, Россия

ИССЛЕДОВАНИЕ ПРОБЛЕМ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В РОССИИ

Статья посвящена исследованию проблем и перспективы развития физической культуры и массового спорта в Российской Федерации.

Ключевые слова: физическая культура, здоровье, здоровый образ жизни.

При оценке роли физического воспитания и спорта в становлении подрастающего поколения, жизни людей, а также в развитии страны в целом, поднимаются такие важные вопросы как человеческое здоровье и образ жизни людей. Ведь именно из анализа последних делают выводы о состоянии страны, об уровне жизни всей нации. Поэтому одной из основных задач социальной политики государств является развитие физической культуры.

Рассматривая социально-демографическую ситуацию нашей страны и состояние здоровья граждан, можно сделать вывод, что дела довольно плохи. Большая часть населения не занимается спортом, люди перестали понимать важность физической культуры. В школах больше не проводят «физкультминутки», день начинается не с зарядки. Людям проще сидеть за просмотром телевизора или переписываться в социальных сетях. Это все может привести к ухудшению здоровья населения в целом. Почему же люди перестали заниматься спортом? К чему это привело?

С распадом СССР, в 90-х годах прошлого века физическое воспитание и спорт утратили свою прежнюю значимость. Люди начали заниматься бизнесом, а большинство спортивных организаций перешли на коммерцию. Также

менялось и отношение к физической культуре молодежи и подрастающего поколения. Фото на Доске почета, грамоты и медали перестали мотивировать молодежь. Появилась мода «крутых» ребят, велась некая пропаганда: курить, употреблять наркотики и алкогольные напитки, – вот что казалось настоящим развлечением для молодежи. В этот период как раз и зародились такие понятия, как алкоголизм, наркомания, зависимость от никотина. У всего этого были и свои последствия: рак легких, СПИД, ВИЧ и другие страшные заболевания. Также увеличилась рождаемость детей с патологией.

К счастью, на данный момент количество людей, предпочитающих «фастфуду» здоровую пищу, а курению – занятие спортом, преобладает. Люди выбирают здоровый образ жизни. Это видно по результатам опроса, проведенного ВЦИОМ в 2018 году. Результаты сравнивались с данными, полученными в 2008 г. За 10 лет количество людей, регулярно занимающихся спортом, выросло на 6%, число курящих уменьшилось на 10%.

Согласно результатам, полученных экспертами агентства РИА, численность людей, регулярно занимающихся спортом, составила 50 млн. человек. Этот показатель является одним из ключевых в проекте Правительства РФ по формированию здорового образа жизни. Цель данного проекта – повышение числа россиян, относящихся с ответственностью к своему здоровью. Проект предполагал, что к концу 2019 года доля регулярно занимающихся спортом должна возрасти до 38%, что на 1,2% больше чем в 2017 году. Но данный норматив достигнут только в 25 регионах РФ. Согласно информации, полученной от Минспорта, лидерами по доле населения, занимающегося спортом, стали Краснодарский край и Республика Тыва (47,9%), Республика Дагестан (45%), Белгородская область (43,5%), Республика Татарстан (43,4%). Наиболее популярным видом спорта в России оказался фитнес. Большинство респондентов предпочитают именно его, остальные выбрали легкую атлетику, плавание и футбол.

На вопрос: «Почему люди не занимаются спортом?», – 37% опрошенных ответили, что это связано с нехваткой времени; 28% решили, что у них нет потребности в занятии спортом; 22% не могут найти в себе силы начать регулярно заниматься физической культурой.

Также по данным вышеуказанных опросов следует отметить, что большую часть людей, занимающихся спортом, составляет именно молодежь. Снижение физической и оздоровительной активности наблюдается у граждан старше 25 лет. С окончанием вуза и началом трудовой деятельности молодые люди большую часть времени посвящают развитию карьеры и перестают уделять время физическому отдыху. Это также является проблемой, которая может привести к ухудшению физических способностей и здоровья, а вследствие – и к снижению производительности труда. Врачи рекомендуют уделять время и физическим упражнениям от 1 до 2-х дней в неделю, что уже хорошо скажется на самочувствии.

Для решения проблем развития физической культуры и спорта в стране проводятся спортивные соревнования и различные мероприятия, направленные на активизацию физических способностей и возможностей населения.

Например, некоторые организации покупают своим сотрудникам абонементы в спортивные залы и бассейны за свой счет. Это позволяет им отдохнуть от умственного труда, привести себя в форму и улучшить состояние здоровья.

Таким образом, за последнее десятилетие число людей, ведущих здоровый образ жизни и регулярно занимающихся спортом, значительно увеличилось, а наркозависимых и курящих – сократилось. Большинство людей нуждаются в мотивации и наличии свободного времени. Из всех полученных данных можно сделать вывод о возможном улучшении уровня жизни и состояния здоровья населения нашей страны. Этому способствует развитие физической культуры и массового спорта, что является важным направлением социальной политики РФ.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Зотов А.П. Актуальные проблемы детско-юношеского физкультурно-спортивного движения [Электронный режим]. – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/GetText.idc?TxtID=945>
2. Бледнова В.Н. Физическая культура студента: Методические рекомендации / В.Н. Бледнова, А.П. Фроленков. – СПб.: Санкт-Петербургский гос. ун-т культуры и искусств, 2002.
3. Сергеев А.А. Проблемы и перспективы развития физической культуры и спорта в России // Интерактивная наука. – 2016. – №10. – С. 150-153 [Электронный режим]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/v/problemy-i-perspektivy-razvitiya-fizicheskoy-kultury-i-sporta-v-rossii>