

АГЕЕВЕЦ В.У.,

ректор Санкт-Петербургской государственной академии физической культуры им. П.Ф. Лесгафта, заслуженный деятель науки Российской Федерации, академик Петровской академии наук и искусств, доктор педагогических наук, профессор

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В РЕШЕНИИ ПРОБЛЕМЫ ДУХОВНОГО, НРАВСТВЕННОГО И ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ЖИТЕЛЕЙ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

Находясь на пороге XXI века, человечество вступило в новый этап научно-технической революции. Он связан с качественными изменениями. Это развитие и применение новых видов энергоносителей, с перспективой овладения энергией термоядерного синтеза, освоение космоса и новых энергетических и сырьевых баз в регионах с трудными для жизни человека условиями. Вместе с тем, научно-технические преобразования коренным образом меняют не только среду обитания и технологию производства, но и многие стороны жизнедеятельности человека, придавая особую актуальность формированию всесторонне развитой личности.

На сегодня, примерно 80% всех видов труда падает на долю небольших и умеренных мышечных напряжений. Однако это происходит на фоне чрезмерного роста информационных и стрессовых нагрузок, при нарастающей гиподинамии и сопровождении резкого увеличения нервно-психологических, сердечно-сосудистых и ряда других форм заболеваний.

В этих условиях сфера физической культуры объективно призвана рассматриваться как одна из приоритетных, имеющих чрезвычайно важное значение для нормальной жизнедеятельности человека и развития современного общества в целом. Физическая культура оказывает влияние на такие глобальные процессы, затрагивающие интересы всего общества как: физическое, духовное и нравственное здоровье населения; творческая и социальная активность, репродуктивность и долголетие человека, формирование гармонично развитой личности, а также на экономику, политику, идеологию и обороноспособность государства.

Дефицит двигательного голода и некоторые другие "болезни века" побудили по-новому осознать жизненный смысл двигательной активности, особенно в тех ее оптимальных формах, которые несет в себе физическая культура.

Физическая культура, если она становится образом жизни человека, все больше признается едва ли не единственным эффективным средством неутилитарного плана, способным обеспечить физическое совершенство, общую и специальную готовность человека к выполнению основных социально-обусловленных функций, противостоять гиподинамии и ликвидировать диспропорцию в биологической потребности организма в движении при существующем образе жизни, и тем самым несколько отодвинуть встречу со старостью.

Данные науки утверждают, что здоровье человека примерно на 50-55% зависит от его образа жизни, на 20-25% - от окружающей среды, т.е. экологии, на 20% от генетического наследия и только на 8-10% - от лечебных процедур.

Одним из интегральных показателей здоровья населения является средняя продолжительность жизни и уровень смертности. Например, средняя продолжительность жизни в США на сегодня 75 лет, а в России она на 10 лет короче. В ряде регионов России прослеживается тревожная тенденция, где смертность начинает существенно превышать уровень рождаемости. При этом наибольший вклад в прогрессивный рост смертности вносят сердечно-сосудистые заболевания, главной причиной которых является малоподвижный образ жизни. Так, если в 1939 г. общая смертность от ССЗ в нашей стране составляла 11%, в 1959 г. - 36%, то ныне она уже превышает 53%.

Решающая роль физической культуры в профилактике заболеваний очевидна.

В нашем обществе, в т.ч. в Санкт-Петербурге, сложилась парадоксальная ситуация: сначала физкультурно-оздоровительная сфера деятельности не обеспечивается финансированием, а потом федеральные и муниципальные органы власти вынуждены изыскивать и вкладывать триллионы рублей на лечение, рост различных медицинских структур и их содержание, чтобы лечить не только от ССЗ вследствие гиподинамии, но и от многих социальных недугов общества, таких как хулиганство, бандитизм, наркомания, воровство и т.д. и т.п.

По данным МВД в стране насчитывается порядка 30 миллионов алкоголиков и свыше 10 миллионов граждан потенциально способных к совершению уголовных преступлений. Специальные научные исследования подтверждают, что и в этих случаях именно физическая культура и спорт способны своими специфическими средствами эффективно аккумулировать не востребуемую энергию молодежи, особенно подростков, отвлекая их от негативных привы-

чек, и служить надежным источником физического, нравственного и духовного здоровья.

Физическое, нравственное и духовное возрождение общества, профилактика многих заболеваний, увеличение продолжительности жизни и творческого долголетия жителей Санкт-Петербурга, наряду с комплексом других мер, возможны путем вовлечения их в сферу физической культуры и спорта. Это сложная, но выполнимая задача. На это указывает богатый опыт многих экономически развитых стран.

Например, в США сегодня число врачей и больничных коек из расчета на 10 тысяч жителей, по сравнению с нашей страной, в 2-2,5 раза меньше, а продолжительность жизни на 10 лет больше. Существенные различия в продолжительности жизни, наряду с другими факторами объясняются еще и тем, что в США физической культурой регулярно занимаются 64,3% населения, а у нас всего только 8-10%.

Чтобы резко повысить уровень физкультурно-массовой и оздоровительной работы в городе, необходимо с помощью средств массовой информации сформулировать осознанную потребность в двигательной деятельности, воспитании у каждого петербуржца чувства ответственности за свое физическое, нравственное и духовное здоровье. Необходима комплексная целевая программа оздоровления жителей Санкт-Петербурга средствами физической культуры и ее приоритетное финансирование со стороны государственных, муниципальных и коммерческих структур, рациональная налоговая политика, предусматривающая соответствующие налоговые льготы для физкультурно-спортивных и физкультурно-оздоровительных организаций, а также материальное стимулирование и поощрение граждан, редко болеющих и регулярно занимающихся физической культурой и спортом.