

УДК 338.2

РОЛЬ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В ПРЕОДОЛЕНИИ БЕДНОСТИ

Г. А. Андросова

*Национальный государственный университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта*

Поступила в редакцию 1 апреля 2019 г.

Аннотация: *статья посвящена актуальной проблеме сокращения масштабов бедности населения в современной России. Выявлены наиболее незащищенные группы населения – пенсионеры и дети. Обоснована ведущая роль здорового образа жизни в корректировке социального и экономического поведения населения, определены возможности и основные направления внедрения принципов здорового образа жизни в целях сокращения бедности. На примере Санкт-Петербурга исследован уровень доступности занятий физической культурой и спортом для малообеспеченного населения. Сделан вывод о необходимости формирования у бедных слоев населения устойчивой потребности в физкультурно-спортивных занятиях.*

Ключевые слова: *бедность, прожиточный минимум, здоровый образ жизни, физическая культура и спорт.*

Abstract: *the article is devoted to the actual problem of reducing poverty in modern Russia. The most vulnerable groups of the population – pensioners and children – were identified. The leading role of a healthy lifestyle in the adjustment of social and economic behavior of the population is justified, the possibilities and main directions of the introduction of the principles of a healthy lifestyle in order to overcome poverty are determined. On the example of St. Petersburg the level of availability of physical culture and sports for the poor population is investigated. The conclusion is made about the necessity of formation of the poor people's sustainable need for physical culture and sports activities.*

Key words: *poverty, subsistence minimum, healthy lifestyle, physical culture and sport.*

Бедность представляет собой невозможность поддерживать экономически и социально приемлемый уровень жизни вследствие недостаточности доходов. Проблема бедности сопровождает всю историю развития человечества и наносит значительный и многоаспектный ущерб развитию общества:

– в экономическом аспекте недостаточный совокупный спрос на потребительском рынке замедляет темпы экономического роста, сужает возможности воспроизводства;

– сокращение масштабов сбережений населения как основного источника инвестиций ограничивает инвестиционную активность в экономике;

– ухудшается качество человеческого капитала вследствие невозможности получить желаемое образование, поддерживать здоровье на должном уровне;

– снижается экономическая и социальная активность населения;

– бедность разрушает национальное единство страны, вызывает социальную напряженность и служит почвой для социальных конфликтов и столкновений.

В России чертой, за которой начинается бедность и обнищание населения, является прожиточный минимум, в первом квартале 2019 г. он был установлен в размере 10 444 руб. [1]. Исчисленный на основе этого показателя уровень бедности составляет 12,8 % от общей численности населения страны [2]. Не затрагивая степени достоверности официальных данных, основанных на весьма заниженной величине прожиточного минимума, следует обратить внимание на то, что даже при этом за чертой бедности находятся около 19 млн человек, что обуславливает необходимость поиска действенных способов преодоления бедности [там же].

Причины бедности россиян многообразны. К ним относятся несправедливое распределение национального дохода, оставляющее первой квин-

тильной группе только 5,4 % его величины [там же]; неравномерное территориальное развитие страны, обуславливающее низкий уровень жизни в экономически отстающих регионах; невысокий уровень заработной платы в ряде отраслей, формирующий феномен «трудовой бедности»; неудовлетворительное здоровье значительной части населения; низкая величина социальных выплат, обрекающая их получателей на малообеспеченное существование; безответственное, деструктивное поведение части общества, выражающееся в иждивенчестве, социальной апатии, приверженности вредным привычкам, криминальных наклонностях.

На наш взгляд, в этих условиях наиболее незащищенными оказываются представители двух социальных групп – пенсионеры и дети, не имеющие возможности повысить уровень своего благосостояния. В 2018 г. число россиян старше трудоспособного возраста составило 25,4 % всего населения, при этом 20,8 % из них относятся к категории малообеспеченных граждан [3].

Бедность этой социальной группы связана сразу с двумя специфическими объективными причинами: во-первых, естественным старением как утратой прежней трудоспособности и размера доходов; во-вторых, ухудшением здоровья, обусловленным возрастом и сформировавшим дополнительные жизненно важные потребности в медикаментах и медицинских процедурах. Необходимо понимать – трудовая активность данных людей пришлось на годы реформ в стране, что стало причиной утраты прежнего благосостояния и не позволило им создать необходимую финансовую базу для обеспеченной старости, поэтому современное материальное положение старшего поколения представляется особенно несправедливым. Проводимое реформирование системы пенсионного обеспечения в краткосрочном периоде способствует замедлению темпов пополнения бедных слоев населения за счет новых пенсионеров. При этом требуется жесткое противодействие государственных органов стремлению работодателей уклониться от уплаты взносов в пенсионные фонды при помощи теневых схем.

Если экономические потери поддаются количественному определению, то невозможно оценить потери общества от нереализованных талантов и возможностей малообеспеченных граждан страны. В наибольшей степени это относится к детям, численность которых в структуре бедного населения достигает 19,7 % [там же]. Родившиеся в бедных семьях дети попадают в «наследственную ловушку

бедности»: не имея доступа к получению качественного образования и высокой квалификации, они впоследствии трудятся на низкооплачиваемых рабочих местах без возможности карьерного роста и реализации врожденных способностей. Приобретенный жизненный опыт трансформируется в своеобразную психологию и культуру бедности, которая вместе с материальным неблагополучием передается следующему поколению. Таким образом, вместо потенциальных крупных ученых, талантливых артистов, знающих врачей, заслуженных спортсменов общество получает сотни тысяч неблагополучных подростков, с детских лет подверженных вредным привычкам и склонных к правонарушениям.

Преодоление бедности относится к приоритетным задачам государства, однако пути ее решения являются одной из наиболее дискутируемых проблем в науке и обществе. Зачастую предлагается введение специального пособия по бедности для семей с несовершеннолетними детьми или для семей, имеющих единственного кормильца. По мнению автора, в современных экономических условиях такая мера будет способствовать еще большему обострению проблемы вследствие роста цен, усиления нагрузки на работающее население, ослабления стимулов к труду и пр. Очевидным является также отсутствие предпосылок для кардинального повышения пенсий и других социальных пособий вследствие непростой макроэкономической ситуации.

Безусловно, ведущая роль в повышении уровня жизни в стране принадлежит социально-экономической политике государства, но необходимы также собственные усилия граждан в формировании своего благосостояния. Наиболее оправданным направлением борьбы с хронической бедностью является распространение принципов здорового образа жизни, прежде всего среди людей старшего поколения и подростков. На первый взгляд, категории бедности и здорового образа жизни находятся в разных плоскостях и не имеют причинно-следственной связи. Однако, по убеждению автора, именно здоровый образ жизни позволяет скорректировать социально-экономическое поведение индивида за счет формирования качеств, необходимых для искоренения психологии бедности. Традиционно здоровый образ жизни связывают с соблюдением в повседневной жизни правил, нацеленных на укрепление здоровья на основе сознательного и ответственного отношения к нему каждого человека. Однако понятие здорового образа жизни гораздо шире: помимо искоренения

вредных привычек, соблюдения культуры поведения и питания, режима труда и отдыха, систематических занятий физической культурой и спортом, оно включает гармоничное развитие личности, оптимальное сочетание физических и духовных качеств, возможностей человека, рациональное использование его ресурсов.

Здоровый образ жизни является основой активного долголетия человека, его полноценного участия в трудовой, общественной, бытовой жизнедеятельности.

Основными принципами здорового образа жизни в преодолении бедности являются:

– отказ от вредных привычек – курения, наркомании, токсикомании, алкогольной зависимости. Помимо существенной экономии семейного бюджета, это обеспечит определенный оздоровительный эффект и улучшение морально-психологического климата в семье;

– физическая активность – занятия физической культурой заряжают человека жизненной энергией, уверенностью в себе, повышают работоспособность и выносливость. Для людей старшего поколения физические упражнения способствуют укреплению здоровья, экономии на лекарствах, росту продолжительности и качества жизни, продолжению активной деятельности. Для детей и молодежи из малообеспеченных семей физическая культура и спорт служат практически единственной альтернативой вредным привычкам, безделью, деградации и создают условия для саморазвития и формирования полноценной целеустремленной личности, направляя энергию молодежи в положительное русло. Спорт для подростков – один из реально действующих социальных лифтов в современном обществе даже при отсутствии высоких спортивных результатов;

– трансформация жизненных целей и ориентиров на основе переоценки отношения к себе, окружающим и жизни в целом. Самоуважение, осознание себя полноценной личностью, достойным членом общества способствуют укреплению веры в свои возможности, отходу от психологии бедняка, социальному и экономическому оптимизму.

Названные принципы тесно связаны и взаимосвязаны.

Внедрение здорового образа жизни происходит на макроуровне, будучи задачей общегосударственной важности, и на микроуровне, касаясь каждого человека. На государственном уровне осуществляются идеологическая, информационно-пропагандистская работа и обеспечение материальной базы

физкультурно-оздоровительной деятельности. На микроуровне формируются система ценностных ориентиров индивида, его готовность воспринять стандарты здорового образа жизни.

На наш взгляд, наиболее значимой составляющей здорового образа жизни является физическая активность. Бытует мнение, что физкультурно-спортивные занятия требуют значительных денежных затрат на экипировку и инвентарь и делают спорт недоступным, в особенности для детей из многодетных, малоимущих и социально неблагополучных семей. Нами проанализированы степень доступности занятий физической культурой и спортом в Санкт-Петербурге и их потенциальная роль в сокращении масштабов бедности. Безусловно, Санкт-Петербург по уровню экономического развития и оснащенности спортивными сооружениями находится в гораздо лучшем положении по сравнению с другими городами и регионами России, однако здесь проблема бедности также является весьма острой. Так, при сходной со среднероссийской величине прожиточного минимума (8,8 тыс. рублей для пенсионеров, 11,9 тыс. рублей для работающих и 10,6 тыс. рублей для детей) официальный показатель бедности в Санкт-Петербурге – 8 % – представляется значительно заниженным [4]. Неизбежные расходы на дорогостоящий городской транспорт, высокий размер коммунальных платежей, отсутствие дополнительного источника продовольствия в виде загородного участка обуславливают стоимость жизни в мегаполисе, существенно превышающую среднероссийский уровень. Соответственно, фактическая доля бедного населения среди петербуржцев значительно выше, что определяет актуальность приобщения их к здоровому образу жизни и сопоставимость данного примера с условиями других российских регионов.

В 2017 г. численность жителей старше трудоспособного возраста составила 26,7 % от общего числа населения Санкт-Петербурга [5].

Анализ существующей ситуации показывает, что при желании и наличии физических возможностей пожилые люди могут самостоятельно или организованно заниматься физической культурой и спортом по месту жительства. В каждом районе Петербурга существует «Центр физической культуры, спорта и здоровья», где занятия по различным видам спорта проводятся на бесплатной основе для детей, взрослых и людей с ограниченными возможностями.

Клуб скандинавской ходьбы «Пойдём ходить!» проводит бесплатные тренировки ежедневно, по

выходным дням в пригородах Петербурга, по будням – в парках.

Спортивный центр «Физкультура и здоровье» уже около 30 лет привлекает людей к здоровому образу жизни путем проведения занятий для всех категорий граждан в шести спортивных комплексах в разных районах города, в том числе на бесплатной основе. В номенклатуре услуг – занятия оздоровительной гимнастикой, латиноамериканскими танцами, скандинавской ходьбой и тренировки в тренажерном зале [6]. На основе приведенных примеров можно сделать вывод, что в городе для старшего поколения созданы условия для занятий физической культурой и спортом, основная задача – сформировать у самих пенсионеров такую потребность.

Для детей, численность которых в структуре населения города составляет 15 %, занятия спортом имеют неизмеримо более важное значение, развивая не только общее здоровье, но и интеллектуальный уровень. Английские врачи пришли к выводу, что ребята, которые занимались спортом, в 1,5 раза чаще демонстрировали хороший результат в тестах по математике и в изучении гуманитарных наук. Мальчики и девочки из неблагополучных семей, состоящие в спортивных клубах, имеют более развитые социальные, поведенческие и эмоциональные навыки [7].

В Санкт-Петербурге создана широкая база для бесплатных занятий спортом детей различных возрастных групп. Так, бесплатные занятия по разнообразным видам единоборств проводят:

– школа кунг-фу – занятия проходят в двух районах города и включают тренировочный процесс (разминочный комплекс упражнений, акробатическую подготовку, упражнения на развитие гибкости, пластики, координации, общефизическую и функциональную подготовку, технику кунг-фу) и лекции по воспитанию общечеловеческих ценностей и идеалов;

– клуб кудо;

– школа каратэ – занятия проходят в двух районах города для трех возрастных групп: малыши – 3–5 лет, средняя группа – 5–7 лет, старшая группа – 8 лет и старше;

– детско-юношеский молодежный клуб спортивных единоборств «Коби-Кай», основанный в 1986 г.;

– школа бокса Н. С. Валуева, проводящая тренировки по боксу для детей от 10 до 18 лет.

Игровыми видами спорта дети могут бесплатно заниматься в следующих спортивных школах и секциях:

– ФК «Витязь» – занятия включают футбольные тренировки для детей с 7 лет и подростков, участие в турнирах и соревнованиях;

– ДЮСШ «Лидер» – занятия включают тренировки по футболу для девочек 7–12 лет, участие в соревнованиях, выезды в летние спортивно-оздоровительные лагеря;

– СДЮСШОР по футболу «Зенит», в которой занимаются более 700 учащихся;

– СДЮСШОР по хоккею «СКА», где занимаются более 400 детей и юношей с 1998 по 2009 год рождения;

– баскетбольный клуб «Астра» проводит занятия для мальчиков 11–13 лет, предусматривающие выезды на соревнования, участие в первенстве Санкт-Петербурга.

Бесплатные занятия другими видами спорта доступны в таких физкультурно-спортивных организациях, как:

– детско-юношеский спортивный клуб по стендовой и пулевой стрельбе, где обучаются юноши и девушки от 12 до 18 лет;

– академия парусного спорта;

– гребной клуб «Стрела» для обучения подростков 11–14 лет академической гребле;

– НГУ имени П. Ф. Лесгафта – занятия для девочек 4–6 лет на кафедре художественной гимнастики;

– школа картинга «KRT» проводит комплексные занятия для девочек и мальчиков 10–17 лет ростом от 140 см, включающие теоретическое обучение, занятия в спортивном зале, уроки вождения карта, обретение технических навыков ремонта и сборки оборудования, участие в соревнованиях различного уровня;

– секция скалолазания в Патриотическом клубе имени Третьей Фрунзенской дивизии – занятия для детей старше 14 лет;

– ГОУ школа-интернат № 357 СДЮСШОР «Олимпийские надежды» проводит занятия для детей с 8–9 лет по зимним видам спорта: конькобежному спорту и лыжным гонкам.

Полиспортивное учебное заведение представлено ГОБУ ДОД СДЮСШОР № 3, в которой осуществляется подготовка детей по десяти олимпийским видам спорта на базе 15 спортивных залов и двух бассейнов. Бесплатное обучение проводится на отделениях спортивной гимнастики, тхэквондо, фехтования, плавания, биатлона, современного пятиборья, синхронного плавания, пулевой стрельбы (АФК), лыжного фристайла [6].

Таким образом, можно утверждать, что в Санкт-Петербурге обеспечены условия для занятий

физической культурой и спортом детей из малообеспеченных семей. Однако опыт показывает, что при бесплатном посещении занятий участие в соревнованиях, выезды в летние спортивно-оздоровительные лагеря осуществляются за счет родителей, поскольку государственные учреждения не имеют необходимого финансирования этих мероприятий. Данное обстоятельство становится непреодолимым препятствием для занятий малообеспеченных детей в спортивных учреждениях и секциях.

В качестве возможного способа разрешения названной проблемы целесообразно применение фандрайзинга как механизма привлечения частных и корпоративных пожертвований для финансирования участия детей из бедных семей в спортивных мероприятиях. Опыт фандрайзинговой деятельности в Северной столице достаточно велик. Примером в массовом спорте может служить проект «Сильные дети – сильная страна» Санкт-Петербургской региональной физкультурно-спортивной общественной организации «Лига комбат самообороны “СУНАО”», включающий среди прочих программу «Постой за себя» – бесплатные тренировки по самообороне и рукопашному бою для детей и подростков из детских домов и малоимущих семей Санкт-Петербурга и Ленинградской области. В 2016 г. бюджет организации в сумме 1 265,9 тыс. рублей был сформирован из поступлений от физических лиц и юридических лиц, из благотворительных фондов без государственного участия [9].

Исходя из достаточной обеспеченности детского спорта материально-техническими объектами, главной задачей общества является формирование у бедных слоев населения устойчивой потребности в физкультурно-спортивных занятиях. Для этого необходимо информирование, социальное рекламирование и пропагандистская деятельность, направленная на создание СМИ образа положительного героя-спортсмена, появление фильмов и книг,

посвященных спортивной тематике, более широкое освещение высоких завоеваний российских спортсменов на мировом уровне и т. д.

Подводя итог вышеизложенному, можно сделать следующие выводы:

– бедность остается одной из острейших проблем российского общества и в наибольшей степени негативно сказывается на представителях старшего поколения и детях;

– в качестве действенного средства преодоления бедности может рассматриваться распространение принципов здорового образа жизни, который обеспечит пенсионерам на основе укрепления здоровья экономию семейного бюджета за счет сокращения потребления лекарств, сигарет, алкогольных напитков, продолжение активной трудовой и общественной жизни, а для детей и подростков станет средством воспитания полноценной целеустремленной личности, социальным лифтом, который позволит реализоваться в жизни;

– в Санкт-Петербурге созданы условия для доступа малообеспеченного населения к бесплатным занятиям физической культурой и спортом, однако обеспечение выезда детей на соревнования, тренировочные сборы, в спортивно-оздоровительные лагеря требует финансирования со стороны родителей, что для бедных семей является неразрешимой проблемой. В целях помощи таким семьям целесообразно использование фандрайзинга;

– важной задачей государственных органов и общественных организаций является формирование у детей потребности в занятиях спортом путем проведения активной агитационно-пропагандистской работы. Корректировка социального поведения бедного населения за счет активных занятий физической культурой и спортом будет способствовать физическому и моральному оздоровлению общества, сокращению масштабов бедности среди россиян.

ЛИТЕРАТУРА

1. Прожиточный минимум в 2019 году по регионам России. – Режим доступа: <http://bs-life.ru/makroekonomika/prozhitochnyy-minimum2019.html>

2. Официальный сайт Федеральной службы государственной статистики. Население. – Режим доступа: http://www.gks.ru/wps/wcm/connect/rosstat_main/rosstat/ru/statistics/

3. Тарасов А. Уровень бедности в России / А. Тарасов. – Режим доступа: <https://visasam.ru/russia/goroda/bednost-v-rossii.html>

4. Число бедных в Петербурге за 17 лет планируют снизить на 3 %. – Режим доступа: <https://regnum.ru/news/2437848.html>

5. Половозрастная структура населения Санкт-Петербурга. – Режим доступа: http://petrostat.gks.ru/wps/wcm/connect/rosstat_ts/petrostat/resources/f101130043c026c797f8b7fa17e1e317/.pdf

6. Бесплатный спорт в Санкт-Петербурге. – Режим доступа: <https://msp.today/entm/besplatnyj-sankt-peterburg/besplatnyj-sport/>

7. Дети из бедных семей могут стать умнее благодаря занятиям спортом. – Режим доступа: <http://health-vesti.com/childrens-health/201656856/>

8. Спорт в Санкт-Петербурге, бесплатно. Каталог спортивных организаций. – Режим доступа: <https://sportschools.ru/gorod-St.-Petersburg/besplatno>

Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта (Санкт-Петербург)

*Андросова Г. А., кандидат экономических наук, доцент кафедры менеджмента и экономики спорта
E-mail: lunez@yandex.ru*

9. Федорченко Н. В. Фандрайзинг как источник формирования бюджетов спортивных организаций / Н. В. Федорченко // Проблемы и инновации спортивного менеджмента, рекреации и спортивно-оздоровительного туризма : сборник материалов IV Всероссийской научно-практической конференции / под общ. ред. Г. Н. Голубевой. – Казань : ПГАФКСТ, 2018 – С. 143–145.

National State University of Physical Culture, Sports and Health named after P. F. Lesgaft (St. Petersburg)

*Androsova G. A., Candidate of Economics, Associate Professor of Management and Economics of Sports Department
E-mail: lunez@yandex.ru*