

Движение «Спорт для всех» как фактор оздоровления молодежи

Я. М. Баричко,

генеральный директор Национального олимпийского комитета Беларуси;

Б. М. Хрусталеv,

ректор БНТУ, член Исполкома НОК Беларуси,
председатель постоянной комиссии
«Спорт для всех»

За годы суверенной Беларуси созданы реальные предпосылки для формирования современной системы оздоровления молодежи средствами физической культуры и спорта. Благодаря вниманию президента Республики Беларусь Александра Григорьевича Лукашенко физическая культура, спорт и туризм отнесены к числу приоритетных направлений социальной политики нашего государства.

Почти полтора миллиона наших граждан охвачены массовой физической культурой. Более 200 тыс. детей и подростков занимаются в спортивных учебных заведениях. Совершенствуется система физического воспитания дошкольников, школьников, учащихся и студентов. Мода на здоровье – физическое и нравственное – стала доминирующей в поведении значительной части молодого поколения страны. За год в Беларуси проводится свыше 2,5 тыс. спортивно-массовых мероприятий. Функционируют свыше 22 тыс. сооружений спортивно-физкультурного назначения, обеспеченность спортивными залами и иными спортивными сооружениями составляет 56–60 %, плавательными бассейнами – 40–45 %.

Государство может полноценно жить и динамично развиваться, если есть благополучие его граждан, согласие в обществе, а также стремление молодежи заботиться о сохранении и укреплении своего здоровья.

Здоровье молодежи – решающий фактор, который в конечном итоге определяет судьбу любых преобразований в обществе, поскольку влияет на демографическую безопасность страны. Забота о здоровье должна стать лейтмотивом всей жизни каждого человека.

Всемирная организация здравоохранения определяет здоровье как «состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов».

В концептуальном плане нам представляется возможным, дать следующую классификацию здоровья: физическое, психологическое, социальное здоровье.

Здоровье физическое характеризуется гармоничным функционированием всех органов и систем организма, что позволяет человеку иметь хороший уровень физического развития и физической подготовленности.

Здоровье психическое связано прежде всего с деятельностью человеческого мозга и характеризуется качеством мышления, внимания, памяти, устойчивым психоэмоциональным состоянием.

Здоровье социальное обусловлено доминирующими социально-нравственными компонентами, которые являются базовыми в жизни человека.

Национальный олимпийский комитет Республики Беларусь в рамках реализации Государственной программы развития физической культуры, спорта и туризма разработал специальную программу развития физкультурно-оздоровительного и спортивного движения в стране под девизом «Спорт для всех». Для нашей страны, испытавшей на себе последствия катастрофы на Чернобыльской АЭС, это особенно актуально.

Многолетние социологические исследования проведенные по инициативе Национального олимпийского комитета (НОК) Беларуси подтверждают полезность и необходимость занятий в дошкольных и школьных учреждениях, ПТУ, ССУЗах, вузах физической культурой и спортом, свидетельствуют о том, что физическая культура и спорт являются универсальным средством физического, психического и социального оздоровления (рис. 1):

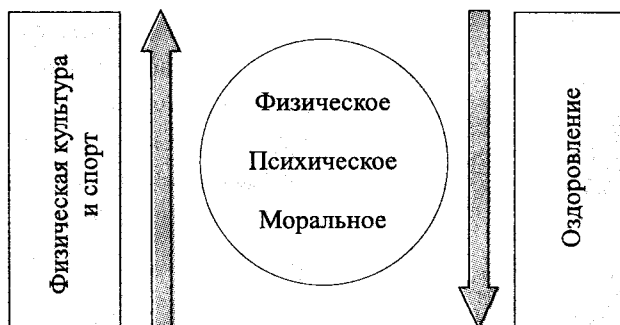


Рис. 1. Диалектика оздоровления

Показательны приоритеты, выявленные у молодых людей, занимающихся физической культурой: укрепление здоровья (83 % опрошенных), улучшение психо-эмоционального состояния (71 %),

коррекция физического развития (63 %), повышение двигательной активности (52 %), установка на добро (46 %).

В то же время проведенный комиссиями НОК и его структурами мониторинг с целью оценки отношения молодежи республики к своему здоровью (респондентам был задан вопрос: «*Что важнее – работа или здоровье*») дал следующие результаты (рис. 2):

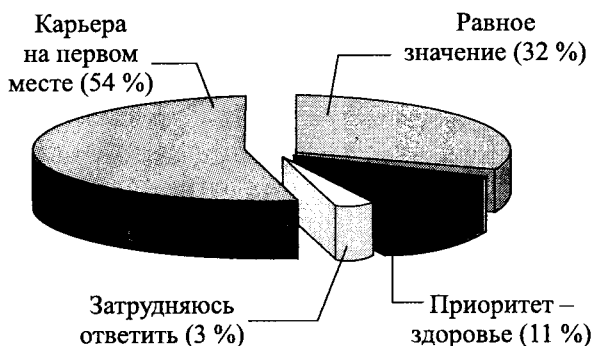


Рис. 2. Распределение приоритетов по результатам опроса

Они свидетельствуют, что прочной установки в сознании молодежи на оздоровление, в том числе средствами физической культуры и спорта, не сформировано.

На наш взгляд, именно школьный и студенческий массовый спорт дает возможность принципиально изменить отношение молодежи к своему здоровью.

Наукой доказано, что состояние здоровья человека лишь на 15–20 % зависит от генетической предрасположенности, 10–15 % приходится на профилактику и диагностику, 20–25 % – на состояние окружающей среды. Главную же роль – 50–55 % – играют условия и образ жизни самого человека (рис. 3):

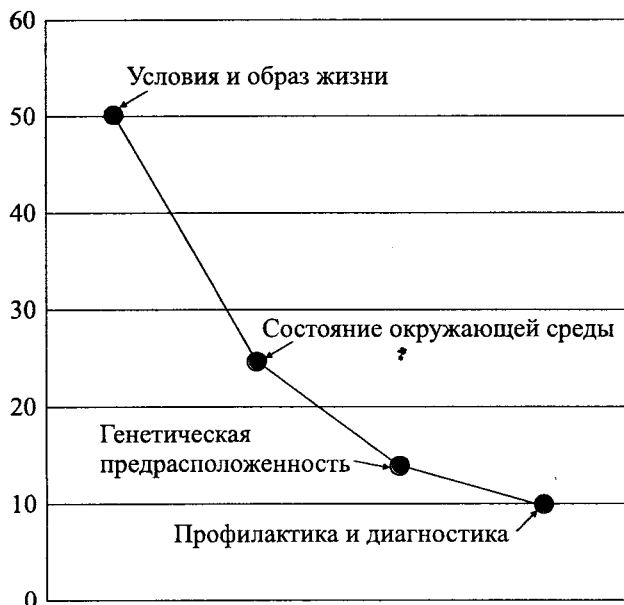


Рис. 3. Факторы, влияющие на состояние здоровья

Поэтому общество, если оно устремлено в будущее, должно заботиться о здоровье молодежи, создавая благоприятную материально-техническую, семейно-бытовую, биоэкологическую, социально-культурную и духовно-нравственную среды для самореализации в движении «*Спорт для всех*».

В настоящее время движение «*Спорт для всех*» является одним из важнейших направлений оздоровления молодежи нашей страны и нацелено на охват всех слоев населения Республики Беларусь массовой физической культурой, хотя, понятно, особое внимание инициаторов движения направлено на молодежь (рис. 4).

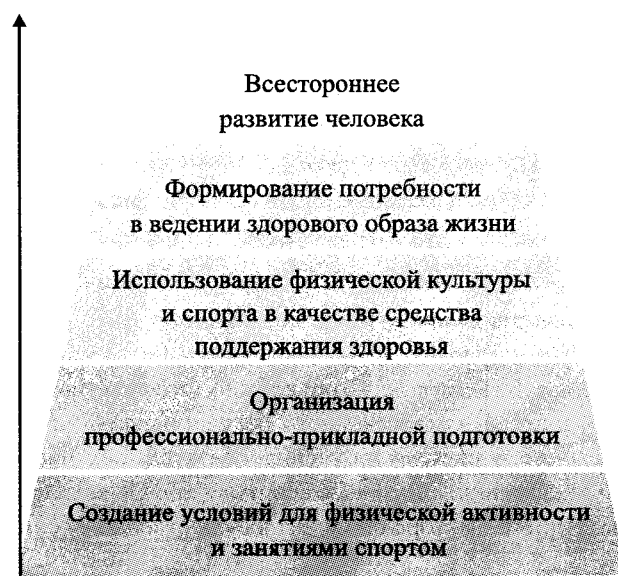


Рис. 4. Цели движения «Спорт для всех»

Чтобы выяснить степень участия белорусов в спортивно-массовом движении по возрастным группам, нами были проведены социологические исследования. Анализ показывает, что большинство людей, активно занимающихся физической культурой и спортом, принадлежат к возрастной группе от 15 до 25 лет (рис. 5).

Мы осознаем, что возможность широкого привлечения молодежи в движение «*Спорт для всех*» зависит от побудительных мотивов его потенциальных участников. Опросы подтверждают, что абсолютное большинство студенческой молодежи

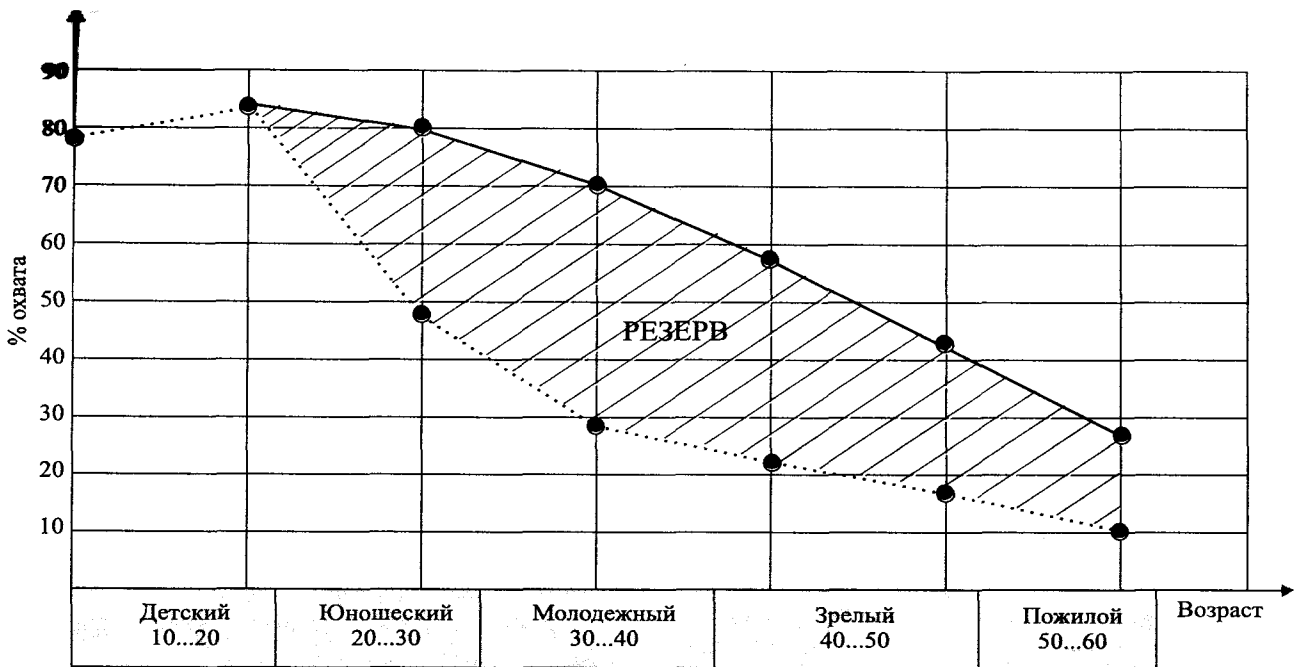


Рис. 5. Структура участников движения «Спорт для всех»

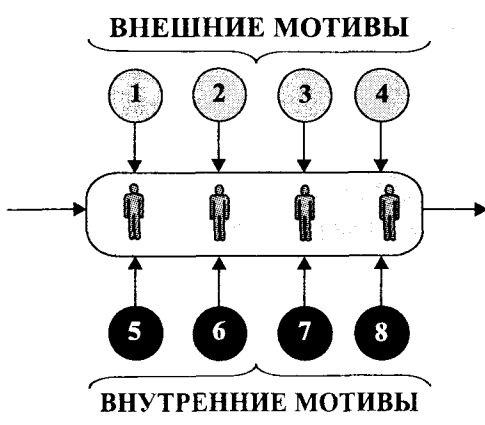
(60 %) активно участвует в занятиях физической культурой и спортом. Однако основным побудительным фактором к этому является внешняя мотивация, связанная с обязательностью занятий физической культурой в ходе учебы. После окончания учебы приведенный показатель существенно снижается, проявляется влияние иных мотивов (рис. 6).

Превалирование в массовом спорте учащейся молодежи, студентов легко объяснимо. Это позитивный результат «государственного регулирования» через введение в систему обучения обязательных часов по дисциплине «Физическая культура». Ослабление названного фактора приводит к существенному сни-

жению числа постоянно занимающихся физической культурой и спортом.

Среди иных причин такой тенденции названы следующие:

- включение учащейся и студенческой молодежи в активную профессиональную деятельность. При наличии дефицита времени многие отдают предпочтение другим занятиям;
- удаленность спортивных сооружений от мест компактного проживания молодежи;
- недостаточная пропаганда среди молодых людей необходимости занятия физической культурой и спортом, ведения здорового образа жизни. Более того, в настоящее время активно



ВНЕШНИЕ ПОБУДИТЕЛЬНЫЕ МОТИВЫ:

- 1) административный;
- 2) семья и окружение;
- 3) стремление к спортивной профессиональной карьере;
- 4) реклама, пропаганда физкультуры и спорта.

ВНУТРЕННИЕ ПОБУДИТЕЛЬНЫЕ МОТИВЫ:

- 5) забота о здоровье;
- 6) реабилитация здоровья;
- 7) поддержание физического состояния для профессиональной карьеры;
- 8) коррекция физического состояния.

Рис. 6. Побудительные мотивы участия в движении «Спорт для всех»

формируется стереотип современного молодого человека, неизменным атрибутом которого является бутылка пива, а иногда и сигарета. Необходимо безотлагательно предложить и широко популяризировать иной, более привлекательный образ. Это очень важная, требующая комплексного подхода, задача.

Отметим также и некоторую переоценку приоритетов в занятиях спортом. Раньше, приводя детей в спортивные секции, родители в 90 % случаев своей целью ставили оздоровление своих чад. Сегодня 80 % родителей рассчитывают на возможную успешную спортивную карьеру детей, которая определит их дальнейшую жизнь. В большинстве случаев ожидания не оправдываются. Наблюдаются:

- *неправильная оценка или переоценка своего состояния здоровья. Будучи ректором университета должен отметить, что только примерно 30 % молодых людей, поступающих в наш вуз, могут считаться абсолютно здоровыми и не менее 30 % имеют хронические заболевания;*

- *недостаточно развитая инфраструктура любительского спорта. Необходимо признать, что современный человек требует определенного уровня комфорта. Если, например, каток не будет иметь пункта проката коньков, места для переодевания, то мы, безусловно, потеряем часть потенциальных участников нашего Движения.*

Принимая во внимание перечисленные факторы снижения физкультурно-оздоровительной и спортивной активности молодых людей, полагаем, что рационально управляя этими процессами, можно в значительной мере придать динамику физкультурно-оздоровительному движению «Спорт для всех». Точки приложения усилий и предполагаемый результат очевидны:

- *модифицированные спортивные игры* – привлечение к физической культуре через участие в играх по упрощенным правилам (футбол на малые ворота игра 6×6). Эта форма спортивных игр может охватить от 35 до 40 % молодых людей;

- *рекреационный спорт* – комбинация спорта и познавательной деятельности. Наиболее распространенной и понятной иллюстрацией этой формы физической активности является туризм (до 25–27 %);

- *корректирующий спорт* – спорт для здоровых людей, которые хотят скорректировать физические возможности своего организма. Это фитнес-клубы, тренажерные залы и др. (до 18–20 %);

- *прикладной спорт* – спортивная деятельность, в основе которой лежат профессиональные навыки, например спортивное ориентирование (до 6–10 %);

- *«местные» виды спорта*, то есть виды спортивно-массовой деятельности, характерные для данной территории или для данной народности, например городки (до 5%);

- *реабилитационный спорт* – для людей, имеющих физические недуги; предписан и в качестве профилактики болезни, а также для социальной реабилитации (до 5 %).

Было бы уместно, на наш взгляд, Министерству образования изменить отношение и к самому предмету «Физическая культура». Вместо получения зачета – предусмотреть сдачу экзамена, ввести вкладыши в дневники и зачетные книжки, где отражались бы основные характеристики физического развития молодых людей.

Почему бы в системе образования республики не возродить былую основу советского физического воспитания – сдачу норм комплекса ГТО, наполнив его новым содержанием, например президентскими тестами.

Считаем целесообразным рекомендовать руководителям всех уровней предоставлять возможность детям, школьникам, студентам бесплатно заниматься в физкультурно-оздоровительных комплексах, спортивных сооружениях в предвыходные, выходные, праздничные дни, а также во время каникул.

Мы глубоко убеждены, что популярность движения «Спорт для всех» можно существенно увеличить, тем самым объединить не только молодежь нашей страны, но и всего мира в решении многих социальных проблем, таких как алкоголизм, пьянство, курение, наркомания. Так, НОК Беларуси, движение «Спорт для всех» выступили с инициативой провести в 2009 году акцию под девизом: «Спорт для всех против СПИДа». Для решения этой проблемы XXI в. необходимы совместные усилия молодежных движений всех стран мира. НОК Беларуси обратился к Международному олимпийскому комитету с предложением поддержать данную инициативу, провести акцию «Спорт для всех против СПИДа» в каждой стране и придать данной акции всемирный характер.

Строить здоровое общество могут только здоровые люди. Движение «Спорт для всех» выступает доминирующим компонентом в оздоровлении молодого поколения.